

SHAXS XUSUSIYATLARINI O'RGANISHDA EKSPERIMENTAL PSIXOLOGIK YONDOSHUVLAR.

Aymuratova Zliya Ja'abay qizi

Berdoq nomidagi qoraqalpoq davlat universitetining,
Amaliy psixologiya ta'lim yo'nalishi 2-bosqich talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14405964>

Annotatsiya. Ushbu ilmiy maqola shaxsiyat xususiyatlarini o'rganishga bag'ishlangan bo'lib, shaxsiyatni tashkil etuvchi asosiy omillar va ularning turli aspektlarini tahlil etadi.

Maqolada shaxsiyatning o'ziga xos komponentlari, asosiy shaxsiyat xususiyatlari haqida so'z yuritiladi.

Kalit so'zlar: Shaxs xususiyatlari, ekstroversiya, introversiya, nevrotizm, ochiqlik, vijdonlilik.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ В ИЗУЧЕНИИ ЛИЧНОСТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК.

Аннотация. Данная научная статья посвящена изучению свойств личности и анализирует основные факторы, составляющие личность, и их различные аспекты. В статье говорится о конкретных компонентах личности, основных чертах личности.

Ключевые слова: Черты личности: экстраверсия, интроверсия, нейротизм, открытость, добросовестность.

EXPERIMENTAL PSYCHOLOGICAL APPROACHES IN THE STUDY OF PERSONAL CHARACTERISTICS.

Abstract. This scientific article is devoted to the study of personality traits and analyzes the main factors that make up personality and their various aspects. The article talks about specific components of personality, main personality traits.

Key words: Personality traits, extroversion, introversion, neuroticism, openness, conscientiousness.

Shaxs xususiyatlari (yoki psixologik xususiyatlar) — bu insonning o'ziga xos va barqaror xatti-harakatlari, fikrlash usullari, his-tuyg'ulari va boshqalarga munosabati. Ular shaxsning rivojlanishiga ta'sir qiluvchi, ijtimoiy va madaniy kontekstda shakllanadigan o'ziga xos omillardan biridir. Shaxsning psixologik xususiyatlarini o'rganish psixologiya, sotsiologiya, nevrologiya kabi sohalarida muhim ilmiy maqsad bo'lib, turli usullar, modellar va yondashuvlar bilan amalga oshiriladi. Shaxs xususiyatlari dinamik jarayonlar sifatida ham ko'rib chiqiladi. Shaxsiyat o'zgarishi, o'zini anglash va o'sish jarayonlari odamning o'zgaruvchan turmush tarzi, yangi

tajribalar va jamiyatdagi o'zgarishlarga bog'liq bo'ladi. Shaxsiyatni o'rganishning muhim jihati shundaki, bu o'zgarishlarning ijtimoiy va psixologik rivojlanishdagi roli kuchaymoqda.

Shaxs xususiyatlari insonning ijtimoiy, intellektual va emotsional turmush tarziga ta'sir qiluvchi barqaror elementlardir. Shaxsning psixologik tahlilini o'rganish uchun bir nechta model va nazariyalar mavjud. Ulardan eng mashhurlari sifatida Birlashgan psixologik model ya'ni, Katta beshlik (Big Five) modelini keltirishimiz mumkin. Big Five Modeli shaxs xususiyatlarini umumiy yondashuv bilan tahlil qiladi va har bir atributning shaxsga ta'sirini o'lchashda samarali hisoblanadi. Bu modelda shaxsiyat beshta asosiy o'lchovdan tashkil topgan bo'lib, ular quyidagilar hisoblanadi:

Emotsional barqarorlik (ya'ni, emotional stability): insonning o'z hissiyotlarini boshqarish va stressli yoki noqulay vaziyatlarga munosabatini barqaror ravishda saqlash qobiliyatini anglatadi. Psixologiyada bu shaxsning ruhiy holatining barqarorligi, stressga nisbatan chidamliligi va hissiy tebranishlarining qanchalik nazorat qilinishi bilan bog'liqdir. Emotsional barqarorlik shaxsning o'zini yaxshi his qilishiga, o'z ehtiyojlarini aniq tushunishiga va ijtimoiy va psixologik muammolarni muvaffaqiyatli hal qilishiga yordam beradi. Bu shaxsiyatning muhim komponentlaridan biri bo'lib, uning hayotdagi muvaffaqiyatlari, ijtimoiy munosabatlari va professional faoliyati uchun katta ahamiyatga ega. Emotsional barqarorlik shaxsiyatning muhim qismi bo'lib, hayotdagi muvaffaqiyatlar, ijtimoiy aloqalar va psixologik farovonlikni ta'minlashda katta rol o'ynaydi. Shaxsning hissiyotlarini boshqarish va stressga nisbatan chidamliligini oshirish, uning ichki barqarorligi va ruhiy salomatligi uchun zarurdir. Emotsional barqarorlikni rivojlantirish mumkin bo'lib, bu ijtimoiy, psixologik va jismoniy amaliyotlar orqali amalga oshiriladi.

Ekstraversiya va introversiya – bu shaxsiyatning ijtimoiy va emotsional xususiyatlarini tavsiflash uchun ishlatiladigan asosiy psixologik kategoriyalar. Bu tushunchalar shaxsning ijtimoiy faoliyatga, odamlar bilan aloqaga qanday munosabatda bo'lishini, energiya manbalarini qanday olishini va dunyo bilan aloqada bo'lish usullarini tasvirlaydi. Psixologiyada ekstraversiya va introversiya ikki qarama-qarshi tushuncha sifatida ishlatiladi. Ularning har biri shaxsiyatning ijtimoiy munosabatlar, energiya almashish va kayfiyatga qanday ta'sir qilishini belgilaydi.

Ekstraversiya va introversiya shaxsiyatning turli qirralarini ifodalaydi. Ekstravertlar tashqi muhitdan energiya olishadi, ijtimoiy aloqalarni afzal ko'rishadi, introvertlar esa ichki dunyo va yolg'izlikni qadrlashadi, energiyani o'zlaridan olishadi. Ushbu ikki yo'nalish o'rtasida ambivertlar mavjud bo'lib, ular har ikki jihatdan ham xususiyatlarga ega bo'lishi mumkin. Bu tushunchalar nafaqat shaxsiyatni, balki ijtimoiy aloqalar va psixologik salomatlikni tushunishda ham muhim ahamiyatga ega.

Ochiqlik (openness) – u insonning yangi tajribalarga, g'oyalari va faoliyatlarga qanday munosabatda bo'lishini, yangi bilimlarga ochiqqligini va kreativligini tavsiflaydi. Bu shaxsiyat xususiyati, shuningdek, odamning o'z dunyoqarashini kengaytirish, o'zini o'zgartirishga tayyor bo'lish va innovatsion fikrlarni qabul qilishga qiziqishini anglatadi. Ochiqlik insonning g'oyalari va hayotdagi yangi imkoniyatlarga qanday qarashini ifodalaydi. Bu xususiyatning yuqori darajasi, odatda, kreativlik, intellektual qiziqish, yangi narsalarni o'rganishga moyillik va yangi tajribalarga ochiqqlik bilan bog'liq. Aksincha, ochiqqlik past bo'lgan shaxslar ko'proq an'anaviy va oddiy yo'llarni afzal ko'radilar, o'zlarining mavjud fikr va e'tiqodlariga sodiq qoladilar. Ochiqlik shaxsiyatning muhim jihatidir va yangi tajribalarga, g'oyalarga va o'zgarishlarga ochiqqlikni ifodalaydi. Bu xususiyat ijodiy va intellektual faoliyatni qo'llab-quvvatlaydi, yangi imkoniyatlar yaratadi va shaxsning o'z-o'zini rivojlantirishiga yordam beradi. Shaxslar ochiqqlikni rivojlantirganlarida, hayotning turli sohalarida muvaffaqiyatlarga erishishlari mumkin. Shuningdek, ochiqqlikning ba'zi kamchiliklari ham bor, shuning uchun uni balansli tarzda rivojlantirish muhimdir.

Muvozanat (neurotizm). Nevrotizm insonning emotsional barqarorligi va stressga, xavotirga, g'azabga yoki qayg'uga qanday reaksiyalarini o'lchaydi. Ushbu xususiyat shaxsning his-tuyg'ularini qanday boshqarishi va ruhiy holatdagi o'zgarishlarga qanday munosabatda bo'lishini belgilaydi. Nevrotizm yuqori bo'lgan shaxslar ko'proq emotsional iztiroblar, kayfiyatning tez-tez o'zgarishi va stressga moyil bo'lishadi. Aksincha, past nevrotizmga ega bo'lgan shaxslar odatda ko'proq barqaror, ijobiy kayfiyatda bo'lib, hayotdagi qiyinchiliklarga ancha salbiy yoki stressli holatlarni oson yengib o'tadilar. Nevrotizmni boshqarish va uning salbiy ta'sirlarini kamaytirish mumkin, bu orqali shaxslar ko'proq emotsional barqarorlikka erishishlari mumkin.

Vijdonlilik (conscientiousness). Vijdonlilik odamning o'z majburiyatlarini qanday bajarayotganini, rejalashtirish va o'z vaqtini qanday boshqarish qobiliyatini, maqsad sari intilish va bu maqsadlarni amalga oshirishdagi qat'iyatlilikini o'lchaydi. Bu xususiyat shaxsning tashkilotchilik, aniqlik va o'ziga bo'lgan mas'uliyatni anglatadi. Vijdonlilik darajasi yuqori bo'lgan shaxslar, odatda, juda rejalashtiruvchi, o'z ishlariga jiddiy yondashadigan va maqsadlarini amalga oshirishda qat'iy bo'lgan odamlar hisoblanadi. Ular o'zlarining vazifalariga e'tiborli bo'lib, vaqtni samarali boshqarishga qodir. Aksincha, vijdonlilik past bo'lgan shaxslar ko'proq tartibsiz, rejasiz va maqsadlariga erishishda kamroq qat'iyatli bo'lishadi. Vijdonlilik shaxsiyatning rejalashtirish, tashkilotchilik, mas'uliyat va maqsadlarni amalga oshirishga intilish kabi jihatlarini tavsiflaydigan muhim xususiyatdir. Vijdonli shaxslar ko'proq muvaffaqiyatga erishadilar, chunki ular o'z vaqtini samarali boshqarishga, maqsadlariga erishishda qat'iyatli bo'lishadi va yuqori darajada mas'uliyatni o'z zimmasiga olishadi. Vijdonlilikni rivojlantirish mumkin bo'lib, bu shaxsning ijtimoiy va professional muvaffaqiyatini oshiradi.

Shaxs xususiyatlarini o'rganishda muhim nazariyalardan biri sifatida Zigmund Freyd tadqiqotlarini ham ko'rsatishimiz mumkin. Zigmund Freyd (Sigmund Freud) — psixoanalizning asoschisi bo'lib, inson shaxsiyatining rivojlanishini va uning tuzilishini tushuntirish uchun bir qator nazariyalar ishlab chiqqan. Freydning shaxsiyat haqidagi nazariyasi inson psixikasining uchta asosiy komponentiga asoslanadi: id (insonning instinktiv ehtiyojlari), ego (o'zlik yoki shaxsiyat) va superego (yuksak ehtiyojlar va axloqiy qadriyatlar). Freyd, shuningdek, shaxsiyatning rivojlanishida va ongli va no-ongli jarayonlar orasidagi munosabatlarni tushuntirgan.

Shaxs xususiyatlarini o'rganishda yana bir ahamiyatli yondashuvlardan biri gumanistik psixologiya vakili K.Rodgers yondashuvi hisoblanadi. Karl Rodgersning yondashuvi, shaxsiyatning o'z-o'zini anglash va o'sishga bo'lgan ichki moyilliklariga asoslanadi. U shaxsning psixologik salomatligini va o'zini kashf etishini qo'llab-quvvatlaydi.

Shaxs xususiyatlarini o'rganishda ushbu modellarni va biologik va irsiy, sotsiologik va madaniy yondashuvlarni tahlil qilish juda katta ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunga kelib shaxs xususiyatlarini o'rganishda qo'llaniladigan usullar soni ko'paymoqda. Shaxs xususiyatlarini o'rganishda to'g'ri va ishonchli usul tanlash eng asosiy vazifa hisoblanadi. Bu vaziyatda biz shaxsiyatni o'lchashda, o'zgaruvchan omillarni, shaxsning barqaror xususiyatlarini aniqlashda MMPI, Big Five inventory kabi psixometrik testlardan foydalanishimiz mumkin. Shuningdek shaxsiyatni o'lchashda shaxsiy intervyular va uzun muddatli kuzatuvlar ham samarali bo'lishi mumkin. Ushbu metodlar orqali shaxsning turli holatlardagi reaksiyalarini aniqlash mumkin. Eksperimentlar orqali esa, shaxsning psixologik reaksiyalarini, stressga nisbatan javoblarini yoki ijtimoiy muhitda qanday xatti-harakatlar qilishini o'rganish mumkin.

Shu kabi ishonchli usullardan biri E.V.Leusning "Shaxs xususiyatlarini o'rganish" testidir.

Ushbu metodika turli xil deviant xulq-atvorda ega bo'lgan o'smirlarda dizadaptatsiya darajasini baholash uchun mo'ljallangan. Bu savolnomada savollar mazmuni bo'yicha o'ziga zarar yetkazuvchi xulq-atvor, agressiv xulq-atvor, delikvent xulq-atvor, ijtimoiy asoslangan xulq-atvor ko'rsatkichlari aniqlanadi, ularning har biri so'rovnoma ko'rsatilgan shkala bo'yicha ballarda baholanadi. Shkala bo'yicha to'plangan ballar summasiga qarab, deviant xulq-atvorning aniq turlarining ifodalanish darajasi baholanadi. Masalan, ijtimoiy-psixologik moslashuvchanlik belgilarining yo'qligi, ijtimoiy-psixologik moslashuvchanlikning yengil darajasi, ijtimoiy-psixologik moslashuvchanlikning yuqori darajasi. Usul monitoring tadqiqotlarini o'tkazishda o'smirlarda turli xil xulq-atvor deviatsiyalari mavjudligi to'g'risida maksimal darajada to'liq axborot olish imkonini beradi.

Xulosa sifatida shuni ta'kidlash mumkinki, shaxs xususiyatlarini o'rganish nafaqat psixologiya fanining muhim qismidir, balki insonning ruhiy va emotsional holatini tushunishga yordam beradi.

Yondashuvlar va metodologiyalarni turlicha amalga oshirish orqali shaxsiyatni o'rganishning samarali yo'llari mavjud. Psixologik, biologik, ijtimoiy va madaniy kontekstlarni birlashtirish, shaxsiyatni to'liq tushunish uchun zaruriy asos bo'lib xizmat qiladi. Bu ilmiy sohada davom etayotgan tadqiqotlar shaxs xususiyatlarini yanada chuqurroq tushunishga yordam beradi va insonning kompleks psixologik holatini o'rganishda yangi yondashuvlarni yaratadi.

REFERENCES

1. David G. Myers "Psychology" 2010: NY
2. А. Г. Маклаков "Общая психология" 2001: СПб.
3. E. G'oziev "Umumiy psixologiya" 2002: T.
4. N. S. Safaev, N. A. Mirashirova, N. G. Odilova, Sh. D. Turabekova, Sh. K. Karimova "Umumiy psixologiya" 2015: T.
5. A. K. Shamshetova, R. N. Melibayeva "Umumiy psixologiya" 2017: T.
6. F. Xaydarov N. Xalilova "Umumiy psixologiya" 2019: T.
7. Sagindikova N. J. "The role of responsibility in working as a group in the educational activity" // Ethnic characteristics and technologies of educational projecting // Scientific-practical conference materials. Nukus, 2013.
8. Сагиндикова Н. Ж. Талабалар ўқув фаолиятида масъулиятнинг гендер хусусиятлари. Т.: «Fan va texnologiya», 2016,