A.Esenowa

Maslahatyň we anyklaýşyň psihologiýasy
Okuw gollanmasy

Aşgabat 2010

Ýazan : - A.Esenowa uly mugallym
Maslahatyň we anyklaýşyň psihologiýasy. Ýokary okuw mekdepleri üçin okuw gollanmasy. – A.: 2010 ý

Syn ýazanlar: J.Şyhyýew - pedagogika ylymlarynyň kandidaty, Ýa.Annamyradowa uly mugallym

Okuw gollanmasynda psihologiýanyň bir şahasy bolan maslahat bermegiň we anyklaýşyň şahsyýetiň psihologik durmuşy, oňa berilmeli psihologik kömekleriň esasy düşünjeleri we görnüşleri, psiholog maslahatçynyň iş tutumy giňişleýin beýan edilýär we psihologik anyklaýyşyň esaslaryny, psihologik usullaryň geçirilişini we ýygnalynan maglumatlara seljerme berilşini öwrenmeklige niýetlenýär.

Gollanma ÝOM-niň psihologiýa hünäriniň talyplaryna, uniwersitetiň we mugallymçylyk institutlarynyň pedagogik ugrukmaly fakultetleriniň talyplaryna niýetlenendir.

G I R I Ş

Hormatly Prezidentimiz Gurbanguly Berdihumamedowyň “Döwlet adam üçindir” diýen şygaryndan ugur alyp, “Maslahatyň we anyklaýşyň psihologiýasy” dersi ösýän ýaşlaryň gözýetimlerini, dünýägaraýyşlaryny giňeltmek, nazaryýetinden ugur alyp, adamlara bolan duýgydaşlyk, rehimlilik, ynsanperwerlik, çydamlylyk, açyk göwünlilik, kömegini gaýgyrmazlyk, adamlaryň ruhy we beden taýdan saglygyny goramak maksady bilen öz işine döredijilikli çemeleşmek ýaly häsiýetleri psiholog maslahatçynyň esasy kär aýratynlygy hökmünde açylyp görkezilýär.

Maslahat bermegiň psihologiýasy hünärmen psihologyň işiniň has täze bölümi. Dersde psihologiýa ylmynyň merkezi meseleleriniň biri bolan şahsyýetiň psihologik durmuşy, oňa berilmeli psihologik kömekleriň esasy düşünjeleri we görnüşleri, psiholog maslahatçynyň iş tutumy giňişleýin beýan edilip, onuň ulgamlaýyn düşünjeleri talyplara hödürlenýär.

Maslahat bermegiň psihologiýasy diňe tejribeçi psiholog bolmaklyga taýýarlanýanlar üçin däl, eýsem sosial işgärler we defektologlar (ýörüte psihologiýa gurşawyndaky hünärmenlere) üçin hem bilmeklik zerur dersdir.

Dersiň esasy maksady psihologyň dürli terbiýeçilik we işewür edaralarynda adamlaryň aragatnaşygynda ýüze çykýan psihologik kynçylyklary ýeňip geçmäge dogry maslahat bermek başarnygyny öwrenmekden, özleşdirmekden ybarat. Öz-özüňe bolan garaýşyňda, özüňi aňlamakda, ulular bilen çagalaryň arasyndaky agzalalyklaryň, çagalaryň okuw işinde ýüze çykýan kynçylyklaryň, är-aýalyň arasyndaky agzalalyklaryň, ýolbaşçy we işçileriň arasyndaky işewür-şahsy kynçylyklaryň sebäp baglanyşygyny ýüze çykarmak we degerli maslahatlaryň kömegi bilen olary düzetmekden ybarat.

Dersde psihologik anyklaýşyň esasy düşünjeleri we döwrebap meseleleri dogrusynda talyplara ulgamlaýyn bilim düşünjeler berilýär.

Okuw gollanma tejribelik we maslahat beriş psihologiýasynyñ esaslaryny öz içine almak bilen psihologiýa hünärini öwrenýän talyplara psihologik anyklaýyşyñ esaslaryny, psihologik usullaryñ geçirilişini we ýygnalynan maglumatlara seljerme berilşini öwrenmeklige niýetlenen. Psihologik hadysalary, şahsyýetiñ gylygyny, temperamentini, motiwini derñemek usullarynyñ taryhyny, onuñ şu günki ýagdaýyny öwrenmek we durmuşa geçirmek, test-sowalnamalary düzmekde ýörite ulanylmaly düzgünleri ýüze çykarmak başarnyklaryny öwrenmäge ýardam edýär. Psihologik anyklaýyş psiholog hünärmeniň iň esasy gurallarynyň biri bolup ony bilmek we dogry ulanmak her bir hünärmen üçin möhümdir.

Bap 1: Psihologik maslahat berişiň dersi, meseleleri

Psihologik maslahat bermek tejribelik psiholgiýanyň aýratyn bölimi bolup, ýörite hünärmen-psiholog tarapyndan kömek gerek bolan adamlara gös-göni maslahat, hödürnamalar görnişinde kömek bermek işidir.

Psiholog ýörüte, müşderi bilen şahsy gürrüňdeşlik guramak we onuň durmuşynda ýüze çykan meselesini öňünden öwrenmek esasynda maslahatlar, hödürnamalar berýär. Psihologik maslahat esasan öňünden wagty bellenip, ýörüte enjamlaşdyrylan, beýleki adamlaryň göziniň ilmejek ýerinde geçirilýär.

Psihologik maslahat berişiň bir kabul edişligi psihologyň müşderi bilen şahsy gürrüňi görnişinde bolup, ol ortaça 30-45 minutdan 1-2,5 sagada çenli çekýär. Bu söhbetdeşligiň dowamynda müşderi psihologa özi we özüniň meselesi barda jikme-jik gürrüň berýar, psiholog bolsa meseläniň manysyna we sebäplerine dogry düşünmek üçin, şeyle-de müşderiniň özüniň käbir zatlara täzeden şeljerme berip biler ýaly ony üns berip diňleýar. Maslahat wagtynda psiholog öz ýanyndan müşderiniň şahsyýetini bahalandyrýar we onuň şahsy indiwidual aýratynlyklary esasynda müşderide dörän meseläni çözmek üçin ylmy taýdan esaslandyrylan, delillendirilen maslahatlar, hödürnamalar berilýär.

Psihalog maslhatçynyň berýan maslahaty, hödürnamasy köplenç meseläni psiholog gatnaşmazdan, müşderiniň özbaşdak çözmäge ýagdaýynyň bolar ýaly maslahatlary hödürlenýär.

Psihologik maslahat - *durnukly emele gelen tejribelik işi bolup, her bir fiziki we psihiki taýdan sagdyn adamyň, durmuşynda duçar bolýan ähli psihologik meseleleri çözmäge ýagdaýynyň bardygyny ynandyrmak esasynda adamlara hakyky psihologik kömekleri bermekdir.* Ýöne müşderi öz meselesiniň esasy sebäplerini mydama öňünden anyk we kesgitli bilmeýär we öz güýjüne, mümkinçiliklerine eýerip nähili we nädip

çözmelidigini aňlamaýar. Ynha şeýle ýagdaýlarda ýörüte psiholog maslahatçy hünärmeni
kömek bermeli. Diýmek, psihologik maslahatyň esasy meselesi hem şundan ybaratdyr.

Maslahat wagtynda psiholog müşderi bilen işlemegiň we oňa täsir etmegiň ýörüte tärlerini we usullaryny ullanýar.

Psihologik maslahatçynyň müşderi bilen duşuşygy 2-den we ondan köp hem bolup biler, bu çözilýän meselä bagly bolýar:

* müşderiniň meselesi 1-2 gezek kabul edişde çözmekden örän çylşyrymlylygy;

* müşderiniň birden artyk, dürli-dürli meselesi bolup, hersini aýratynlykda çösmekligi talap edýänligi;

* meseläniň çözgüdi dessine we doly müşderiniň özbaşdak amala aşyryp bilmezligi we daşyndan maslahatçynyň goşmaça goldawyny talap edýänligi;

*psiholog maslahatçynyň, müşderiniň mysal üçin, indiwidual aýratynlyklaryna baglylykda öz meselesini goşmaça goldaw kömegi bolmasa dessine we özi çözip biler diýen ynamynyň bolmazlygy.

Bu ýagdaý eger-de müşderi özüne ynamy pes bolanda, emosiýasyny we özüni alyp barşyny ýola goýup bilmeýän ýagdaýynda, eger-de onuň intellektual ösüşi çylşyrymly hadysalarda özbaşdak oýlanyşykly, saldamly çözgüdi kabul edip bilmese ýüze çykýar.

Psiholog maslahatça ýüz tutýan adamlar. Köplenç psiholog maslahata orta gatlakdaky halky, ýagdaýlary boýunça fiziki we psihiki saglyklary ýokary töwekgellikdäki zolaklardaky adamlar ýüz tutýarlar. Ýokary töwekgelçilikdäki zolakdaky adamlar diýip ýaşaýyş durmuşy, nerwli, psihiki, fiziki kesellere ýykgyn, kesellemäge amatly adamlar göz öňine tutylýar.

Fiziki we psihiki taýdan güýçli adamlar şeýle kynçylykly ýagdaýlardan öz güýçleri bilen baş alyp çykýarlar, olar diňe argynlyk we diskomfort duýýarlar.

Esasan psihologik maslahata durmuşy başa barmagyk, paşmadyk, durmuşa oňat uýgunlaşyp bilmedik adamlar, şeýle-de işden daşgary boş wagty bar adamlar ýüz tutýarlar, sebäbi psihologyň düýpleýin maslahatyny almak üçin wagt sarp etmeli bolýar. Şeýle hem emosional taýdan durnuksyz adamlar, durmuşda aldanan we frustrasiýa ýagdaýa düşenler bolýar. *Bu adamlar haçan psihologyň kömegini gözläp başlaýarlar?* Düzgün boýunça olar mesele dörän dessine däl-de, eýsem durmuşlarynyň iň agyr döwründe psihologa ýüz tutýarlar. Adam psihologa haçanda özi birnäçe gezek meselesini çözmäge çemeleşip, onuň dogry çözgüdini tapman, ahyry ysgyndan düşen wagtynda daşgary kömege mätäç bolup, maslahata gelýär.

Adamlar psiholog maslahatçylardan näme gözleýärler? Käbir müşderiler öz meselelerini umuman nähili çözmelidigini bilýärler we psihologdan diňe bir emosional goldaw gözleýärler. Beýlekiler, meselelerini nähili çözmelidigini bilmeýärler we psihologyň maslahatyna mätäç bolýarlar. Üçünji birleri bolsa, özlerine ynamy bolmansoň, bar bolan birnäçe çözgütlerden haýsysyny saqýlajagyny bilmänsoň psihologyň ýanyna barýarlar. Olary dogry ýola ugrukdyrmak, özlerine ynam döretmek gerek bolýar. Dördünjisi …bu köplenç ýekemezek, aýralyk çekýän adamlar – olara ýürekdeş gürrüňçil adam gerek. Bularyň köplenç agyr, kyn meseleleri bolmaýar. Müşderileriň arasynda hiç bir mesele däl-de, eýsem bilesigelijiligi, psihology synap göresi gelýän islegini kanagatlandyrmak üçin gelýänler hem bolýar. Käbirleri hakykatdan-da psihologyň kimdigini, näme bilen meşgullanýandygyny bilmek isleýärler, beýleki birleri, eýýäm öňünden, psihologyň biderek iş bilen meşgullanýandygyna ynanýar we dürli ýasama ýagdaýlary döredip, psihologyň, onuň işinieýdasyzdygyny subut etmäge çalyşýar.

Psiholog-maslahatçynyň hünärmenlik aýratynlygynyň biri gelýän ähli müşderileri, olaryň, isleglerine, maksatlaryna

garamazdan sabyrly, çydamly, akýurekli kabul etmegi başarmakdyr. Bu diňe bir hünärmenlik abraýyny saklamak üçin däl, eýsem olar edil lukmanlar ýaly hünärmenlik etiki kadasyna baglylykda islendik gelen we mätäçlik çekýän adama kömek bermäge borçludyr.

1.2 Psihologik maslahat bermegiň adama berilýän beýleki tejribelik psihologik kömegiň görnüşlerinden tapawutlylygy

Psihologik maslahat bermek, adamlara berilýän beýleki tejribelik psihologik kömeklerden indiki esasy aýratynlyklary bilen tapawutlanýar. Mysal üçin, indiwidual we toparlaýyn psihoterapiýadan tapawutlykda ol, müşderi bilen psihologyň şahsy habar alyşmak aragatnaşygy gysga wagtlaýyn we döwürme-döwür bolýar. Indiwidual we toparlaýyn psihoterapiýanyň dürli görnüşleri adaty psiholog bilen müşderiniň uzak, üznüksiz özarahereketlerini öz içine alýar, ýagny ol birnäçe hepdeden, aýdan hat-da ýyllap hem dowam edýär.

Psihoterapiýada (psihologik maslahatyň tejribeligine garanyňda) müşderiniň psihologik meselelerinden saplanmagynda esasy işjeň orny psiholog alyp barýar. Hut onuň özi müsderiniň meselesiniň çözülmeginiň işjeň hereketlerini saýlap alyp, işini öňa gönükdirýär, müşderiniň özi bolsa, passiw orunda bolýar, ýagny psihoterapewtiň täsirlerini kabul edýär we ýerine ýetirýär. Psihologik maslahatda başgaça: psiholog esasan maslahat berýär, tejribelikde amala aşyrylmagy müşderiniň özi alyp barýar, bu işde onuň özi işjeň orny eýeleýär. Psihologik maslahatyň tejribeligi bilen bagly bolan esasy psiho düzediji (psihokorreksion) işi, köplenç psiholog gatnaşmazdan müşderiniň özi geçirýär.

Psihologik maslahatda psihologik anyklaýyş işi örän az, diňe işiň başlangyç döwründe ulanylýar we esasan müşderiniň

maslahat döwründe gös-göni özüni alyp barşyna syn etmekden alynýan netijelere daýanýar. Psihodiagnostika ýörüte psihologik testler ulanmazdan ýygnalan maglumatlara seljerme bermegi we umumylaşdyrmagy öz içine alýar. Psihokorreksiýa işinde psihologik anyklaýyş has ähmiýetli orun eýeleýär, adaty maslahatyň iň başlangyjynda ulanylýar we oňa has köp wagt berilýär.

Müşderi bilen işiniň netijesine psiholog maslahatçy göni, şahsy jogapkärçilik alyp barmaýar. Maslahatçy diňe müşderiniň meselesi barada çykaran özüňiň netijesiniň dogrudygyna we hödürleýän maslahatynyň önümliligine jogap berýär. Beýleki psihoterapewtik tejribeliginiň görnüşlerinde psiholog müşderi bilen alyp barýan işiniň gutarnykly netijesine şahsy jogapkärçilik çekýär.

Psiholog-maslahatça diňe maslahatda ulanylmalylaryndan başga, psihoterapiýanyň tärlerini we usullaryny bilmeklik hökman däl. Düzediş tejribeligi bilen meşgullanýan psihoterapewt bolsa, onuň usullaryny hünärmen derejesinde ulanmagy başarmaly, çünki onuň esasy işi ol usullary ulanmakdan ybaratdyr.

Psihologik maslahat berişiň meseleleri we maksady. Psihologik maslahat bermek psihologik tejribeligiň esasy görnüşi hökmünde indiki maksatlara gönükdirilýär:

- <u>*Müşderide ýüze çykan meseleleri çözmäge operatiw kömek bermek;*</u>

Adamlarda köplenç dessine kömek bermeli we çözmeli bolýan meseleler döreýär, ýagny müşderide ol meselelere wagt we serişde sarp etmäge mümkinçiligi bolmaýar. Şeýle meselelere operatiw diýip, edil berilýän kömekleride şeýle atlandyrýarlar. Dil üsti berilýän görnüşindäki tizleşdirilen psihologik kömegiň operatiw meseleleri çözmekde ähmiýeti ulydyr. Mysal üçin, çaga bilen onuň ene-atasynyň arasyndaky özragatnaşyklary çylşyrymlaşyp, onuň dowam etmegi guýçli näsazlyklara, ýagny çaganyň fiziki we psihiki saglygyna oňyn däl täsirini

ýetirjekdigi aýdyňlygynda; Haýsy hem bolsa bir edaranyň işgäri hem çaltlaşdrylan kömege mätäç bolup biler, mysal üçin, gönüden-göni başlygy bilen çagyrylan gysga duşuşykda özüniň meselesini çözmek gerek bolanda. Üçünji mysal, maşgalada är-aýalyň haýsy hem bolsa biriniň ene-atasyndaky, ýakyn garyndaşlaryndaky gatnaşyklarynda garaşylmadyk ýagdaýda ähmiýetli meseläniň döremegi, maşgaladaky gatnaşyklaryny çylşyrymlaşdyrmagy operatiw kömegi zerurlandyrýar.

• *Müşderiniń öziniń özbaşdak ýerine ýetirip biljek meseläni çözüp biljek ýagdaýda maslahat bermek gerek;*

Bu ýagdaýda aýratyn bir hünärmenlik bilim zerurlygy bolman, ýönekeý durmuşy tejribelikli maslahatlar hem ýeterlik bolýar. Mysal üçin, müşderiniň özi üçin optimal gün tertibini, dürli işleri utgaşdyrmagyň, dynç almagyň we zähmet çekmegiň tertibini paýlaşdyrmaly bolanda.

• *Müşderä wagtlaýyn kömek bermek, hakykytda bolsa ol uzak, wagtlaýyn azda-kände mydamalyk psihoterapewtik täsir edilmä mätäç, ýöne käbir sebäplere görä edil şol wagt şeýle kömegi bermäge mümkinçilik ýok.* Bu ýagdaýda psihologik maslahat beriş, geçip duran-akymlaýyn operatiw kömek serişdesi hökmünde ullanylýar, käbir negatiw ýagdaýlaryń ösmeginiń öňini almak üçin geçirilýär. Şeýle mysal, müşderide birdenkä depressiw ýagdaýynyň ýüze çykmagy bolup biler.

• *Haçanda, müşderi öz meselesine dogry düşünýär, hakykatda ol ony çözmäge taýyn, ýöne kän bir ynamy ýok, şübhelenýär;* Bu ýagdaýda psihologik maslahatçy bilen söhbetdeşlikde müşderi hökmany bolan profesional we ahlak goldawyny alýar, bu oňa özine bolan ynamy döredýar.

• *Haçanda psihologik maslahatdan başga ýagdaýa mümkinçiligi galmadyk ýagdaýynda müşderä kömek bermek;* Bu ýagdaýda hünärmen-psiholog psihologik maslahat geçirmek bilen müşderä hakykatdan hem has esaslandyrlan, dowamly psihokorreksion ýa-da psihoterapewtik kömege mätäçdigini düşündirýär.

iii

• *Psihologik maslahat beýleki psihologik kömek bermegiń usullary bilen birlikde alynyp barylmagy, bu ýagdaýda diňe psiholog däl eýsem müşderiniń özi hem dörän meseläni çözmäge çalyşýar;*

• *Haçanda psihalog maslahatçyda taýyn çözgit ýok, çünki bar bolan ýagdaý onuń kompetensiýasynyń çäginden çykýan bolanda, şonda-da ol müşderä iň minimal kömegi bermelidir.*

Bu we beýleki ýagdaýlarda psihologik maslahat indiki esasy meseleleri çözýär:

1. Müşderide dörän problemasyny anyklamak;
2. Müşderide dörän problemanyň manysy, onuň hakyky ýagdaýy barada habarlarly etmek;
3. Müşderiniň dörän problemany özbaşdak çözüp bilmäge ýagdaýyny anyklamak maksady bilen onuň şahsyýetini öwrenmek;
4. Müşderiniň meselelerini çözmek üçin berilýän maslahatlary we hödürnamalary anyk düzmek;
5. Müşderi öz meselelerini çözmäge girişinde oňa goşmaça akymlaýyn kömek bermek;
6. Müşdera gelejekde şeýle meseleleriň döremeginiň öňüni almagyň ugurlaryny öwretmek;
7. Müşderä ýönekeý durmuşda zerur psihologik bilimleri we başarnyklary, olary özleşdirmegiň we dogry ulanmagyň usullaryny bermek.

Bu meselelere has anygrak seredip geçeliň. Meseläni anyklamak müşderini dykgat bilen diňläp, onuň özüni alyp barşyny synlap, hakykatda müşderiniň meselesiniň mazmunyny kesgitlemekden ybarat bolýar. Käwagt psihologyň pikiri bilen müşderiniňki gabat gelýär, käwagt bolsa olaryň pikirleri gabat gelmeýär. Bu ýagdaýda psiholog-maslahatçy näme üçin şeýle netijä gelendigini müşderä düşündirýär.

Müşderini öz meselesi barada habarly etmek hem edil şu ýagdaý bilen bagly. Psiholog müşderiniň meselesini diňe bir

deliller bilen düşündirmän, eýsem onuň meselesiniň döremeginiň sebäplerini we nähili ýollar bilen ony çözmek boljakdygyny hem düşündirýär.

Müşderiniň şahsyýetini öwrenmeklik ýokarda agzalan ýagdaýlar bilen parallel gidýär. Şeýle öwrenmeklik bolmasa birinjiden, müşderi öz meselesine doly we dogry düşünmez, ikinjiden, meseläniň çözülişine müşderiniň işjeň gatnaşmagy hem mümkin bolmaz. Psiholog müşderiniň indiwidual aýratynlyklaryny hasaba almak bilen onuň meselesini düşündirmäge maksimal mümkinçilik gazanýar.

Ähli aýdylan, edilen işleri hasaba almak bilen psiholog-maslahatçy müşderi üçin hödürnamalary taýýarlaýar. Şeýle maslahatlar, hödürnamalar müşderi üçin gyzga, ýönekeý we düşnükli, şeýle-de adaty durmuşynda ýerine ýetirip we gözegçilik edip bolýan bolmaly.

Gynansakda müşderi psiholg-maslahatçydan alan maslahatlaryny dessine üstünlikli bolar diýip ynanyp, amala aşyrmaga başlamaýar. Özüniň tejribesizligine ýa-da başarnyksyzlygy sebäpli, ýalňyşlary goýberýän wagty seýrek bolmaýar we gapdalyndan goşmaça psihologyň operatiw kömegine mätäç bolýar. Psiholog bu ýagdaýda esasy maksady diňe dogry hödürnamalar berendigi bilen çäklenmeli däl-de, müşderiniň ol hödürnamalary dogry, ýalňyşsyz ýerine ýetirmegini üpjün etmelidir. Müşderiniň aňly ol hödürnamalry ýerine ýetirmeýän wagtlary hem bolýar, bu ýagdaýlarda psiholog jogapkärçilik çekmeýär.

Köp psihologik häsiýetli meseleler durmuşda ikiläp gaýtalanyp bilýär, şonuň üçin maslahat geçirilýän wagtynda müşderide şeýle meňzeş ýagdaýlaryň gaýtalanyp döremeginiň öňüni almagy, ýa-da ony minimuma ýetirmegi gazanmalydyr. Bu psihologyň psiprofilaktiki meselesine degişli bolup, müşderiniň özüniň meňzeş problemalaryny çözmäge ukybynyň bolmagyny gazanmakdyr. Müşderiniň öz meselelerini özbaşdak

çözmäge ýagdaýynyň bolmagy üçin psiholog oňa käbir ýönekeý, peýdaly psihologik bilimleri berýär.

1.3 Psihologik maslahat bermegiń görnüşleri

Psihologik kömege dürli adamlar we dürli sebäpler boýunça ýüz tutýandyklary üçin psihologik maslahaty *müşderiniň indiwidual aýratynlyklary* we *ýüz tutýan meseleleriniň aýratynlyklary* esasynda görnüşlere bölmek bolar.

* *Intim-şahsy psihologik maslahat beriş* - köp duş gelýän görnişi. Bu görnüşde döreýän meseleler adamyń şahsyýetiniń çuň içki tarlaryna degip, onuń döremegi adamy güýçli aladalandyrýar, özem esasan beýleki adamlardan gizlin saklanýar. Mysal üçin: adamyń psihologik ýa-da özüni alyp barşyndaky ýetmezçilikler, ońa ähmiýetli bolan adamlar bilen şahsy özaragatnaşyklarynda döreýän meseleler, dürli gorkular, şowsuzlyklar, psihogen keseller we ş.m. bolup, adam ondan saplanmagy isleýär. Şeýle-de adamyń öz-özine göwni ýetmezligi, initm meseleleri, ýagny jynsy gatnaşyklary bilen bagly meselelerini degişli etmek bolar. Bu ýagdaýda maslahatçy müşderi bilen aragatnaşykda örän inçe duýgur we sypaýy adam bolup, özüne ynam döretmeli we dürli adamlar bilen intim-şahsy gatnaşyga degişli maglumat taýdan uly tejribe toplan adam bolmaly. Psihologik maslahatçy ýaşy boýunça müşderiden uly bolmaly. Müşderi bilen iş geçirýan psiholog maslahtçynyň özüniń hiç-hili güýçli, çösilmedik intim-şahsy meselesi bolmaly däl.

* *Maşgala maslahat beriş* - özüniń ýa-da beýleki özüne ýakyn adamlarynyň maşgalasynda döreýän meseleler. Bu mysal üçin, ýan ýoldaşy saýlap almak, maşgalany optimal düzmek we maşgalada özaragatnaşygy ýola goýmak, maşgaladaky boljak konfliktleri duýdurmak we çözmek, aýrylyşýan maşgalalaryň agzalarynyň özlerini alyp barşyny sazlamak we ş.m. bellemek bolar. Maşgala bölüme degişli

psihologik maslahat üçin ýörite şertler döredilmeli, munuň üçin ilki bilen maslahatçy maşgalanyň kamala gelşiniň umumy kanunyny bilmeli, şol kanunlaryň esasynda akylly maslahat bermeli. Iň möhüm kanunlar indikiler:

* Haçanda ýaňy maşgala gurulmagyň öňi ýanynda, gelejekgi är-aýal biri-birine doly obýektiw garamagy başarmazlygy; Wagt geçmegi bilen aýdyň emosional duýgularyň peselip, bir-birine öwrenişip başlamagy; Köplenç ilkinji çagalary dogansoň biri-birine bolan wagtlaýyn sowuklygyň döremegi, durmuşlarynyň ikinji ýada üçinji ýaşaýyş bölegindäki sowuklygyň ýüze çykmagy;

* Ar-aýal näçe biri-birine gabat gelýär diýsegem, irde-giçde agzalylyga getirýär. Şol bir meselä dürli pikiriň döremegi bu kadaly zat, ol üýtgeme, gyşarma däl. Her bir maşgalada düşünmezlik bolýar, ýöne oňaýly maşgala – geçirimlilik edýär;

* Maşgalanyň her bir agzasy şahsyýet hökmünde maşgala degişli, ýöne ol özbaşdak erkin adamdygyna galýar.

Psiholog maslahatçy maslahat geçirýän wagty umumy nazara almaly düzgünleri:

• är-aýalyň özara gatnaşyklaryndaky problemanyň çözülýän wagty olaryň arasynda durup, haýsy bolsa-da birini goldamaly däl, döreýän konflikte maşgalanyň hemme agzasy jogapkär. Esasan hem bu ýagdaý är-aýalyň ikisi bilen bilelikde maslahat geçirilýän wagty zerur.

• eger-de maslahat sorap gelen ikinji gezek durmuş gurmak üçin, özem doly tanamaýan adamsy bilen durmuş gurjak bolup, psihologa ýüz tutýan bolsa, onda indiki ýagdaýa üns bermeli:

• birinji nikasy şowly bolmadyk adam, köplenç dezadaptiw häsiýetli adama duşýar, ýagny maşgala uýgunlaşmak we täze maşgala gurmak islendik adama kyn düşýär. Ikinji ýa-da ýene-de nika baglanyşýan adam muny dogry düşünmeli we ynanmaly, ýogsam az wagtdan öňküsi ýaly problema duçar bolar.

iii

Şeýle adamlar bilen maslahat işi tejribelikde indiki meýilnama boýunça geçip biler:

• Belli bir test usullary bilen her birini aýratynlykda derńemek, olaryń potensial gabat gelmelerini, gabat gelmeýän häsiýetlerini anyklamaly;

• Müşderiniń özara ylalaşmalarynyń esasynda olaryń deń gabat gelýän, deń gabat gelmeýän psihologik ýagdaýlaryny habar bermeli;

• Olaryń her biriniň öz häsiýetlerini biri-birine gabat geler ýaly özlerini alyp baryşlaryny üýtgetmegi başarjakdyklaryny ýa-da başarmajakdyklaryny anyklamaly;

• Gös-göni psihologik maslahat berilýän otagda gelejeki ýan ýoldaşlaryń potensial gabat gelişmesini anyklamak üçin sosial-eksperimenti goýmak we geçirmeli. Soń alnan maglumatlary olara habar etmeli.

Psihologik maslahatyň indiki görnüşi:

* *Psiholog-pedagogik maslahat beriş* - çagalaryń okadylma we terbiýe meselesi bilen bagly, uly adamlaryń nämedir täze bir zatlary öwrenmek, pedagogik hünärmenligini, ýolbaşçylyk etmekligini ýokarlandyrmak, çagalaryń we ulylaryń toparlaryny we kollektiwlerini dolandyrmak baradaky maslahatlary bellemek bolar. Psihologo-pedagogik maslahata okatmagyň maksatnamalaryny, usullaryny we serişdelerini kämilleşdirmek meseleleri, pedagogik innowasiýalaryny psihologik esaslandyrmak we birnäçe beýl. gegişlidir. Has giňden ýaýran psihologik maslahatyň ýene bir görnüşi:

* *Işewürlik maslahat beriş* – öz gezeginde ol adamlaryň işiniň we onuň görnüşiniň köpdürliligine baglylykda dürli-dürli görnişi bellik edilýär. Umuman, adamlaryń alyp barýan işleri bilen bagly bolansoň işewür maslahat diýip atlanyrylypdyr. Muńa mysal üçin, hünäri saýlamak, adamyń ukyplaryny ösdirmek, kämilleşdirmek, onuń zähmetini gurnamak, işjeńlik ukybyny ýokarlandyrmak, işewür

gepleşiklerini alyp barmak we ş.m. meseleleri degişli etmek bolar.

Agzalyp geçilen psihologik maslahat berişiň her bir görnüşi beýlekileri bilen meňzeşligi, gabatlaşýan ýerleri bar, mysal üçin, manysy boýunça birmeňzeş psihologik meseläniň düzümi, dürli işlerde we dürli ýagdaýlarda döräp biler. Şol bir wagtda hem psihologik maslahat berişiň görnüşleriniň her biriniň özboluşly aýratynlyklary bardyr.

Maslahat berişiń birinji şahsy-pynhan görnişi aýratyn ýagdaýyń döredilmegini (sebäbi aladanyń öz ýagdaýyny boýun almagy bilen baglanşykly), içki duýgularyny daşyna çykaryp bilinýän ýagdaýyň döredilmegini talap edýär. Bu görniş gysga wagtlaýyn bolup bilmeýär. Bu birinjiden, psihologyň hem müşderiniň öňünden uly taýyn bolmagyny; ikinjiden, psihologyň müşderi bilen uzak wagtlap we ýeňil däl gürrüńi geçirmegi; üçünjiden, müşderiniň problemasynyň uzak wagtyń dowamynda çözilmegini göz öňünde tutýar.

Maşgala maslahat berişde - psiholog maslahatçy maşgala problemalaryny, olaryň çözüliş usullaryny bilýän bolmaly, mümkin boldugyça öz maşgala tejribesiniň esasynda. Maşgala gurmakda hususy tejribesi bolmadyk, ýa-da maşgala gurmak başartmadyk bolsa bu ugurdan meseleleri dogry çözer diýen pikir döremez. Ýöne, ol hem beýleki ýagdaý maslahat bermekde peýdaly taraplary bardyr. Oňyn däl maşgala tejribesi bolan adam, beýleki adamlara nähili ýagdaýlardan gaça durmalydygyny, ýol bermeli däldigini oňat düşündirip biler, ýöne maşgalany saklamak we maşgalanyň içki gatnaşyklaryny sazlamak üçin näme etmelidigi barada aýdyp bilmez. Ýöne bu düzgünlerden sowulma ýagdaýlary, ýagny psihologyň öz maşgalasynda birnäçe şowsuzlyklaryň bolandygyna garamazdan, örän oňat maslahat işini alyp barýan ýagdaýlary hem duş gelýär.

Psihologik-pedagogik maslahat beriş işi maslahatçynyň pedagogik biliminiň, adamlary okatmak we terbiýelemek

tejribeliginiň bolmagyny talap edýär. Adaty uzak döwür pedagogik iş tejribesi bolan mugallymlar we terbiýeçiler psihologo-pedagogik meseleleri çözmekde oňat maslahatçy bolup bilýärler.

Edil şonuň ýaly, işewür maslahatda hem haýsydyr bir işiň görnüşinde uzak işlän, tejribesi ýokary adam bu işi üstünlikli alyp baryp biler.

Psihologik maslahatyň netijeliliginiň şertleri. Psihologik maslahatyň ýeterlik üstünlikli bolmagy, maksimal oňyn netijeleri bermegi üçin maslahat geçirilýän wagtynda birnäçe şertleri saklamaly.

<u> Şert 1</u>.* Psihologa kömek üçin ýüz tutýan adamyň hyýaly oýlanyp tapylan däl-de, hakyky psihologik häsiýetli meselesi bolmaly we ony hakykatdan çözmäge bolan islegi bolmaly. Eger-de müşderide hakykyatdan-da mesele bar bolsa, ýöne ony doly aňlamaýan we ondan saplanmak islemeýän bolsa, onda psiholog söhbetdeşligiň dowamynda onuň öz meselesine düşünmegini we ondan saplanmaga bolan islegini döredtmäge kömek edip biler. Eger-de müşderi öz meselesini oňat bilýän bolsa, ýöne öz psihologiýasynda, özüni alyp barşynda hiç bir zady üýtgedesi gelmese, onda has tejribeli psiholog hem oňa ähmiýetli kömek eder diýip bolmaz.

* *<u>Şert 2.</u>* Müşderiniň kömek üçin ýüz tutan psiholog-maslahatçysy maslahat geçirmekde tejribesi we psihologik hünärmenlik taýynlygy bolmalydyr. Muňa baglylykda psihologik maslahat lukmançylyk tejribesine meňzeşdir. Edil lukmandan talap edilşi ýaly psiholog-maslahatçydan hem müşderä zyýan ýetirmezlik, oňa kömek etmekde eliňden geleni gaýgyrmazlyk talap edilýär.

* *<u>Şert 3.</u>* psiholog-maslahatçynyň sarp edýän wagty müşderiniň meselesine dogry we doly düşünmegi, meseläniň optimal çözgüdini tapmak we ony müşderiniň özi bilen ýerine ýetirmegi üçin ýeterlik dowamly bolmalydyr. Bu ýerde göz öňüne tutlýan wagt meseläni çözmek üçin edilýän ädimleri,

ýetilen netijeleri bahalandyrmagy we başlanan işi soňuna ýetirmekligi öz içine alýar.

Käwagt tejribesi az bolan müşderi üçin ýetilen oňyn netije örän ujypsyz ýa-da asla netije ýok bolup görünýär. Psiholog bolsa öz tarapyndan edilen işleriň we gerekli netijeleriň bardygyna ynamy bolmalydyr. Bu ýagdaýda psiholog-maslahatçynyň öňünde goşmaça mesele, ýagny meseläni kanagatlanarly çözülendigini müşderä subut etmek, ony ynandyrmak meselesi döreýär. Käwagt tersine müşderi üçin ýetilmeli derejä ýetilen, ähli mesele çözülen ýaly görünýär, emma psiholog bolsa entäk iş soňuna çenli ýetilmedigini nygtaýar. Bu ýagdaýda işi bes etmeli däldigini psiholog müşderä ynandyrmalydyr we işi dowam etmäge çalyşmalydyr. Eger maslahat bellik edilen möhletinden öň bes edilýän bolsa, onda psiholog müşderini bu we onuň geljekdäki ýüze çykyp biljek ýagdaýlary barada habarly etmelidir.

*<u>*Şert 4.*</u> Müşderi psiholog-maslahatçydan alan hödürnamalaryny, tabşyryklaryny berk berjaý etmelidir. Garşylykly ýagdaýda müşderiniň meselesi çözülmän galar, psihologyň maslahaty bolsa diňe oňyn islegler hökmünde galar.

* Şert 5. Psihologik maslahat oňyn, ýakymly ýagdaýlarda geçirilmeli. Bu barada aýratyn belläp geçeris. Häzir bolsa diňe maslahat iki-çäk, konfidensial, müşderi bilen maslahatçynyň özara ynamy döredýän, müşderiniň dartgynlygyny gowşatýan, açyk we ynamly gürrüň bermegini döredýän ýagdaýda bolmaly.

Bap 2. Psihologik maslahatçy we onuń işine edilýän talaplar

2.1. Psihologik maslahatçy we onuň bilmeli we ýerine ýetirmeli işi

Psiholog-maslahatçy diňe umumy we ýörüte ýokary psihologik bilimi bolan, şeýlede psiholog-maslahatçy hökmünde ýeterlik tejribeligi bolan, hünärmen hökmünde ýokary bahalandyrylan we ýörüte bilimini ykrar edýän diplomy bolan adam bolup biler. Psihologik bilimi diýlende ýokary okuw jaýlarynda ýörüte psihologiýa fakultetini, bölümini tamamlap, diplomy ele alan ýagdaýy göz öňünde tutulýar. Ýörüte psihologik bilimi bolan diýlende psihologiýanyň haýsy hem bolsa bir ugrundan ýörüteleşen bilimi bolmaklygy aňladýar. Şeýle köp taraplaýyn bilim psiholog üçin maslahat işiniň häzirki zaman ylmy we çuňňur tejribelik esaslaryny bilmek bilen işi alyp barmagy we indiki soraglara jogap berip bilmegini aňladýar:

Häzirki zaman müşderisiniň psihologiýasy nähili? Kömek üçin ýüz tutan müşderi bilen edil şu wagt nämeler bolup geçýär? Näme üçin ýüz tutan müşderä başga hili däl-de, eýsem edil şunuň ýaly kömek gerek? Bu hödürnamalar müşderä nähili täsirini ýetirmeli? Nädip müşderä ylmy esaslarda berilýän anyk maslahatlaryň ähmiýetini düşündirmeli?

Ýörüte psihologik tejribelik bilimi diýip, psiholog-maslahatçynyň tejribelik işi bilen bagly, psihologiýa ylmynyň ýörüte ylmy usullaryny ulanmagy bilen baglanyşykly işi göz öňüne tutulýar. Psiholog-maslahatçy üçin dowamly, uzak tejribeligi örän möhüm, sebäbi psihologiýany ylmy taýdan bilmek we ony okatmak, gös-göni durmuşy tejribelik bilen deň bolmaýar. Psiholog-maslahatçynyň işiniň ähli inçe syrlaryny öňünden anyklap, okuw dersine goşmak mümkin däl. Şeýlelik

bilen, psiholog-maslahatçy üçin tejribelik işiň tejribesi islendik ýagdaýda hökmanydyr.

Psiholog-maslahatçy bilim-başarnyklaryndan başga-da şahsy aýratynlyklary, ýagny adamlara bolan söýgi, olaryýagdaýyna sözsüz düşünmäge we duýmaga ukyplylyk, açyk göwünli, çydamly, sabyrly, gürrüňçil we jogapkärli häsiýetli bolmaly. Bu ugurda belli hünärmen R. Meý, psiholog-maslahatçy adamlary özüne çekmegi başarmaly, islendik köpçülikde özüni erkin duýmaly, duýgudaşlykda erkin bolmaly diýip belleýär. Psiholog-maslahatçyda esasy zat müşderä düşünmäge ymtylmagy we açyk göwünliligi, müşderiniň öziniň oňat taraplaryny görmäge we öziniň şahsyýet hökmünde ähmiýetli häsiýetlerini görmäge kömek etmäge ymtylmagydyr.

Psihologik maslahata we maslahatça bildirilýän umumy talaplar. Psihologik maslahata we maslahatçy psihologyň tejribelik işine bildirilýän umumy hünärmenli we ahlak-etiki talaplaryň ulgamy tejribelik psihologyň hünärmenlik etikasynyň kodeksinde oňat bellik edilen. Bu kodeksiň köp ýagdaýlary psiholog-maslahatça hem degişli. Olaryň tertibi indikilerden ybarat:

1. Psiholog-maslahatçynyň hünärmenlik işi müşderä hödürleýän maslahatlaryna aýratyn jogapkärçiligi bilen häsiýetlenýär.
2. Psiholog-maslahatçynyň tejribelik işi ahlak-etiki we ýuridiki esaslara daýanmalydyr.
3. Psiholog-maslahatçynyň işi, müşderiniň şahsy we intellektual ösüşinde çäklendirmeleri aradan aýyrmaklygy aňladýan ynsanperwerlik maksatlara gönükdirilendir.
4. Psiholog-maslahatçy öz işini hiç bir şertsiz müşderiniň şahsyýetini we mertebesini sylamak esasynda düzýär. Psiholog-maslahatçy adamzat hukugynyň esasyny

düzýän ähIumumy adam hukugy Deklarasiýasyny sylaýar.

5. Psiholog-maslahatçy müşderi bilen işinde açyklyk we dogruçyllyk düzgünine gulluk edýär. Şol bir wagtda hem ol özüniň berýän maslahatlarynda seresap bolmalydyr.
6. Psiholog-maslahatçy müşderiniň hukuklarynyň bozulýandygyny we onuň bilen gatnaşygyň gödek bozulýandygyny görse, bilse öz kärdeşlerini, hünärmenlik birleşmeleriniň agzalaryny habarly etmelidir.
7. Psiholog-maslahatçy müşderä diňe öz biliminiň, hünäriniň çagine degişlilikde kömek bermäge haklydyr.
8. Psiholog-maslahatçy öz işinde diňe öň belli we ulanylan, umumy ylmy standartlaryna gabat gelýän usullary ulananmalydyr.
9. Psiholog-maslahatçynyň işiniň hökmany düzüm böleginiň biri elmydama hünärmenlik bilimini we başarnygyny ýokary derejede saklamagydyr.
10. Doly ylmy talaplara jogap bermeýän, subut edilmedik psihologik usullary we hödürnamalary ulanmaga mejbury bolan ýagdaýynda psiholog-maslahatçy öz müşderilerini ol barada habarly etmelidir we öz netijelerinde seresaoly bolmalydyr.
11. Psiholog-maslahatçy üçünji birlerine öz müşderileriniň maglumatlaryny we maslahatynyň netijesini aýtmaga haky ýokdur.
12. Psiholog-maslahatçy hünärmen däl adamlaryň psihologik maslahatyň we täsir etmegiň usullaryny ulanmaga ýol bermeli däldir. Bu ýagdaý barada şeýle "hünärmenleriň" hyzmatyny ulanýanlara aýtmalydyr.
13. Psiholog-maslahatçy kompetentli däl adamlara müşderi bilen işlemegiň psihologik usullaryny bermäge haky ýokdyr.

14. Psiholog-maslahatçy müşderä ýerine ýetirip bilmejek maslahatlaryny, hödürnamalaryny söz berip, olarda umyt döretmeli däldir.
15. Psiholog-maslahatçy müşderä degişli maglumatlary gizlin saklamakda şahsy jogapkärçilik çekýändir.

Psiholog-maslahatçynyň hünärmenlik işinde bu bellik edilen düzgünler ýa-da etiki kadalar hökmany ýerine ýetirilmelidir.

Mundan başga-da oňat taýynlykly hünärmen psiholog maslahatçy bilen taýynlyksyz hünärmeniň arasyndaky tapawutlyklar bellik edilýär.

• *Empatiýa, duýgudaşlyk bildirmäge, beýleki adamyň duýgusyny duýup bilmeklige ukyplylyk.* Bu ukyplylyk beýleki adamyň içki dünýäsine aralaşyp, onuň başdan geçirýan duýgy ýagdaýlaryny onuň gözi bilen görmegi başarmaklyga düşünilýär.

• *Açyklyk.* Müşderiniň içki dünýäsine aralaşmak, oňa düşünmek üçin psiholog-maslahatçy özüniň hususy duýgulary barada habar berýär we onuň özüne bolan empatiýasyny döretmek bilen müşderiniň açyklygyny gazanýar.

• *Müşderi barada şahsy aladalanmany ýüze çykarmak*, muny oňa duýgudaşlyk bildirmegiň, yşaratlaryň, pantomimikanyň kömegi bilen ýerine ýetirilýär.

• *Açyk göwünlilik, mähremlilik.* Müşderä oňyn emosional gatnaşygyň üsti bilen onuň meselesine gyzyklanýandygyňy, meselesini çözmeklige gatnaşýandygyňy görkezmek.

• *Müşderini bahalandyrmazdan oňa bolan gatnaşyk*, onuň özüni alyp barşy, ahlak, etiki kadalary ýerine ýetirişi göwnümize ýaramaýanlygyna garamazdan ony berk ýazgarmazlyk.

• *Ahlak kadalary barada takal okamazlyk*, müşderä öz maslahatlarymyzy dakmazlyk.

• *Müşderä ynanmak*, onuň öz meselesini özbaşdak çözmegi başarjakdygyna, onuň ukybyna ynanmak.

• Maslahatçy *müşderiniň* diňe kynçylyklaryndan saplanmagyna däl, eýsem ony öz kynçylyklaryny ýeňip geçmegiň *konstruktiw ugruna gönükdirmäge ymtylmak we taýýarlyk*.

• *Müşderi bilen optimal psihologik aralygy* (distansiýany) saklamaga başarnyk.

• *Müşderide özüne bolan ynamy we aýgytlylygy* döretmäge başarnyk.

Bu agzalan aýratynlyklar psiholog-maslahatçynyň müşderi bilen gatnaşygynda daşky özüni alyp barşyna we onuň içki pozisiýasyna degişli. Psihologik maslahat geçirmegiň gös-göni daşky gurşaw bilen bagly talaplary hem bar. Psihologik maslahaty geçirmekde optimal şertler hökmünde indikileri bellemek bolar:

1.Aýratyn, asuda, hiç bir ýerden ses gelmeýän, maslahat geçirilýän döwründe müşderiniň we maslahatçynyň ünsüni sowmaýan, keseki adamlar girmeýän otag.

2.Müşderi bilen psiholog-maslahatçynyň oňaýly ýerleşmegi – has oňyn ýagdaý, haçanda biri-biriniň garşysynda oturar ýaly uly burç bolmazdan, aralygy 60-70 sm-dan 100-110 sm. Özem müşderi bilen maslahatçynyň arasynda žurnal stolundan başga zat bolmaly däl.

3.Maslahaty geçirmek we gurnamak haçanda müşderi hiç ýere howlugmaýan, fiziki ýagdaýy oňaýly bolanda geçirmeklik göz öňünde tutulmaly.

4.Müşderi maslahat wagtynda kellesini, göwresini ýarym öwrüm maslahatça tarap, öwürmäge mümkinçiligi bolmaly.

1.Mümkin boldugyça maslahatyň başlanmaly we soňlanmaly wagty öňünden anyk bellenilmeli.

2.Maslahat geçirilýän otagda sagat bolmaly, ýöne ol gös-göni maslahatçynyň we müşderiniň nazary düşüp duran ýerinde bolmaly däl.

3.Maslahat geçirilýän otagda hiç hili ünsi sowujy, howatyrlandyryjy, oňyn däl ýagdaýy dörediji zatlar bolmaly däldir.

4.Tersine, otagda müşderini rahatlandyryjy, dartgynlygy gowşadyjy, komfort dörediji zatlar bolmalydyr.

5.Maslahatyň belli bir tapgyrlarynda ýakymly ýuwaşjadan saz goýbermek amatly ýagdaý döredýär.

Psihologik maslahatda taýýarlyk birnäçe esasy meseleleri özünde saklaýar.

* maslahaty geçirmegiň ýerini we enjamlary saýlamak; (müşderi üçin oňaýly kreslo-diwan, stollar, aýlanýan bolsa hasam gowy, audio-wideo enjamlar).
* kagyz, galam, köpeldiji apparatlar, kompýuterler, kalkulýator we şuňa meňzeşler;
* resmi kagyzlarda bellik etmek, saklamak üçin žurnallar, kartotekalar, seýfler, bellik žurnalynyň nusgasy:

Tablisa 2 **Psihologik maslahatyň bellik edilýän iş dergisiniň nusgasy**

№	Müşderiniň f.a.a.a.	Maslahat geçiriljek güni	Maslahat geçiriljek wagty.	Psiholog maslahatçynyň f.a.a..a..	Goşmaça bellik.

Psiholog maslahatçynyň çalt, gerekli habarlary almak üçin we müşderiniň bilimlerini ösdürmek üçin, gerekli edebiýaty wagtlaýyn hödürläp biler ýaly ýörüte minimum bolsa-da psihologik edebiýatlary bolmaly. Maslahat geçirilýän otag (ýer) müşderi özüni arkaýyn duýar ýaly, ol ortalyk ýagdaýy ofis we öýüň aralyk ýagdaýyny ýatlatmaly.

Ilki tanyşlyk psiholog maslahatçy müşderiden alnan maglumatlar boýunça geçýär. Esasan ilki müşderi maslahat geçirýän psiholog bellik edýär. Her bir müşderä indiwidual kartoçka doldurylyp aýratyn seýflerde saklanýar.

iii

Gerek bolan enjamlary, materiallary taýýynlanýar, eger zerur bolsa dürli çeşmelerden goşmaça habarlar berilýär.

2.2. Psihologik maslahatyň esasy tapgyrlary

Maslahatyň indiudual aýratynlyklaryny göz öňünde tutup maslahatyň meýilnamasy işlenilýär.

I. *Taýýarlyk tapgyry* - psiholog maslahatçy öňünden dergide edilen ýazgy, şeýle hem ilkinji kabul edişligi boýunça müşderi bilen tanyşlyk açýar. Bu tapgyrda psiholog maslahatçynyň işi adaty 20 minutdan 30 minuda çenli.

II. *Düzmek, gurnamak tapgyry* - psiholog maslahatçy hut özi müşderini kabul edýär, tanyşýar we onuň bilen bile işlemäge taýýnlanýar. Müşderi hem öz gezeginde psiholog bilen tanyşlygyny gurnaýar. Eger-de hemme zat öň taýýarlanan bolsa bu tapgyra ortaça maslahaty geçirmäge 5-minutdan 7minuda çenli iş alnyp barylýar.

III. *Diagnoztika tapgyry* - psiholog maslahatçy müşderiniň göwnündäkileri diňleýär we onuň esasynda müşderiniň meselesini anyklaýar. Bu tapgyryň esasy düzümi müşderiniň özi we özüniň meselesi barada ýüregini açmak, gürrüň bermegi, şeýle hem psiholog tarapyndan müşderiniň psihodiagnostikasy geçirilýär. Bu tapgyryň dowamlylygyny anyk bellemek kyn, ýöne ol psihologik test-sowalnama geçirilmedik ýagdaýynda adaty azyndan 1-1,5 sagada çenli ýetýär. Kähalatda bu tapgyr 4 sagatdan 6-8 sagada çenli hem çekip bilýär.

IV. *Hödürnama tapgry* - psiholog maslahatçy öňki tapgyrlarda müşderi we onuň meselesi barada zerur habarlary ýygnap, bu tapgyrda müşderi bilen bilelikde meseläniň tejribe çözgüdini işläp düzýärler. Hödürnamanyň her bir detaly anyklanylýar, aýdyňlaşdyrylýar, ortaça sarp edilýän wagt 40 minutdan bir sagada çenli dowam edýär.

iii

Müşderiniň indiudual kartoçkasynyň nusgasy.

TN	müşderiniň f.a.a.a.	jynsy	ýaşy	käri	Müşderiniň maslahata ýüz tutmasynyň sebäbi.	kim we haçan maslahat geçirdi.	Müşderiniň meselesi bar ada maslahatçynyň netijesi.	müşderä berlen maslahat	Berlen maslahatlary müşderiniň ýerine ýetirişi.	berlen maslahaty ýerine ýetirmekde alnan netije
1	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X

V. *Barlag tapgyry* - psiholog maslahatçy we müşderi öz aralarynda berlen hödürnamalary we maslahatlary nähili bahalandyrýandyklaryny we barlag netijelerini maslahatlaşýarlar. Nirede we haçan işlenen maslahatlary ýerine ýetirilýän wagty ýüze çykyp biljek goşmaça meseleleri çözmelidigini anyklaýarlar. Ortaça bu tapgyr 20-30 minudyň dowamynda bolup geçýär.

Hemme aýdylanlary birikdirsek psihologik maslahat berişiń 5 tapgyryna ortaça (tesitrlemä berilýän wagtdan daşgary) 2-3 sagatdan 10-12 sagat gerek bolýar.

Psihologik maslahat işiniń gurnalyşy

Psihologik maslahatyň geçirilişi diýip - biri-biri bilen baglanyşykly, öňde goýlan umumy maksada ýetmeklige gönükdirilen usullaryň amala aşyrylmagyna aýdylýar.

Psihologik maslahatyň gurnalşynyň düzülşi gös-göni onuň netijeliligi we anyk tapgyrlary bilen bagly bolup, birinji tapgyrda hiç-hili prosedura alnyp barylmaýar; ikinji tapgyrda müşderi bilen duşuşyk, müşderiniň emosional taýýnlygy; psiholog maslahatçy bilen müşderiniň özaragatnaşyklarynda döreýän psihologik barýerini aýyrmak boýunça usullary ulanylýar. Bu prosedura psiholog maslahatçynyň müşderini kabul edendäki hemme hereketleri we aýdýan sözleri, müşderide oňat täsir galdyrmak, müşderini köşeşdirmek, onda özüne bolan ynamy döretmek ýaly hereketler bellik edilýär; üçünji tapgyrda - empatiki diňleme prosedurasy işjeň ulanylýar, şeýle hem müşderiniň oýlandyrmak, ýadyny işjeňleşdirmek we berkitme proseduralary, müşderiniň pikirini aýdyňlaşdyrma we psihodiagnostiki proseduralary bilen işleýär. Bu ýagdaýda psiholog maslahatçy müşderi bilen özüni deň tutýar, ýöne ol onuň aýdýanlaryny analiz edýär, pikirlenýär; dördünji tapgyrda ynandyrma, düşündirme, özara kabul edişlikli çözgüdi gözlemek, detallary anyklamak, kesgitlilik proseduralary ulanylýar. Bularyň hemmesi maslahatçynyň berýän ündewleriniň müşderiniň aňyna ornaşdyrylmagyny aňladýar. Bäşinji tapgyrda, öňündäki tapgyrda ulanylan ýagdaýlary, ýone alnan maslahatlary ýerine ýetirmek maksady bilen garaşylýan netijeleriň önümliligini bahalandyrmak üçin ulanylýar.

Umuman aýdanymyzda psiholog-maslahatçynyň indiwidual iş tertibi dürli işlerden ybarat. Şonuň üçin bir aýda 26 iş gününi 7 sagatdan jemläp dürli işlere sarp edýän wagtyny ortaça indiki ýagdaýlarda bellemek bolar:

* psihologik-maslahaty geçirmäge taýýnlyk – 18 sag, (10%);
* göni müşderi bilen işlemek – 90 sag, (50%);

iii

* maslahatyň netijelerini işlemek we seljermek – 26 sag, (15%);
* zerur resmi iş kagyzlaryny doldurmak – 14 sag, (5%);
* psiholog-maslahatçynyň öz hususy hünärmenlik bilimini ýokarlandyrmak – 34 sag, (20%).

Bu maglumatlar diňe bir golaýlaşdyrylan däl, eýsem şertlidir. Olar psihologik maslahatyň görnüşlerine, ýylyň paslyna we maslahatçynyň indiwidual tejribesine baglylykda üýtgäp bilerler.

Bap 3. Maslahat beriş işinde psihoterapewtik nädogrulyklar

3.1. Maslahatda nädogry çemeleşmekligiń görnüşleri

Newrotiki özüńi alyp barmagy ýazyp beýan etmek üçin dürli mekdeplerde dürli meńzetmeler ulanylsa-da olaryń ählisi şol bozulmalary özüńi alyp baryş nusgalarynyń, pikirleniş gurşawynyń we emosional täsirlenmegiń rigidlilik ýagdaýy diýip hasaplayarlar.

Maslahatyń ähli görnüşinde hem, müsderiniń özüni alyp barşynda we pikirlenmelerinde bar bolan berk gurnawynda gowşaklyk döredip, meseläniń reprezentasiýasyna üýtgemekligi girizmeklikden ybarat.

Maslahatda ulanylýan psihoterapewtik işi müsderiniń öz meselesine düşünişini ügetmekligi esasy maksat edinýär, onuń öz ejir çekmelerini başga sözler bilen beýan etmegini gazanmakdan ybarat bolýar.

Her bir psihoterapiýa mekdebi özüniń meńzetmesini (metaforasyny) düzmek bilen özüne mahsus bolan dili hem döredýär, psihologik giňişligiń aýratyn kartasyny düzýär. Şol täze giňişlige girmek bolsa, müşderi üçin öz içki dünýäsiniň has doly we önümli gurluşyny gurmaga mümkinçilik berýär.

Meseläni çözmek müsderiniń we maslahatçynyń özara gatnaşygynda dil kömegi esasynda bolup geçýär. Şonuń üçin maslahatyň şerti, müsderiniń ýörüte düşünjelere we düşündiriş shemalarynyń üsti bilen psihoterapewtik uguryń meňzetmelerine girmegi gerekdir.

Şol bir wagtda, ýene-de bir şerti, ýagny müsderiniń diline eýermek hem gerekdir. Müsderi öz duýgularyny beyan etmek üçin maslahatçy bilen biri-birlerine düşünmekleri, şahsyýet umumylygynyń döremegi gerekdir.

Dil reprezentasiýasynyň üsti bilen adamyň dünýäni kabul edişine düşünmek we onuň bilen meňzeş dilde gürleşmek gerek bolýar.

Duýgur maslahatçy müşderi bilen gürrüňçilikde onuň esasy sözlerini ulanýar. Eger subýektiw hakykaty görüş keşblerinde görüp, ejir çekýän müşderi „*Men özüm üçin ösüş görmeyärin*“ diýse, maslahatçy „Geliň şol meselä başga tarapdan seredeli“ diýip aýdyp biler. Eger-de ol „*Men Size agyr düşýändigine düşünýärin*“ diýse, onda ol müşderi bilen işlemekden daş durdugy bolardy.

Şeýlelikde, reprezentasiýanyň özi meseläni şöhlelendirip we döredip biler. Gepleşik wagtynda adam yzygiderli ýagdaýda öz tejribesiniň böleklerini açyp görkezýär we şeýle ýagdaýda ol belli bir düzgünlerden ugur alýar, sebäbi sözleriň grammatiki we sintaksis aýratynlyklary *„pikiriň grammatikasy we sintaksisi“* bilen gabat gelmeýär.

Şol kanunalaýyklygy goldamak bilen heýrolingwistik maksatnamalaşdyrmagy (NLP) döredijiler Dž.Grinder we P.Bendler *„maslahatda psihoterapewtik nädogrulyk“* düşünjesini belleýärler.

Maslahatda psihoterapewtik nädogrulylyklar. *Psihoterapewtik nädogrulyk* – bu subýektiw hakykylygy önümli bolmadyk ýol bilen kabul etmek we pikirden geçirmekligiň grammatiki we sintaksis taýdan dogry beýan edilmegi bolýar.

Dünýäniň çäklendirilen görnüşde suratlandyrylmagy garyplaşdyrylan we zeperlenen tejribeden emele gelýär.

Psihoterapewtik nädogrulygyň üç görnüşini öňe sürýärler. Bular: generalizasiýa; ünsden düşürmek; üýtgetmek.

Generalizasiýa – belli bir tejribäni umumylaşdyryp, ony şoňa meňzeş ýagdaýa gönükdirmek, belli bir tejribäni umumylaşdyryp ony uniwersal kwantifikatorlar bolan „mydama“, „hiç wagt“, „hiç kim“, „hemmeler“, „her kim“, we ş. m. görnüşinde ulanmakdyr.

iii

<u>Ünsden düşürmek</u> – bu habary arassalamak hadysasynda adamyň nämedir bir ýagdaýy ünsden düşürmegidir. Ýönekeý ünsden düşürmek, haçanda adamyň sözlerinde nähilidir bir obýekti, adamy ýa-da hadysany ünsden düşürmeginde ýüze çykýar.

<u>Üýtgetmek</u> - bu habaryň subýektiwleşdirilip ulaldylmasy bolup, ol kabul edişiň we hereketiň şahsy özboluşly dolandyrylyşyna garaşly bolýar. Haçanda beýan edilýän wagtynda hereket obýekt bilen çalşyrylsa onda *<u>nominalizasiýa</u>* diýilip at berilýär (grammatiki düzümiň garaýşy boýunça işlik at bilen çalşyrylýar).

Şeýlelikde, adam dowam edýän ýagdaý ony hemme tarapdan gaban (konserwirlän) ýaly bolup üýtgemeklikden we öz hereketi üçin jogapkärçilikden boýun gaçyrýar.

Bu ýagdaýlar dil reprezentaşiýasyny gurnaýan umumy düzgünler bolup, olar ähli görnüşdäki habarlara hem häsiýetlidirler we şeýle bolanda sözleýiş arkaly beýan edilen hadysany kontekst doldurýar we gürrüňdeşiň şahsy tejribesine daýanýar.

Şonuň üçin subýektiw görmekden ters gelýän, doly kabul ediş ýalňyşdyr. Has anygy bolsa, beýan etmekligiň many gurşawy gyzyklanmagyň predmeti bolup, umumylaşdyrmak adam tejribesiniň peýdaly önümidir.

3.2. Maslahat işinde dil üsti we dil üsti däl täsirler barada

Ýokarda beýan edilenlere görä maslahatda psihoterapewtiň işi belli bir tejribä psihoterapewtik nädogrylygyň çeşmesi hökmünde garamaklyga gönükdirilýär.

NLP ugrunyň strategiýasy sözlemiň ýokarky gurşawynyň nämeden durýandygyny barlamakdan ybaratdyr, we müşderiniň tejribesiniň darlygyny ýuze çykaryp, doly reprezentasiýany gurnamakdyr.

Umumy çemeleşmeklik maslahatyň duýgyny şöhlelendirip, ony başgaça aýdyp, düşündirip, müşderiniň dünýäni kabul edişini düşünmekligine kömek etmekdir. Meselem, müşderi sözüni „*ňebsim agyrsa-da*“ diýip baslasa maslahatçy „*Siziň nämä nebsiňiz agyrýar?, Siz näme barada gynanýarsyňyz?*“ ýa-da „*Siz özüňize gynanýarsyňyzmy, Kimiň gynanjy barada aýdýarsyňyz?*“ diýip müşderä öz duýgusyna düşünmäge kömek edip biler.

Müşderi näme diýse-de, onuň açyk aýdan zady hem, gizleýän zady hem onuň özüni beýan etmekligine hyzmat edýär.

Dil üsti däl özüňi alyp baryş dil üşti özüňi alyp barşyň üstüni dolýar, oňa garşy gidýär, onuň ýerini çalyşýar, aýdylanlary güýçlendirýär ýa-da ýumşadýar. Ol içki gözegçilige az boýun egip, garaşylmadyk ýagdaýda ýüze çykyp, köp ýagdaýda içki itergini şöhlelendirýär.

Aragatnaşygyň werbal däl görnüşinde garaýyş has köp habar beriji serişdedir. Meselem, müşderi has doly gürrüň berip özüne düşünilmegini islese ol göni gözüňe seredýär. Gözüň galtaşmagy üns bilen diňleýändigiňi hem aňladyar ýa-da monologa pauza girizmekçidigini hem aňladyp biler.

Garaýyşyň saklanyp durmagy müşderiniň ýadyna düşürjek bolýandygyny aňladyp biler. Gözüň hereketi Şapironyň tehnikasynyň hereketleri hem synasynyň hereketleri hem dürli habarlary berip biler.

Maslahatçy bilen müşderiniň aralygy, eýeleýän orunlary. Ýüzbe-ýüzlik – bu duýgydaşlygyň has köp ulanylýan, ýöne ýeke-täk bolmadyk görnüşidir. Müşderiniň we maslahat berijiniň oturgyçlarynyň garşysynda ýüzbe-ýüz goýulmagy gürrüňçilige çagyrmaklygy aňladýar. Başgaça aýdanymyzda „*Men Size duýgudaşlyk bildirýärin we Sizi diňlemäge taýyn*“ diýen manyny öňe sürýär. Ýöne käwagtlarda maslahat berijinin gürrüňdeşlige şeýle aç-açan çagyrmaklygy müşderi tarapyndan howp hökmünde hem kabul edilýär. Bu mesele eger-de

oturgyçlaryń ýerleşişini üýtgedip aralygy hem ulaldylsa çözülip bilner. Şonuń üçinem adaty kürsüler 1,5-2 metr aralykda bolmaly.

Egerde gürrüńdeş oturgyja arkan gaýyşsa onuń bilen aragatnaşyk agyr geçýär. Eger maslahatçy öńe tarap gyşarsa, onda „*Men seniň bilen. maňa seniň özüň we seniň aýtjak bolýan zadyń hem gyzykly*“, yza tarap gyşarsa „*Men asla seniň bilen gyzyklanamok, maňa içgysgynç*“ diýen ýagdaýy ańladýar.

Şeýle-de adamyň öz bedenini tutuşynda açyk we ýapyk ýagdaýlary belleýärler. Açyk ýagdaýda maslahatçy Sizi diňlemäge we kömek bermäge taýyn, siziń bilen meseläni paýlaşýar. Onuń elleri, aýaklary açyk bolýar. Ýapyk ýagdaýda ol Sizi dińlemäge, siziń meseläńize gyzyklanmaga isleginiń ýokdygyny ańladýar. Bu ýagdaýda elleri, aýaklary ýapyk, atanak şekilde we ş. m. bolýar.

Maslahatda dil üsti däl ýüze çykýan ýagdaýlaryń täsiri

Maslahatda dil üsti däl ýüze çykýan ýagdaýlary Knappi indiki görnüşlere bölýar:

Tassyklamak we gaýtalamak;

• Ret etmek ýa-da bulaşdyrmak;

• Güýçlendirmek we ünsi bir zatda jemlemek (aksentirlemek);

• Barlag we ýola goýmak (regulirlemek);

Tassylamak we gaýtalamak – Dil üsti däl özüńi alyp baryş hereketleriň kömegi bilen aýdylan sözleri tassyklap ýa-da gaýtalap biler. Mysal üçin, eger-de müşderiniń gürrüńinden ońa ýatlamak agyr duýgulara salýan bolsa, maslahatçy kellesini egmek bilen ońa düşünýändigini ýetirýar.

Ret etmek ýa-da bulaşdyrmak - Eger-de müşderiniň „men öz tankydym bilen Siziň göwnüňize degäýdim öýdýän“ diýen sözlerine maslahatçy ýökla, men arkaýyn diýip, özi bolsa şol wagt başga ýana seretse, onda ol öz hereketleri bilen dilsiz aýdan sözlerini ret edýär.

Güýçlendirmek we ünsi bir zatda jemlemek (aksentirlemek) - Aýdylan zatlaryň güýjüni güýçlendirmek, mysal üçin, maslahatçy müşderä haýsy bolsa-da bir meseläni öz aýaly bilen maslahatlaşmagy maslahat berse, müşderi bolsa iki eli bilen ýüzüni ýapsa: „*Men muny asla göz öňünede getirip bilemok*“ diýmegi we ş. m.

Barlag we ýola goýmak (regulirlemek) - Dilsiz hereketler köplenç aýdylýan ýa-da diňlenýan zady ugrukdyrmak we gözegçilik etmek üçin hem täsiri bar. Mysal üçin, söhbetdeşlikde biriniň gaşyny bürmegi aýdylýan pikirleriň oňa doly düşünikli däldigini, ýa-da käbir zatlar gaharyny getirýändigini aňladyp biler.

3.3. Psiholog maslahatçynyň esasy ukyplarynyň görnüşleri

Psihologyň professional işi işgäriň psihofiziki aýratynlyklary bilen berk baglanşykly däl hünärlere degişlidir. Psihologyň hünäriniň ýörite aýratynlygy onuň obýekti hem subýekti bolup adam şahsyýeti bolup çykyş edýär.

Psihologyň hünär ukyplary baradaky mesele eýýäm XX asyryň 20-nji ýyllarynda Ukraina alymlary tarapyndan goýulýar. Olar psiholog ekspermentatoryň işi bilen meşgullanmaga isleg bildirenleri testirleýärler. Testleriň saýlawy werbal we psihospektiw ýagdaýlarda geçirilýär. Derňewçiler ekspermentator bolmak üçin indiki ukyplar zerur diýen çaklamanyň tarapynda:

1.Sözleýşe düşünmäge we ony doly eýermäge bolan ukyplyk;

2.Öz-özüňe syn etmäge we syn etmäge bolan ukyplylyk;

3. Uzak wagtlap jemlenen ünse bolan ukyplylyk;

4.Psihospektiw zehin ,ýagny psihologik fenomenleri görüp bilmek ukyplylygy;

Taglymatçy, derňewçi, tejribeçi psihologyň hünärmenlik ukyplary we olaryň tapawudy.

Alym psiholog üçin kähalatda ünsüň bir ünsden beýlekä geçmegi hökman, mundan başga-da indiki ukyplar zerur:

* *Birden ýüze çykýan bilesigelijilik;*
* *Uzak wagtlap bir mesele bilen gyzyklanmaga bolan ukyplylyk;*
* *Takmynan ýokary derejeli zehinlilik;*
* *Adamlar bilen ylalaşmagy başarýan, isleg, işjeňlik;*

Häzirki wagtda alym psihologdan, ekspermentator psihologdan başga-da psiholog tejribeçi uly orna eýe boldy. Psiholog tejribeçi önümçilikde, bilim bölümlerinde, sportda, döwlet gulluklarynda we beýleki ýerlerde zerur hünärleriň biri. Dünýä siwilizasiýasynyň günbe-günden ösmegi onuň ähmiýetini has-da artdyrýar. Dünýäniň dürli ýurtlarynda adamyň we tebigatyň tarapyndan döredilýän dürli dartgynly ýagdaýlar hem tejribelik psihologynyň kömegi ähmiýetli orny eýeleýär.

Psiholog tejribeçiniň iş spesifikasy beýlekileriňkiden hil taýdan tapawutlanýar. Mysal üçin: beýleki professional ukyplardan indikileri belleýärler:

• *Söz aragatnaşygynyň üsti bilen meseleleri çözmäge bolan ukyplylyk -* psihologyň dilewarlyk hem-de aragatnaşykda gerekli sözleri aýtmak bilen adama çalt täsir edip bilmek talanty.

• *Psihologyň akyl ýetirijiliginiň gurluşy we derňelýän obýektiň özüni alyp barşynyň* häsiýetletini we aýratynlyklaryny has doly şöhlelendirmäge ukyplylygy.

Aragatnaşyk saklanýan obýektiň häsiýetlerini dogry düşünmeklige bolan derňewçiniň işjeň gatnaşygy indiki psihologik ukyplary talap edýär we ol 5 sany blokdan durýar:

iii

I. Obýekti doly we dogry kabul etmeklige bolan ukyp:

* *Syn etmek;*
* *Ýagdaýdan çalt ugur tapmak;*
* *Keşpli we hil taýdan oňat analiz etmäge ukyp;*

Mysal üçin: Psiholog, gürrüňde öwrenilýän kynçylygyň, meseläniň häsiýetine garamazdan - erkek adamlaryň problemasynyň köp bölegi onuň iş sferasy bilen baglanşyklydygyny, aýallarda bolsa maşgala-nika gatnaşyklaryndadygyny bilmelidir!

II. Obýektiň içki häsiýetlerini we aýratynlyklaryny düşünmeklige bolan ukyplylyk;

* *Onuň içki dünýäsine aralaşmak ukyby;*
* *Çuňňur, umumy erudisiýa;*
* *Psihologik intuisiýa*

Gürrüň geçirilýän wagty test materialynyň ulanmagy psihologa bolan ynamy artdyrýar, gürrüňiň predmetliligini höweslendirýär. Erkin temadan gürrüň başlamak bilen müşderiniň psihologik aýratynlyklary onuň açyklygyny, gürrüňçildigi, optimistdigi, keýpsiz-sözsüzligi esasanam onuň şahsyýetiniň tipi bellik edilýär: p*raktikligi, affektiwligi, kognitiwligi.* Möhüm zat: geçenleri, hakyky we gelejegi (biografiki) tapawutlandyrmaly. Psiholog-synag geçirýän adamyń we müşderiniň gatnaşygy A.Maslouń aýdyşy ýaly „uly-kiçi doganlar" düzgüni boýunça guralmaly. Psiholog maslahatçynyń ukypbynyň indiki blogy onuň ynsanperwerlik we ahlak häsiýetlerini öz içine alýar.

III. Duýgudaşlyk, empatiýa ukyplylyk;

* *adama duýgudaşlyk bildirmek, sylamak, sypaýylyk;*
* *oňa kömek bermäge taýýar bolmak;*
* *ynsanperwer häsiýetlere esaslanan we ýokary ahlak etiki derejelerde esaslanan ynanmaklyga bolan ukyp.*

Psihologik derňewiň netijesini oňa gatnaşýan indiwidiň hakykaty kabul ediş ukybyna baglylykda olaryň 2 tipini belleýärler:

iii

1. Realistik häsiýetli indiwidler, bu tipli adamlara mysal üçin Kotteliň 16 faktorly usulyny ulanmak amatly bolar.
2. Has, örän inçe emosional häsiýetliler, bular üçin proýektiw usullar, TAT, Rorşahyň, Lýuşeriň we şuňa meňzeşleri ulanmak netijeli bolar.

<u>*IV. Söz aragatnaşyk prosesini we öz-özüňi dolandyrmaga bolan ukyp;.*</u>

* Üns berip diňlemegi başarmak;
* Taktly, edepli bolmak;
* Söz aragatnaşygy ýeňil alyp barmak;
* Habar alyşmagy, kantakty guramagy başarmak;
* Ynam döretmäge ukyp;
* Adamlaryň ugruny tapmak;
* Söz aragatnaşykda psihoterapewtik häsiýet;
* Dartgynlylygy aýyrmaga, ýumor-gülki goşmaga başarnyk;

<u>*V.Özüňe analiz bermäge, refleksiýa bolan ukyplylyk, öz şahsy gyzyklanmalaryňy we beýlekileriň şahsyýetine bolan gyzyklanmalaryň bilen baglanyşdyrmaga ukyplylyk;*</u>

Psiholog indiki ýagdaýlary özünden örän berk talap etmeli:

• Özara täsirlilik ýagdaýy aňlamaklygy;
• Özüni alyp barşyny gözegçilik etmegi;
• Sypaýyçylykly daş sypaty;
• Maslahatçy işgärleriň bilen berk we anyk özaragatnaşyk.

3.4. Müşderiniň häsiýetlerini anyklamakda onuň daşky sypatlarynyń ähmiýeti

Maslahata gelýänleriń beden gurluşynyń ähmiýeti. Psiholog maslahatçy aňyrdan gelen müşderini dessine hemme taraplaýyn synlamaga çalyşmaly, olaryń özlerini alyp barşy, oturşy, hereketleri, gepleýşi olar barada köp zady habar berýär. Bu

ýagdaý müşderiniň daşky sypatynyň alamatlaryny synlamak, olara baglylykda häsiýetnama bermek subýektiw netijä gelmäge ýardam berýar. Şahsyýetiň beden gurluşynyň taglymaty düşündirilişi indiki görnüşler boýunça kesgitleme bermek bolar.

Astenikler - köplenç jemgyýetçilik we şahsyýetara gatnaşykdaky aragatnaşyklarda kynçylyk çekýändigini bilmeli. Olarda konstruktirlenen, gizlin we subýektiw pikrilenmeler bolýar, şonuň üçin hem olar bilen seresaply bolmaly. Aragatnaşykda olar ysgynsyz, gowşak ýaly duýulýar.

Şahsyýetara distansiýany (aralygy) we ynamdarly aragatnaşygy olaryň özleri ýola goýmaly. Astenik aýallary esasan şahsy durmuşlarynda, maşgala-nika gatnaşyk gurşawynda kynçylyk çekýärler.

Piknik beden gurluşy bolan aýallar köplenç şahsy durmuşynda döreýän kynçylyklary aňsatlyk bilen çözýärler. Sebäbi, olaryň duýgurlygy, emosionallygy, açyklygy ýeňil gopmaklygy beýleki adamlar bilen gatnaşyklaryny ýeňilleşdirýär.

Atletik beden gurluşly aýallar - esasan erkek adamlar bilen aragatnaşyk saklamakda kynçylyk çekýärler (esasanam öz tipleri bilen), munuň sebäbi atletikler aragatnaşykda dominirleýji ýagdaýa, agalyk ediji ýagdaýa ymtylýarlar. Şeýle-de olar bilen aragatnaşykda köplenç özara empatiýa duýgusy duýulmaýar, olar sowuksy kabul edilýär.

Şeýlelik bilen, maslahatçy öz işinde müşderiniň beden gurluşyny, daşky sypatyny, temperamentini, özüne bolan ynamlylygyny, ynamsyzlygyny anyklap, optimal taktikany we gürrüňi kesgitläp biler, onuň kynçylygyny, häsiýetini çaklamaga mümkinçilik döreýär.

Psihologik maslahatyň bilim derejesiniň umumy düzgüni her bir adamyň indiwidual özboluşlylygyny, onuň gaýtalanmazlygyny tassyklamakdyr.

iii

Gürrüňdeşlik geçirilýän wagtynda bildirmän, ýönekeý ýagdaý hökmünde konflikti kesgitleýän TAT (tematiki apperseptiw testi) soragnamasyny ýa-da Rozensweýgiň frustrasion test usulyny geçirmek bolar.

Kömek üçin ýüz tutup gelýän adamlary özlerine bolan ynamlary boýunça azyndan üç tipe bölmek bolýar:

I. *Özüne bolan ynamy ýok adam* - belli bir çözgüde gelnende özünden jogapkärçiligi azaltmak islegi bilen "goldaýanlary we

garşylyk bildirýänleri" deňeşdirmek üçin ýüz tutýarlar; Psiholog maslahatçy bu häsiýetliler bilen özüniň aýdýanlaryna we özüni alyp barşynda maksimal ünsi jemlemäge çalyşmaly, anyk, berk yzgytsyz bolup "çözülýän meselede ynamdarlyk polýusyny" döretmeli.

II. *Özüne ynamly adamlar* - öz düşünýän zatlaryna ynanmak üçin olara öz pikrileriniň tassyklanmagy gerek. Psiholog diňe gürrüňi alyp baryp, dolandyryp, çaklamalar bilen onuň gelen çözgüdini tassyklamaly.

III. *Hemme zady bilýän, seýrek duş gelýänler tipi* - diňe özüne ynanýar bular bilen işleşmek örän çylşyrymly. Çünki bu häsiýetli müşderiler ähli aýdylýan pikirleri hemme taraplaýyn seljerip, köplenç ynjyk we ynanmazak bolýarlar. Olara berilýän maslahatlar ligiki taýdan dogry, subut edilýän bolmaly. Olar maslahat wagty göni maslahata mätäç däl-de, eýsem subutnamalaryň ynamly bolmagyna ymtylýarlar.

Optimal kontakt üçin psihologyň jynsy hem möhüm ähmiýete eýe bolýar. Özara hereketde iş geçirilýän wagty öz adyňy we ataň adyny aýtmak, müşderä hem doly ady bilen ýüzlenmek oňat netije berýär.

Maslahatça gelýän müşderileriň tipleri bolşy ýaly psiholog maslahatçylar hem dürli tipleri boýunça tapawutlanýarlar:

Psiholog maslahatçynyň iki tipini bellemek bolar: lider we alyp baryjy (ýolbaşçy).

iii

Lider. Psiholog maslahatçy-durnuklylygy, berkliligi, ynamlylygy bilen häsiýetlenýär. Ol müşderini özüne çekýär, ony goldaýar, berk we hökmany ýerine ýetirmegi talap edýän maslahatlary berýär. Onuň özüni alyp barşy, sesi, gürrüňleri ynam döredýär. Bu tejribelik tipli şahsyýet.

Alyp baryjy (ýolbaşçy) - has uniwersal tip, ýöne bu tip mydama, mysal üçin: ýumşaksy, özüne ynamy bolmadyk, müşderiler bilen işlemekde effektiw bolmaýar. Bu tipli maslahatçy ýumşaksy, çekinjeň, edepli, sypaýylygy bilen häsiýetlenip, müşderini köşeşdirýär we arkaýynlaşdyrýar. Olar ynam bilen berilýän maslahatlary alýarlar. Ýöne berilýän maslahatlaryň ýerine ýetirilişine gözegçiligi gowşadýan wagtlary bolýar.

Bap 4. Ýaş psihologik maslahat beriş

4.1.Çagalyk ýaşynda maslahat bermekligiň esasy meseleleri

Ýaş psihologik maslahat beriş mekdebe çenli ýaşly we mekdep okuwçylaryna şahsy ýaş psihologik maslahat beriş tejribesinde ýüze çykýan meseleleri bilen meşgullanýar. Ilata psihologik maslahat beriş biziň ýurdumyzda psihologlaryň tejribe işiniň täze görnüşi bolup durýar. Esasanda daşarky döwletlerde bu ugurdan uly tejribeler toplandy. Çehoslowakiýada, Wengriýada, Germaniýada, Beýik Britaniýada tejribe taýdan görnükli orun tutýan psihologik maslahat beriş ulgamy eýýäm 60 - njy ýyllardan bäri işläp gelýär.

Ýas psihologyň maslahat beriş işinde esasy kynçylyk - bu umumy nazarýet we ususliýet gönükdirmeleriniň hem-de belli bir şahsy meseläni tejribede çözmegiň usullary we serişdeleriniň gabat gelmezliginde ýüze çykýar.

Çagalyk psihologiýasynda psihologik maslahat bermekligiň başlangyjy A.Binneniň işlerinden başlandy. Ilki başda maslahat bermegiň gurşawynda ösmekden yza galýan çagalar degişli edilýärdi, esasy mesele psihoterapiýa we potologiýanyň haýsydyr bir görnüşlerinden ejir çekýän çagalaryň sosial uýgunlaşmagyna kömek bermek bolýardy.

Häzirki wagtda çagalara psihologik kömek bermegiň iki sany esasy görkezijileri indikilerden ybaratdyr:

1. durmuşyň krizisli ýagdaýnyň döremegi (maşgalanyň bozulmagy, näsaglyk, mekdepde ýetişmezlik we ş.m.);
2. özüni alyp barmagyň gödek we durnukly bozulmagy (gorky, urşaklyk, ogurluk, aldawçylyk).

Maslahat bermegiň öňüni alyş işi (profilaktika) az ösen. Çagalaryň psihologik ösüşini we terbiýesini kynlaşdyrýan oňyn däl tentensiýalar hökmünde indiki ýagdaýlary bellemek bolar.

iii

* örän ir ýaşda ene – ata bolýanlaryň artmagy;
* nikany bozmaklygyň artmagy we oňaýsyz ýagdaýda galýan maşgalalaryň sanynyň artmagy;
* häzirki wagtda mekdeplerde orta we ýörite bilim bermekligiň ýetmezçilik ýerleri.

Ýaş psihologik maslahat bermekligiň umumy meselesi çaganyň psihiki ösüşine gözegçilik etmekden durýar we şol işde kadaly mazmundan we döwürlere bölmekden ugur alynýar. Ýaş psihologik maslahat bermekligiň umumy meselesi şu aşakdaky meseleleri hem öz içine alýar:

• terbiýelemeklige gatnaşýan ene - atalary, mugallymlary we başgalar; çaganyň psihiki ösüşiniň aýartynlyklary; ýaş hem-de şahsy aýratynlyklary;

• psihiki ösüşinde dürli näsazlyklar we bozulmalary bolan çagalaryň
ýagdaýyny öz wagtynda ýüze çykarmak we olary psihologik - pedagogik maslahat bermeklige ýollamak;

• somatiki we nerw - psihiki saglygy pes bolan çagalarda ýagdaýlarynyň ýaramazlaşmagyny wagtynda ýüze çykarmak we psihoprofilaktika boýunça teklipler bermek (patopsiholog we lukman bilen bilelikde);

• Pedagog - psiholog bilen birlikde mekdep mugallymlary, ene - atalary we terbiýelemäge gatnaşýan beýleki adamlar üçin mekdepde okadylyş usullaryna psihologo - pedagogik düzedişler boýunça teklipler bermek;

• Maşgalada çagalary terbiýelemek boýunça teklipleri düzmek (hünärment bilen birlikde maşgala psihoterapiýasy boýunça);

• Ýörite toparlarda ene-atalar we çagalar bilen maslahat berilýän wagtynda düzediş işini hem geçirmek;

• Çagalar bilen aragatnaşygy dogry ýola goýmak barada temalar bilen gürrüňler, telegepleşikler ýa-da beýleki dürli ugurlar bilen halkyň arasynda psihologik sowadyň ornaşdyrylmagyna gatnaşmak.

iii

Maslahat beriş tejribäniň nazarýet çeşmeleri. Çaganyň psihiki ösüşine seljerme üç kategoriýanyň ylgamynda geçýär: *ösüşiň çeşmesi; ösüşiň hereketlendiriji güýji; ösüşiň sosial şertleri;* Şol üç kotegoriýa adamyň sosial manysyny kesgitleýär. Hökmäny suratda psihiki ösüş ýagdaýy okatmak we terbiýe bermek hadysa bilen baglanşygyny hasaba almaly. Ol ýagdaýda iki sany: *öz akymlaýyn tejribelik özara hereketi, maslahata gönükdirlen özara hereketi* bellenilýär.

Bu iki görnüş hem çaganyň şahsyýetiniň kemala gelmegine özboluşly goşandyny goşýar. Şonuň üçin hem, onuň durmuşynyň bütin göwrümini seljermek örän zerurdyr.

Beýniniň gurluş substraktynyň üýtgemän saklanmagy diýlende - beýniniň neýroanotomik we inçe fiziologik düzüjileriniň şeýle hem organizminiň beýleki funksional ulgamlarynyň üýtgemän öz durkunyň bolmalysy ýaly saklanmagy göz öňüne tutulýar.

A.S.Wygotskiniň ösüşiň ontogenetik taglymatynyň psihodiagnostikasynyň we tejribeliginiň düýp meselelerini görkezýän esasy sebäpleri: *psihiki barlagyň shemasyndan, psihodiagnostikanyň we öňünden çak etmekden* durýar. A. S. Wygotskiý öz işinde ýaşyň konsepsiýasyny döredýär.

Konsepsiýanyň manysy ösüşiň işini seljermekligiň täze birliklerini girizmekden ybarat. A. S. Wygotskiniň pikiriçe aýry-aýry psihiki yagdaýlaryň we funksiýalaryň deregine, ösüşiň bütinleý ýaş döwürlerine seretmeli. Munuň sebäbi sejjermäniň başga birliklerine garanyňda, belli bir ýaş dowürleri özbaşdak we kanunalaýyk dinamika eýedir. Ähli ayratyn ýagdaýlar ýaş düşünjesiniň konteksinde seredilmäge degişli hasap edilýär. Psihiki ýaşyň esasy halatlary indikilerdir: *ösüşiň sosial ýagdaýy; çaganyň işi; aňyň we şahsyýetiň täze döreýşi;*

Şeýlelikde psihiki ýaş öz düzümine we dinamikasyna eýe bolan şol üç ýagdaýdan düzülýär.

Çaganyň ösüşiniň sosial ýagdaýlaryny düzýän köp sanly gatnaşyklarynyň içinden Wygotskiý onuň jemgyýet bilen gatnaşygyny “daş – töwerek” bilen “ýakyn döwürdäki” gatnaşyklary bolýar. Jemgyýet bilen "ýakyn döwürdäki gatnaşyklar çaganyň aragatnaşygynyň genezisini öwrenmekde ýüze çykýar. “Daş döwürdäki” gatnaşyklar jemgyýetiň gatnaşyklarynyň ulgamynda orun aragatnaşyklaryny öwrenmekde ýüze çykýar.

Çaganyñ psihologik ýaş aýratynlygynyñ beýleki has möhüm tarapy “Iş” hasaplanýar, sebäbi hiç bir gatnaşyk – predmet (zatlar dünýäsinde) ýa-da sosial (adamlaryñ dünýäsinde) işsiz amala aşmaýar.

Ýagny “Işsiz” hiç bir gatnaşyk hakykatda bolmaýar. Işiñ häsiýeti, gurluşy, görnüşleri, iýerarhiýasy – bularyñ hemmesi çaganyñ ösüşiniñ düýbüni tutyjy ýagdaýdyr.

Psihika işde kemela gelýär we psihikada ýüze çykýar. Maslahatçy üçin çagany derñemekde mümkinçilikleri tebigy şertlerde çäklendirilen, işiniñ güýçlerini we oýun işiniñ gurluşynyñ aýratynkyklaryny öwrenmek uly diagnostik ähmiýet eýe bolýar.

D.W. Elkonin XX asyryñ 60 -70 ýyllarynda mekdebe çenli çaganyñ ösüşiniñ diagnostikasy üçin psihiki ösüşiñ indiki taraplaryny öwtrenmekligi teklip edýär: (oýun işinden daşgary):

- *aýdyñ –keşp pikirlenmesiniñ derejesi;*
- *umumy akyl ýetirijilik motiwleriniñ derejesi;*
- *belgileme – simwoliki funksiýasynyñ derejesi;*
- *iş barada umumy göz oñüne getirmeleriniñ derejesi;*

beýleki ýaşlar üçin dignostik taraplaryñ düzümi başga bolmaly, ýagny her ýaş üçin aýratyn.

Maslahat beriş tejribesinde çaganyň psihologik barlanmagy. Indiwidual maslahat işiniñ spesifikasy esasan psihologik barlag (anyklama), diagnostika we berilmeli kömegiñ meýilnamasyny düzmek bilen baglanyşykly. Şeýle hem bu bölüme psihologik prognoz, korreksiýa we ş.m.

düşünjeler degişli bolýar. Şahsy psihiki maslahat bermeklige ulanarlykda, çaganyň ösüşiniň sosial hadysasy iki ýagdaýyň göz öňünde tutulmagyny aňladýar.

• Çagalaryň jemgyýetçilik düzgünlerini we borçlaryny öz hereketleri bilen durmuşa geçirýän jemgiýetiň wekilleri bolan uly adamlar bilen gatnaşygy.

• Şahsy gatnaşykda bolan ýakyn adamlary dilen gatnaşyklary (maşgalasy ýaşytdaşlary). Çaganyň ýaş psihiki häsiýetnamasy onuň hereketiniň esasy möhüm taraplarynyň biridir. Hereketden daşary dowam edýän wagtda hiç - hili gatnaşyk bolmaýar.

Hereketiň häsiýeti, onuň gurluşy, görnüşi we uýerarhiýasy çaganyň ösüşine uly täsir ýetirýär we belli bir ýagdaýlarda şahsy aýratynlyklary öwrenmekde hem möhümdir. Çaganyň diňe bir psihiki derejesini öwrenmek nazaryýet garaýşyndan ýeterlik däldir. Sebäbi psihiki iş hereket wagtynda döreyär we hereketde ýüze çykýar.

Şahsy psihologik maslahat beriş tejribe işiniň iň jogapkärli görnüşleriniň biri bolýar. Maslahat berijiniň pikiri, onuň çaganyň ösüşine berýän her bir bahasy çaganyň geljekde ösüşine, terbiýe gatnaşýan beýleki adamlar bilen gatnaşygynyň üýtgemegine getirip bilýär. Şonuň bilen birlikde, şahsy psihologiki maslahat beris çaganyň ähli ösüşiniň ünsli barlagy bolup, dürli çeşmelerden alynýar; meselem: ene - atalar bilen, mugallymlar hem - de çaganyň özi bilen gürrüňdeş bolmakdan, öýde ýa-da mekdepde çaganyň hereketini syn etmekden, tejribe - psihiki barlagdan, psihologik barlagdan ýüze çykýan ýagdaýy öwrenmekden gelip çykýar. Şeýle hem lukmanlyk resmi kagyzlaryny öwrenmek hem şoňa degişli bolup durýar.

Şeýlelik bilen her bir ýagdaýy öwrenmeklik uly zähmeti talap edýär.

4.2. Psihiki ösüşi düzetmegi gurnamagyń düzgünleri

Psihodiagnoz – has az işlenen we az esaslandyrylan düşunje. Psihologiýanyñ tejribesinde bu termin esasan alamatyñ häsiýetini san ýa-da hil taýdan düşündiriş hökmünde ulanylýar.

Daşary ýurt psihologiýada we psihometriýasynda bu düşünje ölçenýän testiñ prosedurasyna görä erkin bolup özbaşdak añladylmaýar. Ony ýörüte usullaryñ kömegi bilen indiwidiñ psihiki häsiýetiniñ identifikasiýasy hökmünde kesgitleýärler. Tejribe işine Wygotskiý, Wenger, Talyzina, Eikonin has doly, amatly, manyly seredip geçýärler.

Çaganyñ ösüşine bagyşlanan işlerinde L.S.Wygotskiý ilki bolup psihologik diagnozyñ spesifikasy we esasy barada meseläni goýýar.

Özem bu ýagdaýyñ 2 aýratynlykly häsiýetini belleýär:

* *psihologik diagnozyny medisina diagnozy bilen gabatlaşdyrmak tendensiýasy;*
* *Çaganyñ sowsuz daşky ýüze çykmalaryny diñe (arassa) empirik beýan etmeklige ýykgynlyk;*

Wygotskiý psihologik anyklaýşa bütünleý anomal ösüş ýagdaýlary degişli etmeýär. Diagnoz onuñ pikiriçe şahsiýetiñ çylşyrymly gurluşyny anyklamagy göz öñüne tutmaly. Ol diñe eýe bolnan işjeň ösüşiñ derejesini däl-de, eýsem ýakyn ösüş zolagy hem derñemeli. Ýagny diagnoz ösüşiñ ýetişen we ýetişmedik psihiki proseslerini häsiýetlendirmeli.

Psihologik diagnozyñ esasy, ýagny ösüş meýilnamasy üçin hökmany bolan şahsiýet konsepsiýasy eýelemeli .

Wygotskiý çagany hemme taraply we uzak wagtlap diagnostiki dernew geçirmek bolar diýip hasaplaýar. Ol "biz şertli – wariatiw prognozy döretmeli, ýagny çaganyñ has mümkin bolan ösüşiniñ diñe ýeke bir öñünden boljak zady aýmagy başarman, eýsem eger-de amatsyz ýagdaý saklanyp

galsa, ýa-da aýrylsa, ýa-da kynlaşsa boljak zatlary öňünden duýmalydyr”- diýip belleýär.

Psihologo-pedagogiki bellemeler indiwidual maslahatyñ has möhüm bölegidir. Mysal üçin, “ambiwalent özüňi alyp baryş”, irki ýaşda, ýa-da mekdebe çenli döwürde akyl ýetiriş ukybynyń ösüşiniń psihologik gurluşy we düzümi, olaryń indiwidual tapawutlanmalarynyń, kemala gelmesiniń we korreksiýasynyń usullarynyň kesgitlenmeginiń esasyny düzýär.

Köp geçirilen eksperimental derńewleri çaganyń şahsiýetiniń ösüşiniń dińe bir diagnostikasynda däl, eýsem koreksiýasynda hem ulanyp bolýar.

Her bir ýagdaýy indiki tertipde öwrenmegiň zerurdygyny käbir awtorlar belläp geçýärler:

* Ene - ata bilen geçirlen ilkinji gürrüňden, lukmandan, pedagogdan we beýleki adamlardan alnan habar, ýagny ene - ata bilen çaganyň öňki ösüşi barada, onuň saglygy, maşgala gatnaşyklary we sosial durmuş ýagdaýy barada maglumatlary öwrenmek; Başga edaralardan, saglygy barada maglumatlary öwrenmek; Çagany öý şertinde, mekdep we beýleki şertlerde gözegçilik etmek.

* Tejribe - psihologik barlag, ähli alnan habarlaryň bilelikdäki barlagy; şol habarlar netijesinde psiholog maslahat beriji çaganyň ösüşine umumy baha bermeli; çaganyň kynçylygynyň mazmunyny görmek, onuň çylşyrymlylyk derejesini we çuňlugyny ýüze çykarmak; şol kynçylyklaryň ýüze çykmagynyň ýagdaýyny anyklamak we düzediji (korreksiya) meýilnamasyny ya-da psihoterapiýa boýunça maslahatyny taýynlamaklyga göz öňünde tutmak.

Çaganyň hereketine gözegçilik adaty we ýörüte şertlerde hem geçirilýär. Çagada barlag işleri geçirilenden soň, psihologyň öňünde çaga bilen oňyn aragatnaşygy we özara düşünişmekligi ýola goýmak meselesi durýar. Çaga özüni rahat duýmasa we edilýän işe gyzyklanmasa, ünsüni çekmese, onda tejribäni geçirýän, dogry netijeleri alyp bilmeýär. Şonuň üçin

çaga özüni arkaýyn, komfort duýar ýaly ýagdaýy döretmek zerurdyr. Bu ýerde adaty adamçylyk gatnaşyklary - açyk gürrüňçillik, arkaýyn ton, ýylgyrma, uly orun eýeleýär.

Barlaga adaty oýun ýa - da adaty gürrüň häsiýetini bermek zerur bolýar. Çaganyň özüni arkaýyn duýmagy üçin wagt we ýagdaý döredilýär. Çaganyň öz ady tutulýar we maslahat beriji ilki öz ady bilen tanyş edýär.

Heniz çaga ýagdaýa öwrenişmänkä oňa göni sorag bermek nädogrudyr. Şeýle-de oýun ýa-da surat çekmek bilen geçirilýän barlag wagtynda hem çaganyň şowsuzlyk duýgusynyň döremegine ýol bermeli däldir. Şonuň üçin çaga kynçylyk çeken wagtynda "Bu uly okuwçylar üçin tejribe, goy ony ulylar çözsün" diýen ýaly delil bilen başga ýumşa geçmek maslahat berilýär. Çaganyň ýagdaýyna, onuň keýpiniň üýtgäp durmagyna barlag işiniň bütin dowamynda üns bermeli. Şeýle-de çaganyň netijelerini beýleki çagalaryň netijesi bilen deňeşdirip ýaryşmaklyk görnüşine geçmek hem maslahat berilmeýär. Psihiki barlagyň usuly belli bolşy ýaly *<u>standartlaşdyrlan (testler) we kliniki görnüşlere</u>* bölünýär.

Çagalyk ýaşynda psihologik ösüşi düzetmek meselesi. Test geçirilýän wagty uly adamlaryň gatnaşmagyna rugsat berilmeýär, ýöne, eger çaga muňa düýbünden garşy bolan ýagdaýynda onuň ýakyn adamyndan biri gatnaşyp biler. Test barlagy çaga özüni hemme taraplaýyn gowy duýýan wagty geçirilýär. Test wagtynda çaga öwretmek, tankyt etmek, öwmek maslahat berilmeýär. Şeýle hem testiň tekstinden çykmak maslahat berilmeýär.

Kliniki barlag usulynda her bir şahsy ýagdaýy bitewilikde öwrenmek göz öňünde tutulýar. Kliniki barlag maslahat beriji tarapyndan diňe bir meseläniň netijesini öwrenmek däl-de, eýsem çaganyň psihikasynyň ol ýa-da beýleki mesele çözýän wagtyndaky aýratynlyklaryny hem barlamakdan durýar.

Çaganyň psihiki ösüşine düzediş girizmegiň esasy meselesi: birinjiden, psihiki ösüşde näsazlyk ýüze çykanda

degerli mümkinçilikleriň esasynda çaganyň şahsy we intelektual ösüşine şert döretmek; ikinjiden bolsa, şahsy we intelektual ösüşiniň kabul ederliksiz taraplarynyň öňüni almakdan ybarat.

Ýaş psihologik maslahat beriş, adaty ösüşe düzediş hökmünde berilýär, anomal ösüşde, ýagny kadadan gyşarma bar ýagdaýynda düzedis bilen esasan patopsihologlar, defektologlar we lukmanlar meşgullanýarlar. Maslahat beris işinde esasy newrotiki ýagdaýlara, adaty ösüş ýagdaýyndaky newroz ýagdaýa düzediş bermek işi uly orun eýeleýär. Bu mesele bilen psihiatrlar, patopsihologlar, şeýle-de ýaş aýratynlygy psihologlar meşgullanýarlar.

Bellenilen mesele boýunça psihologyň işi düşündiriş geçirmekligi, maslahat, hödürnamalary girizmekligi we şahsy ýa-da toparlaýyn korreksiýa işini geçirmekligi öz içine alýar.

Terapiýanyň çäklerinde düzediş girizmegiň maksady çagany üýtgetmek däl-de, onuň "Men" düşünjesini berkleşdirmek, özüniň durmuşy gymmatlygyny bilmegine kömek etmekden ybarat. Çaga her bir şahs ýaly unikymdyr we özüni ösdürmek boýunça şahsy içki çeşmeleriň eýesidir.

4.3. Ene-atalaryň mekdebe çenli ýaşly çagalar bilen özaragatnaşyklary

Çagalaryň we ene-atalaryň özara gatnaşyklary diňe bir öz maşgalaryna degişlilikde däl, eýsem dürli maşgalalary hem öz içine alýar. Bu gatnaşyklara mysal üçin, garry eneleri we atalary olaryň çagalarynyň çagalary hem degişli bolýar. Psihologik maslahat tejribeliginde has ýygy-ýygydan duş gelýän meseleleriň biri ene-atalar we olaryň mekdebe çenli çagalarynyň arasyndaky döreýän meselelerdir.

Birinji ýagdaý. Ýaş maşgalada är-aýal iki-üç ýaşlaryndaky çagalary bilen kadaly aragatnaşygy ýola goýmakda ilkinji gezek kynçylyga duçar bolýarlar. Bu kynçylyklar çaganyň gereginden artyk işjeňligi ýa-da tersine

iii

örän passiwligi, hiç bir zada gyzykmaýanlygy bilen bagly bolup biler. Çaganyň özüni alyp barşyndaky bu ýagdaýlaryň ikiside elbetde ene-atalary aladalandyryp biler.

Ikinji ýagdaý. Iki we ondan hem köp dürli ýaşlardaky (ýetginjeklik ýaşdan uly däl) çagalary bolan maşgala olaryň arasynda näme üçindir kadaly aragatnaşygyň bolmaýandygy, örän ýygy-ýygydan aralarynda konfliktleriň bolýandygy barada arz edýärler.

Üçünji ýagdaý. Entäk çagalary irki bäbeklik ýa-da irki çagalyk döwründe, emma är-aýal öz aralarynda çagany nädip terbiýelemeli we okatmaly diýen meselede ylalaşyga gelip bilenoklar.

Dördünji ýagdaý. Ene-ata eýýäm ýedi ýaşy dolan çagalarynyň mekdebe gitmek islemeýändigi üçin aladalanýarlar.

Bäşinji ýadgaý. Ene-ata öz çagalarynyň özüni alyp barşynda we psihikasynda näsazlygy duýýarlar we bu ýagdaý olary örän alada goýýar.*[1]

Altynjy ýagdaý. Ene-ata uly mekdebe çenli ýaşly çagalaryny mekdebe taýýarlaýarlar we ony has oňat okar ýaly taýýarlamak üçin ähli zady etmäge taýyn, ýöne bu iş bilen bagly meseleler ýüze çykýar.

Ýedinji ýagdaý. Ene-ata öz çagalaryny irki mekdebe çenli çagalyk döwründe okatmaklyga başlamak isleýärler, ýöne irki döwürden çagany okatmaklyk çaga nähili täsir etjegini we nähili başlamalydygyny bilmeýärler.

Ata-enelere çagalary barada berilmeli maslahat Ene-atalaryń öz çagalary bilen nähili meşgurllanmalydygy barada maslahatlary düzmegiń esasy pikirini A.W. Zaparožes ońe sürýär, ýagny çaganyń psihiki ösüşiniń hemme taraplaýyn çaltlaşmagynyń we baýlaşmagynyń şertini döretmek baradaky pikiri ońe sürýär.

iii

Çaganyń ösüşiniń ýaş aýratynlygynyń psihologik häsiýetnamasynyń maksadalaýyk üç esasyny düzýär:

• *ösüşiniń sosial ýagdaýy;*

• *agalyk ediji işiń ösüş derejesi;*

• *Çaganyń berlen ýaş tapgyrynda şahsy - emosional we akyl ýetiriş psihologiki ösüşinde öz-özüni ańlamakda bolup geçýän özgermeleriń diagnostikasy;*

Şeýlelik bilen, çaga psihologynyń işi çaganyń ösüş şertiniń we terbiýesiniń köptaraply seljermesi, onuń şahsiýetiniń we akyl ýetirijilik işiniń indiwidual we ýaş aýratynlygynyń dignostikasy, şertli – wariatiw prognozy we psihologo-pedagogiki maslahatlary düzmek bilen baglanyşykly.

Indiwidual psihologik maslahat beriş, çaganyń bütin ösüş ýolyna üns bilen seljerme bermeli we dürli çeşmelerden ýygnalan habarlara esaslanmaly: ene-atalary bilen gürrüń, çaganyň özüni alyp barşyna syn etmek (öýde, mekdepde ýa-da beýleki ýerlerde we ş.m.). Bu örän köp wagty we göwrümli işi talap edýär. Dińe ene-atanyń agzyndan eşiden sözlerine daýanyp, çaganyń ösüşini bilmän, çaga barada öz hususy pikiriňi aýdyp bolmaz. Bu ýagdaýda psiholog maslahatçy ýüz tutanlar nädogry görkezme berip, ene-atanyń çagalarynyń hakykatdan kynçylyk çekýän sebäplerine nädogry düşünmäge iterip biler.

Anyk ýagdaýlary öwrenmegiń has rasional tapgyrlary. Anyk ýagdaýlary öwrenmegiń has rasional tapgyrlary indikiler:

I. Ene-atadan, lukmanlardan, mugallymlardan we beýlekilerden ilkinji gürrüńdeşlikden alnan habarlaryń seljerilmesi.

II. Ene-ata bilen çaganyń öńki ösüş döwürleri, onuń saglygy, içki maşgala gatnaşyklary, we sosial-hojalyk ýagdaýlary barada maglumat toplamak üçin gürrüń.

III. Öńki geçirilen psihologik barlaglary bilen birlikde beýleki edaralardan habarlary ýygnamak.

IV. Saglygy barada maglumat.

iii

V. Çaga öýünde, mekdepde we beýleki ýerlerde syn etmek;

VI. Eksperimental psihologik barlag; Hemme ýygnalan maglumatlaryń jemlenen analizi. Goşmaça – çaganyń işiniń önüminiń analizi-ceken suratlary, mekdep depderleri, gyzyklanmalary, kolleksiýa işi we ş.m.

Ýaş psihologik derňewlerinden alnan maglumatlaryň sejermesi 4 topar boýunça bölünýär:

1. Çaganyń ösüş taryhy we onuń saglygy baradaky habarlar;
2. Çaganyń ýaşaýan ýeriniń sosial aýratynlyklary barada maglumat;
3. Çaganyń özüni alyp barşy we işiniń aýratynlyklary;
4. Çaganyń akyl ýetiriş we şahsy-emosional sferasynyń ösüşiniń differensirlenen häsiýeti.

Şol informasiýalaryń esasynda psiholog maslahatçy çaganyń ösüş derejesine umumy baha bermeli, çaganyń kynçylygynyń manysyny bellemeli, onuń çylşyrymlylyk we çuňlyk derejelerini bahalandyryp, şol kynçylygy döredýän sebäpleri bellemeli, meseläniň güýjüni peseltmek we korreksion meýilnamany işläp düzmek maksady bilen özara hereket sferasyny kesgitlemeli.

Çaga bilen geçirilýän barlag ýagdaýy. Çaganyń birinji barlagy- kontakty we özara düşünişmegi ýola goýmak. Barlag geçirilende birnäçe gińden ýaýran ýalńyşlyklary goýbermezlik meselem, barlag üçin çagany gyzyklanyp meşgurlanyp oturan işinden bölmeli däl, hökmany ýagdaýda çaganyń barlagdan oń eden işiniń ýetirjek täsirini hasaba almaly.

* Ýörüte abzallaşdyrylan, arasa, ýagty otag, mümkin bolandan üýtgeşik, ünsi çekiji predmetler bolmaly däl;

* Çagany penjirä bakyp oturar ýaly etmeli däl, eger-de ol haýal hereket edýän bolsa howlukdyrmaly däl, eger akyl hili ýokary bolsa, ýumuşlary çalt çalşmaly;

Psihologik barlagyń usullary *standart we kliniki* bolup bilýär.

iii

Standart usullarda berilýän görkezmäni, testi çözmäge berilýän wagty üýtgetmek bolmaýar. Öwretmeli däl, tankytlamaly däl, öwmeli hem däl.

Barlag diňe çaga özüni oňat düýýan bolsa, ýadawlyk alamaty, artykmaç tolgunmasy , keçjallygy we ş.m. ýok bolsa geçirilýär. Barlagyň bir seansy mekdebe çenli çagalarda 40-50 min. artyk bolmaly däl. Çagada test geçirilýän wagty ýanynda uly adamlar bolmaly däl.

Çaga bilen psihologyň gürrüňiniň üç optimal warianty belli:

• Göni özi bilen;

• Çaganyň ene-atasy bilen özara bilelikdäki işiniň ýörüte synaglary.

• Ene-atasynyň gatnaşmagynda çaganyň kesgitli ýumuşlary ýerine ýetirmegi.

4.4. Mekdebe çenli ýaşly çaganyň oňaýsyz häsiýeti boýunça işlemek.

Mekdebe çenli ýaşlylara degişli möhüm ýagdaýlaryň esasy çaganyň oňaýsyz häsiýetiniň "ýapyk" – gizlin latent häsiýetiniň bolmagydyr.

* çaga öz meselelerini özbaşdak arz etmäge ukyply däl - ol meseleler beýleki zatlaryň üsti bilen - ösüşinde yza galmaklykda mysal üçin, keçjallyk, gaharjaňlyk we ş.m. aýan bolýar.

*çaga öz öňunde aňly maksat goýup bilmeýar, öz psihologik meselelerinden we bozulmalaryndan saplanyp bilmeýar. Üstesine-de ol psiholog bilen diňe eger-de oňa gyzykly bolsa işleşip bilýär.

* çagalarda refleksiýanyň bolmazlygy bir tarapdan diagnostik işi ýeňilleşdirse, beýleki tarapdan ony kynlaşdyrýar.

Şu ýagdaýlar bilen baglanyşykly indiki kynçylyklary bellenilýär:

iii

indiwidual aýratynlyklar bilen baglanyşykly kynçylyklar: arz şikaýatlar-

• kejirligine;
• ünssüzligine;
• ýadynyň ýaramazlygyna;
• gurnawsyzlygyna;
• haýallygyna;
• bir ýerde saklanyp bilmezligine;
• kä wagt onuň hýýaly hökmünde kabul edilýän aldançylygyna;
• erkiniň pesligine kä wagtda erksiz özüni alyp barşy hökmünde kabul edilmegi.

Bu köp dürli arz-şikaýatlar esasynda köplenç umumy sebäpleri belleýärler.

Köplenç ata-eneleriň arz edýän ýagdaýlarynyň görnüşleri.

1) ene-atalaryň çagalarynyň kadaly ösüşini bilmeýändigi, giňden ýaýran ustanowka mydama “asylly” gulak asýan çaga ýa-da öz çagalaryny beýlekilerden mydama ýokary bolmagyna çalşmagy çagalara bolan talabyň has artdyrylmagyna getirýär.

Bu ýgdaýda psiholog maslahatçy şol ýaşýň psihologik ösüşiniň aýratynlyklaryny düşündirmekden ybaratdyr. Käbir halatda ene-atalaryň esasyz biynjalyklaryny we ýokary talaplaryny aradan aýyrmak üçin çaganyň ösüşine psihologyň obýektiw baha bermegi – onuň güýçli we pes taraplaryny görkezmegi ýeterlik bolýar.

2) Çaganyň oýun we hyýallanma bilen başagaýlygy üçin biynjalyk etmekleri.

Şeýle howatyrlanmalaryň döremegi mekdebe çenli çaganyň oýun işiniň ýokary görnüşlerini ele almaklary, häzirki wagtda adaty däl bolup durýanlygyr. Çaganyň oýnunyň düzüminiň peselmegi we mekdebe çenli çagalaryň durmuşynda has kemelmegi, käbirleri uly çagalar bilen kontaktlary az saklamaklary – olar oýun medeniýetini alyp baryjylar, şeýle

hem ene-atalaryń we terbiýeçeleriń şol ýaşdaky oýun işine az üns bermekleri bolup durýar.

Muńa garamazdan şeýle ýüz tutmalaryń hemmesi jikme-jik öwrenilmeli, sebäbi bir ýagdaýdaky çaganyń oýun işiniń öz boluşlylygy, beýleki ýagdaýlarda onuń psihiki ösüşindäki gyşarmalary bolup, başga ýagdaýda çaganyń oýun bilen güýçli gyzyklanmasyny aňladýar.

Kompensator hyýaly (üstüni dolduryjy) ähmiýetli bolan adamlar bilen özara gatnaşygynyń bozulmalarynyń üstüni doldurýän ýagdaý bolup durýar.

3) Çagalaryń özbaşdaklygyny we inisiatiwalygyny görkezmek.

Bu ýaşly çagalaryń umumy başarnyklarynyń güýjüniń ýeterlik dälligi sebäpli köplenç adekwat däl häsiýete eýe bolýar we ulular tarapyndan olaryń hereketiniń öńi alynýar. Netijede bu kadaly ýaş aýratynlygy çaganyń, başga ýagdaýlara geçirilip keçjallyk, gulak asmazlyk we beýleki görnüşlere eýe bolýar bu bolsa özüni alyp barşynyń islenmeýan görnüşleridir.

Aksentuasiýa häsiýeti bilen baglanyşykly mesele. Psihologik maslahatyń profilaktiki mümkinçilikleri – aksentuasiýanyń kesgitli tipleriniń nädogry terbiýe bilen gabat gelmegi psihopatiki ösüşe ýardam berýändigi bilen baglanyşyklydyr .

Çagalar bagyna gatnamaýan mekdebe çenli ýaşly çagalary gözegçilik etmek. Öz deń-duşlary bilen aragatnaşygyń ýoklugy, intelektual desoriýentasiýanyň, yzagalmaklygyň netijesinde kiçi mekdep ýaşlylarda newrotik gylyklary ýuze çykýar.

Haýal ýüze çykýän, nerw ulgamynyń organiki bozulmalary bilen baglanyşykly meseleler. Bu ýagdaýda maslahatçy ene-atalara pedagogik - korreksion işlerinde psihologlar – defektologlar tarapyndan toplanan giń tejribeleri ulanmaga kömek bermeli. Munuń üçin ýörüte pikirlenmelerini, ünsüni, sözleýşini we ş.m. ösdürmek üçin programalary bar.

Psihologik gözegçiligi talap edýän has ünsli çagalaryń ösüşi – çeppekeý, garyşyk laterrally çagalar. Bu çagalarda tiz-tizden psihiki funksiýalarynyń kemala gelşinde dürli kynçylyklar (sözleýşinde, giňişlik sejermesinde, inçe motoriki hereketlerinde we ş.m.)

Ýüze çykýan kynçylyklaryń öňüni almak barada. Bu uly güýji öz wagtynda kynçylyklaryń öňüni almak üçin zerur bolan okuw işiniń başlangyjyny kemala getirmeklige gönükdirilýär.(aýdyń - obraz pikirlenmäniń ösdürmeklige, giňişlik göz öňüne getirmeleri, erkli hereketleri we ş.m.)

Sahsyýetiń ösüşiniń deformasiýasyny ýa-da bozulmalaryny emosional bozulmalarynyń üsti bilen diagnoz edip bolýar. Tejribeçi psihologyń öňünde goýýan meselesi çaganyň bozulmasynyń tipini anyklamak we ýüze çykarylan negatiw hadysalary ýok etmek ýa-da üýgetmek maksady bilen korreksiýa işlerini geçirmekden ybaratdyr.

Çaga entäk doly kemala gelmedik şahsyýet bolansoń, psiholog bozulmalary düzetmek ugrunda we çaganyń ösüşine päsgel berýän psihologik böwetleri ýok etmek bilen meşgullanýar.

Şahsiýetiń deformasiýasy köplenç akyl ýetiriş hadysalarynyň yza galmagyna getirýär. Mysal üçin, pikirlenmäniń ösüşiniń pes derejesi şahsiýetiń negatiw ýagdaýlarynyň ýüze çykmagyna (ýaltalyk, gaharjańlyk we ş.m.) getirýär.

Bozulmalary ańsat kesgitlemek üçin olary iki esasy boýunça görnüşlere bölýrler. Şeýle bölünişiń kriteriýasy bolup: *bozulmalaryń sebäbiniń häsiýeti* - *“daşky” ýa-da ilkinji”; “içki” ýa-da ikilenji;*

Daşky sebäpler - dürli negatiw täsir etmeler (stress, frustrasiýa) we daş töwerek bilen negatiw gatnaşyk (maşgalada, çagalar bagynda we ş.m.).

Içki sebäpler - psihikasynyń bozulan böleginiń sagdyn bölegine edýän täsiri. Mysal üçin, frustrirlenme emosional

bozulma hökmünde şahsiýetiń akyl ýetiriş gurşawyny deformirleýär, okuwa bolan ukybyny peseldýär we ş.m. Bozulmanyń ýüze çykyş häsiýeti eýýäm psihikasynyń ösen gurluşynyń deformasiýasy hökmünde ýüze çykyp bilýär(trawmatiki gorky we ş.m.) ýa-da olaryń ösmän galmagy hökmünde ýuze çykyp bilýär(pes erkli we ş.m.).

Agzalan kriteriýalara baglylykda bozulmalaryń 4 görnüşini bellemek bolar:

* Ilkinji bozulmalar - çaga negatiw täsir etmegiń netijesinde emele gelmegi;

* Ikinji bozulmalar - daş töwerekdäkilriń çaga bolan negatiw gatnaşyklarynyń netijesinde kemala gelýän, çaganyń psihikasynda sosial möhüm bolan gurluşlaryń, sosial – pozitiw motiwleriniń, duýgudaşlyga bolan ukyplygyń sosial kompetentliginiń we ş.m.ýetmezligine, bolmazlygyna getirýär.

Köplenç birinji bozulmanyń görnüşi ikilenji bilen baglanyşykly bolýar. Mysal üçin, ene-atasy bilen negatiw gatnaşygynyń bolmagy dürli emosional bozulmalaryń kemala gelmegine getirýär.

* Ikilenji bozulmalar-käbir şahsiýet sferasynyń ýada psihiki prosesleriń käbir psihiki deformasiýanyń ýüze çykmagynyń netijesinde bolýar. Ene-atasynyń aýrylyşýanlygy sebäpli çaganyń şahsiýetindäki biynjalygynyń ýokarlanmagy, pikirlenmesiniń önümliligine ters täsir edip bilýär we ş.m.

* öz ösüşinde şahsiýetiniń hemme gurşawynyń we psihiki hadysalarynyň yza galmagy. F. Blum haçanda ene-ata çaganyń dogan wagtyndan terbiýesi bilen meşgullanmaýan wagty çaga total, sensor we emosional depriwasiýada bolýanlygyny belleýar. Bu ýagdaý psihikasynyń güýçli bozulmalaryna, käwagt bolsa tenteklige ýetýän bozulmalar ýüze çykýandygy bellenilýär.

Bap 5. Ýetginjekler bilen geçirilmeli maslahatlar

5.1. Ýetginjeklik döwrüniń umumy häsiýetnamasy

Ýetginjekleriń döwrüniń serhedi çagalaryń okuw işiniń V-VIII synp aralygynda bellik edilýär.

Çaganyň ösüşiniń bu döwrüniń aýratynlyklaryny göz öńünde tutup ońy "geçiş", "kynçylyk", "krizis" döwürleri diýip hem atlandyrylýar. Bu hadysalarda durmuşynyň bir ösüş ýagdaýyndan beýleki ýagdaýa geçýäń döwründe möhüm we çylşyrymly baglanyşyklar bellik edilýär.

Çagalyk döwründen ululyk döwre geçişi, bu döwrüń esasy düzümini we ýörüte tapawutlyklaryny – fiziki (beden), akyl, ahlak, sosial ýagdaýlary düzýär. Esasan hem organizminiń üýtgedilip gurnalmagy we psihiki ýagdaýlarynda hil taýdan täze döreýişleriň emele gelmegi, olaryň özlerini ańlamagynyń, ulular we öz deń-duşlary bilen gatnaşyklarynyń täzeçe alnyp barylmagyna iterýär. Daş-töweregi bilen özaragatnaşyklaryndaky sosial usullary, gyzyklanmalary, akyl we okuw işiniń, ahlak-etiki ýagdaýlarynyń, özlerini alyp barşynyń we gatnaşyklarynyń netijesi esasynda ululyk alamatlary ýüze çykyp başlaýar.

Ýetginjegiń şahýetiniń ösüşiniń ilkinji sebäpleri onuń şahsy sosial işjeňligi bolup, ol ulular, deń-duşlary we öz-özi bilen gatnaşygynyń nusgalaryny we gymmatlyklaryny özleşdirmeklige gönükdirilýär. Bu ýagdaý köp şertlere bagly we tekiz geçmeýär.

Şeýle bolansoń "çagalyk" we "ululyk", beýleki tarapdan bolsa ululara degişli bolan ösüşiń derejeleri, pasport ýaşy kesgitlenýär. Bu häzirki zaman mekdep okuwçysynda iki hili ýagdaýy:

1. Ululyk ösüşini togtadyjy (çagalaryń dińe okuw bilen meşgullanyp, ene-atalaryń beýleki jogapkärçiliklerden azat etmekleri);

2. Has ulaldyjy ýagdaýlar (dürli habarlaryň uly akymy, fiziki ösüşiň akselerasiýasy we jynsy ýetişik, ene-atalaryň köpüsinde wagtlarynyň çäkli bolmagy - bularyň netijesi çagalary irki özbaşdaklylyga getirmegi).

Şeýle dürli şertleriň döredilmegi, mysal üçin, 7 –nji synp oglanynda-ýüz keşbiniň we gyzyklanmasynyň çaganyňky ýaly, ýa-da has iri, ulularyň durmuşyna gönükdirilen, käbirleri "intellektuallar" durnukly gyzyklanmalary bilen, käbirleri okuw derslerini hem özleşdirip bilmeýärler we ş.m.

Ýetginjekleriň ösüşiniň umumy ugry dürli bolup bilýär we her bir ugruň köp wariantlary bolýar, mysal üçin, "intellektualyň" durmuşynyň esasy bölegini kitaplar we täze bilimleri özleşdirmek eýeläp, beýleki zatlarda ol "cagajyk" häsiýetini görkezýär, şeýle-de örän gowy "intellektual" öýünde okaýar, elektronika we ş.m. blen gyzyklanýar, mekdepde bolsa işsiz geçirýär, ýa-da käbirleri moda bilen artykmaç gyzyklanyp, diňe ulular bilen gatnaşyk saklamaga ymtylýar. Bu üç ýagdaýda ösüşiň bir parametri ýagny ulylyga ösüş ýüze çykyp, ýöne ol dürli-dürli bolup geçýär we şahsyýetde düzümi boýunça dürli durmuş gymmatlyklary kemala gelýär.

Ÿetginjeklik döwrüniň zerurlygy onuň şahsyýetiniň ahlak we sosial ustanowkalarynyň kemala gelşiniň umumy ugurlary we esasy başlangyçlary dikeldilýär. Ÿetginjeklik döwür kyn we krizisli hasap edilýär:

* täze hil öňe gitmeleri çaganyň aýratynlyklaryny, gyzyklanmalaryny, gatnaşyklaryny düýbünden üýtgetýär, bu örän gysga wagtyň içinde, garaşylmadyk ýagdaýda, basgançak görnüşli, öwsüp duran häsiýetde bolýar.

* bolup geçýän üýtgeşikler ýetginjekde subýektiw kynçylyklary, beýleki tarapdan - onuň häsiýeti bilen baglanyşykly kynçylyklar, onda kejirlik, gaharjaňlyk, müňrürlik, gizlinlik ýagdaýlary ýüze çykýar.

Ýetginjegiň anatomo-fiziologik gurluşy. Bu döwürde çaganyň bedeninde biologik ýetişikler, jynsy ösüşi bolup

geçýär. Bu ösüşleriň ählisiniň esasyny bedeniň morfologik we fiziologik gurluşlary eýeleýär.

Organizmiň gurluşynyň başlangyjy gipofiziň işiniň işjeňligi, esasanam onuň öňki bölegi, başga-da içki sekresiýa mäzleriniň funksiýasyny we garmonlar dokumalaryň ösüşini stimulirleýär (jynsy, şitowidka, böwrek üsti mäzleri). Bu prosesleriň has güýçli döwüri 11-13 ýaş gyzlarda, 13-15 ýaş oglanlarda bolup geçýär. Häzirki wagtda akselerasiýanyň esasynda 9-10 ýaşda gyzlarda, 12-13 ýaşda oglanlarda jynsy ýetişikligi bolup geçýär. Boýlarynyň ösmegi, agramlarynyň artmagy, gursak süňkleriniň giňemegi olaryň fiziki ösüşiniň ýörüte aýratynlygy bolup, oňa "boýuna ösmegi" diýip atlandyrýarlar. Beýniniň ölçegi kän bir ulalmaýar. 11-12 ýaşdan 15-16 ýaş aralykda oňurgalary uzynlygyna ösmegi ýyllyk kadasynda bolýar. Sebäbi 14 ýaşa çenli oňurgalarynyň arasy nem bilen doldurylan bolýar, bu oňurganyň gyşarmagyna mümkinçilik döredýär. Bedeniň tutuşynyň has bozulýan döwri 11-15 ýaş aralygynda bolýar. Süňkleriniň ösmegi 20-21 ýaşda gutarýar. (uly beýiklikden bökmek ösmedik süňkleriň süýşmegine, beýik ökjeli köwüşler görnüşiniň üýtgemegine getirýär).

Myşsalarynyň agramynyň we myşsa güýçleriniň artmagy has intensiw ösüşi jynsy ýetişik döwründe bolup geçýär. Myşsa güýjüniň artmagy ýetginjekleriň fiziki mümkinçiliklerini artdyrýar.

Oglanlar muny aňýar we olaryň her biri üçin uly ähmiýete eýe bolýar. Şeýle-de bolsa, olaryň myşsalary ulularyňka garanyňda tiz ýadaýar we uzak wagtlap dartgynlyga ukyply däl. Hereket apparatlarynyň üýtgedilip gurulmagy hereketlerde sazlaşygyň üýtgemegine getirýär, öz hususy bedenlerini ugrukgyrmagy başarmaýarlar (gereginden artyk hereket, …).

Bu ýagdaý olarda erbet duýgulary, özlerine ynamyň gaçmaklygyny, gamgynlygy döredip biler. Şol bir wagtda 6-8

ýaşdan 13-14 ýaşa çenli döwür – hereketleriniń işjeň ösýän döwrüdir. Olaryń ýürekleri hem ösýär, ýöne gan-damarlary has çalt ösýär. Bu ýürek-damar ulgamlarynyń funksiýasynyń bozulmagynyń sebäbi bolýar (ýürek urşy, gan basyń ýokarlanmagy, başlarynyň aýlanmagy, ýadamaklygy). Endokrin we nerw ulgamynyń hyzmatlary özaralarynda bagly bolansoń, ýetginjeklik ýasy bir tarapdan energiýanyń güýçli, ýokary bolmagy, beýleki tarapdan – potagen täsir etmelere ýokary duýgurlygy bilen häsiýetlenýär. Şol sebäpli akyl ýa-da fiziki argynlyk, uzak wagtly nerw dartgynlyk, affektler we güýçli otrisatel emosional tolgunmalar endokrin bozulmalaryń we nerw ulgamynyń funksional üýtgemeginiń sebäbi bolup biler.

Neýrogumoral gabatlaşma ýetginjegiń köplenç umumy deń agramsyzlygynyń esasy bolýar, ýagny onuń gyjynmasynyń, hereket işjeńliginiń, döwürme-döwür ysgynsyzlygynyń, apatiýa häsiýetleriniń sebäbi bolýar. (gyzlarda aýbaşysynyń başlanmasynyń öń ýanynda).

Ýetginjegiń jynsy ýetişmekliginiň we fiziki ösüşiniň onuň täze döreýişleri üçin uly ähmiýeti bar. Bu üýtgeýişe bolan örän duýgurlygy ony has obýektiw uladýar we özüniń ululygyny duýmaklyga esasy çeşme bolýar. Jynsy taýdan ýetişmekligi onuň jynsa bolan gyzyklanmasyny ösdürýär, täze duýmalar, duýgular, täsirlikler ýüze çykýar. Ýetginjeklerde ilkinji pynhan duýgularynyń oýanmagy kadaly ýagdaýdyr.

5.2. Ýetginjekleriň ýaş “krizis” meselesine dürli taglymaty çemeleşmeleri

I.Ýetginjekler ýaşynyń aýratynlygyny we onuń krizisli ösüşini uzak wagtlap öwrenýän we düşundirýän esasy ugry olaryń organizminde anatoma-fiziologik üýtgemeleriň döreýändigi eýeläp, munuń esasy tarapdarlary St. Holl, we Z.Freýd bolupdyr. Bu ugur **biogenetik uniwersalizm** ada eýe

bolup, St. Holl we Z. Freýd ýetginjekleriň ýörüte krizis we kompleksli aýratynlyklary biologik güýçlere esaslanýan hökmany ýagdaýlar, ol uniwersaldyr we bolaýmaly hadysadyr diýip belleýärler.

II. 20-30-njy ýyllarda bu ugra garşy ugur ýüze çykýar (birnäçe derňewleri we sosial ýagdaýlary hem göz öňüne tutýan). L.S.Wygotskiý üç sany ýetişme nokadynyň gabat gelmeýänligi – *jynsy*, *umumy organiki* we *sosial ýagdaýlaryň* gabat gelmeýänligi – ýetginjekleriň esasy aýratynlygy we esasy şol ýaşyň gapma-garşylygy diýen çaklamany öňe sürýär.

III. M.Mid Samoa adadaky ýetginjekleri öwrenip, bu ýaşda krizisiň we konfliktleriň öňüni alyp boljakdygyny subut edýär we onuň biologik däl-de, sosial esaslanandygyny görkezýär. Ol asuda, konfliktsiz çagalykdan ululyga geçýän şamoa ýetginjekleriniň durmuşyny ýazyp beýan edýär. Gyzlarda ýetginjeklik ýaşy çagalyk we ululyk döwür bilen deňeşdireňde has oňat we azat döwür diýip belleýär.

Etnograflaryň derňewlerinde ýetginjeklik döwrüniň dowamlylygy dürli bolup, käbir taýpalarda birnäçe aý bilen çäklenýär.

R.Benedikt etnografiki materiallary umumylaşdyryp, olaryň esasynda çagalykdan ululyga geçişiň iki tipini belleýär:

* *üznüksizlik*;
* *üzňelik* çagalyk döwründe öwrenilen zatlarynyň we ulularyň ornunda özüňi alyp barşyň we göz öňüne getirmeleriň arasyndaky bölünme.

Birinji ýagdaýda, çagalara we ululara edilýän möhüm kadalar we talaplar gabat gelmek şertinde alnyp barylýar. Bu halatda ösüş asuda, mylaýym geçýär, çaga ýuwaş-ýuwaşdan ulynyň özüni alyp baryş usullaryny öwrenýär we ulynyň talaplaryny ýerine ýetirmäge taýyn bolýar. Ikinji ýagdaýda, çagalardan we ululardan edilýän talaplaryň we düzgünleriň arasynda gabat gelmezlik bolýar (önümçiligi ýokary ösen ýurtlarda bu ýagdaý häsiýetli hasap edilýär. Bu şertlerde uly

döwre geçmeklik daşky we içki konfliktler bilen geçip, netijede çaga ulynyń roluny ýerine ýetirmäge taýyn bolmaýar).

Etnografiki derńewleriń taglymaty ähmiýeti örän uly: çaganyň durmuş ýagdaýynyň we sosial ỳagdaỳynyň anyk kesgitlenilmegi; ýetginjeklik döwrüniň dowamlylygy; krizisiň, konfliktleriň, kynçylyklaryň bolmagy ỳada ỳoklugy. çagalykdan ululyga geçiş häsiỳeti subut edilen. Bu derňewlerden freỳdizme garşylykly netije çykarylan: adamda bar bolan tebigy zatlary sosial ỳagdaỳa garşylykly bolup bilmez, çünki ondaky tebigylyk sosialdyr.

Ýetginjekleriň okuw işi. Daşky dünỳä we adamlar bilen baglanşygynyň baỳlaşmagy we giňelmegi ỳetginjegi okuwdan sowadỳar. Okuw işi öňki şertlerden başgaça ýagdaýa geçỳär. Orta mekdep ỳasly geçiş döwründe çagalar, köp möhüm häsiýetleri boỳunça tapawutlanỳarlar:

Okuwa bolan gatnaşygy boỳunça has jogapkärçilikden biparhsyzlyga çenli

• *Umumy ösişinde* - gözỳetimi has ỳokary derejelerden has çäklendirilen gözỳetime çenli;

• *Okuw derslerini özleşdirmekde* - we dersleri özbaşdak aňlamakdan tärleri özbaşdak işlemeklige we sözme-söz ỳat tutmak endigi bilen gabatlaşdyrma çenli;

• *Gyzyklanmalarynyň* haỳsy bolsa-da bir bilim bölümine we düzümine degişli ỳumuşlarda has aỳdyň ỳüze çykmagy;

Okuw işiniň deffektiniň daşky ỳüze çykmalary dürli-dürli bolup bilỳar, ýagny gizlin deffektler açaçanlyga öwrülỳär. Bu bolsa bilimi doly özleşdirmek üçin ähmiỳetli päsgelçilik bolỳar. Egerde wagtynda olaryň öňüni almasaň düzedip bolmajak häsiỳetlere getirỳär: täze çylşyrymlaşỳan dersi özbaşdak özleşdirmäge ukypsyzlyk. Ilkinji okuw işindäki oňyn däl ýagdaýyň görkezijisi - bu ýetginçegiň kiçi synpdakysyna garanyňda ỳetişiginiň ỳaramazlaşmagy, pese düşmegi, bilimleriniň arasynyň üzülmekligi bolỳar.

Okuw ỳagdaỳyna we mygallymyň täze talaplaryna esasanam gizlin we açaçan deffektleri bolan okuwçylar üçin öwrenişmek has hem kyn düşỳär. Şonuň esasynda birinjiden, mugallymda differensirleme gatnaşygy, ỳagny "söỳgüli" we "halanmaỳan" okuwçylarynyň bolmagy, ikinjiden, beỳleki adamy aňlamaklyk serişdesiniň ösmegi, ulynyň şahsyỳetiniň we işiniň täze bahalandyryş kriteriỳalary kemala gelỳär. Bahalandyrşyň bir kriteriỳasy mugallymyň okadyşynyň hiline, beỳlekisi - mugallymyň ỳetginjege bolan gatnaşygynyň aỳratynlygy degişli.

Ýetginjekler öz dersini bilỳän we berk talap ediji, ỳöne adalatly sypaýy we mugallymçylyk edepli, okuw prosesini gyzykly alyp barỳan mugallymlary halaỳarlar.

VII -VIII synplarda mugallymyň giň düşünjesini, sapagyny erkin alyp baryp bilmegini, okuw sapagyndan artyk goşmaça bilimleri berip bilýänligini, has-da ýokary baha berýärler, özbaşdak pikire otrisatel garaỳan mugallymlary halamaỳarlar.

Mugallymyň çalşylmagy synpyň işine we okuwçylaryň özlerini alyp baryşlaryna täsirini ỳetirip, "kyn" çagalardan "kadaly" we tersine döräp bilỳär.

"Okuw" düşünjesiniň düzümi ỳetginjeklik döwürde giňeỳär. Käbir ỳetginjeklerde biliminiň göwrimi bir ỳa-da birnäçe bölümlerde ýaşynyň kadasyndan ỳokary bolup bilỳär. Synpda ukyply ýetginjekleriň topary bolup, şol bir wagtda ỳaramaz işleỳän ỳetginjekler hem bolỳär. Bu ỳagdaỳda şahsyỳetiň gymmatlygy mekdep bilimini özleşdirmekde kemala gelmän, eỳsem mekdep meýilnamasynyň çaginden çykỳan özbaşdak işiň esasynda kemala gelỳär.

Haçanda dürli görnüşdäki sapaklardan alnan bilimler ỳetginjek üçin şu wagtky we gelejekdäki durmuşynda möhüm we zerur bolan akyl ỳetiriş ỳumuşlary we önümli döredijilik häsiỳetli ỳumuşlar bilen baỳlaşdyrmagy, şahsyỳetiň ösmegi

üçin optimal şertler bolup, öz-özüniň bilimini artdyrmaga we özlerini kanunlaşdyrmaga getirỳär.

Ýetginjekler döwründe durmuşy perspektiwasy we idiallary bilen baglanşykly okuwyň täze motiwleri ỳüze çykỳar. Özüne göwni yetmezligi, pikirlenen işini ỳerine ỳetirmäge bolan ymtylşy ỳetginjekleriň akyl işjeňliginiň çeşmesi bolỳar. Okuw şahsy ähmiỳete eỳe bolup, öz-özüne bilim berip baỳlaşdyrỳar. Okuw işiniň bu täze we ỳokary tipi ỳetgenjekler döwründe bolup geçỳär.

Okuwyň zerurlygynyň diňe abstrakt düşünilmegi işe bolan ỳeterlik höweslendirme bolmaỳar. Orun aňladyjy (pozision) motiwler uly öňe iteriji (oỳaryjy) güỳje eỳe. Şol bir wagtda okuw işinde baha bolan gatnaşygy özleşdirilỳän bilime gyzyklanmasynyň ỳok bolmagynda, okuw işiniň dagamagyna getirỳär. Okuw gyzyksyz, agyr zähmete, bilim bolsa formal häsiỳete eỳe bolỳar.

Ýetginjegiň işiniň ösişi. Ýetginjegiň intelektiniň ösüşindäki täzelik akyl ỳetirijilik ỳumuşlara bolan gatnaşyklarynyň üỳtgemegi, ỳagny öňünden dürli çaklamalary düzmegiň üsti bilen pikirinde çözmeklige aňladỳar.

Yetginjek çagadan tapawutlylykda öňünde goỳlan intelektual ỳumşyň analizinden başlaỳar, ỳagny bar bolan maglumata degişli mümkin bolan hemme gatnaşyklary ỳüze çykarmaga çalyşỳar, olaryň baglanşygy barada dürli çaklamalary döredỳär, soňra ol gipotezalary barlaỳar.

Ýetginjegiň hakykaty analiz etmekde möhüm aỳratynlygy - bu intelektual ỳumuşlary çözmekde gipotezalary bilen işlemegi başarmaklygydyr. Çaklamalar bilen pikirlenmek ylmy pikir ỳöretmäniň tapawutlandyryjy guraly bolỳar.

Taglymaty pikirlenme dürli okuwçylarda dürli derejede we hilde bolỳar. Taglymaty pikirlenme diňe bir mekdep biliminiň göz öňüne alaňda kemala gelmeỳär. Umuman, ỳetginjegiň pikirlenme derejesi üçin hususy intelektual işi (operasiỳasyny) we ony dolandyrmaklygy aňlamaklygy

häsiỳetlidir. Sözleỳşi kontrol ediỳär we dolandyrylỳar, esasanam käbir şahsy ähmiỳetli hadysalarda olar aỳratyn hem owadan, dogry sözlemäge ymtylỳarlar. Bu ỳagdaỳlaryň hemmesi kiçi mekdep okuwçylary bilen deňeşdireniňde ỳetginjekleriň ösüşindäki täze we möhim itergi bolup duryar.

Hut ỳetginjekler ỳaşynda uzak wagtlap ünsi belli bir zatda logiki gurnalan serişdelerde saklamak başarnygy ösỳär, ỳöne bu ösiş ỳuwaş-ỳuwaşdan, şeýle-de ählisinde bir meňzeş ösmeỳär. Kabul ediş hadysanyň intelektuallaşdyrmasy islendik okuw serişdesiniň şowly özleşdirmesiniň hökmany şertly bolỳar: şol ỳagdaỳda çyzuw, shema, suratlarda hem.

Ylmy düşünjelerde özleşdirmek hadysasynda we netijesinde pikirlenmäniň täze düzümlerinde, intelektual işiň täze görnüşleri döredilỳär. Taglymaty bilimiň doly ösleşdirilmedikdigininiň görkezijisi bolup, ỳetginjegiň şol bölümleri ỳumuş çözmekde ulanyp bilmeỳänligi bolỳar. Bilimlerdäki werbalaşdyrma, görnüşleşdirme ylmy düşünjeleri özleşdirmekde esasy ugur bolỳar. Bu aỳratynlyklar ỳetginjegiň entäk sowa pikirlenýändigini we anyk düşünjeleriň arasyndaky täze gatnaşyklary ele almadyklygyny, özleşdirmedikligini aňladỳar.

Kiçi ỳetginjekleriň özbaşdak işinde giňden ỳaỳran deffekti - dersi ỳatda saklamak üçin birnäçe gezek gaỳtalamagyň üsti bilen tutuşlygyna ỳat tutmaga bolan endigidir.

Kiçi mekdep okuwçylarynda we ỳetginjeklerde (V-VII klas) mnemiki işini deňeşdirip, indiki ỳagdaỳlary, ýagny bir zadyň üsti bilen ỳatda saklamaklygynyň we olary ullanmak ỳagdaỳlarynyň sanynyň artỳanlygy bellenilỳär. Mnemiki tärleri ullanmaklyk has aňlanylan, niỳetlenen maksada gönükdirilip başlaỳar.

5.3. Ýetginjeklik döwründe psihologo-pedagogik meseleleriň çözgüdi

Ýetginjek ýaşly çagalary bolan ene-atalarda we ýetginjekleriň özlerinde psihologik maslahat geçirilmeli meseleleriň döreýşi seýrek bolmaýar. Olara indiki görnüşleri degişli etmek bolar:

Wariant 1. Ýetginjeklik ýaşyna ýeten çagalar we olaryň ene-atalarynyň arasynda elmydama dürli meseleler boýunça konfliktler döreýär;

Wariant 2. Näme sebäp bilen ýetginjek-çagalar okamak islemeýärler, özlerini gödek alyp barýarlar, hojaluga degişli ýumuşlary ak ýurekli ýerine ýetirmeýärler, ene-atalaryna beren sözlerinde tapylmaýarlar we ş.m.;

Wariant 3. Ene-atalara ýetginjek-çagalary özlerinden bir zatlary gizlin saklaýan ýaly görünýär. Şonuň bilen birlikde olaryň, köplenç wagtlaryny öýden daşda geçirýändiklerini, özleri bilen aragatnaşykdan gaça durýandyklaryny belleýärler;

Wariant 4. Ene-atalarynyň pikiriçe ýetginjek hiç bir zat bilen anyk gyzyklanmaýar we öz üstünde işlemek islemeýär.

Birinji ýagdaýda – maşgalada döreýän ene-atalar we ýetginjekleriň arasyndaky konfliktler örän ýygy duşgelýän ýagdaý. Eger-de konfliktiň özüni däl-de, eýsem ene-atalaryň we çagalaryň garaýyşlarynyň arasyndaky gapma-garşylygy döredýän ýagdaýlary nazarda tutsak, onda bu ýagdaýda döreýän koflikt belli bir derejede tebigy zat. Beýle konfliktler adaty çaganyň has ýokary derejeli psihologik ösüşe, çagalykdan has ulurak ýasa geçmegi bilen baglanyşykly, şonuň üçin bu ýagdaý ene-atany güýçli aladalandyrmaly däl. Bu ýagdaýy psiholog maslahatçy olara düşündirmäge çalyşmaly.

Adaty ýagdaýda bolup geçýän kofliktden tapawutlykda ýetginjeklik ýasynyň krizis döwründe döreýän has güýçli şahsyýetara kofliktleri daş töwerek bilen özra gatnaşygyny kynlaşdyrýan anomal ýagdaýdygyny müşderä düşündirmeli.

iii

Eger-de çalt we öz wagtynda şeýle konfliktiň öňi alynmasa ýetginjegiň psihologik ösüşine böwet döredýär. Islendik ýaşdaky adamyň kadaly ösüşi üçin elmydama daş töweregindäkiler bilen açyk, ynamly oňyn emasional ýagdaýda düzülýän özara gatnaşyk hökmanydyr. Çagalar, ýetginjekler üçin – bu ene-atalary, mugallymlary, deň-duşlary bilen özra gatnaşygydyr.

Ýetginjeklik ýaşdaky ene-atalar bilan özara gatnaşykdaky dartgynly ýagdaýy çözmegiň dürli ýollary bar. Ýöne olaryň ählisinde, meseläni üstünlikli çözmekde esasy inisiatiwany uly ýaşly adamlar öz üstlerine almalydyrlar.

Ikinji ýagdaýda – bu ýetginjegiň jemgyýetçilikde ulularyň kabul eden özüňi alyp baryş kadalaryny, düzgünlerini bozmagy, bu mesele bilen baglanyşykly ýakymsyz özüňi alyp baryş alamatlary, köplenç ýaş krizisi bilen bagly bolýar we haçanda ýetginjek ulaldygyça we onuň aňy goýaldygyça bu ýagdaý üýtgeýär.

Ýöne ýetginjeklik krizisi uzagrak hem dowam edip bilýär, eger-de ýökarda agzalan ýakymsyz alamatlar bilen işjeň göreşilmese, onda psihologik ösüşini saklap, ýetginjegiň şahsyýetinde we özüňi alyp barşynda ýakymsyz gylyk sypatlarynyň berklenmegine, onuň endiklerine öwrülmegine getirip biler. Bu ýagdaýy ene-atalara, mugallymlara düşündirmek gerekdir. Soňra birnäçe soraglary obýektiw we jikme-jik seljermelidir. Birinjiden, ýetginjek adekwat däl sosial özüňi alyp barşy nähili ýygylykde we nähili şertlerde ýüze çykarýandygyny anyklamaly; Ikinjiden, ene-atalary çagalarynyň özüni alyp barşyna nähili garaýarlar; Üçünjiden, ene-atalarynyň öňki hereketleri nähili netijelere getiripdir; Dördünjiden, ene-atalar anyklamak üçin soranlarynda ýetginjek özüniň hereketlerini nähili düşündirmäge çalyşypdyr. Bu ýagdaýlary anyklamak bilen maslahatçy azda-kände özi üçin hadysany kesgitleýär. Islendik ýagdaýda, mümkin bolan indiki maslahatlary kömek bermek üçin hödürlemelidir:

* Ýetginjegiň hereketlerine oňyn däl emosiýa bilen täsir etmegi bes etmeli. Hakykatda näme bolup geçýändigini obýekiw anyklamaga, name üçin ýetginjek özüňi şeýle alyp barýandygyny anyklamaga çalyşmaly. Bu soraga hökman, diňe bir düşündirýän däl, eýsem ýetginjegiň özüňi alyp barşyny aklaýan düýpli we düşnükli jogap alynmaly. Soraga şeýle jogap almak uly adam üçin ýetginjegiň özüni alyp barşyna düşünmegini (ýöne hökman goldaýandygy we kabul edýändigi däl) aňladýar.

* Nähili ýetginjegiň özüni alyp barşýny üýtgetmäge yrmalygydy barada pikirlenmak;

* Çözgüdi kabul etmeli we mejbury etmek däl-de, diňe ynandyrmak usulyny ulanmaly;

* Mesele çözülýänçä tutanýerli öz maksadyňa ýetmek üçin hereket etmeli.

Üçünji ýagdaýda – ilki bilen ýetginjekleriň gizlinligi, olaryň adaty däl ýapyklygy we ululardan çetleşdirilendigi örän ýygy ýüze çykýan ýagdaýdygyny bellemeli, ýöne bu doly kadaly däldir. Şeýlede bolsa bu ýagdaý ene-atalaryň aýratyn galagopluga düşmelidigini aňladanok. Ýetginjeklere ulular bilen däl-de kiçiler bilen aragatnaşyk saklamak has gyzykly. Öz deň-duşlarynyň arasynda olar adaty ululara gyzykly däl, ýöne özleri üçin tolgundyryjy bolan soraglary maslahatlaşýarlar. Köplenç şeýle soraglar şahsy häsiýetli bolýar. Ulular bolsa ol soraglary çagalyk, ýönekeý diýip bahalandyrýarlar we şeýle etmek bilen olary özlerinden daşlaşdyrýarlar. Bu ýagdaýlar ýetginjekleriň bilesigelijiligini we sosial-psihologik ösüşini, çagalykdan ulylyga geçişini subut edýär.

Eger-de ýetginjekleriň soraglaryna ulular hem goşulyp maslahatlaşylsa, dogry jogaplar tapylardy. Ýöne, ulular ýetginjegiň durmuşy bilen az gyzyklanýarlar we öz hususy meseleleri bilen meşgullanyp, ýetginjegiň meselesini ara alyp maslahatlaşmakdan gitýarler ýa-da olar bilen deňe-deň dogry

gürrüň alyp baryp bilmeýärler. Netijede ulular bilen ýetginjegiň arasynda psihologik baryer döreýär.

Bu ýagdaýlaryň ählisini psiholog-maslahatçy ene-atalara dogry düşündirmeli we ilki bilen psihologik böwedi aradan aýyrmaga çalyşmaly. Ene-atalara yzygider alyp barmaly indiki ädimleri maslahat bermek bolar:

1. Ýetginjegiň özi barada we öz işleri barada gürrüň bermek islemeýändigine oňyn däl garamagy bes etmeli; Deň-duşlary bilen aragatnaşyk saklamaga bolan ymtylmasyny sylamaly we düşünmeli;
2. Ýetginjegi tolgundyrýan soraglary maslahatlaşmakdan ýüz öwürmeli däl. Onuň pikir ýöretmelerine ýüzleý garamaly däl;
3. Ýetginjekleriň öz aralarynda näme barada gürrüň edýändiklerine we maslahatlaşýandyklaryna gulak salmaly;
4. Bildirmezden, ýürege düşmezden, ýöne ak ýurekden we hakykatdan deňe-deňlikde ýetginjekleriň gürrüňine goşulyşmaly, olaryň öz toparlaryna kabul etmekligini gazanmaly.

Dördünji ýagdaýda - Ýetginjek öz gelejegi barada pikir etmeýär, özüni gelejege taýýarlamaýar, edil şu wagtky isleglerine we arzuwlaryna baglylykda hereket etmäge endik edýär. Mundan başga-da ýetginjegiň ene-atasynyňky bilen bagly bolmadyk öz pikirleri, maksady we gyzyklanmalary bolup biler. Şonuň üçin hem hökmany ýagdaýda ýetginjegi hakykatdan näme zatlar tolgundyrýandygyny we näme üçin ol özüni ýle alyp barýandygyny anyklamaly. Muny dürli ýollar bilen alyp barmak bolar. Birinjiden, birnäçe wagtlap ýetginjegiň özüni alyp barşyna üns berip synlamaly. Ikinjiden, ony açaçan, ynamly gürrüňçilige çagyryp, soramaly, düýpli çözmeli. Soňra ýetginjek bilen haýsy ýagdaýlarda ylalaşmak boljakdygy, onuň özüni alyp barşyny we psihologiýasyny nähili üýtgedip gurnamak barada pikirlenmeli.

Bap 6. Önümçilik kärhanasynyń psihologik gullugynyń ulgamyndaky psiholog maslahatçynyñ işi

6.1. Psiholog maslahatçynyñ edaradaky orny

Psiholog maslahatçy edaranyñ ähli iş ýagdaýlary bilen tanyş bolmaly. Onuñ ýörüte müsderileri kabul eder ýaly özüniñ doly enjamlaşyrylan iş otagy bolup, onuñ işi, müsderiler bilen guraýan söhbetdeşligi doly ýapyk, gizlin saklanylmalydyr. Psiholog dolandyryş işinde ýolbaşçynyñ dolandyryş iş stilini guramaga, onuñ has önümli taraplaryny oña maslahat bermäge borçlydyr. Şeýle hem ol her bir işgär bilen söhbetdeşlik gurap, onuñ gullukda ösmegine ýardam etjek ýollary salgy bermeli we kömek etmelidir.

Her bir edara işgäriniñ psihologik aýratynlyklaryny bilip, olar bilen ösdüriji, topar bilen jebislendiriji dürli sosial-psihologik türgenlsdiriji oýunlary, dartgynly ýagdaýy köşeşdirji autogen türgenleşdiriji usullary alyp barmalydyr.

Işgäriñ gullukdaky ýagdaýyny anyklamak we onuň käbir sebäpleri.

1. Ýüz tutan adamyñ gullykda ösmegine ýardam etjek şertleri bilmeýändigi;
2. Ýüz tutan adamyñ gullykda ösmegine ýardam berjek adamlara gowy täsir galdyryp bilmeýänligi;
3. Ýüz tutan adamyñ gullykda ösmek üçin özünde bar bolan mümkinçiliklerinden artyk ýagdaýlary talap etmegi. Ýagny ol gullykda geregiçe ösýär, ýöne ol şol ösüşiñ has çalt bolup geçmegini isleýär.

<u>*Birinji*</u> görkezilen sebäbi eñip geçmek bolar we şol sebäp psiholog maslahatçy bilen gürrüñçilikde aýdyñlaşýar. Munuñ üçin ýüz tutan adama indiki soraglarý bermeli:

* Siziñ gullykda ösmegiñize näme ýardam edip biler ?
* Nähili şertlerde siz gullykda üstünlikli ösüp bilerdiñiz ?
* Siz we siziñ mümkinçilikleriñiz şol şertlere gabat

gelýärmi?
* Ýokarda görkezilen şertleriñ haýsy birine siz, doly gabat gelýersiñiz we haýsy birine doly gabat gelmeýersiñiz ?
* Siziñ ýokarky soraglara beren jogaplaryñyz näme bilen berkidilen ?
* Eger olar belli bir sebäpler esasynda bolsa, onda şol sebäpleri görkeziñ?

Egerde ýüz tutan adam şu ähli soraglara kesgitli we çalt jogap berip bilse, onda onuñ gullukda ösmegini bökdeýän şowsuzlyk şertlerini bilýändigi bilen bagly däl diýip hasaplap bolar.

Eger-de ýüz tutan adam soraglara doly däl we kesgitsiz jogap berse, onda onuñ gullukda ösmegini bökdeýän sebäpleriñ biri, gullukda ösmegiñ şertlerini bilmeýänliginden bolup biler.

Soñky ýagdaýý psihologik maslahat bermekde şu häsiýetleri boýunça anyklap bolar: eger ýüz tutan adam birinji soraglara jogap berip soñky soraglara jagap bermekde göz–görtele kynçylyk çekse, onda birinji soraglara beren jogaplaryny hem dogry hasap edip bolmaz. Diýmek, bu ýagdaýda ýüz tutan adam gullukda ösmegiñ şertlerini bilmeýär.

Bu ýagdaýda ýüz tutan adama şeýle teklip berip bolar: ýagny onuñ gullukda ösmegi üçin nähili şrtler ýardam berip biljekdigini, haýsy şertleriñ bolsa zyýan berip biljekdigini anyklamak gerek.

Ikinji sebäp eger-de onuñ gullukda ösmegine bagly bolan adamlarynda gowy täsir galdyryp bilmeýändigi şol şowsuzlygyñ netijesi bolsa, onda gowy täsir döretmegiñ ýollaryny öwretmeklik zerurdyr.

Üçünji sebäp eger-de ýüz tutan adam gullukda ösmek üçin öz mümkinçiliklerinden artyk, has uly talaby öñe sürýän bolsa, onda oña şol talaplary kiçeltmeginiñ zerurdygyny düşündirmeli.

Dowul tapmaklygyň öňüni almakda psiholog maslahatçynyń orny.

Onuň öz önümliligini ulanmak has ýerliklidir. Öň aýdyp geçişimiz ýaly dowul döremeginde özüňi alyp barşyň aňlanylmaýan ýagdaýlary sebäp bolýar. Diýmek, öňki emosional ýagdaýy dikeldip biljek adamy tapmaly. Şonda şu sözleri ulanmak ýerliklidir: hemme zat oňat, şeýle bir gorkunçly hem däl, ýa-da ýagdaý çylşyrymly, ýöne biz ondan baş alyp çykarys, her bir zadyň bir emmasy bolar.

Öýkünme - bu hem psihologik täsir ediş uslynyň biridir. Öýkünmäniň ilki düýbüni tutujy fransuz psihology we sosiology G. Tarddyr. Önuň konsepsiýasy esasynda öýkünme jemgyýetiň ösüşiniň esasy düzguni (prinsipi). G. Tardyň pikirine görä öýkünme – ösüşiň çeşmesidir, ýagny jemgyýetde döwürme-döwür (periodiki) açyşlar bolýar. Ol bolsa toplumlaýyn öýkünmelere bagly bolýar. Bu açyşlar soň jemgyýetiň gurluşyna girip we ýene-de öýkünme ýoly bilen özleşdirilýär. Öýkünme psihologiki täsir ediş usuly hökmünde takyk kanunlar esasynda ýerine ýetirilýär:

- *Birinjiden*, öýkünme içki ýagdaýdan daşky ýagdaýa geçýär (ilki-ilkiler ruhy dinlere ilki öýkünilýär, däp-dessurlara soň);
- *Ikinjiden*, aşaky sosial basgançaklar ýökardakylara öýkünýärler, (obadakylar şäherlilere öýküňýäler).

Yrmak- bu intellektual psihologiki täsir ediş usuly diýlip düşünilýär. Taryhy taýdan täşir ediş hökmünde sosial tejribede ynanma we ýoňlama düzüjilerine garanyňda has soň ulanylyp ugrapdyr.

N. A. Dobrolýubowyň aýtmagyna görä (yrylmak) ynandyrmak adamyň duýgusy we erki bilen utgaşypdyr, elmydamada onuň bilendir.

Ynandyrmanyň önümliligini ýokarlandyrmak üçin indiki şertler öz täsirini ýetirýär:

* aragatnaşygy dikeltmegi başarmak, ynamy döretmek;

* sabyrlylyk, çydamlylyk we edeplilik (takt);
* tassyklamany, düşündirmäni, puja çykarmagy başarmak;
* eýýäm özleşdirilen maglumatlar bilen täze berlen maglumatlaryň gabatlaşmagy.

Ynandyrma işi (prosedurasy) ynandyryjy üç täsiri öz içine alýar:

Informirleme; Düşüňdirmek; Subutnamalar we puja çykarmak.

6.2. Psihologyń kärhanada resmi we resmi däl orny Iş ukyplylygy saklamakdaky şowsuzlyklar

Adamyñ işe ukyplylygynyñ birnäçe sebäpleri bar we olary iki böleklere bölüp bolar: *psihologik sebäpler* we *fiziologik sebäpler*. Olar köp ýagdaýda biri-birleri bilen deñ derejede bolup, adamyñ işe ukyplylygyna toplumlaýyn täsir edýär. Ýöne olar aýratyn sebäpler we olary aýratynlykda öwrenmek zerurdyr.

1) *Psihologik sebäpler* diýilip işe ukyplylygy indiki faktorlaryñ biriniñ täsiri bilen şowsuzlyga getirmegine aýdylýar:

* adamyñ işe ukyplylygynyñ kemelmeginiñ sebäbi, onuñ ýerine ýetirýän işine höwesiniñ ýökdygyndan;
* adamyñ işden ünsüni sowýan nähilidir bir aladasynyñ bolmagy;
* şu döwüriñ dowamynda adamda amatsyz emosional ýagdaýlaryñ, meselem frusrtasiýa, apariýa, göwni çökgüñlik, biparhlyk we ş.m. bolmagy;
* adamyñ özüne göwni ýetmezligi, belli bir şertklerde işiñ üstünligine ynamynyñ ýetmezligi;

2) Işe ukyplylygy ýitirmekligiñ *fiziologik sebäpleri* indikilerden ybarat:

* näsaglyk;
* nerwleriniñ gowşaklygy we onuñ çalt ýadawlyga düşmekligi;
* organizmiñ fiziki gowşaklygy.

Ilkinji nobatda ýakymly, oňyn emosiýalaryñ işe ukyplylygy artdyrýandygy, erbet, oňyn däl emosiýalaryñ işe ukyplylygy kemeltýändigini ýatda saklamaly. Iş ukyplylygy saklamak üçin optimal iş režimini düzmek we çalt-çaltda az wagtlyk dynç alyşlaryñ guralmagy zerurdyr.

Beýleki adamlar bilen bäsdeşlikde şowsuzlyklar. Şeýle şowsuzlyklary köp adamlar başdan geçirýärler we diñe bir şol şowsuzlyklar üçin dä-de, olaryñ sebäpleri üçin şeýle ýagdaýa düşýärler. Şol sebäpler dürli-dürli bolup olaryñ käbirlerine seredip geçeliñ.

Ilki bilen şol şowsuzlyklaryñ ýa-da şowlulyklaryñ adamlaryñ bäsdeşliginde şertli ýagdaýdygyny bellemek gerek. Diýmek, şowlulyklar we şowsuzlyklar kim bilen bäsdeşlik edýändigiñden we şowlulyk ýa-da şowsuzlyk diýip nämä düşünýänliginden gelip çykýar.

Eger-de adam öz ýeten derejesini özünden pes derejedäki adamlar bilen deñeşdirse, onda ol onuñ üçin şowlylyk bolup çykýar. Munuñ tersine üstünlik derejesi ýokary adamlar bilen deñeşdiren ýagdaýyñda şowsuzlyk hökmünde kabul edilýär. Şu ýagdaýa ol, öz üstünliginiñ köp adamlar bien deñeşdireniñde ýokary bolmagyna garamazdan şowsuzlyk hasap edýär.

Şeýlelikde, şol garaýyş onuñ üstünliginiñ ölçegi hökmünde nähili derejäni kabul etýändigine baglydyr. Meselem, eger-de adam üçin sport bilen meşgullanmak hiç-hili gymmatlyk hasap edilmeýän bolsa, onda oýunda utulmak hem onuñ üçin şowsuzlyk hasap edilmeýär. Ýöne munuñ tersine onuñ üçin intellektual ösüş gymmatlyk hasap edilýän bolsda, onda başga adamdan pes derejede bolmak onuñ üçin şowsuzlyk hasap edilip bilner.

Başga adamlar bilen bäsleşikde şowsuzlyklar barasynda psihologiki maslahat geçirilen wagty şu ýagdaýlary hökman göz öňünde tutmak gerek we ýüz tutan adamyň nämäni we näme üçin şowsuzlyk hasap edýändigini anyklamaly.

Psihologik maslahata ýüz tutan adam bilen degişli psihodiagnostiki gürrüň geçirmegiň strategiýasyny şeýle gurnamak gerek. Onuň ýüz tutmagynyň sebäbini we problemasynyň mazmunyny üns bilen diňläninden soňra psiholog maslahatçy oňa “Siz öz şowsuzlyklarynyz barada has içgin gürrün berip bilmersiňizmi?” diýip sorag bermeli.

Ýüz tutan adamyň gürrün bermekligini ýeňilleşdirmek üçin oňa birnäçe ýeňil, jogaby kesgitli bolan soraglary bermeli. Eger-de soraglaryň käbirlerine jogap bermek kyn düşse onda şol soragy aýyrmaly ýa-da soňra bermeli. Eger-de ol jogaplardan daşgary gürrüň bermek islese onda diňlemeli.

Onuň psihiki anyklaýyş gürrüňçiligi dowam etdirmek niýeti bar bolsa, şu soraglary bermeli:

- Siz haçan soňky gezek başga adam bilen bäsleşikde şowsuzlyga duçar bolduňyz?
- Kim bilen we näme barada siz şol gezekde bäsdeşlik etdiňiz?
- Siz öz şowsuzlyklaryňyzy näme bilen düşündirýärsiniz?
- Siz ýygy-ýygydan şeýle şowsuzlyga duş bolýarsyňyzmy?
- Siz şowsuzlyklardan gorandyňyzmy we eger-de şeýle bolsa nähili gorandyňyz? Şol hereketleriň netijesi nähili boldy?

Bu goýlan soraglara doly jogap alyp, psiholog maslahatçy şowsuzlygyň sebäplerini aýdyňlaşdyrmaga girişmeli. Ol sebäpler obýektiw we subýektiw bolýarlar. Subýektiw sebäpler – ýuz tutan adamyň özüne, obýektiw sebäpler bolsa oňa bagly bolmaýar.

Öz-özüňi aňlamak barada düşunje. Öz-özüňi aňlamak – bu ilki bilen adamyň özüni bilmäge, öz-özüne degişli bolmaga kömek edýän hadysadyr. Ýöne öz-özüňi aňlamak – özüň hakda göz öňüne getirmelerdir, “Men-keşp” ýa-da “Men konsepsiýa”

bilen häsiýetlendirilýär. Bu hadysanyñ önümleriniñ şeýle tapawutlandyrmasyny U. Jems girizip, olary **<u>“Arassa men”</u>** (akyl ýetirýän) we **<u>“Empiriki men”</u>** (akyl ýetirilýän) görnüşde belleýär.

“Men keşpde” iki jähti tapawutlandyrmak mümkin: *özüñ hakynda düşünjeler* we *öz-özüñe gatnaşyk*. Adam bütin ömrüniñ dowamynda özi hakdaky maglumatlary toplaýan hem bolsa, onuñ öz-özüne gatnaşygy şolaryñ esasynda kemala gelýär. Emma adamyñ öz-özüne gatnaşygynyñ köp jähtleri onuñ añlanylýan däl-de, añlanylmaýan psihikasynda jemlenendir. Şonuñ üçin hem, “Men keşbiñ” añlanylýan we añlanylmaýan taraplarynyñ derñewi öz-özüni añlamagyñ psihodiagnostikasynyñ öñünde birnäçe meseleleri gozgaýar.

<u>Aslyýetinde adamyñ özi hakda bilýänlerini ýüze çykaryp bolarmy?</u>

Bu soragy kanagatlandyrmak üçin synag edilýän adamdan öz-özüni suratlandyrmak, beyan etmek usuly arkaly, onuñ özi barada bilýänlerini ýüze çýkarmak mümkin. Emma adam özüni gowy, maksadaokgunly, işewür ýa-da ýalta, gaharjañ, erksiz ýaly görnüşde maglumat bilen beýan edýän bolsa, ol şol bir wagtda öz-özüni bahalandyrýar. Şu ýerde hem bu iki ýagdaýy tapawutlandyryp bolýan hem bolsa, adamyñ añlaýän we añlamaýän, öz-özüne gatnaşygy we özi hakda bilýänleriniñ aýdyñlygy we hakykylygy barada birnäçe sorag ýüze çykýar.

Bu soraglar usulyýet seljermesiniñ esasy derñeýän meseleleri bolup, derñewleriñ netijesinde öz-özüñi beýan etmekde we onuñ düşündirilişinde täsir ediji irrelewant faktorlar ýüze çykaryldy. Olara beýän edilen aýratynlyklaryñ sosial islegliligi, öz-özüñi teklip etmeklik, öz-özüni açmaklyk, jogaplaryñ dogry ýa-da ýalandygy, soraglara berilýän jogaplaryñ çäklilik derejesi we jogaplaryñ häsiýeti we ş.m. degişlidir.

Mundan başgada synag geçirilýän adamyñ intellektual akyl ýetirişiniñ ösüş derejesi, derñew geçirýän adama gatnaşygy,

test geçirilýän döwründe özüni howpsyz duýmak duýgusy hem aýgytlaýjy täsir edýär.

6.3. Bank we hususy kärhanalaryń işgärleri üçin dartgynly ýagdaýlara garşy maksatnamalar

Bank we firma işgärlerinde stres ýagdaýlar. Bank işgärleriniń zähmetinde ýokary jogapkärçilik, bankyń dürli bölümlerinde talap edilýän takyklyk, berilýän görkezmeleriń üýtgäp durmaklygy, ýuridiki kadalaryń köpdürliligi, dürli ýagdaýlara garamazdan bank durmuşyny, işini stabil saklamaklyga çalyşmaklyk – bularyń hemmesi islendik bank işinde dartgynlylyk döredýär.

Bank işgärleri psihiki agramlylyk şertinde işleýärler. Özem olaryń durnukly maddy ýagdaýlary durmuşlaryna we işlerine bolan uzak, elmydama dowam edýän stresiń oňyn däl täsiriniń öwezini dolmaýar.

Sońky döwürde dürlu ýurtlardaky bank gullugyndakylar has ýygy-ýygydan argynlyk, ýadawlykdan işe ukyplylygynyń peselmegini, psihiki durnuksyzlyk we somatiki bozulmalary duýýandyklaryny aýdýarlar.

Şeýle hem konflikt ýagdaýlary zähmet toparlarynda, maşgala gatnaşyklarynda hem dürli düşünişmezlik meseleleri döredýar.

Ýygnalan maglumatlara görä 75% bank işgärleriniń stressogen häsiýetleri duýýandyklaryna arz-şikaýat edýarler: kelle agyry, birdenkä gan basyşynyń ýokarlanmagy ýa-da peselmegi, ýürek agyryny duýmaklyk we ş.m.

Hiç bir meýillenmedik gyjynyjy ýagdaýlarynyń hem seýrek bolmaýandygy bellik edilýar. Göräýmäge hic bir zat bolanok, ýöne adamlar gaharjań bolýarlar, ýönekeýje zat üçin hem seslerini gataldýarlar ýa-da dymyp gezýärler.

Nerw dartgynlygy, ýadawlyk işden soń maşgala ýagdaýyna geçýär. Göwnüne ýaramazlyk, ýanýoldaşlaryń biri-

birine ýönekeýje zat üçin hem, kine etmekligi, göwnüne degmekligi, biri-birinden emosional sowaşmaklygy bularyň hemmesi häzirki döwrüń işewür adamlarynda duş gelýän simptomlardyr.

Köplenç bir az dynç almak, rahatlanmak, işden ünsüńi sowmaklyk, öz nerw ýagdaýlaryńy tertipleşdirmek munuń üçin ýeterlik bolup durýar we ýene-de maşgalada sazlaşykly durmuş dowam edýär.

Işde ýüze çykýan ýagdaýlaryń durmuşa edýän täsiri. Kabir pikirlere görä bankda işlemeklik *bir tarapdan* işgärlerine belli bir status berýär, özlerine bolan ynamy artdyrýar we maddy üpjünçilige ýardam edýär, *beýleki bir tarapdan* bolsa, ysgyndan düşürýär, elmydama gyjyndyryjy stres ýagdaýda ýaşamaly bolyar. Bu bolsa olaryń saglygyna we işiniń önümliligine, şeýle hem maşgala gatnaşyklaryna negatiw täsir edýär. Kop adamlar stres ýagdaýy ýeńmek isleýär. Nahili edip ol ýagdaýy ýeńmäge çalyşýarlar?

Gynansakda bank gurşawynyń daşky gözelligine (ýewroremont, gymmat bahaly enjamlar, ýalpyldap duran bezegler we maddy üpçünjiligi) garamazdan indiki ýollar bilen stres dartgynlygyny ýok etmäge çalyşýarlar:

- erkekler şowhunlyga, alkogol içgilere baş goşýarlar.
- aýallar bolsa, içki komfortlylyga ýetmek üçin dukanlara, salonlara barýarlar, öý işleri bilen meşgullanýarlar.

Ýöne, esasy mesele çözülmän galýar. Bank işgärleri örän seýrek psihologa, maslahata we psihoterapewte ýüz tutýarlar.

Erkekler beýle hünärmenlere ýuz tutmak, özüńi peseltmek, öz ýetmezçiligińi boýun almak hasaplayarlar. Aýallar bolsa, has ugruny ýitiren wagtlary, eýýäm kömek bermek kyn ýagdaýynda ýüz tutýarlar.

Şeýle hem bank işgärleriniń psiholog maslahatça ýüz tutmaklaryny kynlaşdyrýan ýagdaý olaryń şahsyýetiniń özboluşly, ýagny seresaplylyk, howatyrlylyk, gizlinlilik, durnuklylyk ýaly taraplary bolýar.

Hakykatda bolsa, dogrugan hem hünärmen maslahatça ýüz tutmak gerek, ýöne ol bank edarasynyň içinde bolmaly däl-de, daş ýagdaýda, ýüz tutýanyň şahsyýeti gizlin galar ýaly ýerde bolmaly.

Stres ýagdaýlarynda öz-özüňe kömek bermegiň ýollary. Psihologlar stres hadysasynda üç esasy döwüri belleýärler:

I. Dartgynlyk ýagdaýynyň ösmegi;

II. Içki stres;

III. Içki dartgynlygyň peselmegi;

Näme etmeli? Öz stres ýagdaýňda kömek bermek üçin we ony "konstruktiw görnüşe" geçirmek üçin nähili serişdeler bar?

Ilkinji ädim: Öz-özüňize syn ediň! Stresiň başlan wagty, onuň başlangyç fazasynda öz içki ýagdaýyňyzy duýmaga çalyşyň.

Siziň ýagdaýyňyzda we keýpiňizde nähili üýtgeşmeler bolup geçýär? Siz näme duýýarsyňyz? Siziň stresiňiziň birinji fazasy näçe wagt dowam edýär? Siz özüňizi elden bereniňizde, Siziň bilen näme bolup geçýär?

Köp adamlar: "Men gyjynýaryn, içki ýagdaýymda nämedir bir gyzgyn zat meni ýakyp barýar, dolandyryp bolmaýan zat.", ýa-da "Meni gorkuzyar we hemme zat doňup galýar" diýip aýdýarlar.

Ikinji ädim: Iň esasy öz-özüňi dolandyryşy ösdüriji şahsy içki serişde – bu özüňi wagtynda saklap bilmek, entäk özüňe gözegçilik edip bilmezlik ýagdaýa ýetirmezlik. Birinji döwürde "arakesme almaly" we erk güýjüň bilen egindeşiň bilen özara gatnaşygy bes etmek.

Onuň üçin indikileri ýerine ýetirmeli: otagdan daşary çykmaly, gürrüňdeşligi bes etmeli, söhbetdeşiňden sowulyp oturmaly.

Üçünji ädim: Iň gowusy başga bir işe girişmeli, ol dartgynlygy gowşadar. Iň möhüm zat, Siziň özüňizi saklaýyş hereketiňiz endige öwrülmeli.

Dördünji ädim: Pikirlenmäniň nähili öňüni alyş çareleri Siziň üçin hökmany, özüňizden dartgynlygy aýyrmak üçin gerek.

Ýadyňyza salyň näme zat Sizi şatlandyrýar, rahatlandyrýar we Size kanagatlanma berýar? Iň bolmanda hepdäniň dowamynda bir gezejik özüňize ýakymly zady etmäge çalyşyň. Oňa wagt tapmaga çalyşyň.

Bäşinji ädim: Erkin, boş wagtyňyz görüş psihotehnika ýumuşlaryny tejribelikde ulanyň. Rahatlandyryjy psihotehnikany mümkingadar günde ulanmaly, iň oňat wagt, munuň üçin ukudan soňky wagtdyr. Eýýäm birnäçe günden Siz özüňizi oňat duýup ugrarsyňyz. Özüňizi eýýäm birinji fazada saklamagy başararsyňyz.

Işewür durmuşda emosiýany dolandyrmak şowsuzlyklary. Durmuş şowsuzlyklary, emosiýany dolandyrmakda ýetmezçilikler bilen bir hatarda adamyň içki psihologik aýratynlyklaryndan we başga adamlar bilen aragatnaşyklaryndan hem-de başga sebäplere görä döräp biler.

Eger-de şeýle meseleler adamyň psihologiýasyna degişli bolsa, onda olar içki ýa-da subýektiw diýlip atlandyrylýar, eger-de meseleler adama bagly bolmadyk hadysalardan gelip çyksa, onda ol daşky ýa-da obýektiw diýlip atlanbdyrylýar. Özüňi emosional taýdan dolandyrmakda şowsuzlyklaryň içki sebäbi indikiler bolup biler:

* Biri-biriniň garşylygyny ýeňip geçmekligi başartmaýan birnäçe deň ähmiýetli we deň güýçli meýilleriň bäsdeşligi;

* Adamyň erkiniň gowşaklygy;

* Özüňi alyp barmagy öňünden aýdyp bolmaýan we yzygiderli bolmadyk, biri-birine gabat gelmeýän birnäçe häsiýetleriň bir adamda jemlenmegi

* Adamyň özüniň, öňüni alyp bilmeýän ýokarky emosional oýanyjylygy;

* Adamyň özüne ynamynyň bolmazlygy;

* Çözgüt kabul etmekde we çözmekde haýal-ýagallyk etmegi.

Özüni emosional taýdan dolandyrmakda şowsuzlygyň daşky sebäpleri indikiler bolup biler:

* Adamyň köp derejede bolup geçýän durmuş hadysalaryndan garaşlylygy;

* Adamyň köp derejede daş-töweregindäki adamlardan garaşlylygy;

* Adamyň düşen ýagdaýyna obýektiw sebäplere görä kesgitsizdigi üçin dogry çözgüt kabul edip bolmaýandygy;

* Adamyň daş-töweregindäki adamlar bilen çylşyrymly, gapma-garşylykly aragatnaşygy.

Hünäri, iş ýerini we iş şertini saýlap almakda şowsuzlyklar. Bu durmuş şowsuzlygy adatça adamyň öz hünärinden göwni hoş bolmazlygyndan, işini çalyşmak niýetinden, işiniň netijesiniň pesdiginden gelip çykýar. Köp ýagdaýlarda adam adatça öz hünärinden göwni hoş, ýöne iş ýeri, iş şerti ony kanagatlandyrmaýar we ol olary üýtgetmek isleýär. Ýöne şol isleg mydama belli bir talap bilen berkidilmeýär we käbir ýagdaýlarda haýsy hünäri, iş ýerini ýa-da şertini saýlamakçydygyny anyk bilmeýär. Ýüz tutan adamda şeýle şowsuzluklar açyk ýa-da gizlin bolmagy ahmal. Açyk ýagdaýdada ýüz tutan adam belli bir hünäri ýerine ýetirmek bilen ony üýtgetmegi isleýär. Gizlin ýagdaýda bolsa, adam işsiz galandygy ýa-da öňünde bar hünäri boýunça iş tapmak üçin ýüz tutýar.

Adam şeýle ýagdaýa öz ýerine ýetirýän hünärinden närazy bolup, ol işe bar güýjüni sarp etmeýär we şonuň üçin başga adamlar bilen bäsdeşlikde asgyn gelip maslahat beriji psihologa ýüz tutup biler. Şol ýagdaýda adam öz göwnünden turýan başga bir iş tapmagy maksat edinýär. Ýüz tutan adam öz hünärinden, iş ýerinden we iş şertinden närazy bolup bu barada dogry aýtmasa hem ol barada närazyçylygynyň duýulmagy ahmal.

Şeýle ýagdaýda psiholog maslahatçy nähili anyk kömek edip biler?

Ilki bilen anyk we doly kömek berip bolmajakdygyna düşünmek zerurdyr. Sebäbi, *birinjiden*, häzirki wagtda işsizligiñ ösmegi bilen abraýly, ýokary iş hakly we ýüz tutan adamyñ işini tapmak kyndyr. *Ikinjiden*, her bir adam öz şahsy mümkinçilikleri boýunça ýokary hak tölenýän işi ýerine ýetirip bilmeýär. Bu ýagdaýda çözülmeli meseleleriñ köpüsi psiholog-maslahatçynyñ mümkinçilikleriniñ çaginden çykýar. Psiholog-maslahatçy bu ýagdaýda ýüz tutan adama kömek bermek boýunça indiki işleri ýerine ýetirip biler:

Ilkinji nobatda, ýüz tutan adama öz ýagdaýyny öwredip, dogry, parasatly çözgüt kabul etmegine kömek bermeli we munda aşakdaky soraglary çözmeli:

* näme üçin ony hünäri, iş şerti we ýeri doly kanagatlandyrmaýar?

* adamyñ närazylygynyñ sebäplerini onuñ peýdasyna doly çözmek mümkinmi?

* köne iş ýerine derek, ol nähili hünär isleýär?

* nähili iş ýeri we iş şerti ony doly kanagatlandyrýar?

* täze hünär, ýüz tutan adama näme berip biler?

* şonda ýüz tutan adam üçin nähili täze meseleleriñ döremegi ahmal?

* ýüz tutan adam täze dörän meseleleri çözüp bilermi?

* bu onuñ üçin näme peýda berip biler?

* ýüz tutan adama näme peýdaly: onuñ hünärini täzelemegimi ýa-da öñki hünärinde galmagymy?

Şondan soñra ýüz tutan adam barada dürli taraply psihologik anyklaýyş barlagyny geçirip, onda täze hünär üçin zerur taraplarynyñ bardygyny ýa-da ýokdygyny anyklamaly. Gullukda ösmeklikdäki şowsuzlyklar hem dürli sebäplere görä ýüze çykyp biler. Şonuñ üçin peýda berip biljek netijäni gözläp

baslamazdan öñ, şol sebäbleriñ nämeden durýanlygyny bilmek zerurdyr.

Şeýle sebäpleriñ käbiri obýektiw häsiýete eýe bolup, diňe psihologik taýdan täsir etmek arkaly doly çözülip bilinmez. Şonuñ üçin şol sebäpleriñ subýektiw-psihologik taraplaryny öwrenmek gerek.

6.4. Medisina edarasynda psiholog maslahat işi

Psihologiýa köp wagtdan bäri arassa akademiki ders bolmaklygyndan üýtgäp, iş ýüzündäki tejribelikler bilen baglanyşykly häsiýete eýe boldy. Jemgyýetiň dürli ugurlarynda şeýle baglanyşygyň ähmiýeti uly bolup, psihologyň keşbi häzirki zaman önümçiliginde, medisina edarasynda, pedagogikada we kanun hukukçylygynda adaty ýagdaýa öwrüldi.

Psihologiki kömegiň gerekdigi diňe sosial iş ýüzünde däl, eýsem ol şahsy, maşgala durmuşynda hem zerurlygy belli bolýar, ýöne şeýle talaplar doly derejede kanagatlandyrlanok.

Psihologiýa ylmy adamyň durmuşyndaky döredijilikli amala aşyrylýan hereketiniň sebäplerini, şol sebäpli adamyň aň düşünjelerini, adamyň öz gylyk häsiýetlerini, häzirki döwürde diňe ylmy edaralaryň diwarlarynda öwrenip durman, adamzadyň geçip duran durmuşynyň ähli taraplaryna, onuň döredijilikli işine gatnaşmaly bolýar. Wagtyň talabyna görä ilat üçin psihologik kömegiň täsir älemi giňelýär. Maşgalada, edaralarda, ýokary okuw jaýlarynda we adamyň iş döredijiligi bilen baglanyşykly başga ýerlerde özbaşdak iş tejribesi hökmünde psihologik gullugynyň ýüze çykmaklygy, umumy psihologiýanyň öňünde iş ýüzünde peýdalanmak üçin esaslandyrylan taglymatynyň döredilmegini talap edýär. Medisina döredijiliginde psiholog hünärmeni lukmanyň maslahatçysy we kömekçisi hökmünde hereket edýär. Şeýle ýagdaýda ol kömek sorap gelýän adama hyzmat edýän we öz

işlerine jogapkär adama öwrülýär. Ýerine ýetirýän işinde ol diňe bir näsag adam bilen duşuşman, eýsem durmuş meselesi bilen baglanyşykly adam bilen duşuşýar. Munuň özi psihologyň näsaga psihologik kömek täsirini ulanmalydygyny aňladýar. Psihologyň hünärmenlik döredijiligi, kömege mätäç adamyň isleg-arzuwlaryna gös-göni bagly bolmaly däl. Şeýle hem psiholog öz işinde, belli bir öňden belli bolan kesgitli psihologik täsirleri ulanmaly, her bir adamyň içki dünýäsiniň öz boluşlylygyna görä hereket etmeli. Şeýle diýildigi psihologyň näsag tarapyndan kömege geliň diýen sesini perwaýsyz garamalydygyny aňladanok. Ol keselli adama, hünärmen däl-de, eýsem adam hökmünde maslahat bermeli, rahatlandyrmaly. Psihologyň adama peýdaly işi indikilerden ybarat:

* syrkawyň saglyk ýagdaýynyna edýän arz-şikaýatlaryna düşünmeli, ýöne özüňe erk edip, syrkawyň gep-gürrüňiniň ugryna gitmän, öz psihologiki kömegini ýerine ýetirmeli, edil hirurgyň operasiýa edişi ýaly, ýa-da mugallymyň terbiýeçilik çärelerini geçirişi ýaly. Hat-da şeýle ýagdaýlar kähalatda şikes alana ýa-da terbiýeleýänä ýaramasa-da onuň saglygyna psihologiki kömek etmekligi hiç bir gep gürrüňine boýun bolmazdan kömek etmelidir. Bejeriş, maslahat beriş merkezindäki psiholog maslahatça seredeliň.

Syrkaw öz kesellän döwrüniň dowamynda mydama agyry duýýar, ýagny näsaglyga duçar bolanda agyry ýüze çykýar. Ulagly bir ýerden başga bir ýere geçirilende, sagaldyş beden terbiýesinde agyry ýüze çykýar, agyry bilen dowamly göreşmeli bolýar. Agyry dowamly bolanda syrkawyň oňa çydamlylygy ýitýär, munuň özi edilmeli dürli sagaldyş işinde, meselem, iňňe sanjymlarynyň öňünde gorky duýgusyny döredýär. Şeýle gorkularyň öňüni almagyň iň gowy serişdesi onuň aňyna täsir etmek ýa-da gipnozdyr, ýagny söz bilen düşündirip güýçli ynanç döretmek. Şeýle ynanç diňe bir agyry duýgusyny aýyrmak bilen çäklenmän, eýsem syrkawyň işdäsini

açyp, özüni duýuşyny gowylandyrýar. Şeýlede bolsa, häzirki wagtda gipnozy ulanmagyň iş tejribesi az. Agyr keseliň ilki başlarynda nerw dartgynlygy, howsalalyk we ukusyzlyk, degişli üns bermekligi we bejergini talap edýär. Hemme fiziologiki meseleler wajyp orun tutýarlar. Lukman öňünden syrkawa bejerginiň meýilleri, operasiýalary, keseliň galdyrýan yzlary barada maglumat berýär. Syrkawyň psihiki ýagdaýyny arkaýyn we bolup biläýjek ýagdaýlara ynamly maslahat bilen düşünişmek, köşeşdiriji, peýdaly netijelre
getirýär. Keselhananyň kömekçi işgärleri syrkawyň başdan geçirýän içki duýgularyny bilmeýän bolmagy mümkin. Şonuň üçin hem, ol işgärler psiholog maslahatçynyň kömegi bilen psihologiki meseleler boýunça we olaryň syrkawa kömekleri boýunça degişli görkezmeleri almalydyrlar.

Syrkawyň ilki başdaky psihiki we azar çekmeleri köşeşip ugrandan soň, syrkawyň akyl huşunyň, onuň öz gelejegi baradaky meseleleri bolýar. Agyr we uzaga çeken kesel we onuň netijeleri, onuň maşgala gaýdyp barmagy, özüniň maýyplygynyň netijeleri, pul soraglary we sosial netijeleri barada syrkawda uly alada we gorky duýgusyny döredýär. Gutarnykly pikirlenmän, çakdanaşa ulaldyp göz öňüne getirilen uýgunlaşmak meseleleri, bejeriş işlerinden ýüz öwürmeklik ýa-da bolýan ýeriniň gün tertibine närazyçylyk duýgusyny döredip biler, şonuň üçin hem onuň uýgunlaşmagynyň kadaly mümkinçiligini saklamak bilen onuň beden we psihiki işeňňirligini ýokarlandyrmak gerek. Içgysdyryjy we bir boluşly keselhananyň durmuşy hem zyýanly täsir edýär. Şu ýagdaýlarda onuň güýçsizligine we garaşlylygyna, sargy saralýan wagtynda, suwa düşende, sagaldyş maşklarynda edilýän işeňňirlik taraplary, şeýle hem onuň beden we psihiki işjeňligini goldamaklyk peýdaly täsir edýär. Syrkaw bilen sypaýyçylykly, adamkärçilikli we ynandyryjy gürrüň açyp, keseliň bedeniň gurluşyna we agzalarynyň kadaly işleýşine ýetirip biljek täsirlerini, derman

iii

däri bilen olara garşy göreş çärelerini alyp baryp bolýandygyny, bu meselede häzirki zaman medisinanyň mümkinçilikleriniň uludygyny düşündirdigiňçe, syrkawda gelejege bolan ynamyň, onuň jemgyýetçilik durmuşyna kadaly öwrenişip biljekdigine ynam döredýär.

Bap 7. Maşgala psihologik maslahat kömegi

7.1. Maşgala psihologik maslahat barada düşünje

Maşgala psihologik maslahat beriş adamlaryñ öz maşgalasynyñ çägindäki gatnaşyklarynda, är-aýal gatnaşyklarynda, ata-enäniñ çagalar bilen gatnaşygynda, ata-eneleriñ öz ata-eneleri bilen gatnaşyklarynda ýüze çykýan meseleleri we daş-töwerwekden olara golaýlaşýan adamlar bilen gatnaşyklarynda, maşgala agzalarynyñ zähmet işi bilen baglanşykly meselelerini öz içine alýar. Şonuñ üçinem, ol dürli ugurlara bölünýär. Maşgala psihologik maslahat beriş işiniñ ugrukmasy we berilýän kömegiñ häsiýeti we çözýän meseleleri boýunça tapawutlandyrýarlar. Psihologik maslahat beriş müşderileriń indiwidual aýratynlyklary we psihalogik maslahata ýüz tutýan meseleleri boýunça görnüşlere bölýärler:

*_Intim-şahsy psihologik maslahat beriş_ - köp duş gelýän görnişi. Bu görnişde soraglar adamyń şahsyýetiniń çuñ tarlaryna degip onuń güýçli aladalanmagyna getirýär, özem esasan beýleki edaralardan gizlin ýagdaýlar bolýar. Mysal üçin: adamyń intim, saklanasy gelýän psihiki ýagdaýynda özini alyp baryşyndaky ýitmezçilikleri, ońa ähmiýetli bolan adamlar bilen şahsy aragatnaşyklary, dürli gorkular, şowsuzlyklar, psihogen keseller, we ş.m. Şeýlede adamyń özine göwni ýetmezlige intim, jynsy gatnaşyklara göwniniń ýetmezligi.

*_Maşgala maslahat beriş_ - özüniń ýa-da beýlekileriń maşgalasyndaky meseleler, ýanýoldaşyny saýlap almak, maşgalany optimal düzmek we maşgalada özaragatnaşygy ýola goýmak, maşgaladaky boljak konfliktleri duýdurmak we çözmek we ş.m.

Maşgala psihologik maslahat kömeginiñ görnüşleri. Öz ugrukmasy boýunça psihologik kömek indiki ýagdaýlar boýunça bölünýär:

iii

• Köplenç maşgalanyñ bir agzasyna göni ýa-da gyýtaklaýyn, maşgalasy bilen baglanyşykly meselesinde kömek bermek;

• Nikaly ýa-da nikadan öñki jübütlere kömek bermek;

Bir bütewi maşgala;

• Enä ýa-da ata, ene-ata bilelikde;

• Ene-atalara we çagalara;

Çaga ýa-da ýetginjege öz häsiýeti boýunça psihologik kömek indikilerden durýar:

• Guramaçylykly çäreleri hödürlemek; Mysal üçin çaganyñ terbiýesi bilen baglanyşykly bolan meselelerde ony kömekçi ýa-da ýörite mekdeplere, çagalar baglaryna, psihonewrologa, logopede ugratmak.

Terbiýe we okatmak usullaryny hödürlemekde.

• Ýetginjekleriñ hünär ugrukmasynda;

• Çaganyñ mekdebe taýyndygyny kesgitlemekde we onuñ okuw işindäki kynçylyklaryñ sebäbini ýüze çykarmakda;

• Psihoterapewtiki we psihologik reabilitasiýa (düzediş) işlerini amala aşyrmakda.

Kömegiñ hemme görnüşi psihologik kömek bolýar, sebäbi olaryñ hemmesi psihologik sebäpler bilen ýüze çykarylan meselelere gönükdirilen. Mysal üçin, akyl taýdan yza galan çagany kömekçi mekdebe ýerleşdirmek, gös-göni barlanyñda, hiç hili psihologik ýagdaýy özünde jemlemeýän ýaly. Şeýle ýagdaýlarda esasy kömek bermeli obýekt ilki bilen ene-ata bolýar. Ikinjiden, akyl taýdan yza galaklygyñ sebäbini we derejesini kesgitlemek, çaganyñ psihologik biliminiñ, psihologik ösüşiniñ ýagdaýyna esaslanýar. Ol ösüşiniñ anamaliýasynyñ psihodiagnostik usullaryny talap edýär.

Maşgala maslahatynyń terapewtiki modelleri.

Kömegi ugrukdyrmak we onuñ häsiýeti boýunça maşgala psihologik kömeginiñ birnäçe modellerini belleýärler:

1) Pedagogik model – bu ene-atalaryñ terbiýelemek işinde käbir kompotentli däldigine, bilimleriniñ ýoklugyna

esaslanýar we çagalary terbiýelemäge kömek berýär. Haçan-da belli bir täsirler meýilnamalaşdyrylanda şol maşgalanyñ haýsy agzasyna arz-şikaýat edilýän bolsa, şoña hem gönükdirilýär. Maslahatçy ene-atalar bilen birlikde bar bolan ýagdaýy seljerýärler we şol problemany düzetmek üçin ýörite programmany işläp düzýärler. Şol çäreleri işläp düzmekde konsultant çaganyñ we ene-atanyñ diñe bir indiwidual aýratynlyklaryna däl-de, eýsem optimal, uniwersal, pedagigik psihologik serişdelerine ugrukmalydyr. Maslahatçy berýän maslahatlarynyñ, ýumuşlarynyñ ýerine ýetirilişini barlap durmaly. Bu ýagdaýdaky modeli sosiologlar, pedagogik işgärler ulanýar, psihologlar az ulanýar.

2) <u>Diagnostik model</u> – ene-atalaryň ýörite bilimleriniñ ýetmezçilik etmegine esaslanýar. Bu ýagdaýda dogry çözgüde gelip, dogry netije çykarmaklyk esasy, möhüm bolýar. Anyklaýyş obýekti hökmünde meselem, ösüşden yza galan çagalar we ýetginjekler çykyş edýär. Ene-atalara kömek hödürnama ýa-da başga görnüşde berilýär.

3) <u>Sosial model</u> – maşgalada döreýän kynçylyklaryñ esasynda oñaýsyz maşgala aragatnaşygynda döreýän näsazlyklara esaslanýar we gös-göni müşderiniň durmuşy ýagdaýlaryna esaslanýar. Mysal üçin tanyşlyk gullugy.

4) <u>Medisina modeli</u> – maşgala kynçylyklarynyn esasynda şol maşgalada keselli adamyň bolmagy, onuň keseliniň aýratynlyklary, onuň bilen göreşmegiň düzgünleri bilen esaslanýar.

Maşgala kömek bermekde psihoterapewtiki modeliñ ähmiýet. Bu işde indiwidual çemeleşme barada. Psihoterapewtik modeliñ esasynda psihologik maslahat kömegi, birnäçe ylmy-usulyýet we sosial – tejribelik häsiýetli sebäpleri özünde jemleýär. *<u>Indiwidual çemeleşme</u>* diýip psiholog-maslahatçynyñ işinde esasy ünsi indiwidual ýa-da sosial psihologik sebäbi aýyrmaklyga gönükdirilýär. Mysal üçin, dürli maşgalalarda dürli ýagdaýda ýüze çykýan, öñki agzalan

meseleleriñ, maşgalanyñ dagamagyna getirmegi, arakhorluk, nerwlilik we ş. m. hadysalaryñ esasynda umumy meseleler: sosial-demografiki, ykdysady ýa-da sosial-tebigy meseleler eýeläp biler. Täsir edişiñ we seljermäniñ esasy obýekti anyk maşgala bolup, diñe şol maşgala degişli bolan aýratynlyklar göz öñünde tutulýar. Maslahatçynyñ işiniñ esasy maksady, maşgala ýokary ahlak standartlaryny girizmek däl-de, eýsem şol maşgalanyñ her bir agzasynda ony berkitmek mümkinçiligini döretmek. Maslahatçy diñe bir peýdaly maslahatlary bermek bilen çäklenmän, eýsem maşgala disgormoniýasyny döredýän indiwidual sebäpleri ýüze çykarmaly we aradan aýyrmaly.

Psihologik maslahat berilýän ýagdaýynda psihoterapewtik modeliñ çäginde maslahatçy ilki bilen indiki ýagdaýlara daýanýar:

* Müşderiniñ we özüniñ şahsy resurslaryna.

* Aragatnaşygyñ psihoterapewtiki potensialy diadada, şeýle hem topardaky, maşgaladaky kanunalaýyklyklaryna.

Psihologik täsir ediş usullaryñ ulanylyşy. Psiholog-maslahatçynyñ kömegine derman-däri bilen täsir etmeklik girmeýär. Maslahatçynyñ müşderiniñ sosial ýagdaýyna gös-göni goşulyşmagy psihologik kömegiñ netijeliligini peseldýär. Sebäbi bu ýagdaý müşderiniñ özbaşdaklyk, jogapkärçilik, durmuşy kynçylyklardan baş alyp çykmak ukyplaryny berkitmäge ýardam etmeýär.

Maşgala gullugynda işleýän tejribeçi psihologyñ psihologik kömek ýagdaýyndaky çemeleşmesi arassa manynyñ we gündelik tejribäniñ ulanylmagyna syrykdyrylman, eýsem aragatnaşygyñ umumy kanunalaýyklyklaryny, psihikanyñ gurluşyny, maşgala durmuşynyñ psihologiki esaslaryny bilmäge esaslanýar.

Psihologiki kömek gynançlardan saplanmagy, adamyñ dürli täsir etmeler ýoly bilen kadaly durmuşa gaýdyp gelmek ukyplylygyny göz öñunde tutýar.

iii

Psihologiki kömegiñ amala aşyrylmasy haçan-da psihologyñ müşderisi sagdyn, öz hereketlerine, öz çagalaryny terbiýelemäge jogap berýän adam bolanda mümkin bolar.

Bu hili gönükdirilme-ustanowka kömege ýüz tutýan bilen ony amala aşyrýanyñ arasyndaky aragatnaşygyñ gidişini we häsiýetini belli bir derejede kesgitleýär.

Şeýlelik bilen, psihologiki kömek bu psihoterapiýa, ýöne medisina däl modele esaslanan psihoteraiýadyr. Psihoterapiýanyñ bu hili medisina däl modelleriniñ bolmagy W.W. Stoliniñ, B.D. Karwasawskiniñ işlerinde kabul edilen tekrarlamadyr.

Kömek bermekde islegleri ulanmak. Maşgala psihologiki kömek bermegiñ maslahat görnüşleri örän köpdürlidir. Olar işiñ ugrukdyrylmasy we häsiýeti boýunça, şeýle hem berilýän kömek we ýumuşlaryñ üýtgeşikligi bilen tapawutlanyp bilerler. Bu tapawutlar kömegiñ ol ýa-da beýleki modelini kemala getirýär.

Psihologiki model özüniñ esasy “ýaragy” hökmünde öz-özünden dörän umumy bilimleri ulanman, eýsem adamyñ durmuşynyñ we aragatnaşygynyñ ölçeglilik kanunyny, maşgaladaky we maslahatçy bilen müşderiniñ arasyndaky aragatnaşyk hökmündäki kanun görnüşinde ulanýar. Şu kanunalaýyklyklara esaslanyp, hünärmen tutuş maşgalanyñ we onuñ agzalarynyñ içki ätiýaçlyklaryny güýçlendirmäge synanyşýar, bu ätiýaçlyklar olara dörän kynçylyklary özleriniñ ýeñip geçmekleri üçin zerur.

Bu modelleriñ her biriniñ öz artykmaçlyklary we ýetmezçilikleri bardyr. Mysal üçin, berlen maşgalanyñ kesgitli terbiýeçilik meselelerine degişlilikde ulanylan indiwidual pedagogik maslahat umumy okuwdan ýa-da belli edebiýatlaryñ okalmagyndan has netijeli bolmagy mümkin. Ýöne maslahatçy ene-atalaryñ motiwasiýasynyñ aýratynlyklaryny we onuñ şahsyýetini, şeýle hem çaganyñ şahsyýetiniñ özboluşlylygyny we maşgalanyñ kesgitli psihologiki gurluşyny, maslahat

berilýän ýagdaýdaky aragatnaşygyñ kanunalaýyklyklaryny hasaba almasa, onda bu hili maslahatyñ netijeliligi örän pes bolar.

Diagnostiki model maslahaty peýdaly, ýöne özbaşdak däl. Ol masalahatça öz müşderisine öz meselesiniñ ähli çuñlugyny añlamaga kömek bermäge mümkunçilik döredýär, ýöne müşderiniñ soñky ykbaly maslahatçynyñ täsir ediş meýdanyndan çykýar.

Sosial model maslahatçynyñ güýçlerini müşderiniñ zähmet we durmuş şertlerini üýtgetmäge gönükdirýär, ýöne ýapyk görnüşde alnanda gönükdirilmelerini döredip bilýär.

Medisina modeli sagdyn adamlara bolan gatnaşykda kada laýyk däl.

Psihologiki model-hut şol kömege we onuñ beýleki görnüşlerine utgaşyp gitmeli. Maslahat psihologik kömeginiñ psihoterapewtiki modeliniñ esasynda ylmy-usulyýet häsiýetindäki bir näçe salgylanmalar ýatýar.

7.2. Maşgala maslahatynda ýaş çatynjalar meselesi Geljekdäki çatynjalaryñ aragatnaşygy

Ähli adamlar hem ýaş aýratynlyklaryna seretmezden, heniz maşgala durmuşyny gurmankalar iki mesele barada pikir edýärler:

Meniñ maşgala gurmagymda ýanýoldaşym kim bolsa gowy bolar?

Şol adam bilen meniñ maşgala ýagdaýym ugrugyp gidermi ?

Bu meseleleriñ üstünde öñ maşgala durmuşynyñ şowsuz sapagyny geçen ýaşuly adamlar has köp pikir edýärler. Şol adamlar hem ilkileriñ biri bolup, psiholog-maslahatça ýüz tutýarlar. Adatça şeýle soraglar bilen ýüz tutýan adamlar maşgala ýoldaşyny saýlap almakda kömek berilmegini isleýär

we maşgala durmuşynda şeýle ýol bilen ahmal bolaýjak ýalňyşlyklardan daşda durmaga çalyşýarlar.

Maslahat üçin ýüz tutýanyň meseleleriniň heniz maslahat beriji psihologa belli däldigi üçin maslahatçy indiki soraglary bilen ýüzlenip biler:

1. Siziň ideal maşgala ýoldaşyňyz nähili häsiýetleri özünde jemlemeli?
2. "Şeýle adam hakykatdan hem durmuşyňyzda barmy?" diýen soragy özüňize berdiňizmi?
2. Siziň maşgala gurmakçy bolýan ýoldaşyňyz siziň idealyňyza näderejede gabat gelýär?
3. Siziň geljekdäki ýanýoldaşyňyzda görmek islemeýän bir psihologik häsiýetiňiz barmy ?
4. Şeyle häsiýetiň görnüşleri siziň ýoldaşyňyzda ýüze çykan ýagdaýy boldumy ?
6. Siz geljekdäki ýanýoldaşyňyza nähilidir täsir etjek bolduňyzmy?
7. Siziň özüňizde geljekgi ýanýoldaşyňyz üçin öwrenişmesi kyn düşjek ýetmezçilik barmy ?
8. Siz özüňiziň häsiýetleriňiziň käbir taraplaryny gowulyga tarap üýtgetmekçi bolup synanyşdyňyzmy we nähilli netije çykdy?
9. Eýýäm beýan eden şahsy häsiýetleriňizden başga-da, maşgala gurmak üçin ýene-de nähilli häsiýetleri siz möhüm hasaplaýarsyňyz?
10. Siziň geljekki ýanýoldaşyňyz şu zatlaryň hemmesine nähilli garaýar ?

Alnan jogaplara seljerme berlenden soňra psiholog-maslahatçy ýüz tutan adamyň nähili meselelesiniň bardygyny ýüze çykarmaly we şol meseläniň çözgüdini tapmaga synanşmaly.

Şol çözgüt, ýüz tutan adamyñ geljekde özüni nähilli alyp barmalydygy baradaky birnäçe tekliplerden ybarat bolmagy ahmal.

Gurlan maşgalada çatynjalaryñ aragatnaşygy. Belli bir wagtyñ dowamynda maşgala gurmakçy bolýan adamy synlamak, onuñ bilen aragatnaşykda öz hereketlerini tejribe etmek. Şol tejribäniñ maksady özüni we geljekgi ýoldaşyny üýtgetmeklige synanyşmak we uzak wagtlyk durmuş gurmakda biri-birine psihologik taýdan gabat gelmeklerine kömek bermekden ybarat.

Bu babatda maslahatçy-psiholog tarapyndan testleriñ bir topary hem hödürlenilýär. Şol testleriñ esasynda maslahata ýüz tutan çatynjalar biri-biri barada köp zatlary bilerler.

Maşgala täze gurlan wagtlary catynjalaryñ özüni alyp baryşlarynda käbir üýtgeşmeler bolup geçýär. Ýöne şol üýtgeşmeleriñ haýal geçmegi maşgala gurmazdan öñ belli bir endikleri özlerinde saklaýarlar.

Ähli adamlaryñ psihologiýasy biri-biriniñkiden tapawutlanýar we şol tapawut maşgala durmuşynyñ ilkinji aýlarynda we ýyllarynda maşgala durmuşynda ýüze çykýar. Şol tapawutlar çatynjalaryñ arasynda gapma-garşylyga, jedele, agzalalyga getirýär we ony ýeñip geçmek üçin köp güýç, wagt sarp etmeli bolýar.

Muña seretmezden, ähli meseleleri birbada çözüp bolmaýar. Şonuñ özi hem ýaş çatynjalary maslahatçy-psihologyñ ýanyna getirýär. Munuñ sebäbi indikiler bolup biler:

Çatynjalaryñ arasynda özara düşünişmekligiñ ýeterlik dererjede däldigi; häsiýetleriñ psihologik gabat gelmezligi; endikleriñ we hereketleriñ gabat gelmezligi; maşgalada bir pikiri talap edýän meselelerde pikirleriñ gabat gelmezligi.

Çatynjalaryñ biri-birleri we ene-atalary bilen aragatnaşygy. Çatynjalaryñ biri-biriniñ ene-atalary bilen aragatnaşyklary olaryñ öz gatnaşyklaryna bagly bolmasa hem,

öz täsirini ýetirip bilýär. Şeýle mesele bilen çatynjalaryñ ýa-da ene-atalaryñ maslahatça ýüz tutmagy indiki sebäplere bagly:

* Çatynjalaryñ birinde ýa-da ikisinde hem näme üçindir ene-atalary bilen aragatnaşygy oňyn ýola düşmeýär.
* Çatynjalaryñ birinde ýa-da ikisinde hem biri-biriniñ ene-atalary bilen aragatnaşygy oňyn bolmaýar.

Olaryñ arasyndaky düşünişmezligiñ sebäbi dürli-dürli bolup biler we esasan-da öz çagalarynyñ tarapyny tutmak netijesinde ýüze çykýar. Maslahatçy şu soraglary anyklamaly:

- Dörän agzalalygyñ başy nämeden başlapdyr?
- Haçan agzalalyk ilkinji gezek ýüze çykdy?
- Agzalalyk soñra nähili ösdi?
- Ýüz tutan adam agzalalygy özbaşdak çözjek boldumy?
- Şonda çatynja özüni nähilli alyp bardy?
- Çatynjalaryñ agzalalyga gatnaşmaýan ene-ata tarapy şol meselä nähili garaýar?
- Olar agzalalygy çözmek üçin näme etdiler?
- Çözmegi hökmany bolan esasy mesele nämeden ybarat?

Soraglara jogap alyp, maslahatçy ýüz tutan tarapa özüni çydamly alyp barmalydygyny aýtmaly we şeýle-de biri-birleriniň häsiýeti, olary dolandyrmagyň ýollaryny öwretmeli.

Telefon üsti bilen maslahat bermegiñ esasy

Çylşyrymly ýagdaýa düşen adamyň öz pikir edýän hereketlerine bir az şübhelenýän, ya-da adamlaryň onuň eden hereketleriniň manysyna dogry düşünmegini, asla beýlekileriň onuň ýagdaýyna üns berip düşünmeklerini isleýän adam ýörüte "Ynam telefonyna" jaň etmegi ýüregine düwýär. Bu ýagdaýda telefonyň ol ujunda oturan psiholog-maslahatçy onuň bilen dogry aragatnaşygy gurnap bilmelidir. Bu ýagdaýda ilki bilen digry diňlemegi başarmaly.

<u>Işjeñ diñlemek</u> – bu düşünmeklik sungaty. Işjeñ diñleýji añyrdan gepläp duran adamyñ her bir sözüniñ düşnüklidigini

hem-de dogrydygyna ynandyrmaly, ýagny düşünýän diňleýji gepleýän adama “Men sizi kabul edýärin. Men siz barada alada etjek. Men siziň tejribäňize, duýgylaryňyza, isleglериňize düşünesim gelýär” diýýär. Şeyle sözler gürrüňdeşligiň esasy ýagdaýy hökmünde onuň pikirlerine we duýgylaryna öz täsirini ýetirýär.

Netijede müşderiniň özüni bahalandyryşy artýar. Onuň emosional kämilligi ösýär, öz hususy tejribesine ornaşmagy giňeýär, şahsy maksatlaryna ýetmek üçin aýgytlylygy ösýär, goraglylygy peselýär, awtoritarlyk peselýär, beýlekileri diňlemäge taýýnlygy ýokarlandyrýar, beýlekiler has duýgur bolýar. *Işjeň diňlemegiň maksady*: eger-de işjeň diňleme – bu düşünmeklik bolsa, onda doly düşunmeklige ýetmek üçin ilki bilen biz düşünmegi islemeli, öz daş-töweregimizde düşünilýän atmosferany döretmeli. Şol düşündik diýen habarymyzy has aýdyň anyklamak üçin eşiden zadymyzy barlamaly we ýene-de habarlary soramaga taýyn bolmaly.

Diýmek, işjeň diňlemegiň esasy maksady gürrüňdeşlikde ynam atmosferasyny döredtmek ýa-da goldamak bolýar. “Men siz barada däl-de, sizin üçin pikir etjek” diýen sözler öňki aýdylan sözleriň manysyny aýdyňlaşdyrmak üçin öňki eşidilen habarlary täzeden gaýtalamaga getirýär. “Men sizden ýene-de bir gezek aýdyňlaşdyrmak üçin soraýan zarlarym sizin özüňize oňat düşüner ýaly, bizin name barada gürrüň alyp barýanlygymyzy anyklamaga mümkinçilik berer diýip umut edýärin”. *Işjeň diňlemek üçin nähili endikler hökmany?*

Goldawy üpjün etmek. Goldawy üpjün etmek üçin indiki ýagdaýlary ulanmaly:

- Size habar berilýän zada hakyky gyzyklanma;
- Düşünýändigiňi aňladýan gysga werbal belgiler: “howa”, “a-ha” we ş.m.
  minimal ýagdaýda ulanmak;
- Has uzyn werbal baglanşygy goldaw üçin ulanmak, ýagny “men sizi diňleýärin”, “Meniň wagtym köp, men hiç ýere

howlugamok"

• Walidizasiýa, gepleýän adamyñ duýgularyna kadaly we tebigy ýagdaýda ýüze çykmagyna hukuk beriş, ýagny "Siziň nähili duýgulary başyñyzdan geçirendigiñizi men düşünip biljek", "Eger-de meniñ bilen hem şeýle zatlar bolan bolsa, meniň hem gaharym gelerdi".

Habarlary gözlemek ücin indiki ýagdaýlar ulanylýar:

* Gaýtalamak, ýagny aýdylan habarlary sözme-söz gaýtalamak;

* Täze sözler bilen eşidilen habarlary çalyşmak; Esasanam duýgular bilen baglanyşykly bolan habarlary hökmany anyklamak gerek, ýagny "Men siziñ näme diýmek isleýaniñizi eşidýarin.....", "Diýmek, siziñ aýtjak bolýan zadyñyz.....".

* Açyk soraglar, ýagny "ýok" ýa-da "howwa" diýen jogaplary talap etmeýän soraglary bermek; Soraglar "näme?", "kim?", "nähili?", "haçan" – diýip başlanýan bolmaly.

* Refleksiýa, ýagny siziñ intuitiw tanamalaryñyz we söz bilen beýan edip bolmaýan emosional duýmalaryñyz; "Siz şol zatlary başgaça nähili duýýandygyñyzy aýdyñ"

* Metaforalar we deñeşdirmeler; Duýgulary ýa-da duýmalary oñat kesgitlemek üçin hakykat bilen deñeşdirmegi ulanyñ "Bu duýgularyñyz, duýmalarñyz edil kiçijik çagajygyñ bir özüni wokzalda taşlanandaky duýmalaryny ýatladýar"

Mysal üçin, adamsy aýalyna: "Ezizim, men şu gün özümi erbet duýýaryn. Bize Andersonlara gitmek hökmanmy?" aýaly: "Heý-de bir seniñ meniñ bilen bile gidesiñ gelýän wagtyñ boldumy?" Men öýde oturmagy ýigrenýärin. Eger sen meniñ bilen gidesiñ gelmeýän bolsa, onda meniñ özüm gitmeli bolaryn. eger işjeñ düşünmeklige, empatiýa we çözgüdi tapmaga ugrukdyrylsa: Adamsy "Ezizim..........." aýaly "Sen şu gün bir hili erbet görünýärsiñ, näme boldy? Adamsy "Aý hiç zat bolanok, bir hili kelläm agyrýar" Aýaly: "Seniñ gyzgynyň bar bolaýmasyn, ýadadyñmy, güýçli agyrýarmy?" Adamsy: "Aý, ýok-la aslynda iş kelle agyrda-da däl-de, Pylany-da. Ol

meniñ hemme edýän işime yrsaraýar. Men şol adamy göresim gelenok." Aýaly: "Dogrudanam, şol Pylany aslynda kejir. Şol ýanymda bolsa men özümi kiçijik çaga ýaly duýýaryn" Adamsy: "menem edil şonuñ ýaly duýýaryn-da". Aýaly: "Onda, onuñ bilen duşuşmak saña agyr bolsa, şol agşama gitmesegem bolýar." Adamsy: "Maña düşüneniñ üçin sag bol!" Işjeñ diñlemegiñ peýdaly şertleri:

• Haçan-da size hökmany ýagdaýda dogry kabul edendigiñizi barlamak gerek bolanda;
• Haçan-da siz güýçli emosiýalar bilen iş salyşanyñyzda;
• Haçan-da beýleki adamyñ meselesi tutuşlaýyn manysy boýunça emosional bolanda;
• Haçan-da müşderi, size öz gelen çözgüdini kabul etdirmek islände;
• Haçan-da "açyk" soñy bolan derñemede we özara täsir edilýän wagtynda.

Işjeñ diñlemegiñ kömegi. Işjeñ diñlemegiñ kömegi bilen siz:

* Beýleki adamyñ duýgusyny anyklap bilýärsiñiz;
* Çylşyrymly emosional ýagdaýlaryñ gurluşyny şeýle hem meseläni has anyk kesgitleýärsiñiz;
* Müşderä meseläniñ çözgüdini we oña düşünmäge haýsy ugurdan kömek gerekdigini aýdýarsyñyz;
* Müşderiniñ özüni bahalandyryşyny ýokarlandyrýarsyñyz;

Işjeñ diñlemegiñ üstünlikli bolmagy üçin edilýän talaplar:

1. Adam bilen çyn ýürekden gyzyklanmak we oña kömek bermegi işlemek;
2. Iñ ýönekeýje emosional ýagdaýlaryñ ýüze çykmagyna üns bermek;
3. Islendik pikirleri, duýgulary taşlamak (wagtlaýyn)
4. Adamyñ özüniñ çözgüde gelip biljekdigine, oña dogry şertleri döretmek, wagt bermek, onuñ ukybyna ynanmak.

Işjeñ diñlemegi ulanmak kyn düşýän ýagdaýlary: birnäçe pauzadan soñ müşderiniñ "hawa" diýen jogaby; şeýle hem "ýok" diýen jogaby; eger-de müşderi yzyny ýüzmän gepläp

otur-sa, örän güýçli duýgularyny ýüze çykaryp gürrüň berýän bolsa, onda ony soňuna çenli üzmän diňlemeli.

Telefon üsti maslahat bermekde müşderini ynandyrmagyň ýollary

Aragatnaşykda ýüze çykýan böwetler barada. Işjeň diňlemeklik haçan-da mesele belli bolanda ýa-da çözgüde geknende soňlanýar, ýagny müşderi belli bir wagta görä şol meselede ünsüni saklady, dialog ýuwaş-ýuwaşdan yzygiderlige eýe bolup başlady.

Kommunikatiw böwetler. Şol meseläni çözmek üçin beýleki adama ýüz tutmagy maslahat bermek. Ýöne, bu maslahat seýrek kabul edilýär. Bu ýagdaýlarda maslahatçynyň abraýy adamyň özüniň çözgüdi kabul etmek mümkinçiliginden mahrum edýär.

Seljerme ýa-da interpretasiýa, ýagny müşderä hakykatdan onuň meselesiniň nämäni aňladýandygyny düşündirmek, ýagny müşderä näme üçin şeýle meseläniň onda dörändigini düşündirmek. Köplenç düşündirmek täze meseläni - gorag reaksiýalaryny döredýär. Ol bolsa düşünmäge, kabul etmäge päsgel berýär. Mysal üçin “näme üçin?” diýen sorag diňe habarlary gözlemäge gönükdirilmän, eýsem müşderiniň özüni aklamaklyga getirýän gorag reaksiýalaryny döredip bilýär, müşderini hakyky ýagdaýdan iterýär.

Logiki ynandyrma – bu logiki jogaplary bolan yzygider soraglary ulanyp, güýçli emosional ýagdaýlary başdan geçirýän müşderini çözgüde ýa-da maslahatçynyň maslahatyna gönükdirmek. Köplenç adamlar logika boýun egýär, maslahatçy bolsa, dialoga gözegçilik edýär, müşderi birnäçe soraglar bilen özüniň kapasa düşendigini duýýar. Bu usul bolsa, müşderi öz duýgularyndan aýryp, frustrasiýany, goragy, öýkelemegi döredýär.

Görkezme bermek we rezonerçilik. Müşderä siziñ gymmatlyklar ulgamyñyz, görkezmeleriñiz nähili derejede oñatdygyny ýa-da erbetdigini düşundirmek. "Mümkin bolsa", "Eger şeýle edip bolsa-dy" diýip başlanýan sözler köplenç iki ýagdaýy döredýär, ýagny bu sözler gorag reaksiýasyny, günäkärlik duýgusyny döredýär. Eger-de kabul edilse, günäkärlik duýgusy ret edilse, onda ýokary derejeli görkeziji maslahatçy hökmünde düşunilýär"

Howp salyş, käbir duýdyryşlar we gös-göni şikaýatlar. Bu ýagdaýda müşderi agyr ýagdaýlary duýyar we kesgitli çözgüde gelmese, duşmançylykly, öýke-kineli gorag düzüjisi döreýär.

Diñlemekligiñ oñat bolmagy üçin talaplar: geplemegiñi goý, müşderiniñ arkaýynlaşmagyna kömek ediñ, müsderiniñ azat gürrüñ edip biljek duýgusyny aýamak; siziñ ony diñleýändigiñizi görkeziñ, onuñ üçin käbir werbal komponentleri añladýan sözleri arasynda bildiriñ: müşderiniñ ünsden salmañ, çydamly boluñ, agressiýadan sowluñ, çünñki agressiýa size zyýan berip biler, bilmeýan zadyñyz barada gürrüñ bermäñ.

Ynam telofonynyń döredilmeginiń taryhy. Ynam telefony 1958-nji ýylda Çad Wary tarapyndan esaslandyrylyp, şol döwürde işe girişýär. Bu işe ilkibaşdan wolantýorlar, ýagny hünärmen däl, ýöne ruhy taýdan giñ adamlar çekilýär.

Ynam telefon işi ilki bilen suisude, ýagny özüne kast etmäge taýyn adamlara gönükdirilen bolyar. Çad Wary: "Bize ýüzlenýän her bir adam köplenç özüne ýakyn adamlaryndan diñe bir sylag, düşünişmeklik däl-de, eýsem ýönekeýje ünsi gazanyp bilenok.

Haçan-da islendik başga adam samaritýan bilen duşanda, ol köplenç ynamsyzlygy ýeñip geçip, nätanyş adamyñ betbagtçylygyny diñlemegi, oña bolan gyzyklanmasyny ýüze çykaryp ugraýar" diýýär. Şu meseläniñ sebäbini psihologik seljermesini esaslandyryjylar adamyñ ýönekeý seksual instinktleriniñ gabalmagynda görýärler.

iii

Telefon üsti çözülýän meseleleriń ýagdaýy. Näçe uzak döwrüñ içinde psihologiýa ylmy psihologik tejribeliginde geçirilýän ähli işler, bu meseleden saplanmagyñ uniwersal reseptini döredip bilmedi. Köp sanly psihologik meseleler adam ewolýusiýasynyñ esasy biologik we sosiologik gap-garşylyklaryndan ybarat.

Çagalyk ýaşa gös-göni öwrülip gelmeklik uly organizmde nerw ulgamynyñ ýagdaýyna, ýagny çagalyk ýasyna gabat gelýän ýagdaýyna dolap getirýär. Iñ gysga wagtlyk, ulynyñ çagalyk ýagdaýyna geçmegi hem ruhy ýaralara melhem täsirini ýetirýär.

Şeýlelik bilen, iñ ýönekeý we tejribelikde amala aşyryp bolýan psiholgik meseläniń çözgüdiniñ reseptini alyp bolýar. Esasy mesele bu ýagdaýda içki psihologik we fiziologik böwetleri ýeñip geçmeklik bolup durýar. Bu bolsa, kesgitli başarnyklar bolmasa mümkin däldir.

Bap 8. Psihologik anyklaýyşyň dersi
8.1. Psihologik anyklaýyşyň esasy meseleleri

Häzirki zaman psihodiagnostikasy jemgyýetçilik tejribesinde indiki bölümlerde giňden ulanylýar:

1) Kadrlary bellemekde, hünär saýlamakda, hünäre ugrukdyrmakda;
2) Jemgyýeti, özüňi alyp barşy habar bermekde, mysal üçin: nikanyň durnukly bolmagyny, kanuna boýun bolmagyny;
3) Okatmagyň we terbiýäniň önümli bolmagyny;
4) Maslahat beriş we psihoterapewtiki kömekde;
5) Sud psihologo-psihiatriki ekspertizasynda;
6) Daşky gurşawyň üýtgemegi bilen psihiki ýüze çykmalary habar bermekde.

Şeýle hem psihodiagnostiki usullar şahsyýetara gatnaşyklaryň we şahsyýetiň psihologiýasyny ylmy taýdan derňeýän esasy enjamdyr.

Görşüňiz ýaly psihodiagnostika adamyň durmuşy ýaşaýşynda: saglygy saklaýyş tejribeliginde, sportda, mekdeplerde we ýokary okuw jaýlarynda, önümçilikde, maşgala maslahat berişde we ş.m. ulanylýar. Her bir bölümde psihodiagnostiki serişdeleriň ýörüte ulanylyş şerti, meselesi we usullary bolýar. Olara:

1) Psihologik anyklaýyşyň gurallaryny we psihodiagnostiki netijeleri çykarmakda usulyýeti, taglymaty we anyk-usulyýet düzgünleri guramak;
2) Psihodiagnostiki barlagy geçirmekde has giňden ulanylýan anyk psihologik anyklaýyş usullary, ýagny şahsyýetiň gylyk-häsiýetini, ukybyny, motiwini, aňyny we öz-özüni aňlaýşyny, şahsyýetara gatnaşygyny ýüze çykarýan usullary;

3) Deňeşdirme (tapawutlandyrma, differensial) psihometrika, ýagny şahsyýetara tapawutlyklary ýüze çykarmakda hasaplaýyş usullary;
4) Usullary ulanýanlara we onuň bilen işleýänlere usullar üçin kadaly talaplar degişlidir.

Psihologik kömek dürli ýagdaýlarda, ýagny obýekriw we obýektiw däl dartgynlyklarda hem berilýär. Kä halatlarda diňe psihologik maslahat ýeterlik bolman, eýsem psihoterapewtik goşulyşma öz görnüşi we maksady boýunça näsaglary bejermekde ulanmak bilen gabat gelýär. Ol gürrüň, diskussiýa, oýun görnüşde bolup bilýär we adamy gam-gussadan, çekýän ejirinden saplanmaga gönükdirýär. Ýöne bu kömek medisina kömeginden iki ýagdaýy boýünca tapawutlanýar:

* Birinjisi, adamda bolup geçýän ýaramaz ýagdaýlar, onuň bedeninde bolman, eýsem onuň şahsyýetiniň aýratynlyklary, durmuşy ýagdaýy we beýlekiler bilen özara häsiýeti bilen baglanyşykly;

* Ikinjisi, kömege ýüzlenýän özüni obýektiw we subýektiw taýdan näsag hasap etmeýär.

Psihodiagnostika – (grek sözünde ruh we anyklamaga ukyply, bilmäge ukyply manyny berýär.) psihologiýa ylmynyň bir ugry, psihologik diagnoz goýmak ylmy we tejribeligi, şahsyýetiň indiwidual-psihologik aýratynlyklaryny ölçemek we ýüze çykarmak usullaryny işläp düzýän bölüm. Bu adalga psihologiýada G. Rorşahyň işlerinden soň ýaýraýar.

Psihodiagnostika derňewiň özbaşdak ugry hökmünde XX asyryň 20-nji ýyllarynda bellik edilýär. Bu ugruň ösmegine F. Galtonyň, Dž. Ketteliň, G. Ebbingauzyň, E. Krepeliniň, A. Bineniň goşant goşmaklary ýardam edýär.

Sowet psihologiýasynda psihologik anyklaýyşyň iki döwrüni belleýärler:

I-döwri XX asyryň 20-nji ýyllarynyň başlarynda we 30-njy ýyllaryň ortasy bolup, bu ýyllar bilim ulgamynda, hünär saýlamakda we hünäre ugrukdyrmakda giňden ulanylýar.

II-döwri XX asyryň 60-njy ýyllarynyň soňunda bolup, psihologik bilimleriň arasyndaky orny barada, onuň düzgünleri we derňew usullary, daşary ýurt tejribesine bolan garaýyş barada çekeleşmeler gurnamak bilen bagly.

Psihodiagnostik meseleler dürli ýollar bilen çözülip bilner:

- barlanýan indiwide kömek berilýän döwründe uzak, yzygider syn etmek;
- barlanýany hakyky durmuşy şertlerinde syn etmek, mysal üçin: çagany çagalar bagynda syn etmek;

Psihologik anyklaýyşda ýörüte usullar ulanýar. Bu usullaryň indiki aýratynlyklary bar:

1) olar örän gysga döwrüň içinde anyklaýyş habarlary ýygnamaga ýardam edýär;
2) olar asla adam barada maglumat bermän, eýsem ol ýa-da beýleki aýratynlyklary barada habar ýygnamaga ýardam edýär;
3) habarlar indiwidi beýleki adamlardan hil we mukdar taýdan deňeşdirmäge mümkinçilik berýär;
4) psihodiagnostik usullaryň kömegi bilen alynýan habarlar psihologik kömek bermäge, onuň öndümli bolmagyna amatly.

Psihodiagnostik serişdeleriň işleniş düzgüni we olaryň nazaryýet we taglymaty esaslanmagy, durnuklylygyny (walidliligini) we ähtibarlylygyny barlamak umumy psihodiagnostik dersine degişli edilýär.

Psihodiagnostikanyň tejribelik tarapy - psihologik bilimleri psihologik anyklaýyş meselelerde ulanmak, ýagny mysal üçin: käbir kärlerde stress-dartgynly ýagdaýlarda durnukly bolmak ukyby, ony gözegçilik edip bilmek, şol ýagdaýlarda iş ukybyňy deňagramlylykda saklamaklyk gerek bolýar. Şu häsiýetleri tejribelikde bellik etmek bolar, eger-de şeýle kärler ýok bolsady, onda ol häsiýetleri anyklamak hem gerek bolmazdy.

Şeýlelik bilen taglymaty psihodiagnostika psihologik bilimleriň üç tarapyny belleýärler:

1. psihologiýanyň dersi, ýagny öwrenilýän hadysalaryň maglumaty;

2. psihometrika, ýagny indiwidual tapawutlyklary ölçeýän ylym;

3. psihologik bilimleri ulanmak tejribeligi bilen baglanyşdyrýar.

Häzirki wagtda birnäçe psihodiagnostik usullaryň görnüşleri bellenýär.

Birinjiden, bu görnüşleriň bir topary dogry we nädogry jogaplar bilen aňladylýan, ýumuşlara esaslanýan anyklaýyş usullar. Muňa intellekti, ýorüte ukyplary görkezýän köp testler, şahsy gylyk-häsiýeti (mysal üçin: Roweniň testi; Uitkiniň ýarym garaşly-ýarym garaşsyz testi, Laçinsiň rigidlilik testi we ş.m.) degişli. *Ikinjiden*, topar usullar diňe berilýän ýumuşlaryň jogaplarynyň gaýtalanyş ýygylygyny we gönükdirilmesini häsiýetlendirýär (ýöne jogabyň hili däl). Muňa köplenç şahsy soragnamalar, ýagny şahsyýeti derňeýän 16 PFP testi, Ketteliň testi.

Werbal we werbal däl psihodiagnostiki usullar. *Werbal* - dil üsti, diliň işjeňligi bilen esaslanýar – olar ýady, hyýaly, tassyklanyş ulgamy boýunça alnyp barylýar. Werbal däl – synag geçirilýän adamyň sözleýiş ukyplary diňe ýumuşlardan edilýän talaplara düşünmäge derek, ýumuşyň ýerine ýetirilişi bolsa sözsüz – perseptiw, motor-hereket ukyplara daýanýar.

Üçünjiden, psihodiagnostika serişdeleri görnüşleri üçin ulanmaklygynyň esaslary, ýagny bar bolan usulyň düzgünini häsiýetlendirmegi. Bu esasy boýunça:

1) Obýektiw testler;
2) Standartlaşdyrylan özüňe hasabat bermek testleri; muňa:
   * test-soraglar;
   * açyk soragnamalar, soňundan konteranalizi aňladýan;
   * Ç. Oskudyň semantiki tapawutlandyrma tipi boýunça

gurnalan şkala tehnikasy we usulyň görnüşleri;
* indiwidual – ugrukdyrylan tehnikasy rollardaky reseptual tipli;
3) Proýektiň (taslama) tehnikasy;
4) Dialogiki (interaktiw) tehnikasy (gürrüň, interwýun, d/ki oýunlar).

Psihodiagnostikanyň tejribelik tarapy - psihologik bilimleri psihologik anyklaýyş meselelerde ulanmak, ýagny mysal üçin: käbir kärlerde stress-dartgynly ýagdaýlarda durnukly bolmak ukyby, ony gözegçilik edip bilmek, şol ýagdaýlarda iş ukybyňy deňagramlylykda saklamaklyk gerek bolýar. Şu häsiýetleri tejribelikde bellik etmek bolar, eger-de şeýle kärler ýok bolsady, onda ol häsiýetleri anyklamak hem gerek bolmazdy. Tejribelikde şol häsiýetleriň möhümdigini bellemän, eýsem şol bellenýän häsiýetleriň hilini hem anyklaýar. Ylmy psihologiýa şol ýagdaýlary düşünjeleriň üsti bilen aňladýar; netijede toplumlaýyn düşünjeler, ýagny stresse durnuklylyk, hünär önümliligi, ukyplylyk we ş.m. psihologik düşünjeleriň üsti bilen aňladylýar, ýagny islegler, motiwler-meýiller, başarnyklyklar, gönükdirilmekliler (ustanowkalar).

Umumy psihodiagnostika belli bir derejede ýörüte anyklaýyş meselelerinden üzňeleşýär, ýöne psihodiagnost, ýagny psihologik anyklaýan adam olary hem bilmeli.

Şeýle tapawutlylyklaryň möhüm biri dine bir meselelere degişli bolmak däl, eýsem psihodiagnostiki hadysalara degişli meselelerdir. Bu müşderiniň we ekspertiza ýagdaýynyň tapawutlanmagydyr.

Birinji ýagdaýda adam psihodiagnistikada kömek sorap gelýär we onuň bilen arkalaşykly özüni alyp barýar, hemme berilýän görkezmeleri anyk dogry ýerine ýetirmäge çalyşýar, aldamak, oýnamak ýaly hereketleri etmeýär.

Ikinji halatda adam ekspertiza edilýänligini bilýär, oňa ekzamen hökmünde garap, özüni alyp barşyny we jogaplaryny doly aňly göz astynda saklaýar.

Psihodiagnostiki meseleleri şeýle hem psihodiagnostiki maglumatlary kim we nähili ulanýandygy we psihodiagnostyň haýsy usullary saýlap almagy jogapkärçiligi boýunça tapawutlanýar. Gysgajyk ol ýagdaýlar indikidir:

1. Administratiw çözgüde gelmek ýa-da psihodiagnostiki däl diagnoz üçin maglumatlaryň hünärmen-araçy ulanmaly. Psihodiagnost näsagyň pikiri, ýaly, şahsyýetiniň aýratynlygy barada pikir (netije) beýan edýär, lukman bolsa diagnoz goýýar. Psihodiagnost goýulan diagnoza hiç-hili jogap çekmeýär, şeýle hem kesełliniň nähilli bejerilişine hem jogapkärçilik çekmeýär. Edil şonuň ýaly sud işinde, hünärmen saýlananda-da we şuňa meňzeşler.

2. Maglumatlar psihodiagnost tarapyndan psihodagnostik diagnoz goýmak üçin ulanylýar, ýöne ol hadysa beýleki ugurdakylar hem goşulýar. Mysal üçin: çaganyň sapakda ýetişmezliginiň üstünde mugallym, ata-ene işleýär.

3. Maglumatlary psiholog anyklaýjy diagnoz goýup, soň psihodiagnostik täsir etmäniň ýollaryny düzmeli. Bu ýagdaý maslahat beriş şertinde şeýle.

4. Psihologik anyklaýyş maglumat derňelen adamyň öz–özüni ösdürmek, özüni alyp barşyny düzetmek üçin özi ulanýar. Bu ýagdaýda psihologik anyklaýyşyň maglumatalary dogrudygyna diagnozyň etiki taraplaryna jogapkär bolýar.

Psihodiagnostiki dürli usullaryna laýyklykda dürli talaplar edilýär.

I. Ölçeg usullary (testler) indiki talaplara laýyk bolmaly:

* maksady, predmeti we usuly ulanyş ýeri belli bolmaly;

* usulyň geçiriliş işi ýeňil bolup, assistentiň, lobarantyň (ýörüte bilimi bolmadyk) geçirmeginde kynçylyk döretmeli däl;

* netijäniň işlenmegi statistiki hasaplaýyş, testiň ballaryny standart ölçeg kadalary boýunça esaslanmaly;

* test ölçeg şkalalary, reprezentatiwlilik, ähtibarlylyk we walidlilik ýagdaýy barlanan bolmaly;

iii

* ähtibarsyz protokollary, saýlap aýyrmaly, özüňe hasabat berilýän işleri gözegçilik etmek üçin, enjamlary bilen üpjün bolmaly.

II. Ekspert usullary:

a) testler üçin önki bellik edilen talaplar gaýtalanýar we goşmaça synag geçirilýän adama gönükdirme berilmeli;
b) derňewiň geçirilişi barada görkezme, belli bir berlen maglumatlar etalon boýunça ekspertleriň ýerine ýetirişiniň birmeňzeşligi üçin ýörüte synagdan geçmeli.
c) netijeleriň işlenilişiniň aralyk tapgyrlary barada resmileşdirmesi bolmaly, bu resmi kagyzlar beýleki ekspertiň soňky netijesi täzeden barlamaga mümkinçilik berýär.
d) Işläp düzüji-ulanyjylar etalon ýygnalan maglumatlary kadaly derňew boýunça ekspert ylalaşykly gaýtalanmaga mümkinçiligi bolmaly;
e) Esasy gurama maglumatlaryň toplumyny saklamaly, usullar bilen işlemegi öwretmeli.

Usullary ulanýanlara edilýän talaplar: Ulanýan psiholog:

- Umumy taglymaty-usulýýet düzgünlerini tejribelikde ulanmagy başarmaly; differensial psihometrikanyň esasyny bilmeli; usulýýet edebiýatlardan habarly bolmaly; usullar boýunça özbaşdak kartoçkasy we şahsy kitaphanasy bolmaly.
- Testleriň esasynda kabul edilen çözgütlere psiholog jogap berýär; psiholog hünärmen dälleriň goýberýän ýalňyşlyklaryny aýtmaly we öňüni almaly.
- Psihologyň dürli standart we standart däl usullary ulanmaga haky bolýar.
- Subýektiw bahalardan gaça durup, anyklaýşyň önümli bolan ygtybarly bahalaryny bellemeli.

• Usullar bilen işlemegiň gapdalynda ylmy-usulyýet işini alyp barmaly. Bu psihologyň esasy borçlarynyň biri.
• Psiholog standart usullary geçirmekde hemme talaplary alyp barmaly; Ballary, düşündiriş bermek, öňünden aňmak (prognoz) berk usulyýet görkezme boýunça alnyp barylmaly.
• Synag geçirilýän adam baradaky alynýan maglumatlary ýaýratmak bolanok, gizlinligini saklamaly. Psiholog synag geçirýän adamdan psihologik anyklaýyşyň esasynda gelnen çözgüdi ýaşyryn saklamaga haky ýok.
• Psiholog hünärmençilik gizlinligini saklamaly. Psiholog däl adamlara psihologik anyklaýyşyň tejribeligini alyp barmaga rugsat bermeli däl.
• Düzgünleriň bozulmalary baradaky maglumatlary psihologlaryň
jemgyçiligine ýetirmeli.

Psihologik anyklaýyşyň taryhy. Testleriň taryhy has irki asyrlardan başlanýar, ol birnäçe başarnyklary synap görmeklik bilen bagly: bilim, başarnyk we endikler. Eýýäm III müň ýyllykda b.e.ö. Gadymy Wawilonda hat-ýazuw işini ýerine ýetirýänleriň mekdebiniň uçrumlarynda synag geçirilýän eken. Mürze (hat-ýazuw işgäri) arifmetiki işiň 4-ni hem bilmeli eken, meýdany ölçemegi, iýmitiň düzümini (rasionlary) paýlamak, goş-golamy bölmegi, äýdym äýtmagy we saz gurallarynda öýnamagy başarmaly edilipdir. Şeýle hem matalardan, demirlerden, ösümliklerden habarly, olary tapawutlandyrmagy başarmaly bolupdyr.

Gadymy Ýegiptde din wekillerine belli bir synaglara çydamlylary okadylmaga kabul edilipdir. Ilki bilen söhbetdeşlik – biografiki maglumatlar, bilim derejesi, daş sypaty, gürrüňi alyp barmagy. Soňra – zähmet çekmegi,

diňlemegi we dymmagy, ot, suw synaglary, gorky, ýekelikde garaňky ýerzeminden geçmegi we ş.m. Üstesine-de kim çydamasa, öz ukybyna ynamy bolmadyklara ölüm jezasy bilen gorkuzypdyrlar.

Test görnüşdäki synagyň ýene-de biri çan-buddizmiň dini okuwynyň esasyny eýeleýän maglumatlar bolupdyr. Çan-buddizmiň mugallymlary tapmaça, paradoks-soraglary ulanyp, şol bir wagtda psihologik stress ýagdaýy döredipdirler. Olara dessine jogap bermeli, pikirlenmäge, sekunt hem berilmändirler (mysal üçin: sakgally garakçynyň sakgaly bolupmy?, itiň tebigaty Buddadanmy? we ş.m.) – dialog görnüşindäki soraglar, şägirdi egninden tutup, gatydan üstüne gygyrmak bilen psihiki dartgynlygy döredipdir.

Çsin döwletinde lukmanlyga, Wýetnamda söweşe ukyply ofiserleri saýlap almakda synaglar geçirilýär.

XV asyrda bäsleşik synaglary tertipleşdirilýär we tapgyrlar, turlar boýunça geçirilýär. Synagda (Egzamende) ýokary baha alanlar sylaglanýar, patyşadan sowgat gowşurylyp, “altyn hata” ýazylýar.

“Test” - iňlis dilinden-synag, barlag sözüni aňlagýar. Ýöne häzirki wagtda bu kesgitleme dogry bolup duranok.

Hazirki döwürde test synaglarynyň öwrenilişi. Häzirki wagtda test - derňew usuly bolup, birnäçe ylmy talaplary öz içine alýar. Testleriň hakyky taryhy bir asyr öň başlaýar.

XX asyryň başlarynda agdyklyk edýän, ukyplary öwrenmekde indiwidual tapawutlyklary derňemek meselesi öňe sürülýär. Bu mesele ilkinji testleriň ýüze çykmagyna getirýär. 1884-1885-nji ýyllarda F. Galton iňlis alymy, 5 ýaşdan 80 ýaşa çenli adamlarda özleriniň fiziki äýratynlyklaryny we psihiki häsiýetlerini synap görmeklerini hödürleýär we 17 görkeziji boýunça derňelýär: boýy, agramy, öýken güýji we ýumruk urgusy, harplary ýatda saklamak, gözüniň görüşi, reňkleri tapawutlandyrmagy we beýlekiler. Jemi derňewe 9337 adam gatnaşýar.

Testleriń ylmy derejesi, orny kesgitlenmeỳär, psihologiỳä ylmy şol wagt agyr döwri başdan geçirỳär. Munuń esasy sebäbi tejribelik (prikladnoỳ) psihologiỳanyń ösmegindedir. Şol ỳagdaỳda hem tejribelik psihologiỳasy döreỳär we ońy *psihotehnika* diỳip atlandyrỳarlar. Test bu ỳagdaỳda öz ornuny tapỳar.

30-njy ỳyllaryń başynda test köp ỳurtlarda ulanylyp başlanỳar. Fransiỳada - maksatlaryń ỳetmezçiligi (defekti) we hünäre ugrukdyrma, ABŞ-da bolsa işe almakda, okuwa girmekde bilimi ỳüze çykarmak üçin ulanylỳar.

SSSR döwründe bilim bölüminde we hünär saỳlamakda, hünäre ugrukdyrmakda ulanylỳar. Tejribelik taglymatyna uly üns berilip, ol beỳleki ugurlara garanyńda has öńe gidỳär. Testomaniỳä döreỳär we onuń üçin ỳörüte "manysyz, eden-etdilik döredỳän testleri we anketalary gadagan etmek" barada 1936 ỳylda höküm çykarylỳar. Bu karar sońky ỳyllarda A. N. Leontỳewiń, A. R. Luriỳanyń, A. A. Smirnowyń pikiriçe ylmy esaslanan şahsyỳetiń psihodiagnostiki usullarynyń işlenmeginden ỳüz öwürmeklige getirỳär.

1966-njy ỳylyń awgust aỳynda ABŞ-nyń senatynda testi doly gadagan etmeklik barada mesele goỳulỳar, ỳöne doly gollanmaỳar.

SSSR-de test bilen işlemek togtaỳar, ỳöne onuń ylmy taỳdan öwrenilişi bolsa dowam edỳär.

Testiń ỳönekeỳ synagdan tapawudy.

* test psihologiỳa we beỳleki ylymlarda empiriki derńewiń ylmy esaslanan usuly hökmünde kabul edilỳär, ỳagny haỳsy usul, haỳsy ỳol boỳunça ỳerine ỳetirilỳär;
* testiń täze orny bilen bagly, ỳagny test taglymaty derńewiń serişdesi, guraly hökmünde kabul edilỳär; mysal üçin: psihologiỳanyń ugurlarynda şahsyỳeti, ukyplary öwrenmekde. Bu ỳagdaỳda test usulyỳet,

böwedi geçmäge, pikir ỳöretmeleri subut etmäge ỳardam edỳär.

Test häzirki wagtda has ösen usulyỳetiń ylmy bölegi bolup, taglymat bilen tejribeligi baglanyşdyrỳan hem berkitỳän serişde, gural.

Test ylmy usul hökmünde taglymaty düşünjeler bilen işlemeli bolsa, ol hökmany ỳagdaỳda ygtybarly – ylmy sözlügi, ỳagdaỳy bolmaly. Ähtibarlylyk (nadeznost) – testiń esasy manysyny beriji, onuń hil häsiỳetidir.

XX asyryń başlarynda düzediş seljermesiniń (korrelỳasion analiz) döremegi bilen testiń ähtibarlygyny kesgitlemäge üç esasy usulyỳet çemeleşme hödürlenỳär:

- gaỳtalap testirleme;
- şol bir test görnüşini parallel ulanmak;
- bir gezek test geçirip, matrisalara dargatmak, sońky netijeleriń iki ỳä-da ondan köp böleklere bölünmegi.

Ähtibarlyk görkezijisi hökmünde koeffisient korrelỳasiỳä bahasy alynỳar. Eger-de hemme ỳuze çykarmalar (pikir) şol bir alamaty ölçeỳän bolsa, onda olaryń sanyny bellik etmek üçin, olaryń arasynda korrelỳasiỳä näçe köp, uly bolsa şonça hem test ähtibarlydyr.

Test düşünjesine *walidlilik* konsepsiỳasy hem degişlidir.

Häzirki zaman testi - bu durmuşyń hemme ỳagdaỳy üçin däl, ỳöne anyk maksady işlenen hadysa üçin dińe bir ähtibarly däl, eỳsem walidli test.

Testiń bu hili ỳagdaỳlary dińe bir ölçeg enjamyny häsiỳetlendirmän, eỳsem onuń maksadyny we onuń ulanylyş wagtyny hem häsiỳetlendirỳär. Walidlilik ilki-ilkiler edil ygtybarlyk ỳaly seredilipdir, ỳöne her bir döredilen test walidli hasap edilmeỳär.

8.2. Psihologik diagnostikanyň psihometriki esaslary

Psihometriýa - (grek sözünden metrön - ölçeg) ilkibaşda psihiki hadysalaryň wagt häsiýetnamasyny ölçemek üçin ulanylypdyr; häzirki wagtda bolsa-psihologiýa degişli bolan ähli soraglara degişli diýip düşünilýär. Bu halatda psihometrikanyň möhüm alamaty olaryň standartlaşdyrylanlygyndadyr, ýagny derňewi mydamalyk daşky şertlerde geçirilmek mümkinçiligidir. Ýygnalan maglumatlaryň esasynda indiwidual häsiýetleriň dürli şkalalary gurulýar we anyk usulyň ähtibarlylygy we walidliligi barada netije çykarylýar. Soňky döwürlerde üýtgeýän hadysany we synag geçirilýän adamyň indiwidual alýan psihometriki işi, modelleri döretmeklige üns berilýär. Psihologik diagnostikada adaty ölçeg testi - gysga ýumuşlaryň ýa-da punktlaryň yzygiderligi bolup, onuň ýerine ýetiriliş netijesinde belli bir soňy bolup, soň birmeňzeş san taýdan düşündiriş berilýär. Mysal üçin: intellektual testlerde: aýry-aýry ýumuşlardan duryan: "dogry çözgüt", "ýalňyş çözgüt", "jogaby ýok" (ýetişmänligi üçin ýumşy çözmän geçýär); Şahsy soragnamalar belli bir pikir ýoretmeden ybarat bolan: "tassyklamak" (jogaby "ynanýan ýa-da dogry"), "ret etmek" (jogaby "razylaşamok, dogry däl").

Test boýunça ballaryň jemini testiň açary bilen hasaplamaly. Mysal üçin: dogry çözülen "+1", nädogry ýa-da goýberilen –"0" – ballar dogry jogaplaryň sanyny aňladýar.

Aýry-aýry ýumuşlaryň soňky netijesine ölçenýän faktoryň mysal üçin: diňe synag geçirilýän adamlaryň ukyby ýa-da gylyk häsiýeti täsir etmän eýsem, gapdaldaky sesler we ş.m. hem täsirini ýetirýär. Mysal üçin: ünsüň häsiýetlerini derňemekde, pikir etmek - ýumşy çözende we ş.m. Şeýle daşky täsirleriň ýagdaýyny netijäniň has dogry bolmak üçin gaýtalap geçirmek bilen düzedýärler. Şeýle ýagdaýda gaýtalamaklyk *randomizasiýany* (tötänleýin deňlemek) gözegçilik edip

bolmaýan täsirleri deňlemekligi üpjün edýär diýip hasaplaýarlar.

Işjeň testlerde ýumuşlaryň toplumy we yzygiderligi ballaryň jeminde derňelýän hakyky durnukly düzüm bökleriniň bölegini ýokarlandyryp, tötänleýin täsirlikleri gysgaltmak üçin gurnalýar.

Ölçeg işiniň önümli bolmagy üçin hökmany ýagdaýda ballaryň jemi jemlenende ýalňyşlyklaryň ölçegi alynmaly. Şonuň üçin hem paýlanma işi geçirilýär. Ol bolsa statistiki kadalar üçin hem absolýut, kretirial kadalar üçin hem zerurdyr. Ballaryň ýygylygy boýunça paýlanyşy has amatly grafiki şekili – egri çyzyk görnüşi bolup: <u>*gistogramma*</u> we <u>*kumulýatlardyr*</u>. Gistogrammada obsissa okunda "çig bahalar" – ballaryň jeminiň ilkinji görkezijileri; ordinata okunda- ballaryň saýlawdaky ýygylygy (ýa-da göretimi) ýerleşdirilýär.

Derňewiň ýalňyşlyklarynyň dispersiýasyny çözmek üçin şol bir synag geýän adam bilen köp gezek testi geçirmeli we onuň "şahsy" ballarynyň paýlanma ýygylygynyň grafigini düzmeli. Eger-de "hakykaty" we "ýalňyşlygy" görkezýän çyzyklar gabat gelse, onda testiň tapawutlandyryjy ukyby nula (0) deň. Görşüňiz ýaly testleriň ballarynyň paýlanma seljermesi testiň ähtibarlylygynyň seljermesi üçin hem zerur.

Fiziki ölçeglerde şkala gyşarmasy gözegçiligiň esasynda we etalon obýektlerde alnyp barylýar. Ölçegiň esasy - etalon, ýagny fiziki obýekt bolup, ölçenýäň häsiýetiň berlen ululygyny durnukly saklaýar.

Differensial psihometriýada şeýle fiziki etalonlar bolmaýar: indiwid mydama şol bir ululykda häsiýeti alyp barmaýar. Etalonyň ornuny testler alyp barýar: ýagny berilýän ýumşuň kynçylygy, çylşyrymlylygy. (ýumuş näçe kyn bolsa, şonça hem çözmek üçin ukyby ýökary bolmaly). "Kyn" düşünjesi "li - soraglar" üçin (aýdyşyklarda duryan soraglar, synag geçirilýän adam razylaşmaly ýa-da razylaşmaly däl), onuň "güýji" bolýar: has "güçli" düşünjeler, aýdyşyklar az

sanly synag geçirilýän adamda tassyklanma eýe bolýar. Testiň punktlarynyň güýjüni we "kynçylygyny" diňe testi geçirip, ýüze çykarmak mümkin. Kynçylyk, çylşyrymlylygyň kesgitlemesi bolup, "göterim ölçegi" aňladýar:

* Ýumşy çözüp bilen synag geçirilýän adamyň göterimi.

* Göterim näçe az bolsa, şonça hem çylşyrymlylygy, kynçylygy ýokary.

Testleriň ballarynyň paýlanylyşynyň egri çyzygy testiň düzülen punktlarynyň häsiýetini şöhlelendirýär. Eger-de egri çyzyk sag tarapky assimetiýasy bolsa, onda testde çylşyrymly ýumuşlar agdyk; eger egri çyzyk çep tarapky assimetriýaly bolsa, onda testdäki punktlaryň köpüsi ýeňil ýumuşlary aňladýar.

Testleriň tipleri onuň çylşyrymlylygy boýunça:

* pes ukypy bolan synag geçirilýän adamlary ýaramaz tapawutlandyrýar, synag geçirilýän adamyň hemmesi diýen ýaly birmeňzeş pes ballar alýarlar.

* tersine, ýokary derejeli ukyby bolan synag geçirilýän adamlary erbet tapawutlandyrýar.

Eger-de punktlar özara oňaýly korrelirlenýänleri alnan bolsa, onda ballaryň paýlanylşynda otrisatel eksses döreýär. Otrisatel eksses maksimal ululygy paýlanylşyň beýikligi ösmegi bilen ýetýär – tä iki beýikligiň (depesiniň) – iki moda Bimodal konfigurasiýa - synag geçirilýän adamyň saýlawy iki kategoriýa bölünenligini görkezýär: synag geçirilýän adama birnäçesi berlen ýumuşlaryň köpüsi bilen razylaşýar, beýlekileri - razylaşmaýar. Beýle konfigurasiýa punktlaryň esasynda hemmelere umumy bolan alamat eýeleýär; synag geçirilýän adamyň belli bir häsiýetlerine gabat gelýän alamat: eger-de synag geçirilýän adamda şol häsiýet (ukyp, başarnyk, bilim) bar bolsa, onda ol ýumuşyň köp punktlaryny ýerine ýetirýär; eger-de ýok bolsa, onda tersine.

Käbir şeýle ýagdaýlarda punktlar biri-birini otrisatel korrelirleýärler. Şeýle bolanda, egri çyzykda položitel eksses

döreýär. Hemme massa empiriki nokatlaryň orta baha görä ýerleşýär. Bu iki ýagdaýda mümkin bolýar:

1) haçan-da açar nädogry düzülende – hasaplaşykda otrisatel baglanyşykly alamatlar birleşdirilende ballaryň özara ýok etmekleri bilen esaslanýar.

2) haçan-da synag geçirilýän adamlar soragnamanyň ugruny aňyp ýorüte taktikany ulanýarlar – emeli ýagdaýda (razy) we (garşy) jogaplary deňleşdirýärler.

Şeýlelikde, haçanda psihodiagnostlar ölçegiň ýeke-täk nusgasy hökmünde test alsalar, onda ölçenýän häsiýetiň ölçegi hökmünde paýlanmanyň egri çyzygynda ballaryň ýerleşişi eýeleýär. Prosentler şkalasy ulanylýar. Uniwersal ölçegi hökmünde dürli (hil we san punktlary) testler üçin "prosentil ölçeg (mera)" ulanylýar

Prosentil – deń ýa-da has pes ball alan synag geçirilýän adamyń saýlawdaky göterimini görkezýär. Prosentil şkalasy testologiýadaky hemme şkalalarda (T – ball MMPI, ballar IO, PF we ş.).

Prosentil şkalalar ölçegler tertip şkalasyna degişli: olar synag geçirilýän adamlaryń haýsysynda ölçenýän häsiýetiń güýçli ýüze çykýandygyny habar berýar, ýöne näçe esse, näce gezek güýçlidigini görkezmeýär.

Statistiki, prosentil şkalalardan başgada şkalanyń iki görnüşi ulanylýar:

1) "absolýut test kadasy" - diagnoz goýmak üçin "çig"bahalar;
2) "kriterial test kadasy" - ol iki halatda ulanylýar

a) haçanda "çig" test şkalasynyń tejribelik ähmiýeti bolanda (mysal üçin: talyp, çet ýurt dilini öwrenýän bolsa, şol diliń mümkin boldugyça köp sözini bilmeli);

b) haçanda kriterial test kadalary ulansa.

Paýlanma kadalary punktlaryń emeli ýygnalmagy bilen ýetilýändigi bellik edildi. Mundan başgada emeli kadalaşdyrma işleri bar.

1) Punktlary kadalaşdyrma. Egerde berlen ýumuşlary

kadaly saýlawda diňe synag geçirýän adamlaryň 16% ýerine ýetirip bilen bolsa, onda berlen punktda interwal şkalada “kynçylygy” boýunça +1-e gabat gelýär. Eger-de synag geçirilýän adamlaryň 75% ýerine ýetirip bilen bolsa, onda punktyň baly sigma-şkalada – 0,67 deň. Netijede ballary punktlary boýunça jemlemek, düzedilen ballaryň jemi kadaly paýlanma ýakynlaşýar.

2) Ballaryň jeminiň paýlanma kadalaşmasy ýa-da interwal kadalaşma. Bu ýagdaýda jetwel (tablisa) boýunça prosentil şkaladan sigma-şkala geçirilýär.

8.3. Psihologik test soragnamalaryñ ähtibarlygy we esaslandyrlandyklygy(walidliligi)

Testiñ ähtibarlygy diýip - şahsyýetiñ özüni alyp barşynyñ aýratyn häsiýetini ýa-da usulyny ölçemeginiñ takyk derejesine düşünilýär. Testiñ ähtibarlygy – bu testiñ öçeýjilik jähtden-de daşky täsirlere durnuklylyk taýdan-da takyklyk häsiýetnamasydyr.

Testiñ tejribeçi psihologlar tarapyndan amalyýetde ulanmagyna rugsat berýän esasy şertleriniñ biri-de, olaryñ hökmany suratda empiriki (tejribe) kesgitlenen bolmagydyr.

Testler dogrusyndaky nazary bilimler öz gözbaşyny, ýagny esaslaryny Ç. Spirmanyñ nazaryýetlerinden alyp gaýdýar (1904-1927). Olaryñ ahyrky kesgitlenişi bolsa, 1950-nji ýylda H. Gulliksen tarapyndan ýazylan “Akyl işine degişli testleriñ nazaryýeti” diýen kitabynda jemlenendir. Şu nazaryýete laýyklykda, tejribede synag geçirilýän adamdan **(j)** alnan ilkinji netije **(t)**, ýagny **tj** özünde iki düzüjini saklaýar.**Tj**-niñ hakyky manysy we ölçemäniñ ýalñyşy **ej**. Diýmek, syn edilýan test ululygyny şeýle görnüşde ýäzyp bolar:

$$tj = Tj + ej.$$

Takyk synag geçirilýän adam üçin alnan ölçemäniñ

ýalňyşy synag geçirilýän adam bilen hakyky manynyň tapawudy hökmünde alynýar:

$$ej = tj – Tj.$$

Psihometrikada testiň ähtibarlygynyň bahalandyrylyşynyň üç usuly görkezilýär:

1. Gaýtadan test geçirmek usuly (Test-retest usuly);
2. Testiň parallel ýa-da ekwiwalent görnüşi bilen testirlemek usuly;
3. Testi böleklere bölmek usuly.

Birinji usulda testi gaýtadan geçirmek bilen onuň ähtibarlygyny bahalandyrmak üçin, şol bir testi şol bir saýlanan toparda ara birnäçe wagt salmak bilen iki gezek hödürlenýär. Her hödurlemäniň arasyndaky wagt uzaklygy testiň düzümindäki ýumuşlaryň häsiýetine baglydyr.

Testiň ähtibarlygyny bahalandyrmagyň *ikinji usuly* retestiň parallel ýa-da ekwiwalent görnüşiniň bolmagyny talap edýär. Mysal üçin: A we B görnüşde. Saýlanan topary tötänden iki deň bölege bölýärler. Her toparyň adam sanyny hem deňeçer edýärler. Soňra I - topara testiň A görnüşi, II – topara testiň B görnüşi hödürlenýär. Birnäçe wagtdan soňra (bir hepdeden artyk bolmaly däl) B görnüşdäki ýumuşlary I – topara, A görnüşdäkileri bolsa II – topara ýerine ýetirmäge berýärler.

Ýokarky iki usulyň umumy kemçiligi, olaryň köplenç Bahalandyrmakda ähtibarlygyň koeffisiýantini ýa has peseldilen ýa-da has artdyrylan görnüşde görkezilýänligidir. Çünki şeýle barlagyň has takyk bolmagynda dürli ýagdaýlar, mysal üçin: *içki psihologik sebäpler* (ýadawlyk, ünsüň durnuksyzlygy we ş. m.), *daşky täsirler* (galmagal, synag geçýäniň aýtmalary) päsgel berýär. Bu iki usulda-da olary doly aradan aýyrmak mümkin däldir.

Şonuň üçinem, esasanam intellektual testleriň, ýagny güýçliligi we gazanylanlara degişli testleriň ähtibarlygy bahalandyrylanda üçünji usuldan peýdalanylýar. Ähtibarlylygy

barlamaga niýetlenen üçünji usul özünde iki görnüşi jemleýär: test ýumuşlaryny iki bölege bölmek, mysal üçin: "täk sanlary bir aýry, jübüt sanlary bir aýry" görnüşinde, şeýle hem testiñ ýumuşlarynyñ kompetenliginiñ koeffisentini hasaplamak.

Testiñ ähtibarlygy testiñ hil aýratynlygynyñ bir tarapy bolup, psihologik ölçegleriñ anyklylyk derejesine degişlidir. Testiñ ähtibarlygy näçe uly bolsa, şonça hem ol ölçeglerde döreýän ýalñyşlykdan azat bolýar. Käbir çemeleşmelerde ähtibarlygy gaýtalanyp geçirilen derñewleriñ netijesiniñ durnuklylygy hasaplanýar.

Beýleki bir çemeleşmelerde bolsa, iki sany görnüşi we maksady (parallel) boýunça birmeñzeş testleriñ ekwiwalentlik derejesiniñ ýuze çykyşy hökmünde garalýar.

Testiñ kesgitlemesi testiñ içki ýagdaýlarynyñ düşündirilişi bilen hem bagly bolup biler. Bu ýagdaý testiñ böleklere bölünip, soñra bolsa ol bölekleriñ netijelerini deñeşdirmeklikde añladylýar. Şeýle hem testiñ ähtibarlygy we anyklygy dispersiýa we faktor seljermeleriniñ usullary bilen hem kesgitlenýär.

Testleriñ esaslandyrlandyklygy. Testiñ esaslandyrlandyklygy - walidliligi - iñlis sözünde valid - ýaramly diýen manyny añladyp, testiñ esasy hil ölçeginiñ biri bolup durýar. Esaslandyrlandyklyk meselesi testişlenilýan we tejribelikde ulanylýan wagtynda döreýär, ýagny haçanda şahsyýetiñ gyzyklandyrýan häsiýetiniñ ýüze çykyş derejesi bilen ony ölçeýän derñew usulynyñ gabat gelşini dikeltmeli diýlen mesele goýlanda döreýär.

Test näçe esaslandyrlan bolsa, şonça hem ol testde gözlenýän hädiýeti ölçemek hili gowy şöhlelenýär. Mysal üçin, intellekti ölçemekligiñ esaslandyrlandyklygy:

* bu fenomeniñ ol ýa-da beýleki awtoryñ "intellekt" konsepsiýasyna beren düşünjesine bagly;

* şol konsepsiýa degişlilikde işlenilen test ýumuşlarynyñ düzümine bagly;

iii

* empiriki kriteriýalara bagly;

Dürli konsepsiýalar test ýumuşlarynyň dürli düzümini talap edýär, şonuň üçinem testiň koseptual esaslandyrlandyklygy möhüm mesele bolýar.

Testiň ýumuşlary ol ýa-da beýleki awtoryň intellekt konsepsiýasyna näçe köp gabat geldigiçe, şonça hem testiň konseptual walidliligi barada ynamly aýtmak bolar.

Empiriki kriteriýaly testiň korrelýasiýasy, onuň şol berlen kriteriýa gatnaşygyndaky mümkin bolan walidliligini görkezýär.

Testiň esaslandyrlandyklygynyň kesgitlemesi elmydama goşmaça soraglary bermegi talap edýär: esaslandyrlandyklyk näme üçin?, haýsy maksat üçin?, haýsy kriteriýa boýunça?

Nähili ýagdaýda esaslandyrlandyklyk düşünjesi diňe teste däl, eýsem onuň hilini bahalandyrýan kriteriýasyna hem degişli bolýar.

Näçe kriteriýaly testiň koeffisent korrelýasiýasy ýokary boldugyça, şonça hem walidliligi ýokary bolýar. Faktorly seljermeleriň ösmegi oňa meňzeş faktorlara bolan walidli testleri döretmäge ýardam etdi.

Diňe esaslandyrlandyklygy barlanan testleri hünäre ugrukdyrmak, hünäre saýlamak, ylmy derňewlerde ulanmak bolar.

8.4. Psihologik anyklaýyşyń usullary

Her bir ylymda bolşy ýaly, psihologiýa hem üznüksiz täze maglumatlary toplamak, kanunalaýyklary açmaklygyň hasabyna ösýär, kämilleşýär. Şeýle maglumatlary toplamagyň esasy serişdesi psihologik usullar-metodlardyr.

iii

Usulyýet-metodologiýa bolsa, psihiki hadysalary öwrenmegiñ we olary düşündirmegiñ has umumy çemeleşilişi, täridir. Meselem, psiholog derñew geçirmezinden ozal şeýle sowallara jogap bermeli bolýar:

1. Psihiki hadysalaryñ döremeginde içki, nesilden geçiş ýa-da daşky gurşawyñ täsirleriniñ haýsy biri has aýgytlaýjy bolýar?
2. Adamyñ durmuşynda añlanylýan ýa-da añlanylmaýan psihiki hadysalaryñ ähmiýeti.
3. Adamyñ şahsyýetinde üýtgeýjiligiñ we durnuklylygyñ ähmiýeti, orunlary.

Has umumylaşdyrylyp aýdylanda, psihologiýanyñ ähli usullaryny <u>syn etme</u> we <u>tejribe-eksperiment</u> görnüşlere bölmek mümkin. Bular psihologiýada esasy usullar bolmak bilen, test, anketa, işiñ önümini seljermek, sosiometriýa, sorag-jogap we beýlekiler kömekçi usullar bolýar. Biz psihologiýanyň usullaryn jikme-jik seljerme bermekden saklanýarys, çünki her bir usul barada B. Basarowyň, Paşalakowyň "Umumy psihologiýa", B.Basarowyň "Sosial psihologiýa" okuw kitaplarynda aýdyň beýan edilýär.

<u>**Syn etme**</u> öz gezeginde adaty syn etme, goşulyşyp syn etme, üznüksiz syn etme, saýlap syn etme, ýöriteleşdirilen usulda syn etme ýaly görnüşlere bölünýär. Syn etmäniñ usul hökmünde birnäçe artykmaçlyklary we kemçilikleri bardyr. Syn etmäniñ artykmaçlygy onuñ elýeterligi (ýörite gurallar, serişdeler talap etmeýär) synlanylýan psihiki häsiýetleriñ tebigylygy bilen baglanyşyklydyr. Kemçiligi bolsa synlanylýan ýagdaýy gaýtalap bolmazlygy, ýüze çykýan häsiýetleriñ köp sebäpliligi we esasy sebäbi ýüze çykarmagyñ kynçylygy ýaly taraplary bilen düşündirilýär.

Tejribe-eksperiment hem <u>*tebigy*</u> we <u>*laboratoriýa*</u> görnüşlere bölünýär. Ýokarda bellenen kynçylyklary belli bir derejede eksperiment-tejribe usuly ýeñip gecýär. Başgaça

aýdanyñda, tejribede ony geçirýän adam öwrenjek bolýan psihiki häsiýetlerini özi guraýar, döredýär.

* Eksperimenti islendik gezek gaýtalap geçirip bolýar;

* Öwrenilýän häsiýetiñ sebäbini, ýagny öwrenilýän şert faktor hökmünde ony eksperimentatoryñ özi girizýär;

Bu usulyñ kemçiligi bolsa, synagyñ tebigy däl-de, emeli häsiýetde bolmagydyr; synag edilýäniñ özünden nämä garaşylýandygyny añşyryp, eksperimentatoryñ göwnüni awlamak üçin hereket etmegi (Rozental we Hottornyñ täsiri); şeýle hem auditoriýa täsir, Zaýonsyń täsiri ýaly eksperimente täsir ediji we şonuń bilen onuń netijesini üýtgediji ýagdaýlary bellenýär.

Sorag-jogap, testirleme usullary. Häzirki wagtda test - derńew usuly bolup, birnäçe ylmy talaplary öz içine alỳar. Testleriń hakyky taryhy bir asyr öń başlaỳar. Test-soragnamalary ýörüte berlen açarlary boýunça işlenilýär we ol adaty anketa usulyndan soraglarynyň tassyklama görnüşinde bolmagy, sanynyň 40 we ondan köp bolmagy, "ýalançylyk" şkalasy, şeýle-de berilýän soraglar dürli aralykda gaýtalanyp berilýändigi bilen tapawutlanýar. Testleriň diňe bir soragnama görnüşi däl, eýsem çyzgy, suratlar, reňkler görnüşleri hem bar, olara proýektiw testler diýilýär.

Şahsyýeti derńemek üçin çyzgy, psihogeometrik usullar. Proýektiw (taslama) usullary – şahsyýeti őwrenmekde bitewilik çemeleşmek we ony öwrenmegiň eksperimental usullary hökmünde aňladylypdyr. Bu usuly 1904-1905 ýyl Ýung assosiatiw usuly döreden-den bäri hasaba alynýar, psihodiagnostikada jogap assosiasiýalaryny ýüze çykarmak usuly W.Wundta we F.Galtona degişli bolsa-da, onuň esasy fenomeni, ýagny adamyň ähmiýetli duýgylaryna we özüni alyp barşyna gapdallaýyn täsir etmek bilen eksperimental işinde üýtgemeleri ýüze çykarmak ýagdaýy Ýung tarapyndan açyldy we subut edildi. Ýung şeýlelik bilen, şahsyýetiň aňlanmadyk duýgulary (gussalary) obýektiw anyklamagyň mümkindigini

görkezýär. Soň assosiatiw testleriň dürli gőrnüşleri, günälik duýgyny ýüze çykarmaga M.Wertgaýmeriň we A.R. Luriýanyň aldaw detektory - asosial gysyp çykarylan meýilleri, DŽ. Bruner, R.Lazarus we beýlekiler kadaly ýagdaýy potalogiýadan tapawutlandyrmagy G.Kent ýüze çykarmak üçin ulanylýar.

Taslama usulynyň has ýokary ösüşi 1921-nji ýylda G. Rorşahyň "Psihodiagnostikasynyň" Bern şäherinde nemes dilinde çap edilmegi bilen belli bolýar. Onuň pikiriçe biziň arzuw-hyýallarymyzda görnüş keşbleri bilen birlikde başdan geçirýän duýgularymyzyň hem ýatda galmagy – kinestetik keşbleri san pikirlenmä birleşmegi bolup geçýär diýip hasaplaýar. Soňun-da Rorşah "syýa tegmilleri" görnüşinde testi döredýär, ol tegmilleriň adamyň hyýalyna gönükdilrilmegi bilen hereket fantaziýany işjeňleşdirýär.

Rossiýada Rorşahyň testi ilkinji 20-30 ýyllarda ulanylyp, ol şahsyýetiň bozulmalaryny, newrozlara we psihonatlara diagnoz goýmak, şeýle hem epilepsiýa näsaglary derňemek üçin ulanylýar. 60-njy ýyllarda bu test psihologlar tarapyndan kliniki-diagnostiki we derňew işleri üçin giňden ulanylyp başlanýar.

Psihologlar we psihiatlar sýužetli suratlar boýunça berilýän gürrüňleriň esasynda gyzyklanmalary we höwesleri, şeýle hem psihiki ýagdaýlary näsagdygyny subut etmäge ýardam edýändigini belleýärler. 30-njy 50-nji ýyllarda geçirilen derňewler TAT

hekaýalarynda "men" islegleriň frustrirlenen ýa-da terk edilen häsiýetleri şöhlelendirýändigini tassyklady.

Ukusyzlyk, iýmit, seksual depriwasiýalary, şowlulyk ýa-da şowsuzlyk ýagdaýlary TAT-da berilýän jogaplarda aýdyň görünýär. Şeýle hem bu eksperimentlerde isleglerň "güýji" we onuň ýüze çykyşy göni çyzyk görnüşinde bolman eýsem ∪ obrazly, garaşly, ýagny hekaýalarda pes derejedäki islegler gös-

göni ýüze çykýar; has güýçli depriwasiýa fantaziýadaky keşpleriň gysyp çykarylmagyna, üýtgedilmegine getirýär. Netijede TAT-yň hekaýalarynda gorag mehanizmleriniň işi, şahsy aýratynlyklaryň hakyky keşbi üýtgäp bilýär.

Taslama usullary şahsyýetiň içki dünýäsini açmaklyga, subýektiw duýgularyna we başdan geçirmelerine, pikirlerini, onuň garaşmalaryny açmaklyga gönükdirilip, eýsem onuň hakyky özüni alyp barşyny anyklamaklyga gönükdirilen däldir.

8.5. Anyklaýyşyñ proýektiw usullary

Taslama usullary kliniki ýagdaýlara gönükdirilen psihodiagnostiki usullaryň bir meňzeş däl toparyny aňladýar, ol diňe şahsyýetiň bozulmalaryny ýüze çykarmaklygy aňlatman, eýsem őzüňi alyp barşyň indiwidual stilini, konfliktli ýa-da ähmiýetli ýagdaýlarda şahsyýetiň aňlamaýan, gaýgy-gussasyny we affektiw hereketleriniň ýüze çykmalaryny çaklamaga ukyply usullardyr. Taslama usullary – şahsyýeti öwrenmekde bitewilik çemeleşmek we ony öwrenmegiň eksperimental usullary hökmünde aňladylypdyr. Bu usuly 1904-1905 ýyl Ýung assosiatiw usuly döreden-den bäri hasaba alynýar, psihodiagnozda jogap assosiasiýalaryny ýüze çykarmak usuly W.Wundta we F.Galtona degişli bolsa-da, onuň esasy fenomeni, ýagny adamyň ähmiýetli duýgylaryna we özüni alyp barşyna gapdallaýyn täsir etmek bilen eksperimental işinde üýtgemeleri ýüze çykarmak ýagdaýy Ýung tarapyndan açyldy we subut edildi.

Gutarylmadyk sözlemler we hekaýalar hem öz başlangyjyny proýektiw usullardan alyp gaýdýar. Taslama usulynyň has ýokary ösüşi 1921-nji ýylda G. Rorşahyň “Psihodiagnostikasynyň” Bern şäherinde nemes dilinde çap edilmegi bilen belli bolýar. Porşah hudožnik (suratkeş) hünärini taşlasa-da, sungat, hakgaş taryhy bilen gyzyklanýar. Leonardo

da Winçiniň öz hyýalyny uzak wagtlap bulutlaryň şekiline, diwarda suwlaryň akmagyna we güberçekleri, aýyň şöhlesiniň suwa düşmegine seredip we olara düşündiriş bermek bilen türgenleşdirendigini belleýär. G. Rorşahyň medisinadan ýazan dissertasiýasy gallýusinasiýanyň düzüjilerine bagyşlanýar. Onuň pikiriçe biziň arzuw-hyýallarymyzda görnüş keşbler bilen birlikde başdan geçirýän duýgularymyzyň hem ýatda galmagy – kinestetik keşbleri san pikirlenmä birleşmegi bolup geçýär diýip hasaplaýar. Soňun-da Rorşah "syýa tegmilleri" görnüşinde düzen testi adamyň hyýaly gözöňüne gettirmelerine gönükdilrilýär, we hereket fantaziýasyny işjeňleşdirýär.

Weg test G. Rorşah we onuň kärdeşleri tarapyndan hakyky görnüşine parallel döredilýär we Sulliger tarapyndan soňuna çenli ýetirilýär. Sulliger 1948-nji ýylda şol testiň hususy wariantyny Z-testi hödürleýär. Ol üç sany *gara-ak*, *açyksy çal* we *gara-gyzyl* tablisadan ybarat. Onuň esasy tapawudy gysga we çalt netijeleri çykarmakdan ybarat.

Holstmanyň syýa tegmilleri usuly has standartlaşdyrylan we shemalaşdyrylan, iki parallel seriýadan ybarat, hersinde 45 kartoçka bolup, synag geçirilýän adam hersine diňe bir gezek jogap bermeli edilýär. Bu test beýlekileriň içinde has walitli we ähtibarly, prosent görkezijili hasap edilýär.

Rossiýada Rorşahyň testi ilkinji geçen asyryň 20-30 ýyllarynda ulanylyp, ol şahsyýetiň bozulmalaryny newrozlaryň we psihopatlara diagnoz goýmak, şeýle hem epilepsiýa näsaglary derňemek üçin ulanylýar. 60-njy ýyllarda bolsa, bu test psihologlaryň kliniki-diagnostiki we derňew işleri üçin giňden ulanylyp başlanýar.

1935-nji ýylda ilkinji gezek iki awtor Morgan S, we Mureý tarapyndan žurnal görnüşinde tematika apperseptiw testi (TAT) barada maglumat berilýär. Bu test fantaziýany eksperimental öwrenmek üçin hödürlenýär. Şol wagtlar bu testiň taglymaty hem amaly ulanylyş usuly doly öwrenilmedik, üsti doldurylmadykdy.

Psihologlar we psihiatrlar sýužetli suratlar boýunça berilýän gürrüňleriň esasynda gyzyklanmalary we höwesleri, şeýle hem psihiki ýagdaýlaryň näsaglygyny subut etmäge ýardam edýändigini belleýärler. XX asyryň 30-50-nji ýyllarynda geçirilen derňewler TAT hekaýalarynda "Men" islegleriň frustrirlenen ýa-da terk edilen häsiýetleri şöhlelendirýändigini tassyklady.

Ukusyzlyk, iýmit, seksual depriwasiýalar şowlulyk ýa-da şowsuzlyk ýagdaýlary TAT-da berilýän jogaplarda aýdyň görünýär. Şeýle hem bu eksperimentlerde islegleriň "güýji" we onuň ýüze çykyşy göni gyzyk görnüşinde bolman, eýsem U keşpli, ýagny hekaýalarda pes derejedäki islegler gös-göni ýüze çykýar; Netijede TAT-yň hekaýalarynda gorag mehanizmleriniň işi şahsy aýratynlyklaryň hakyky keşbi üýtgäp bilýär. Erikson we Lazarus gizlin gomaseksualizmden ejir çekýänler TAT-yň gönükdiriji tablisalaryna aralyk (neýtral) jogap berýärler diýip belleýärler. Esasan hem hakyky özüňi alyp barşy we hekaýalary gabatlaşdyrmak has çylşyrymly bolýar. Mureýiň tassyklamasyna görä latent islegleri aňlanmaýar we açyk syn edilýän özüňi alyp baryşdan tapawutlandyryp bolmaýar. Eýsem diňe fantaziýalarda we TAT-yň fantaziýa meňzeş işjeňlik tiplerinde ýüze çykýar. Eger islegler anyk ýa-da latent bolsa, hereket-de ýüze çykmaýar. Açyk özüňi alyp baryşda frustrirlenýär. Ol TAT-yň hekaýalaryndan kanagatlanma tapýar.

Ýöne, eýýäm has agyr jenaýatlary eden adamlar neýtral ýa-da açyk prososial temalary görkezip bilýärler. Jogaplaryň ýagdaýyna barlag hadysasy hem täsir edip bilýär. Barlag ýagdaýy ekspert hökmünde kabul edilse agresiýanyň ýüze çykmasy berk gözegçilik edilýär. Diýmek, hakyky özüňi alyp baryşy çaklamaklyk diňe çäklendirilen şahsyýetiň gylyk-häsiýetleri üçin niýetlenendir. 1939-1948 ýyllarda Lourens Frenkiň işinde ilkinji gezek proektiw psiologiýanyň esasy düzgünleri özleşdirilýär. "Proeksiýa, taslama" adalgasy hem şol

tarapyndan şahsyýeti derňemegiň usullarynyň esasy topary üçin belleýär. Frenk proýektiw usullaryň has ähmiýetli häsiýeti, onuň stimul şertleriniň kesgitli däldigi diýip hasaplaýar. Ol bolsa, durmuşy öz ýoly boýunça görmegi, özüniň pikirleri we duýgulary boýunça taslamaga ýardam edýär.

Rorşahyň testi we TAT kesgitlenmedik stimullaryň iki tipiniň nusgasyny, ýagny *gurluş* we synag geçirilýan adam üçin *barlag* situasiýasy kesgitlenmedik, onuň hereketleri çäklendirilmedik bolýar.

Rorşahyň testi we TAT has giňden ýaýraýar we synag geçirilýän adamyň jogap reaksiýasynyň kriteriýasy boýunça taslama usullarynyň iki topary aňladylýar. Şeýle hem bu usullar şahsyýeti *formal jähtden* – indiwidual kognitiw, affektiw we gözegçilik etmek usuly hem-de *mazmuny jähtden* – islegleriň gurluşyny, konfliktli başdan geçirmeleriň düzümini, "Men" ýagdaýyny we hususy sosial gurşawyny ýüze çykarýar. Şu iki test biri-biriniň üstüni dolup şu zatlary ýüze çykarýar.

TAT-a standart temalaryň mysal üçin: depressiýa we suisid (TAT tablisalary 3, 14, 15), seksual taraplaryny (TAT tablisasy 13, 18) görkezilipdir. Rorşahyň tablisasynyň semantiki deňeşdirme usuly boýunça alnan netijeleri her bir tablisasy kesgitli emosional häsiýetini eýeleýär.

Tablisa I- betnyşan, hapysa, rehimsiz, gödek, işjeň.

Tablisa II-bagtly, güýçli, işjeň, çalasyn.

Tablisa III-oňat, arassa, bagtly, ýeňil, işjeň, çalasyn.

Tablisa IV-erbet, hapysa, birehim, güýçli, edermen.

Tablisa V-ýeňil, işjeň.

Tablisa VI-ölçegi, göwrümi boýunça uly.

Tablisa VII-oňat, owadan, arassa, näzik, mähirli, mährem (aýal häsiýetli).

Tablisa VIII-dogruçyl, işjeň.

Tablisa IX-güýçli, işjeň, gyzgyn.

Tablisa X-oňat, owadan, dogruçyl, bagtly, ýeňil, işjeň, çalasyn.

iii

Bu usullary awtor synag geçirýän adamyň intellektual synagynyň hil seljermesini göz öňüne tutupdyr, hakykatda bolsa, bu ýagdaýda şahsyýetiň we affektiw-matiwasion faktorlaryň akyl ýetiriş hadysalaryna ýetirýän täsiri aňladylýar. Mysal üçin: Pikirlenme hadysasynyň Wygotskiý – Saharowyň usuly boýunça seljermesi. Rapaport bu usuly pikirlenmäniň matiwasion komponentiniň bozulmalarynda (Zeýgarnik) ulanylýar.

Psihodiagnostikada proýektiw usullarynyň döredýän kynçylyklary:

- Ýeterlik işlenilmedikligi. "Proýeksiýa" adalgasynyň psihodiagnostikada köp manylylygy, beýan edilýän hadysalaryň köpdürliligi.
- Taslama derňewlerinde diňe käbir fenomenleriň bölekleýin deň gelmegi.
- Dürli taslama testlerinde taslamanyň tipleriniň dürliligi.

Ilki bilen "Proýektiw" adalgasy psihodiagnostik manyda L. Freýd tarapyndan paranoýa, patalogik alamatlaryny düşündirmek üçin 1896-njy ýylda ulanýar. Bu işlerde proýeksiýa beýleki adamlara jemgyýetde kabul edilmeýän islegleri, arzuwlary ýöňkemek, ýagny adam özüne gadagan etmek hökmünde düşünilýär. Bu ýagdaýlarda Freýd aňlanmadyk, jemgyýete garşy meýillere garşy gorag mehanizmi döreýar, ýagny mysal üçin: samramagyň döremeginiň esasynda gomoseksualizm ýatyr diýip belleýär. Soňragynda fobiki gorag proýeksiýasy ýazyp beýan edilýär. Freýd daşky dünýäni kabul etmegiň kemala gelmegine gatnaşýan kadaly psihodiagnostik hadysanyň proýeksiýasy diýen düşünjäni girizýär. Şeýlelik bilen Freýd proýeksiýa diýip iki sany biri-birinden tapawutlanýan hadysalary, ýagny "özüňi goramak" we "özüňe meňzetmek" esasyny eýeleýän ýagdaýlary atlandyrýar.

iii

Bap 9. Şahsyýetiň psihologik aýratynlaryny öwrenýän usulyýet ulgamy

9.1 Özara baglanyşyk-seljerme (kontent-analiz) psihologik anyklaýyş usuly hökmünde

Contents - (iňlis dil. Contents - düzümi) - dürli habarlaryň, tekstleriň spesifiki häsiýetlerini bahalandyrýan we ýüze çykarýan usul, derňewiň maksadyna laýyklykda habaryň kesgitli görnüşiniň we düzüminiň many birlikleri bellik edilýär (mysal ücin: habar berilýän köpçülikleýin gepleşikleriň personažlarynyň psihodiagnostik häsiýetnamasy, habar žanrnyň, ondaky adamlaryň özara gatnaşyklarynyň görnüşleri we ş.m). Soňra şol birlikleriň tekstlerde ýa-da habarlarda belli bir köplükde gaýtalanşynyň ýygylygy we göwrümi ulgamlaýyn ölçenmesi geçirilýär. Kontent-analiz kommunikatorlaryň, auditoriýanyň, berilýan habarlaryň we olaryň özarabaglanyşygynyň aýry-aýry psihologik häsiýetnamasyny ýüze çykarmaga mümkinçilik berýär.

Baglanyşyk-seljerme (kontent-analiz) psihologiýanyň ylmy usuly hökmünde habarlary ýygnamak üçin beýleki ylmy usullar ýaly obýektiwlik, ähtibarlylyk we walidlilik hil kriteriýalaryny ulanýar. Kontent-analiziň hilini ýokarlandyrmakda köp ölçegli usullaryň maglumatlarynyň statistik seljermesini ulanmaklyk ähmiýetli orun eýeleýär. Esasanam tekstleriň düzümini kesgitleýän, gizlin faktorlary ýüze çykarmaga ýardam berýän faktorly analiz has giňden ulanylýar.

Häzirki wagtda psihodiagnostikada kontent-analiziň asla seýrek ulanylýar. Şeýle-de bolsa, ol geçen asyryň 20-nji ýyllaryndan başlap, diňe bir hili däl, eýsem mukdar taýdan hem ulanylyp başlanýar. SSSR-de mukdar usuly resmi iş kagyzlaryny öwrenmekde N.A.Rybnikow, P.P.Blonskiý, sosiolog W.A. Kyzmiçew we beýlekiler ulandylar.

40-50-nji ýyllarda ABŞ-da dokumentleri öwrenmegiň ýörüte dersara usuly döredilýär. Soňra ol ýewropa ýurtlaryna çenli ýetýär. SSSR-de 60-njy ýyllarda bu usul sosiologiýa we sosial psihologiýada ulanylýar.

Has gijiräk lukmanlaryň-psihodiagnostiki dokumentleriniň öwrenilmegi geçirilýär. W.N. Kasatkin 4000 sany sag we kesel adamlaryň gören düýşleriniň ýazgysyny (30-50 ýylyň dowamynda) olaryň durmuş şertleriniň aýratynlyklaryny göz őňünde tutup öwrenýär, şeýle hem ýaşy, jynsy, bilimi, hünäri, saglyk ýagdaýy, maşgala ýagdaýy, ene we beýleki dilleri bilýändigi, ýaşaýan ýeri, terjimahaly, güýji, düýşi gören güni, düzümi, düýşi görmezinden öňki we oýanan wagtyndaky ýagdaýlary, synag geçirýän adamyň ýagdaýy hasaba alynýar.

Netijede – hemme görlen düýşleriň düzümine seljerme bermek bilen, uly adamlaryň düýşüniň düzümi olaryň:

* işi, zähmet işi bilen baglanyşy – 62,5%
* hojalyk bilen baglanyşyklylygy, öýi, geýimi, iýmiti we ş.m - 41,4%
* saglyk bilen baglanyşyklygy - 44,3%;
* seksual ýagdaýlar bilen baglanyşygy - 8,0%;
* maşgala bilen baglanyşygy - 38,6%

40-njy ýyllarda Amerikan alymlary özara baglanyşyk-seljerme (kontent-analiz) psihologik usuly şahsyýetiň we toparyň psihodiagnostiki ýagdaýyny, psihodiagnostik aýratynlyklary kesgitlemek üçin ulanyp başlaýarlar. Mysal ücin: G.Ollport we A.Bolduin şahsy dokumentleriň kolleksiýasynyň esasynda kesgitli şahsyýetiň psihodiagnostik gurluşyny derňäp, şeýle hem hatlaryň, ýazgylaryň, gündelikleriň düzümini seljermek esasynda dartgynlyk, özüne kast etmäge mümkinçiligi we motiwasiýany ölçemäge synanşýarlar. (DŽ Dollard, Maurer, Oskud, Walker). Gazet, žurnallaryň teleýaýlymlaryň kömegi bilen berilýän habarlaryň düzümi, söz gurluşy boýunça adamlary ugrukdyrmak bolar.

iii

L.Lauental biografiýanyň, žurnallaryň, gazetleriň, we ş.m düzümini analiz edip asyryň ilkinji 4 onýyllygynda bahalandyryş we öwgüli ýagdaýy – önümçilik idollardan (çür başy) - biznesmenler, menedžerler, bankirler we ş.m. "siňdirmek, ulanmak" idolyna (aýdymçy kino ýyldyzlaryna, sportsmenlere we ş.m.) üýtgeýändigini görkezýär.

50-nji ýyllarda kiçi toparda werbal kommunikasiýanyň hil-mukdar seljermesi giňden ýaýraýar. (Şeýle derňewleri adaty syn etme, degişli edilýär, ýöne lenta ýazylan sözleýiş, eýýäm dokument bolýar). Dialoglaryň, işçi gürrüňleriň, kiçi topardaky we kollektiwdäki diskussiýanyň seljermesi esasynda ýolbaşçlyk stilini, sosial – psihologik klimaty, konfliktliligi anyklap bolar.

Testlerde duş gelýän elementleri sanamak, olaryň gaýtalanyş ýygylygyny sanamak bilen ýuwaş-ýuwaşdan özara baglanyşyk-seljerme (kontent-analiz) psihologik anyklaýyş usuly korrelýasion tehnikany girizýär.

Özara baglanyşyk-seljerme (kontent-analiz) psihologik anyklaýyş usuly täze ösüş tapgyry 60-njy ýyllarda başlanýar, ony kompýuterleşdirmek elektro hasaplaýyş maşynynda seljermeklik başlanýar. Amerikanyñ Birleşen ştatlarynada - 20 amerikan prezidentiniň çykyşlarynyn sözleýiş gurluşy, many we söz düzümi, näsag adamlaryň we beýleki materiallar psihodiagnostiki usulda derňelýär. 70-nji ýyllardan başlap Amerikanyñ Birleşen ştatlarynda dürli dokumentleri seljermek üçin standart programmalary elektro hasaplaýyş maşynynda işläp düzýärler, soň kompýuterli özara baglanyşyk-seljerme (kontent-analiz) psihologik anyklaýyş usuly beýleki ýurtlarda hem ösýär.

9.2 Gylygy we temperamenti öwrenmek usullary

Polýak psihology Ýan Strelýau Pawlow-Teplowyń differensial-psihofiziologik konsepsiýasynyń esasynda nerw

iii
işiniń esasy üç tipiniń häsiýetini ölçemeklige gönükdirilen testi işläp düzýär.

• oýanma, gyjynma ýagdaýlaryń derejesi, gyjynmanyń güýji boýunça;
• togtama ýagdaýynyń derejesi;
• hereketlenme derejesi.

Test 134 soragdan ybarat bolup, üç jogapdan "howwa", "bilemok", "ýok" birini bellemeli. Testi geçirmek üçin soragnama, onuń düşündiriş bukleti ýeterlik. Synag geçirilýän adam jogap kagyzynda soragyń tertibiniń gapdalynda atanak bilen jogaplaryń birini bellemeli.

Her sorag üç şkalanyń birine degişli edilen. Her şkaladaky soraglaryń köpüsi "göni" bolup, "howwa" jogaby bilen ýokary bala getirýär. Ballary jemlemek üçin trafaret ulanmak amatly. Trafaretde açar boýunça kesilen gözler bolup, olar indiwidiń atanagyna gabat gelse, onda "2" ball berilýär, "bilemok" jogaba "1" ball hasaplanýar.

N. N. Danilowa (1985) derńewi geçirýär, A. G. Şwelew kompýuterde netijelerine seljerme berýär. Bu tejribä köpçülikleýin Moskwa uniwersitetiniň talyplary gatnaşypdyrlar.

Anyklanyş işi geçirilende synag geçirilýän adamyń jynsy hem tapawutlandyrylmaly. Netijäniń düşündirilişi.

1a. Birinji şkala boýunça ýokary ball, (serhetden ýokary X+Ş – orta baha + standart gyşarma) oýanma ýagdaýynyń ýokary derejesini söhlelendirýär, synag geçirilýän adamlar daşky gyjyndyryjylara güýçli reaksiýaly, işjeń hereketleri talap edýän ýagdaýlarda önümli işi ýerine ýetirip bilmek ukyply: nerw ulgamy uzak wagtly we ýygy-ýygy gaýtalanýan gyjynmalara döz gelýär.

1b. Birinji şkala boýunça pes ball (X-Ş aşaky serhedi) haýal gyjynmany ańladýar, çalt çäginden daşa togtama ýetmegi görkezýär.

2a. Ikinji şkala boýunça ýokary ball togtama ýagdaýyna bolan nerw ulgamynyň güýjüni şöhlelendirýär, togtadyjy şertli refleksleriniň çalt we berk bellenilmegini, gadagan edilýän şertlerden ýüz öwürmäge, saklanmaga ukyplydygyny aňladýar.

2b. Haýal togtama ýagdaýy togtadyjy reflekslerin ösmegini kynlaşdyrýar, işjeňlikden saklanmagy ýüz öwürmegi talap edýän ýagdaýlarda adekwat bolmadyk, impulsiw hereketleri etmäge ýykgyn, mümkin.

3a. Ýokary hereketlilik nerw ulgamynda gyjyndyryjylaryň alamatlaryny çalt täzeden, üýgetmäge ukyplydygyny aňladýar. (gyjynyjy refleks togtama we tersine), täze ýagdaýlarda çalt üýtgedip guramaga, öwrenişmäge ukyply, täze predmetler we hadysalar bilen özara hereket edişmäge isleg we taýynlyk.

3b. Pes hereketlilik gyjyndyryjylaryň belgilerini öwrenmekde nerw ulgamynda ýokary inertliligi haýallylygy görkezýär, indiwid üçin täze endiklere geçmek kyn, ol köplenç täze ýagdaýlardan gaçýar.

Testiň ähtibarlylygy rus dilliler üçin kanagatlanarly. 1-nji şkala boýunça = 0,82**,** alfa-koeffisient, 2-nji şkala boýunça = 0,84, 3-nji şkala boýunça = 0,81.

Streľýauwyň soragnamasynyň korrelýasion seljermesinde iki konseptual bir-birine bagly bolmadyk ölçegler: **gyjynma derejesi** we **hereketlilik** ýokary deňleşmesi ýüze çykýar. Bir şkalada köplenç göni punktlar, beýleki şkalada hem gönüdigi belleik edildi. Şeýle bolmak bilen, synag geçirilýän adamyň aňynda empiriki hadysalarda özüňi alyp baryşdaky ýüze çykýan güýji we "hereketlilik" biri-biri bilen birleşen, meňzeş kabul edilýär. Muny iki hili düşünmek bolýar:

* güýjüň we "hereketlilik" sosial-kadanyň derejesinde adaty aňda tapawutlanmasy bolup geçmeýär;
* belli bolan gylygyň konstitusional häsiýetleriniň iki ölçegli ulgamy.

iii

<u>*Ińlis psihology G. Aýzenk*</u> Pawlowyń we Ýungyń garaýyşlaryny birleşdirmäge çalyşýar. Ol indiwiduallygyń iki parametrini hödürleýär <u>*“ekstrowersiýa - introwersiýa”*</u>, <u>*“neýrotizm – emosional durnuklylyk”*</u>. Bu tapawutlandyrma konsepsiýasy empiriki esasda newrotik bozulmalaryń iki görnüşini bölmekden ybarat:

- <u>**isteriki newroza**</u>, holerik temperamentli (durnuksyz ekstrawertlere) adamlara häsiýetli;
- <u>**dakylma (nawýazçiwyý) ýagdaýlaryń newrozy,**</u> melanholik temperamentlilere häsiýetli.

1967-nji ýylda “Indiwiduallygyń biologik esaslary” atly işinde Aýzenk neýrofiziologik faktorlaryń düşündirmesini hödürleýär:

“neýrotizm” şkalasy boýunça ýokary ball limbiki ulgamyń işjeńlik bosagasynyń peselmegini ańladýar, bu ýagdaýda <u>*ýokary “emosional deńagramsyzlyk*</u>*”* – ýagny organizmiń içki gurluşynda bolup geçýän ýagdaýlara reaktiw jogaby ańladýar, şol bir wagtda “introwersiýa” şkalasy boýunça ýokary ball retikulýar formasiýanyń işjeńlik bosagasynyń peselmegine gabat gelýär.

Häzirki wagtda Aýzenkiň testiniň iki parallel görnüşleri (Ä we B) rus diline uýgunlaşdyryldy. Ol 57 soragdan ybarat bolup, soraglaryň her biri haýsy bolsa-da bir şkala degişli.

1. Ekstrowersiýa – introwersiýa (24 sorag);
2. Neýrotizm – stabillik (24 sorag);
3. Ýalan –açaçanlyk derejesi (9 sorag).

16 PF – rus dilinde ilkinji gezek 1983 ýylda W. I. Pohilko we A. G. Şmelewyń derńewlerinde modifisirlenen görnüşi ulanylýar.

“Galagoplulyk” we “ekstrawersiýa” faktorlary MMPI testiniń böleklerinde hem ýüze çykarylýar.

Ýene-de bir uniwersal faktor –*“kortikal gözegçilik”* faktory, bu Aýzenkiń konsepsiýasynda seredilmeýär. P. Kettel muny “2-nji” agalyk ediji faktor hökmünde görkezip, ony

“duýgurlyk” diýip düşündirýär, ýagny indiwidler bu faktor boýunça ýokary bal alanlar özlerini alyp barşy boýunça ownukçyl, işewür, kabul edilen düzgünleri we goýlan maksady berk saklaýan adamlar.

Adamyñ özüni alyp barşy, onuñ durmuşdaky tutýan orny, aragatnaşyk saklaýan gurşawy hünärmenlik işi täsir edýär we häsiýetinde ýüze çykýar. Şeýle-de bolsa endikleriñ we strategiýalaryñ esasy alyp barýan işinde ýüze çykmagy indiwidiñ özüni alyp barşynyň köp dürliligini düşündirip bilmeýär. Mysal üçin: durky bilen berlen programmistler özleriniñ ýokary meýilnama boýunça işleýandiklerine garamazdan ýagdaýa görä dürli-dürli üýtgäp durýan görnüsde alyp barýarlar. Ahtimal hemme “kortikal gözegçilik” böleginde bolan ukyp gory(zapaslary) EHM-de iş boýunca tamamlanýan bolmagy mümkin. 16PF görnüşdäki hasiýetiñ test soragnamasyny ulanmakda psiholog synag geçirilýän adamyň añlanmadyk ýagdaýda hünärmenlik ymtylmalarynyñ üsti bilen jogap bermeginiñ mümkindigini ýatdan çykarmaly däldir. Kettel öz ylmy topary bilen aýry-aýry hünärmeniñ häsiýetlerini öwrenmek üçn derñew geçirýär. Derñewe satyjylar, polisiýa işgärleri, psiholog diagnostlar, psiholog maslahatçylar gatnaşýarlar.

16PF test-soragnama adaty iki gezek geçirilýär. Birinji güni ACE, 2-nji
güni BCE görnüşi geçirilýär. Esasy ulanylýan görnüşi A we B bolup, ol 187 soragdan ybarat. Bir seansy düzgün boýunça synag geçirilýän adamda 50 min. az bolmagyk wagty alýar. Psiholog diagnosta hasaplamak üçin olary sütünlere geçirmeklige 15-20 min. töweregi wagt gerek bolýar.

9.3 Meýliñ psihologik anyklanylyşy

Meýiller şahsyýetiñ gurluşynda uly orna eýe bolup, onuñ özüni alyp barşynyñ hereketlendiriji güýjüni düşündirmek

üçin ulanylýar. Dürli taglymat çemeleşme kontekstinde meýliñ seljermesiniñ shemasyny tapawutlandyrýarlar. Rus edebiýatlarynda meýil başgaça, *añlanylýan isleg* diýip atlandyrylýar (Kowalýew A. G., Leontýew A. N., Simonow P.W.). Nazary çemeleşmelerde meýliñ seljermesiniñ gurluşlary tapawutlandyrylýar. Daşary ýurt psihologiýasynda has ähmiýetli reaktiw gurluş **S – O– R (stimul-beden-reaksiýa)** hasaplanylýar. Kognitiw psihologiýanyñ ösmegi, meýil hadysasyny habar (informasion) hadysasy bilen çalyşmaga synanyşyklara getirdi. Waýneriñ **Ş – kognisiýa – R** shemasynda esaslanan çemeleşmesinde motiwasiýa – aralyk maglumat hadysasyna, meýil (motiw) bolsa – persepsiýa degişli edilip, motiwasion emele geliş hil ýörüteleşmesi ýitýär. Bu ýerde, psihodiagnostikanyñ obýekti hökmünde motiwasion hadysalary düşünmek üçin gerek bolan käbir nazary tapawutlanmalaryñ üstünde durular.

Umumylyk – bu meýiliñ predmet mazmynynyñ özboluşlygydyr. Meýiliñ mazmunynda özboluşly, indiwidual – gaýtalanmasyz zat bilen birlikde, durnukly şol bir görnüşli zady ýüze çykarylýar. Şeýle durnukly predmetiñ mazmuny zerurlyk predmetini däl-de, şol zerurlygy başyndan geçirýän şahsyýeti häsiýetlendirýär. L.S.Rubinşteýn *“häsiýetiñ alamaty bu – isleg, meýil bolup, olar adamda belli bir ýagdaýlarda ýüze çykýarlar”* diýip belleýär. Bu ýerde Rubinşteýn meýliñ umumylaşdyrylan predmet mazmunyny göz öñünde tutýar.

Bu meselä köp üns beren L. Kronbah, ol ylmy psihologiýada iki düzgüni ýüze çykýar: *birinjisi* - ýekebarlyk tapawutlarynyñ bahalandyrylyşy, *beýlekisi* bolsa – özüñ alyp barşyñ özboluşlyklarynyñ we häsiýetnamalaryñ derñewine gönükdirilmegi.

Çenden aşa durnukly predmet mazmuny bolan umumylykly meýillere, biz *“umumylykly meýiller”* diýýäris. Predmet mazmuny dar häsiýetli meýillere bolsa, *“takyk meýiller”* diýýäris. Umumylykly meýiller şahsyýetiñ durnukly

häsiýeti hökmünde ýüze çykýarlar, ýöne dar dinamiki emele gelendirler we olar hadysalaýyn determinantlar bilen täsirleşip işjeňleşýärler, ýagny gizlin ýagdaýdan hakyky ýagdaýa geçýärler. Meýliň hakykatlaşmagy-aktuallaşmagy hereketiň tendensiýasyny döredýär - motiwasion hadysany ýaýbaňlaşdyrýar.

Meýil we islegler. Islegler meýillerde takyklaşdyrylýar we olar arkaly amala aşyrylýar. Ýöne, bularyň ikisiniň ulgamy boýunça meňzeşdigini aňlatmaýar. Hersiniň aýratynlykda öz hil özboluşlylygynyň bardygyny bellemeli. Birinjiden, şol bir isleg dürli-dürli meýiller arkaly kanagatlandyrylyp bilner, we tersine, şol bir meýil dürli islegleri döredip biler. Meýliň çylşyrymly içki gurluşy bardyr. "ümumylyk meylleri" takyk meýilleriň hatarynda differensirlenýärler. Islegler bilen meyilleriň arasyndaky gatnaşyk genetiki däl-de, funksional häsiýetde seredilende isleglerden motiwlere tarap bolan hereket: mümkinçiliklerden hakykata, umumylykdan takyklyga, genotipden fenotipe tarap bolýan hereketdir.

Meýilleriň motiwasion agramynyň kesgitlenilmegi, bize isleg predmetiniň umumy häsiýetnamasynyň üstüni açmaga mümkinçilik berýär. Meýilleriň agdyklyk derejesini ýüze çykarmak bolsa, isleglerïň predmet mazmunynyň takyk aýratynlygyny kesgitlemäge mümkinçilik berýär.

Motiwasiýanyň indikatorlary. Motiwasiýa adamyň işini diňe bir determinirlemän, eýsem psihiki işjeňliginiň ähli çäkleriniň içinden geçýär. Bu motiwsiýanyň psihologik anyklaýşynda ulanylýan operasional kriteriýalaryň köplüginde ulanylýar.

Şahsyýetiň motiwasion çäkleriniň psihologik anyklanyşynyň göni usullary. Bu usullaryň esasynda ýokardaky kriteriýalaryň birinjisi ýatyr. Bu usullar boýunça işiň hereket edýän hakyky meýlleri barada däl-de, "mümkin bolan meýiller", sebäp stereotipleri, gymmatlyk ugrukmasy barada aýdyp bolar.

Şeýle usulyñ ýönekeý warianty – adamdan geçmişde “näme üçin” ýa-da “näme sebäpli” bir zatlary edendigini göni soramak. Şeýlede, anketalar, interwýular ulanylýar. Adamyñ hemme meýli añlanylmaýar. Çylsyrymly motiwasion emele gelmelere akyl ýetirmek üçin şahsyýetiñ ösüşiniñ ýokary derejesi, ýörüte iş talap edilýär. Anketa berilýän jogaplar añlanylan ýa-da añlanylmadyk ýagdaýda ýasamalyga sezewar bolýarlar, sebäbi adam makullanýan (jemgyýetde kabul edilýän) jogaplara ymtylýar. Bu usullarda esasan “takyk meýiller” ulanylýar. Bu usullar şahsyýetiñ motiwasiýasyny öwrenmek üçin däl-de, okuw, hünär we işiñ beýleki görnüşleriniñ meýillerini öwrenmek üçin ulanylýar. Bu topara gönükdirmäni (ustanowkany) ölçemek usuly hem degişlidir. Munda motiwasion üýtgeýjiniñ häsiýetini, söz üsti bilen aýdylan pikir esasynda derñeýärler. Şeýle usullaryñ adamyñ hakyky gönükdirilmesini ölçeýändigi şubhe döretýär.

Meýilleri ölçemek üçin şahsy soragnamalar. Bu soragnamalarda synag geçirilýän adam dilden (werbal) stimullara jogap bermeli. Anketalardan tapawutlylykda, soragnamalarda meýillere göni gabat gelmeýän, ýöne empiriki baglanyşykly, käbir özüni alyp baryş häsiýetnamasyna degişli tassyklamalara jogap bermelidir. Soragnamalar arkaly motiwasiýanyñ ölçenilmeginiñ kynçylygy, synag geçirilýän adamyñ sosial islegleriniñ ýa-da gorag motiwasiýasynyñ täsiri astynda jogaplaryñ nädogrudygy bilen baglanyşyklydyr. Soragnamalaryñ has meşhurlaryny aşakda görkezýäris.

Şahsy sanawy – *A. Edwardsyñ (EPPS)*. Bu soragnama G. Mýurreýiñ teklip eden zerurlyklarynyñ güýjüni ölçeýär. 15 şkalanyñ her biri üçin tassyklamalar görnüşinde kemala gelýän zerurlyk indikatorlary tapawutlandyrylýar. (210 jübüt tassyklamalar). Edwards sosial islegler sebäpleriniñ täsirini azaltmak üçin hökmany saýlaw usulyny öwrenýar we ulanýar.

iii

“Şahsyýeti öwrenmegiň görnüşi” atly D. Jeksonyň (PRF) – G. Mýürreýiň meýil taglymatynyň esasynda gurnalan meýili ölçemegiň
usulyýeti. Jeksonyň sowalçasy 20 sany meýilleriň üýtgeýjiligini ölçeýär, olaryň 12-si EPPS sowalçanyň talaplaryna birmeňzeş.

Affilýatiw tendensiýany we gyrakladylma duýgurlygy ölçemek üçin soragnama. A. Mehrabin iki sany umumylaşdyrylan meýli ölçeýär: *kabul edilmeklige ymtylyş* (affilýatiw tendensiýa) we *gyrakladylma gorky*. Soragnama iki şkaladan ybarat. Birinjisi – 26, ikinjisi – 24 bölekden durýar. Şkalalar birinji ýagdaýda şahsyýetara gatnaşyklary ýola goýmagyň netijesinde indiwidiň umumy garaýyşlary, ikinjide negatiw garaşylmasyny bahalandyrýarlar. Dört hepdeden soň test-retest affilýatiw tendensiýa – 0,89; gyrakladylma gorkusy – 0,92 görkezijileri berýär. Awtor soragnamanyň icki gurluşyny kesgitlemek üçin sebäp seljermesi usulyny ulanýar.

Taslama usullary. Bu usullar hyýalyň we fantaziýanyň önümleriniň seljermesinde gurnalandyr. Olar Z. Freýdiň taslama düzüjisi baradaky pikirlerine esaslanandyr. Taslama testleri çuň motiwasion emele gelmeleriň anyklanyşy üçin, esasan hem aňlanylmaýan meýilleriň anyklanmasy üçin ulanylýar. Bu usullar klinikada dörän hem bolsalar, olary tejribelik psihologiýasynda giňden ulanylýar. Rozensweýgiň frustrasiýa testi, gutarylmadyk sözlem, gutarylmadyk gürrüň – bularyň hemmesi motiwasiýany ýüze çykarmak üçin ulanylýan usullar. Bu usuly uýgunlaşan özüni alyp barşy bolan okuwçylarda we dewiant özüni alyp barşy bolan ýetginjeklerde geçirip görýärler. Rozensweýgiň suratly frustrasiýa testiniň çagalar üçin aýratyn görnüşi, ulular üçin hem aýratyn görnüşi bardyr. Şahsyýetara gatnaşyklaryň dürli ýagdaýlary çekilen suratlar stimul materialy bolup durýar. Suratda bir gahrymanyň pikiri getirilýär, synag geçirilýän adam beýleki gahrymana derek jogap bermeli. Maksada ýetjek ýolunda päsgelçilik emele gelende adamyň özüni alyp barşynyň aýratynlyklary

bahalandyrylýar. Şeýle hem bu test agrassiýa aýratynlyklaryny ýüze çykarýar. Düşündiriş ulgamynda agressiýanyñ gönükdirilmesiniñ üç tipini tapawutlandyrýarlar.

1. *ekstrapunitiw (emele gelen ýagdaý üçin günä beýlekilere ýüklenilýär);*
2. *Intrapunitiw (günäni öz boýnuna alýar);*
3. *Impunitiw (günä hadysa ýüklenilýär).*

Nýuteniñ motiwasion induksiýa usuly – gutarylmadyk sözlemi gutarmak. Jogaplar düşündirilende ýörüte kategoriýalar ulgamy ulanylýar. Bilesigelijilik motiwasiýasy, üstünlik, kommunikatiw motiwasiýasy anyklanylýar.

Persepsiýa obýektiniñ ýoýulmagy arkaly meýilleri anyklamak. Bu düzgüniñ usullaryny Bruner ulanýar. L. I. Bozowiçiñ tejribehanasynda özüñi alyp baryş meýillerini ýüze çykarmak üçin usullar işlenip düzülýär. Çyzygyñ uzynlygy göz ölçegi bilen kesgitlenende, kabul edişiñ ýalñyşlygynyñ üsti bilen ýetginjegiñ agalyk edýän meýillerini ýüze çykarýarlar.

Şahsy mazmun arkaly meýilleriñ anyklanylyşy 17 kriteriýany ulanýar. "Umumylyk meýilleri", adam üçin özüñi alyp barşyñ dürli häsiýetnamasy bolan mazmun arkaly anyklanýar.

Kognitiw baha arkaly meýilleriñ anyklanmagy. Kognitiw baha meýillere täsir edýär. Dürli kognitiw jogaplary talap edýän hadysalar ulanylýar. Synag geçirýän adamyñ ýerine ýetirýän ýumşy öwrenilýän özüñi alyp barşyñ häsiýetnamasy bilen meñzeş däldir. Motiwasion üýgeýjileri ýüze çykarmak üçin wäşilige bolan reaksiýanyñ barlaglary, motiwasiýanyñ bu aýratynlygyny ulanýan usullaryñ biri bolup durýar. Babinowyñ işinde meýilleri ýüze çykarmak üçin waşiligi (ýumory)-stimul materialy hökmünde ulanylmagynyñ usuly beýan edilendir.

Böwetleriñ häsiýetnamasy arkaly meýilleri öwrenmek usuly. Maksada ýetmek ýolunda dürli päsgelçilikler ýüze çykmagy mümkin. Içki we daşky böwetleri belläp, olar diñe bir tipi boýunça däl-de, eýsem çylşyrymlylyk derejesi boýunça-da

(subýektiw-obýektiw kynçylyk) tapawutlanýarlar. Böwetler meýil hadysasynyň dürli tapgyrlarynda ýüze çykyp, meýile relewant ýa-da relewant däl bolup bilerler, meýiliň güýji subýektiw kynçylygyň bahalandyrylyşyna täsir edip biler we ş. m. Meýiller we böwetleriň arasyndaky bu gatnaşyklar usuly gurnamak üçin ulanylýar.

Anyklaýyşyň göni (soragnama) we gytaklaýyn (taslama usullar) usullarynyň deňeşdirilmegi biziň üçin zerurdyr. Taslama usullar adatça walidleşdirilmegiň kynlygy, ygtybarlygynyň pesligi, kadaly maglumatlaryň ýoklugy, düşündirilişiniň netijesine eksperimentatoryň şahsyýetiniň täsir edýänligi üçin tankyt edilýärler. Tankydy bellikleriň köpüsi, taslama usullar şahsyň motiwasion gurşawynyň guraly hökmünde ulanylanda başga ähmiýete eýe bolýarlar. Käbir meýilleriň taslama psihologik anyklaýyş usuly diňe özüňi alyp barşyň işi boýunça däl-de, düşündiriş ulgamy boýunça hem standartlaşdyrylýar.

9.4 Üstünlige ymtylyş meýliniň ölçegi

Bu ugurda 30 ýyllap geçirilen derňewleriň esasynda meýilleriň anyklanylyşynyň walidli we anyk enjamlary döredildi, ol üstünlige ymtylmak meýliniň we şowsuzlykdan gaça durmaklyk meýliniň gurluşyna girýar.

Üstünlige ymtylyş meýlini ölçemegiň usuly şu iki pikiriň esasyna esaslanýar.

Birinjiden, Z. Freýdiň düýş we proýeksiýanyň düzüjileriniň taglymaty durýar.

Ikinjiden bolsa, meýiller eksperimental işjeňleşdirilen we olaryň güýjüne ýagdaýyň manipulýasiýasyndan gözegçilik edip bolýar.

Atkinsonyň we D. Makkellandyň geçiren ilkinji tejribelerinde synag geçirilýän adamlara iýmit deprewasiýadan, dürli wagt aralykdan soň, olara hödürlenen suratlaryň esasynda

hekaýa düzmek ýumşy buýrulýar. Şeýlelikde, wagt aralygy köpeldigiçe, iýmit bazadaky sözlemler, iýmite degişli gürrüňler köpelýär.

Diýmek, hyýalyň, fantaziýanyň önüminde meýliň depgini has gowy şöhlelenýär. Hekaýany düzmek üçin 4 min. berilýär, her bir soraga 1 min. berilýär.

Üstünlige ymtylyş meýlini ölçemekligiň ýörüte kontent-seljermesi düzülýär.

Taslama enjamynyň gurluşy "Suratlaryň düşündirilişi" atly testde (IPIT) ulanylýar. Synag geçirilýän adam surat boýunça dürli hekaýalardan saýlap, gabat gelýänini almaly. Bu derňewlere görä, gaça durmak tendensiýasy synag geçirilýän adamlaryň indeksleri pes ýa-da orta bolsa, ýüze çykýar. Kontent-seljermä esaslanyp, H. Hekhauzen iki sany açary işläp düzýär:

şowhunlyga ynam (HS) we sowsuzlyk gorkusy (FF). Bu ýerde 6 surat ulanylýar.Üstünlige, sowhunlyga ymtylmanyň meýli üçin şu kategoriýalar bar:

1. Şowhunlyga ymtylmanyň gerekliligi;
2. Şowhunlyga gerekli enjamly hereketler;
3. Şowhunlyga garaşmak;
4. Höweslendirme;
5. Oňyn emosional ýagdaý;
6. Şowhunlygyň temasy.

Şowsuzlykdan gaça durmak kategoriýalary:

1. Şowsuzlykdan gaça durmagyň gereklidigi;
2. Gaça durmagyň enjamlaşdyrylan hereketleri;
3. Şowsuzlyga garaşmak;
4. Temmi bermeklik;
5. Oňyn däl emosional ýagdaý;
6. Şowsuzlyk;
7. Şowsuzlygyň temasy.

I. Atkinson üstünlige ymtylmagyň ilkinji modelini döretdi, ol bolsa beýleki şu ugurdaky modellere hem esas-bazis

bolup hyzmat edýär. Onuñ esaslary K. Lewiniñ taglymatyndan öz gözbaşyny alyp gaýdýar. K. Lewin üçin özüñi alyp baryş B = F (P, E), bu ýerde P – şahsyýet, E – daşky gurşaw. I. Atkinson bu umumylaşdyrylan funksiýany has takyklaşdyrýar. Ol ony meýiliñ şu görnüşine getirýär "ynam ...gymmatlyk", bu ýerde subýekt üçin ynam we gymmatlyk maksadyñ esasy üýtgeýjileridir. Atkinsonyñ goşan goşandy – onuñ bu iki üýtgeýjiden başga ýene-de birini şowlulyga ymtylmanyn tendensiýasyny teklip etmegidir.

Üstünlige ymtylmak meýliniñ atributiw modelini teklip eden B. Weýnerdir. Birnäçe derñewleri geçirip, ol meýil hadysasynda atributlaryñ (gurallaryñ) ornuna köp üns berýär. Ol üstünlige ymtylmagyñ meýline kognitiw dispozisiýa diýip düşünýär. Bu ýerde şowlulyga ymtylyşyñ meýli we gaça durmak meýli iki sany umumylaşdyrylan meýil hökmünde seredilýär. Adamyñ her bir hereketi belli bir netijä gönükdirilendir. Bu netije bolsa, ýa şowly, ýa-da şowsuz bolmaly.

Eksperimental ýagdaýyñ gurnalyşy. Eksperiment ýörüte garañkyladylan, slaýdylary görmek üçin ekranly otagda geçirilýär.

Synagy geçirýän adam özüni hemmeler bilen deñagramly we işjeñ alyp barmaly. Has uly wezipeli adam bilen, synagy geçirýän synag geçirilýän adama tanyşdyrylmasa has gowy bolýar. Bu ýagdaý bahalandyryşly hökmünde garalmaly däl. Haçan-da synagy geçirýän hatarlaryñ arasyndan ýöräp, synag geçirilýän adamlara syn etse, onda ol eýýäm meýile täsir edýär. Testler örän konfidensial bolmaly, eger-de bu ýagdaý bozulsa, onda test bozuldy diýip hasaplanylýar.

Synag geçirilýän adamlar bir-birinden göçürip, gürleşip bilmejek ýagdaýda oturmaly. Synagy geçirýän synag geçirilýän adamlara 6 sany blanka paýlaýar. Hersinde 4 sorag:

1. Bu ýerde näme bolýär we bu adamlar kim?
2. Bu ýagdaý nädip boldy we ondan öñ näme boldy?

3. Şekillendirilen adamlar näme pikir edýärler we olar näme işleýärler?
4. Soňra näme bolar, näme bilen gutarar?

Soňra synag geçirilýän adamlara görkezme okalýar we synag geçirilýän adamyň öz tertibi bellenilýär, ol ony blankasynda bellik edýär.

Testiň geçirilişi. Otagda 20 sek. yşyk öçürilip, 1-nji surat görkezilýär. Yşyk ýakylanda, synag geçirilýän adamlar hekaýa düzüp başlaýarlar (5 min.). Jemi teste 40-50 min. berilýär.

Üstünligiň ýetmezçiligini ölçemek üçin soragnamalar. Munuň üçin öňki bar bolan (D. Makklelland, I. Atkinson) tematiki appersepsiýanyň usuly bilen ölçemeklik köpçülikleýin derňewleri üçin amatly däl. Şonuň üçin üstünligiň ýtmezçiligini ölçemekde ýörüte sowalnama düzmeli. Bu hili sowalnama düzülende, adamyň şahsy aýratynlyklary we TAT testiň esaslary göz öňünde tutulypdyr. Ol iki usulyýetiň esasynda gurnalýar: Makkellandyň meýliň anyklanyşynyň taslama usuly we şahsyýeti toparyň bahalandyryşy usuly.

Ustünlik meýliniň anyklanyşynyň işi (prosedurasy). Synag geçirilýän adama Makkellandyň: "Derňewçiler", "Gök penjekli, synp tagtasynyň fonunda stoluň başynda otyr", "Ata-ogul", "Oglan hirurgiki operasiýanyň fonunda" testi berilýär. Teste 10 min. berilýär. Synagy geçirýäni talyplaryň akyl başarnyklaryny barlaýan psiholog hökmünde tanyşdyrylýar.

Aralyk (neýtral) ýagdaý. Eksperimentator talyplary meseleleri çözmäge çagyrýar, şol bir wagtda ol olary borçlandyrmaýar. Blankalarda talyplaryň familiýalary hasaba alynmaýar, olaryň diňe netijeleri gerek. Soňra synag geçirilýän adamlara ikinji testler berilýär. Bu ýagdaýda olar TAT-yň gurluşy boýunça 4 hekaýa düzmeli. Düşündiriş üçin Makkellandyň kontent-seljermesi ulanylýar. Şeýlede şahsyýeti topar bahalandyryş usuly hem ulanylýar (GOL).

Eksperimental toparlaryň düzülişi. TAT-yň ballarynyň we GOL-yň netijeleri boýunça iki topar düzülýär. Birine

(ýokary) 6 balldan ýokary alan talyplar girýär. Ikinjisine (pes) az ball alanlar girýär.

Sowalnamalaryň ulanylyş mümkinçilikleri. Derňewde alnan maglumatlary 3 derejä bölüp bolar: *"pes"* – indiwidual ball 0-dan 9-a çenli, *"ortaça"* – 10-13 ball, *"ýökary"* – 14 we ýokary. Pes we ýokary derejeler berlen ýetmezçiligiň täsiri barada subut eder.

Indiwidual derňewde Ç (Stenleriň) şkalasyny ulanmaly. 5-den ýokary bolsa, onda ol bu adamda üstünlige ýetmezçiligiň ýokary derejesini görkezýär.

Wäşi (Ýumaristik) sözlemleriň testi. – bu şahsyýetiň meýliniň anyklanyşynyň original we takyk usulyýeti. Onuň iki aýratynlygy bar:

* ol eksperimental psihosemantika degişli erkin tematiki görnüşleriň usuly. Bir belgili stimul özüniň daşyna näçe köp belgili stimul üýşürdigiçe, şonça-da ol temanyň meýil ähmiýeti ýökary.

* (TYUF) – bu ýörüte stimul materialy bolup durýar – şorta sözlemler, 80 sany aforizm bolup, bir tekst düzýär. Olaryň 40-sy bir tema degişli, 40-sy dürli temalardan.

Test jemi 15-25 min. alýar. synag geçirilýän adam kartoçkalary öz temasy boýunça tertipleşdirip goýmaly. Soňra synag geçirilýän adam saýlanan toplanmalara at berýär (Meselem, 1. sadizm; 2. seks; 3. alkogolizm; 4. pul; 5. ýoňlama; 6. wezipe; 7. akmaklyk we ş. m.) Bu ýumuş seljerilende, meýil temanyň dartgynlygyny diňe meýliň güýjüni däl, eýsem böwediň güýjüni hem döredip bilýär.

9.5. Ukybyň taglymaty meseleleri

Hünär saýlamak, hünäre ugrukdyrmak, maslahat bermek işlerini ýerine ýetirmeklik ukybyň ygtybarly, hakyky işleýän tejribelik usullaryny talap edýär.

iii

Ukybyñ ýörüte psihologik öwrenilişi XIX asyrda, haçanda F. Galtonyñ işleri bilen adamlaryñ tapawutlanmaklaryny eksperimental we statistiki derñewler geçirmeklikden soñ başlanýar.

Ukyp meselesi sowet psihologiýasynyñ ünsüni özüne çekýär (Leontýew, Teplow, Rubinşteýn, Leýtes) ukybyñ anyk kesgitlemesi, onuñ maslahatlary, ösdürýän faktorlary Teplowyñ "Ukyplylyk we zehin" atly işinde bellenilýär. Teplow adamyñ indiwidual psihologik aýratynlygy hökmünde üç sany esasy alamatlary belleýär:

* Bir adamy beýleki adamdan tapawutlandyrmagy;
* Olar haýsy bolsa-da bir ýa-da birnäçe işleri üstünlikli ýerine ýetirmäge sebäp bolmagy;
* Olar aýratyn bilime, başarnyga, endige bagly däl, ýöne olary ele almakda ýeñillikleri we çakganlygy düşündirip bilýär.

Ukybyñ bilimiñ we başarnygyñ özara baglanyşygy, yagny bilimi we başarnygy ele almak üçin gabat gelýän ukyby, gerek ukybyñ kemala gelmegi üçin bolsa, işe gabat gelýän onuñ bilen baglanyşykly bilimler we başarnyklar gerek.

Sowet psihologiýasynda ukybyñ kemala gelmeginde dogabitdi sebäpler hökmünde anatomo – fiziologik düzümleri, ýagny üşükleri göz öñüne tutulýar. Ukybyñ kemala gelmeginde möhüm orny üşükler eýeleýär. Ukybyñ özi bolsa, mydama anyk işde gazanylan ösüşiñ netijesi. S.L.Rubinşteýn "adamyñ arasyndaky tebigy tapawutlyk taýyn ukyplarda däl-de, eýsem üşüklerdedir" diýip belleýär.

Teplowyñ aýtmagyna görä "ukyp – bu diñe bir işde ýüze çykmalar däl-de, eýsem işde döremelerdir".

Daşary ýürt psihologiýasynda ukyby indiwidiñ dogabitdi aýartynlygy ýa-da soñ öwrenilen endikler we başarnyklar diýip düşündirýarler.

Ukyby öwrenmegiñ esasy ugurlarynyñ biri, sebäpli (faktorly) seljerme, ýagny dürli ugurlarda ýüze çykýan

sebäpleriñ empiriki bellenilmegi. Dürli ukybyñ arasynda intellekti hem ukybyñ düzüm bölegi hökmünde garaýarlar, werbal, matematiki we beýleki ukybyñ görnüşleri degişli edýärler. Ukyby *umumy we ýörüte* ukyplara bölýärler.

Umumy ukyp işiñ dürli görnüşlerinde adamyñ dürli bilimleri we başarnyklary ele almagyna ýardam edýär. Edil beýlekileri ýaly ukyplar okadylmanyñ, terbiýäniñ we tebigy üşükleriñ aýratynlyklaryna bagly. Umumy ukyba ilki bilen aklyñ hili (häsiýeti) degişli, *ýörüte ukyplar* işiñ aýratyn görnüşlerine bolan ukyp bolýar. Ony işiñ ýörüte görnüşleri boýunça bölýärler. Umumy we ýörüte ukybyñ arasynda birmeñzeşlik, şeýle hem tapawutlyk bar.

Ýörüte ukyplar – latyn sözünden – spesialis – aýratyn diýen manyny berip, indiwidiñ psihologik aýratynlygy bolup, belli bir işiñ görnüşini üstünlikli ýerine ýetirmäge bolan mümkinçiligini añladýar (saz, sahna, edebiýat we ş. m.).

Ýörüte ukyplaryñ ösüşini oña gabat gelen üşüklere daýanýanlygy bilen düşündirselerde, häzirki wagtda aýratyn senzitiw döwürleriniñ bardygy görkezildi, bu döwrüñ dowamynda ýörüte ukyplaryñ ösüşi has-da ýakymly bolup geçýänligi belli edildi. Mysal üçin, saza bolan ukyplylyk 5 ýaşa çenli döwür, sebäbi bu ýaşda çaganyñ saz eşidiş we ýady işjeñ kemala gelýär. Üşükleriñ köp manylylygy zerarly ýörüte ukyplaryñ kemala gelmegi anatomo fiziologik ýagdýlaryñ esasynda hem mümkin bolup biler.

Şeýlelik bilen, ýörüte ukybyñ kesgitli derejesi (matematiki, çeperçilik we ş. m.) tejribelikde islendik sagdyn çagada kemala gelip biler.

Ukybyñ hil seljermesi adamyñ haýsy bolsa-da belli bir işi üstünlikli ýerine ýetirmek üçin zerur bolan indiwidual aýratynlyklaryny ýüze çykarmaklyga gönükdirilen. Ykybyñ san ölçenilişi bolsa şol häsiýetleriñ ýüze çykyşynyñ möçberini görkezýär. Ukybyñ ýüze çykyş derejelerini bahalandyrýan has

giňden ýaýran usullary testlerdir. mysal üçin: maksada ýetmek testi; intellektiň testi; kreatiwlilik testi;

Dürli ukyplaryň anyk-psihologik häsiýetnamalaryny öwrenmek indiwidiň bir däl, eýsem köp işiň talap edýän umumy häsiýetlerini we has inçe talaplary bolan işiň ýörüte hillerini ýüze çykarmaga ýardam edýär. Ukybyň ösüşiniň derejelerini zehin we geniallylyk düşünjeleri aňladýar.

Şeýle hem ukyby öwrenmekde syn etme, önümiň netijesini seljerme usullary ulanylýar. Intellekti öwrenýän usullar ýörüte ukyby öwrenýän usullar hasaplanýar. Daşary ýurt edebiýatlarynda ýörüte ukyplary iki esaslary boýunça görnüşlere bölýärler:

1. Psihiki funksiýalarynyň görnüşleri boýünça **motor-sensor duýmalar** bilen baglanyşykly.
2. Işiň görnüşleri boýünça **tehniki we hünärmenlik**, motorikanyň diagnostikasy hünär saýlamakda we sportda ulanylýar.

Sowet psihologiýasynda hem psihomotor meselesi güýçli öwrenilýär, esasanam sport boýunça. Häzirki wagtda daşary ýürt edebiýatynda indiki testler ulanylýar: O. Konnonyň barmaklaryň çakganlygynyň testi; Srombergiň çakganlyk testi; Purdýe el çakganlyk testi; çalt manipulirlemek Minisot testi; Grawfordyň kiçi predmetler bilen manipulirlemek testi – iki ýumuşdan ybarat bir agaç tagtasy iki bölekden durýar, her böleginde 48 sany deşijekler bar. Olaryň arasynda rezwaly deşikler hem bar. Gapdalyndan şrup metal halkajyklary bar, tokly ýüp daňylan awtoruçka bar.

Şeýle hem sensor ukyplara degişli görüş we eşidiş ukyplaryny öwrenmek üçin eksperimental derňew usullary bar. Şmelewyň tablisasy - harplar şekillendirilip, olar ýuwaş-ýuwaşdan kiçelip gidýär. Muňa görüşi barlamak ýa-da görüş testi diýilýär. Mehaniki we tehniki ukyplary öwrenmek testleri hem bar. Mehaniki we tehniki ukyplary öwrenmek üçin ýörüte

bir zatlary ýa-da onuñ düzüm böeklerini gurnamagy buýrýarlar. Bu ýagdaýda akyl işi has aýdyñ ýüže çykýar.

9.6. Adamyñ emosional ýagdaýlaryny öwrenýän usullar

Emosiýanyñ döremegi fiziologik häsiýetleriñ üýtgemegi bilen bagly bolansoñ, ilki bilen şol "obýektiw" görkezijileri derñemäge çalyşýarlar.

Wegetatiw görkezijileriñ arasynda has ýygy-ýygydan ulanylýanlary ýürek urmasynyñ ýygylygy, arterial basyş (AB) we deri-galwaniki reaksiýasy (DGR), seýrek – gazçalyşmasy we güýç sarp etme.

O.W.Owçinnikowa we N.I. Naýenko (1968) emosional dartgynlygy ölçemek üçin barmaklaryñ derisiniñ temperaturasynyñ görkezijilerini ulanýarlar. Olaryñ pikiriçe barmaklaryñ temperaturasy emosional dartgynlykda we operasional ýagdaýda tapawutlanýar: birinjide – temperatura peselýär, ikinjide bolsa ýokarlanýar.

Psihomotor görkezijileriñ içinde has duýgur emosional oýanmanyñ indikatorlary hökmünde *tremor, kinematometriýa* (berlen hereketleriñ amplitudasyny gaýtadan dikeltmek), *refleksometriýa* (ýönekeý we çylşyrymly reaksiýalaryñ wagt ölçegi), *hereket edýän obýkte bolan reaksiýa (HOK) we wagt böleklerini ölçemeklik* garaýarlar

Ýüz-keşbiñ añlatmalary boýunça emosiýanyñ elektromiografiki anyklaýyş usullary P. Ekmanyñ we U. Frizeriñ FACS – "ýüz myşsalarynyñ işjeñligini belleýän ulgam" usulyny işläp düzýärler.

Usul 10 ýylyñ dowamynda alnan maglumatlaryñ esasynda berilýär. Bu usulda 41 hereket birligi bölünip, olardan ýüzüñ aýry-aýry myşsalarynyñ 24 pattern reaksiýalary we 20 patterni bolsa, topar myşsalarynyñ mysal üçin, dodagy dişlemek üçin gerekli hereketlerdegişli edilýär

iii

Emosional başdan geçirmäniñ belgisini iki myşsanyñ işjeñliginiñ gabatlaşmasy boýunça dikeltmek bolar: *<u>uly äñ we çytylmak myşsalary</u>*, sebäbi birinji myşsanyñ işjeñligi “bagt” başdan geçirmäni oñyn kodirleýär, ikinjisi bolsa – “hasrat” bilen baglanyşdyrýarlar.

Ýüzüñ üç myşsasynyñ patterni uly äñ, çytylmak, we çeýnemek myşsalary boýunça 4 emosiýany bilmek bolýar: Çyzgy boýunça bu patternler indiki görnüşe eýe:

- hasrat-gaýgy (Ž – oky aşak, Ç – oky ýokary);
- gahar (Ž – oky aşak, Ç – oky ýokary, M - oky ýokary);
- gorky (Ž – oky aşak, Ç – oky aşak, M – oky ýokary).

Bu ýagdaýdan ugur alyp, hemme oñyn däl emosiýalar uly äñ myşsalary işjeñligini basmak, şatlygy başdan geçirmeklik bolsa, bu myşsanyñ işjeñliginiñ atrýanlygy bilen bagly diýip belleýärler.

Birnäçe hadysalarda emosional ýagdaý baradaky habarlar diñe ýeke-täk kanal bolan (letçikler, kosmonawtlar, demirgazyk raýonlarda metereologlar we ş.m.) sözleýiş bolup durýar. Şonuñ üçinem bu ýagdaýy anyklamagyñ obýektiw usullaryny işläp düzmek – sözleýşiñ dürli parametrleri boýunça zerur bolup durýar. Seýle usullaryñ birnäçesi W. I. Galunow we W. H. Manerow tarapyndan işlenildi we indiki häsiýetnamalar bellenilýär:

* her döwür üçin sözleýşiñ esasy tonunyñ ýygylygy;
* islendik aýdyşygyñ wagt böleginiñ esasy sözleýiş tonunyñ ortaça ýygylygy;
* esasy tonuñ ýygylygynyñ üýtgeýiş interwaly;
* esasy tonuñ egri çyzygynyñ bölünenligi.

Şu görkezijiler gepleýäniñ emosional oýanmasyny derejesini kesgitlemäge ýardam edýär.

Emosiýanyñ hilini fiziologik görkezijiler boýunça anyklamak boljakdygy barada häzirki güne çenli çekeleşikli gürrüñler gidýär.

Olaryñ köpüsi emosional başdan geçirmeleriñ hili elmydama fiziologik görkezijileriñ güýçliligine we reaktiwligine bagly däl diýip hasaplaýarlar.

Köp sanly işlerde dürli adamlaryñ şol bir emosional ýagdaýlara indiwidual reaksiýasynyñ barlygy görkezilýär. Birnäçe awtorlar: bombadan gizlenilýän ýerde adamlaryñ içinde käbirleriniñ ýüzleriniñ reñkleriniñ agarýandygy, käbirleriniñ bolsa gyzarýandygy bellik edipdirler. Edil şu hili maglumat N. D. Skrýabiniñ gorkyny öwrenmekde: gorkak adamlarda ýürek urgusy hem ýokarlanyp, hem peselip bilýändigini görkezdi.

Ýu.S.Babahan Bedfordyñ işine seljerme bermek bilen adrenaliniñ derejesiniñ üýgemegi, deriniñ ýüzüniñ, demalyşyñ ýygylygy we ş. m. dürli emosional ýagdaýlaryñ güýjüni ýüze çykaryp biler diýip belleýär. Şeýle hem birnäçe alnan maglumatlara görä nerw ulgamynyñ tipologik aýratynlygyna baglylykda: güýçli nerw ulgamy bolanlar, köp derejede öz emosiýasyny wegetatikanyñ üsti bilen ýüze çykarýar; nerw ulgamy gowşaklarda bolsa, psihomotorikanyñ üsti bilen ýüze çykarylýar.

Ýagdaýy anyklamak işinde başdan geçirmeler uly orna eýe. Başdan geçirmeleriñ modallylygy (apatiýa, gorky, ýigrenç, ynamsyzlyk we ş. m.) köplenç adamda dörän ýagdaý barada dogry pikir ýöretmäge ýardam edýär.

Şeýlede bolsa duýmanyñ we başdan geçirmäniñ ornuny has ulaltmak bolmaz.

Birinjiden, gowy diagnostik alamat bolar ýaly, adamlara olary seljermek üçin käbir tejribelik gerek (mysal üçin, çagalarda ýadawlyk duýgusy barada hasabaty birnäçe synagdan soñ ele alynýar).

Ikinjiden, käbir halatda iki ýagdaýyñ goşulyşmagy mümkin we bir başdan geçirme beýleki bilen çalyşylýar, onuñ aşagynda gizlenýär, mysal üçin, eger-de argynlyk ýagdaýyñ üstüne başga ýagdaý (hyjuwlylyk, ruhybelentlik) goşulsa, bir

duýgy (mysal üçin, galkynma) beýleki duýgynyň ýüze çykmasyny yza süýşürýär.

Üçüňjiden, adam öz ýagdaýynyň modallygyny bahalandyryp, özüniň emosional oýanmasynyň derejesi barada kän bir takyk pikir ýöretmeýär. Geçirilen derňewleriň netijesinde talyplaryň ekzamen döwründe özleriniň emosional ýagdaýlaryny bahalandyryşy nerw hadysalarynyň balansy bilen gabat gelmeýär. Gabat gelme diňe ekzameniň öň ýanynda bellik edilýär.

Ýagdaýy bahalandyrmagyň giňden ýaýran usulyýeti indikiden ybaratdyr: funksional ýagdaýyň derňewi giň usulyýet toplumynyň kömegi bilen geçirilmeli, onuň maksady bolsa alnan görkezijileri umumy integral bahalandyryşda birleşmekdir.

1. saýlanyp alnan görkezijiler maksada gönükdirilen bolmaly, ýagny bitewi funksional ulgamyň möhüm bloklarynyň reaksiýasyny şöhlelendirmeli. Diýmek, emosional ýagdaýy anyklamazdan öň onuň gurluş modelini bilmek gerek: näme haýsy zatdan döreýär we bellik edilen hereket nämä gönükdirilen.
2. diagnostika üçin, hökmany bolan görkezijileriň toplumy degişli. Käbir derňewler anyklaýyş işinde mümkin boldugyça köp görkezijileri ulanmaga çalyşýarlar. Eger-de alnan görkezijiler hökmany bolan hemme subsistemany şöhlelendirýän bolsa, onda 4-5 görkeziji hem ýeterlikdir.

Şeýlelik bilen, emosional ýagdaýyň anyklaýyşyna gurluş, ulgam çemeleşme anyklaýyş üçin hökmany görkezijileriň we usullaryň optimal sanyny saýlap almaga ýardam edýär.

Ýagdaýy anyklamak usulyna degişlilikde bolsa, adamyň berlen hadysa, işine bolan gatnaşygy barada, onuň maksady, ol ýa-da beýleki ýagdaýlara täsir ediş usuly barada anamnezi ýygnamak bolýar.

iii

9.7. Şahsyýetara gatnaşyklaryň psihologik anyklanylyşy

Özara gatnaşykalaryň ulgamy örän giňdir. Ol ähli adamyň diýen ýaly ýaşaýyş gurşawyny, adamyň uly sosial toparlara gatnaşygyndan başlap we diada gatnaşyklaryna çenli öz içine alýar. Haçan-da adam ýekelikde bolanda hem, ol öz pikirlerini, hereketlerini beýleki adamlaryň garaýşy, bahalandyryşy bilen baglanyşdyrýar.

Häzirki zaman psihologiýasynda özara, şahsyýetara gatnaşyklary derňemegiň köp sanly belli usullary bardyr. Şahsyyetara gatnaşyklaryň psihiki anyklanylyş usullarynyň yzygiderligi dürli esaslandyrmalarda mümkin:

* obýektiň esasynda (toparlaryň arasyndaky gatnaşyklaryň, diada gatnaşyklaryň anyklanylyşy);

* derňewiň çözýän meseleleriniň esasynda (toparyň biri-birine gabat gelşi we ş.);

* ulanylýan usulyýetleriň gurluş özboluşlylygy esasynda (soragnamalar, taslama usullary, sosiometriýa we ş. m);

* şahsyşyýetara gatnaşyklaryň psihodiagnostikasynyň hasabat başlanýan nokadynyň esasynda (subýektiw sarpa goýmagyň usullary we ş. m.).

Şahsyýetara gatnaşyklar uly we köp görnüşli adamlaryň ulgamynda ýüze çykýarlar. Olar özara biri-birinden tapawutlanyp, olarda dürli psihologik determinantlar hereket edýär. Şonuň üçin belli bir usulyň ulanylyşynyň çäkleri bolup, olaryň inkär edilmegi usulyýetiň “dewalidizasiýasyna” getirýär. Aýdaly, sosiometriýa biri-biri bilen gowy tanyş bolan adamlaryň toparyny derňew edilende, onuň netijeleri kynlyk bilen düşündiriler.

Indi derňewde çözülýän meseleler barada. Ulanylýan usulyýetleriň walidligine görkezilýän talaplar dolulygyna onuň

meselelerine baglydyr. Kiçi topardaky şahsyýetara gatnaşyklaryň derňewiniň usulyýetleri has ähmiýetlidir. Meselem: maşgalada. Olar esasanam psihokorreksion çözgütli meseleler üçin ulanylýar. Olar diňe bar bolan gatnaşyklary açyk suratlandyrman, eýsem ewristiki häsiýetde bolmaly – öwrenilýän subýektiw dünýä, psihologa has düşnükli bolmaly. Şeýle ýagdaýda bu usullar psihokorreksion işe giriş bolup, olar müşderi üçin gizlin, beýleki adamlar bilen dürli gatnaşyklary açyk, aýdyň görkezýärler. Özara gatnaşyklaryň derňew usullary adatça çaklamalary düzmek üçin hyzmat edýärler, soňra olar takyklanylýar we öwrenilýär. Bu usullar psiholog bilen müşderiniň arasyndaky emosional kontakty hem göz öňüne tutmalydyr.

Üçünjiden, ulanylýan usullaryň gurluş aýratynlyklary barada. Aýratyn usullar ýumuşyň ýerine ýetirilişine motiwasiýanyň ösmegini göz öňünde tutmaýarlar. Bulara esasanam soragnama görnüşindäki usulyýetler degişlidir. Meselem, MMPI ýa-da CPI testi, olar diňe bir derňewiň geçirilişini çylşyrymlaşdyrman, eýsem onuň netijelerini hem üýtgedýärler. Şeýlelelikde müşderiniň arasynda şahsy kontakty saklamaga päsgel berýärler.

Dördünjiden, şahsyýetara gatnaşyklaryň anyklanyşynyň hasap başlanýan nokady. Käbir usullar üçin şahsyýetara gatnaşyklaryň görkezijileri, subýektiw saýlawyň ýagdaýlary has ähmiýetli bolýar, beýlekiler üçin bolsa, her gatnaşýanyň öz içki meýil häsiýetnamalary, üçünjiler üçin bolsa – özüňi alyp barşyň pursatlaýyn determinantlary we ş. m.

Şeýlelikde, derňew geçirýän adam hemişe bir meseläniň çözgüdine gelmeli bolýar: usulyýetiň "çuňlugynyň" saýlawy, haýsy psihiki hakykatyň düzüjilerinde usulyýet guruldy. Hasabat başlanýan nokadyň kriteriýasy – bu derňewiň guralşynyň we usulyýetiň usullarynyň saýlawynda iň esasy zatdyr.

Bu toparyñ adaty usuly – Ýa.Morenonyñ teklip eden sosiometriýa testidir. Onuñ manysy – dürli derejeler boýunça (meselem, iş, dynç alyş we ş.m.) topar agzalarynyñ subýektiw özara sulh alyşmalary. Topar agzasynyñ alan subýektiw saýlawlarynyñ esasynda indiwidiñ ýekebarlyk sosiometriki statusy bellenilýär (lider, ýazgarylan, gyrakladylan), şahsyýetara gatnaşyklaryñ gurluşy, toparyñ jebisligi bellenilýär we ş. m. Bu usulyýet rus edebiýatynda örän gowy berilýär (Olşanskiý W.B.1981., Wolkow I.P. 1970). Sosiometriýa testiñ birgiden modifikasiýasy bar. Gurluşy boýunça üýtgeşik autososiometriki usulyýeti hem bar, munda synag geçirilýän adamyň özi adamlaryñ arasyndaky we özüne bolan gatnaşyklary "ölçeýär".(Danilin K.E.1981).

Çagalar üçin autososiometriýanyñ dürli wariantlary bardyr (Kolominski Ýa.L. 1984). Autososiogrammada synag geçirilýän adamlara kagyz berilýär, onda 4 sany konsentriki tegelekler şekillendirilen. Synag geçirilýän adam öz dostlarynyñ suratlaryny indiki gurluş boýunça ýerleşdirmeli:

* merkezi tegelekde – öz boýdaşlarynyñ, dostlarynyň arasynda has meşgul bolýanyñ suratyny;
* ikinji tegelekde – köpleriñ ünsüni özüne çekýäniñ suratyny we ş.m.

Topar agzalarynyñ autososiogrammalarynyñ maglumatlarynyñ esasynda hersiniñ sosial statusyny ýüze çykaryp bolýar. Bu ýerde synag geçirilýän adamyň topardaky diñe öz dostlaryna bolan gatnaşygyny görkezmän, eýsem onuñ her agzasyna bolan gatnaşygyny görkezýär. Şeýle-de autososiogrammalaryñ modifikasiýasy ýörüte kiçi mekdep we mekdebe çenli ýaşly çagalar üçin döredilendir.

Ýa.L.Kolominskiý öz boýdaşlaryñ, dostlaryň arasynda geçýän duýgudaşlyklary we gaýgylary öwrenmek üçin autososio matrisalary hödürleýär. Synag geçirilýän adamdan özi üçin üç sany saýlaw etmegi soralýar (olary ýokarky hataryñ

öýjüklerinde bellemeli), soňra her topar agzasyna derek üç sany saýlaw (olary aşaky setiriň öýjüklerinde bellemeli).

Bu usullara şeýle-de bitewi toparyň gönümel bahalandyrylyşy degişlidir. Bular ýaly bahalandyryş şeýle soraglaryň esasynda gurnalýar: "Siz nä derejede şu topary halaýarsyňyz?, Topar agzalarynyň hersine Siz nä derejede ýakyn? " ýa-da synag geçirilýän adamyň özüne degişlilikde: "Siz şu toparyň agzasy bolup galasyňyz gelýärmi?". Ýöne, bu usulyýetde şeýle gönümel sorag arkaly synag geçirilýän adama hakyky, çynlakaý jogap bermegi çylşyrymly bolýar.

Şahsyýetara gatnaşyklary anyklamakdaky kemçilikler, esasan usulyýetleri dürli meselelere dürlüçe çemeleşilmegindedir, şeýlede umumy psihologiýada introspeksiýa usuly ýaly, ýene-de adamyň beýnisinde emosional gatnaşyklaryň şöhlelenýänligi dogrusynda mesele ýüze çykýar.

Sosial psihologiýada şahsyýetara gatnaşyklarynyň usulyýetleri örän köp ulanylýar, olarda obýektiw we giň interaksiýanyň şekillendirmesine basyş berilip, olar hem soňra düşündirilýär. Bu usulyýetde eksperimentatoryň berýän düşündirişi psihologiki taglymata garaşly.

Şahsyýetara gatnaşyklaryň hasabata alyş usullarynyň iň meşhury R. Beýlsa degişlidir. Ol toparda bolup geçýän interaksiýalary bir meýilnama boýunça hasaba almak üçin shema düzýär.

Bu çyzgy boýunça synag edýän adam islendik kiçi toparda bolup geçýän gatnaşyklary 12 sany görkeziji boýunça umumy 4 topardan belläp biler:

- pozitiw emosiýalaryň bölegi;
- mesele çözmekligiň bölegi;
- mesele goýmaklygyň bölegi;
- oňyn däl, ýaramaz emosiýalaryň bölegi.

Bu çyzgynyň kömegi bilen topar agzalarynyň abraýyny, topar dinamikasyny bilip bolýar.

Şeýlede ene-çaga özüňi alyp baryş interaksiýasyny hasaba almak matrisasy bar. Bu usul enäniň we çaganyň oýunda özlerini alyp baryşlarynyň interaksiýasyny ýüze çykarmakda uly orun eýeleýär. Bu syn etmäni 2 adam alyp barýar: biri enäniň edýän hereketlerini belleýär, beýlekisi – çaganyň jogap reaksiýasyny. Bellikler matrisa görnüşinde alynýar. Her 5-10 sek. bellenýän hereketler soňunda deňeşdirilýär we olaryň interaksiýasy ýüze çykarylýar.

Şahsyýetara gatnaşyklaryň diagnostikasynda belli bir ýagadaýyň oýun görnüşinde bolmaklygyny syn etmek hem ähmiýetlidir. Bu pursatlaýyn testler, we adamlar hakyky iş-durmuşyň käbir pursatlaryny çişirme görnüşinde görkezýärler. Şeýle testleriň biri – *lidersiz toparlaýyn diskussiýa.* Synag geçirilýän adamlaryň toparynda belli bir wagtlaýyn tema berilip, lider bellenilmeýär. Bu ýagdaýda olaryň ugur tapyjylygy, inisiatiwasy, liderligi ýüze çykarylýar.

Diadadaky liderligi, başdaşlygy, ylalaşyklygy bahalandyrmak üçin dürli ýörüte düzülen el oýunlary bar. Meselem: M. Doýçýň we R. Krausyň oýny, onda synag geçirilýän adama ýorüte ruçka bilen belli bir ýoldan öz fişkalaryny çaltrak geçirmegi buýrulýar.

Şeýlede "Ýesiriň dilemmasy" atly oýun, bu oýunda iki ýesir bilelikdäki jenaýatda günäkärlenýär. Olar aýry kameralarda otyrlar. Olar biri-biri barada gürrüň bermeli. Eger-de biri beýlekiniň günäkärdigini aýtsa, onda ol goýberilýär. Eger-de ikisi hem aýtmasalar, onda ikisem jeza çekerler. Eger-de ikisi hem biri-birini satsalar, onda olar gaty agyr jeza almazlar, ýöne biri-birini satmadyk ýagdaýyndaky jezadan bu jeza has agyrdyr. Bellikler matrisa görnüşinde edilýär.

Bu oýnuň üsti bilen liderligiň, başdaşlygyň, gabat gelmekligiň görnüşini anyklap bolar.

Maşgala gatnaşyklaryň bozulmasynyň diagnostikasy üçin iki bölumden ybarat "Rorşahyň testini" ulanyp bolar: ýekebarlykda we bilelikdäki testirleme. Eksperimentator

toparyň agzalaryna bir meseläniň üstünde işläp, umumy netijä gelmelidigi barada gönükdirme berýär.
Ylalaşan jogaplary her bir gatnaşyjy aýratyn bellik edýär. Werbal aragatnaşygyň nusgasy – pikirler seljermäniň esasy materialy bolýar; jogaplar – düşüňdiriş işlenilmeýär.

Özüniň walidliginiň ýokarydygyny şizofrenikleriň maşgala gatnaşyklarynyň bozulmasynda subut edýär. L. Wiun bilen M. Siuger STP hadysasyny maşdala gatnaşyklaryň tejribesinde anyklamagy üçin ulanýarlar. Olary gatnaşyklaryň iki jähti gyzyklandyryar:

1. STP-de ata-eneler birek-birek bilen aragatnaşygy nähili derejede çäklendirýändikleri ýa-da ýeňilleşdirýändikleri;
2. Olaryň biriniň üstünliginde beýlekisiniň nähili özara täsirde bolýandyklary.

Netijede STP-de ata-eneler biri-birini kemsitmäge ýykgyndyklary subut edildi. Keselli ata-eneleriň çagalary bilen aragatnaşygyndaky täsiri derňelende, ilki ata-enäniň her biriniň nätanyş adam bilen, soňra ata-enäniň birek-biregi bilen gatnaşygy we olaryň çagalar bilen gatnaşygy derňelýär.

Eger-de STP-de ata-eneleriň biri pikirini aýtmakda ýalňyşýan bolsa, çagasy bilen gepleşende hem çylşyrymly, aýdyň däl düşündirişe ýykgyndyr. Käbir maşgalalarda kakasy ejesiniň oňuşykly täsiriniň öňüni alman, gaýta ony güýçlendirýän bolsa, emosional goltgy berlende, ol işjeň täsir etmäge garşydaşynyň täsirine üstünlikli korregirlemäge ukyply bolýar. Ata-enäniň bu ukyby maşgala gatnaşyklarynda aýdyňlaşdyrylmasa, çaganyň inter seljermesi üçin elýeter bolmaýar.

“Maşgala suraty” usuly. Çaganyň şahsyýetini öwrenmek üçin “Surat” testiniň usuly daşary ýurtlarda giňden ýaýrandyr. W.Wulfyň işinde “öz maşgalaňyzyň suratyny çek” ýumuşy tabşyrylanda:

iii

a. maşgala agzalarynyñ yzygiderligi, giñişlikde ýerleşdirilişi, käbirleriniñ ýoklugy;
b. görnüşleriniñ we proporsiýalarynyñ aratapawudy seljerilýär.

Fransuz psihologik mekdebinde maşgalany däl-de, "öz hususy maşgalañy" göz öñüne getirişi boýunça suratyny çekmekligi tabşyrýarlar. Eger-de ol hakykatda bar bolan maşgalasyndan, sany, göwrümi boýunça kiçi maşgalany şekillendirse, maşgala ýagdaýyndan kanagatlanmaýandygyny añladýar.

Suratda adamyñ "güýçlidigi - gowşaklygy" suratyñ boýy, ini we meýdany bilen kesgitlenýär. Adamyñ "halanylýanlygy - halanylmaýanlygy" ondaky bedeniñ detallary, reñki bilen kesgitlenilýär. Şeýleleikde, çaganyñ maşgala agzalaryna bolan emosional gatnaşygyny ýüze çykarmak mümkindir.

9.8. Adamyñ hyzmat ýagdaýlarynyñ psihologik anyklanylyşy

Adamyñ hyzmat ýagdaýy ilki bilen onuñ öz-özüni we daşky gurşawda özüni duýuşy bilen baglydyr. Ol birnäçe ýagdaýlarda içki beden gurluşyna hem degişli bolup durýar. Öz-özüñi añlamagyñ wertikal gurluşy derejeleýin gurluş hökmünde açylýar. Adamyñ işjeñlik derejesi esasynda öz-özüñi añlamagyñ derejeleri kesgitlenýär. Sebäbi adam şol bir wagtda hem *biologik indiwid (organizm), hem sosial indiwid we şahsyýet* bolup durýar.

Subýektiñ organizminiñ derejesindäki işjeñligi "organizm – daşky gurşaw" ulgam boýunça kesgitlenýär. Ol ilki bilen hereketlenmek häsiýetine eýe bolup, öz-özüñi saklamak talaplarynyñ esasynda kemala gelýär. Bu işjeñligiñ esasynda bedeniñ ýagdaýy baradaky duýmalar görnüşinde yza dolanýan baglanyşyk ýüze çykýar. Organizm derejesinde özüñi duýuşyñ,

ýagny organizmiñ talaplarynyñ kanagatlanmak ýa-da kanagatlanmazlyk ýagdaýy kemala gelýär.

Sosial indiwid derejede adam başga talaplara, ýagny jemgyýetçilige, onuñ jemgyýetde özüni ykrar etdirjek bolmak duýgusyna boýun bolýar. Bu işjeñlik sosial kadalar, düzgünler, däp-dessurlar tarapyndan dolandyrylýar. Çünki adam öz jemgyýetine laýyklykda ony özleşdirýär. Su ýagdaýda adamyñ "Men keşbi" derejesi onuñ sosial gurşawda kimdigini bildirmek bilen, jemgyýetde oriýentirlenmegini ýeñilleşdirýär. Her bir adam üçin durmuşy wajyp mesele, subýektiñ beýlekilere özüni aldyrasy gelmek, beýlekiler bilen özaragatnaşygynda eýeleýän orny (kabul edilmegi ýa-da çetleşdirilmegi) bolup durýar.

Subýektiñ şahsyýet derejesindäki işjeñligi adamyñ öz ukyplaryna, başarjanlygyna, daýanyp, zähmetde, işde, sportda we ş.m. özüni görkezip bilmegi, özüni ykrar etdirip bilmegi bilen ýüze çykýar. Şu derejede adamyñ öz-özüne gatnaşygynyñ, öz-özüni işjeñleşdirmek zerurlygyndan esas alýar. Öz-özüñe gatnaşyk bolsa adamyñ öz-özüne umumy, global duýgulary ýaran etmegi ýa-da olary özüne gapma-garşylykly edip goýmagydyr. Bu gatnaşykda adamyñ öz-özüni hormatlaýşy, özi bilen gyzyklanyşy, öz-özüne ýakynlygy ýaly ölçegler hem bar.

Öz-özüñe gatnaşyk şahsyýet tarapyndan işjeñ goralýar. Öz-özüñe gatnaşygy goramak özüñi daşky gurşawda "bezelen" görnüşde görkezýär.

A. Tisseriñ we I. Kempbeliñ işlerinde "öz-özüni bahalandyrmagy" saklaýan modeliñ düzüjileri getirilýär. Onda adamyñ özüne ýakyn we ýakyn däl adamlarynyñ şöhtaryna garaýşy derñelýär. Bu düzüjä laýyklykda adamlar şeýle düzgüni özüne ýaran edinýärler: "Goý meniñ dostlaryma şöhrat, abraý ýaran bolsun, emma olaryñ şöhraty maña ähmiýetli bolan şöhratda, meniñ şöhratymdan ýokary bolmasyn". Öz çaklamalaryny tassyklamak ýa-da derñäp görmek maksady bilen geçiren tejribelerinde, bu çaklama doly

subut edilipdir. seýle hem bu düzüji özüni pes hormatlaýan adamlaryñ köp derejede ulanýandygy anyklanyldy.

Geçirilen derñewler adam añynyñ gurluşynda öz-özüñe gatnaşygyñ goragynyñ bardygy tassyklanandyr (Stolin, 1985). G. Karlonyñ bu mesele babatda geçiren derñewleri, adamyñ haýsy hem bolsa bir aýratynlyk boýunça özüne kem baha garamagy, onuñ öz-özüni hormatlaýşyny peseldip bilmeýär. Emma bu aýratynlyk onuñ şahsy gymmatlyklarynyñ içinde ýokarda duran aýratynlyk bolsa, onda öz-özüñi hormatlamaklyk derejesi peselip biler.

Öz-özüñe gatnaşygyñ goragynda esasy jähtleriñ biride, özüñi antipatiýadan goramakdyr.

Öz-özüñi añlamaklygyñ psihodiagnostika ulgamynda birnäçe usullardan peýdalanylýar: beýan etme we öz-özüñi beýan etme görnüşdäki öz-özüñe hasabat bermeklik (test-sowalnamalar, destkriptorlaryñ sanawy, şkala tehnikasy), kontent-analitiki seljermeli erkin öz-özüñi beýan etme.
A.Anastazi 4 sany diagnostiki usulyýeti teklip edýär:

1. G.Gohyñ suratlarynyñ barlag sanawy;
2. W. Stiwensonyñ Q klassifikasiýasy;
3. Ç. Osgudyñ semantiki differensialy;
4. G. Kelliniñ rolly konstrukt testi.

Umumylykda seredenimizde, öz-özüñi añlamaklygyñ seljermesinde häzirki döwürde ulanylýan has meşhur usulyýetler indikiler bolýar:

- Standartlaşdyrylan öz-özüñe hasabatlar;
- Tenessiniñ “Men-konsepsiýa” şkalasy;
- Pirs-Harrisiñ çaga “men konsepsiýasynyñ” şkalasy;
- Rozensweýgiñ öz-özüñi hormatlamak şkalasy.

Dolandyrylýan proýeksiýanyñ usulyýeti - bu usulyýetiñ esasynda synag geçirilýän adam söz üsti arkaly onuñ öz suratyny başga bir adamyñ suratyna ýöñkäp görkezýärler. Suratda onuñ ýaşyny, jynsyny, synag geçirilýän adama meñzeş hünäri ýa-da sosial statusy, maşgala ýagdaýy we s. m.

getirilýär. Soñ synag geçirilýän adama bu portrete gapma-garşylykly portret hödür edilýär (ger A portretde emosiýalaryny basyp ýatyryp bilýän görnüşdäki häsiýet bar bolsa, B portretdäki öz emosiýalaryny erkine tabyn edip bilmeýän görnüşde şekillendirilen). Synag geçirilýän adama iki surat hem hödürlenenden soñ, şeýle gönükdirme berilýär: "Bu test Siziñ psihologik intuisiýañyzy barlamaga niýetlenen. Her bir adam durmuşda intuitiw psiholog bolup, beýlekileri bahalandyrmaga ukyply bolýar. Size görkezilen suratlardaky adamlar hem öñ psihologik testden geçenler. Mümkin bolsa, şol suratlara degişli soraglara jogap beriñ". Soraglar 10-12 – den köp bolmaly däl.

Lokus barlagyny ölçemegiñ barlag usuly. Öz-özüñi añlamagyñ wajyp integral häsiýetnamalary özüñde jogapkärligi, işjeñligi, taýýarlygy "Men" duýgusynyñ barlagy diýip atlandyrylýar.

Bu düşünjäniñ psihologik edebiýatlarda peýda bolmagy amerikan psihology I. Rotteriñ işleri bilen baglanyşyklydyr. I. Rotter adamlaryñ iki tipiniñ bardygyny ýüze çykardy: **internal we eksternal.**

Birinji ýagdaýda adam onuñ bilen bolup geçýän zatlaryñ diñe onuñ öz başarnygy, maksadaokgunlygy, ýagny şahsy aýratynlygy esasynda bolup geçýär diýip hasap edýär. Ikinji ýagdaýda adam diñe daşky täsirlere ynanýar, yagny bolup geçýän zatlary şowlulyga, daşky gurşawyñ basyşyna, tötänleýinliklere syrykdyrýar.

Internallyk adamyñ sosial jogapkärçilik duýgusy, adamyñ durmuşdaky maksatlaryny añlamagy bilen bagly.

Eksternal adamlara bolsa, şübhelilik, galagoplulyk, depressiwlilik, agrassiwlilik, konformlyk, ýalançylyga ýykgynlyk ýaly häsiýetleriñ mahsusdygy bellenildi.

I. Rotter bu häsiýetli aýratynlyklary derñemek üçin, psihologik yagdaýy döretmegi we netijäni, ýagny şahsyýetiñ özüni alyp barşynyñ nämä esaslanýandygyny indiki formulada ölçemegi teklip edýär:

iii

BPx, Si, Ra = F (Ex,Ra,Si,SRVa,Si) , bu ýerde:
B – özüňi alyp baryş, P- ähtimallyk, E – garaşma, R – berkitme, V – berkitmäniň gymmatlygy, Ş – ýagdaý.

Häzirki döwürde psihologik tejribelikde lokus barlagyň ölçenilişinde 3 usulyýetden peýdalanylýar:

1. Rotteriň "I-E şkalasynyň" originaly;
2. Subýektiw barlagyň derejesini derňemegiň usulyýeti;
3. Subýektiw lokus barlagyň sowalnamalary.

iii

Edebiýat

1. Berdimuhamedow Gurbanguly. Ösüşiň täze belentliklerine tarap. Saýlanan eserler. 1-nji tom. – Aşgabat, 2008.
2 Berdimuhamedow Gurbanguly. Ösüşiň täze belentliklerine tarap. Saýlanan eserler. 2-nji tom. – Aşgabat, 2009.
3 Berdimuhamedow Gurbanguly. Ahalteke bedewi – biziň buýsanjymyz we şöhratymyz. – Aşgabat, 2009.
4 Berdimuhamedow Gurbanguly. Döwlet adam üçindir. – Aşgabat, 2008.
5 Berdimuhamedow Gurbanguly. Türkmenistan – sagdynlygyň we ruhubelentligiň ýurdy. - Aşgabat, 2007.
6 Berdimuhamedow Gurbanguly. Türkmenistanda saglygy goraýşy ösdürmegiň ylmy esaslary. - Aşgabat, 2007.
7 Berdimuhamedow Gurbanguly. Garaşsyzlyga guwanmak, Watany, halky söýmek. – bagtdyr. - Aşgabat, 2007.
8 Berdimuhamedow Gurbanguly. Eserler ýygyndysy. I tom - Aşgabat, 2007.
9 Saparmyrat Türkmenbaşy. Ruhnama. A., 2001.
12. Как читать мысли других по их жестам. Нижний Новгород, 1992
13.Алёшина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. Москва, 1994
14.Немов Р.С. Основы психологического консультирования. Москва, 1994
13.В.Л.Таланов, И.Г.Малкина – Пых. Справочник практического психолога Санкт-Петербург, 2003
14.Г.Б.Бурлинская, О.А.Корабалова, А.Г.Лидерс. Возростное психологическое консультирование. МГУ, 1990.
15. Ч.И.Поров. Настольная книга практического психолога в образовании. Москва,1996.
16. Немов Р.С. Психология. Москва, 1990

iii

17. Урбанович А.А. Психология управления. Санкт-Петербург, 1999
18. Немов Р.С. Основы психологического консультирования. Москва, 1998
19. Абрамова Г.С. Практикум по психологическому консультированию. Екатеренбург, 1995
20.Мей Р. Исскуство психологического консультирования. Москва, 1994.

Mazmuny:

Giriş……………………………..…….7
BAP 1. PSIHOLOGIK MASLAHAT BERIŞIŇ DERSI, MESELELERI
1.1.Psihologik maslahat bermegiň adama berilýän beýleki tejribelik psihologik kömegiň görnüşlerinden tapawutlylygy....9
1.2. Psihologik maslahat bermegiń görnüşleri………...…….12
1.3.Psihologik maslahat bermegiń görnüşleri..17
BAP 2. PSIHOLOGIK MASLAHATÇY WE ONUŃ IŞINE EDILÝÄN TALAPLAR
2.1. Psihologik maslahata we maslahatça bildirilýän umumy talaplar……………………………………………...23
2.2. Psihologik maslahatyň esasy tapgyrlary...........................29
BAP 3. MASLAHAT BERIŞ IŞINDE PSIHOTERAPEWTIK NÄDOGRULYKLAR
3.1. Maslahatda nädogry çemeleşmekligiń görnüşleri...33
3.2. Maslahat işinde dil üsti we dil üsti däl täsirler barada..35
3.3. Psiholog maslahatçynyň esasy ukyplarynyň görnüşleri...38
3.4. Müşderiniň häsiýetlerini anyklamakda onuň daşky sypatlarynyń ähmiýeti...41
BAP 4. ÝAŞ PSIHOLOGIK MASLAHAT BERIŞ
4.1. Çagalyk ýaşynda maslahat bermekligiň esasy meseleleri...45
4.2. Psihiki ösüşi düzetmegi gurnamagyń düzgünleri..50
4.3. Ene-atalaryň mekdebe çenli ýaşly çagalar bilen Özaragatnaşyklary..53
4.4 Mekdebe çenli ýaşly çaganyń ońaýsyz häsiýeti boýunça işlemek..57
BAP 5. ÝETGINJEKLER BILEN GEÇIRILMELI MASLAHATLAR
5.1. Ýetginjeklik döwrüniń umumy häsiýetnamasy...............62

5.2. Ýetginjekleriň ýaş “krizis” meselesine dürli taglymaty çemeleşmeleri...65
5.3. Ýetginjeklik döwründe psihologo-pedagogik meseleleriň çözgüdi...71
BAP 6. ÖNÜMÇILIK KÄRHANASYNYŃ PSIHOLOGIK GULLUGYNYŃ ULGAMYNDAKY PSIHOLOG MASLAHATÇYNYÑ IŞI
6.1. Psiholog maslahatçynyñ edaradaky orny...75
6.2. Psihologyń kärhanada resmi we resmi däl orny...78
6.3. Bank we hususy kärhanalaryń işgärleri üçin dartgynly ýagdaýlara garşy maksatnamalar………….………………82
6.4. Medisina edarasynda psiholog maslahat işi...88
BAP 7. MAŞGALA PSIHOLOGIK MASLAHAT KÖMEGI
7.1. Maşgala psihologik maslahat barada düşünje...92
7.2. Maşgala maslahatynda ýaş çatynjalar meselesi……..97
BAP 8. PSIHOLOGIK ANYKLAÝYŞYŇ DERSI
8.1. Psihologik anyklaýyşyñ esasy meseleleri…..…………107
8.2. Psihologik diagnostikanyň psihometriki esaslary...118
8.3.Psihologik test soragnamalaryñ ähtibarlygy we esaslandyrlandyklygy(walidliligi)…… ……………......122
8.4. Psihologik anyklaýyşyń usullary……………………….126
8.5. Anyklaýyşyñ proýektiw usullary…………………...129
BAP 9. ŞAHSYÝETIŇ PSIHOLOGIK AÝRATYNLARYNY ÖWRENÝÄN USULÝÝET ULGAMY
9.1.Özara baglanyşyk-seljerme (kontent-analiz) psihologik

anyklaýyş usuly hökmünde..135
9.2. Gylygy we temperamenti öwrenmek
usullary…………………………………………137
9.3. Meýliň psihologik anyklanylyşy……………………141
9.4. Üstünlige ymtylyş meýliniň
ölçegi……………………………………...…147
9.5. Ukybyň taglymaty meseleleri………………..……151
9.6. Adamyň emosional ýagdaýlaryny öwrenýän
Usullar…………………………………………155
9.7. Şahsyýetara gatnaşyklaryň psihologik
anyklanylyşy……………………………..………159
9.8. Adamyň hyzmat ýagdaýlarynyň psihologik
anyklanylyşy…………………………...………165
Edebiýat………………………………………………169