

SHAXS FIZIOLOGIYASINI O'RGANISHDA A.A. POLEJAYEVNING "O'QUVCHI NERV TIZIMINING XUSUSIYATLARINI O'RGANISH" METODIKASINING O'RNI. METODIKANI QO'LLASH HOLATLARI VA INTERPRITATSION TAHLILI

Jiyanov Karimboy Omon o'g'li

Berdaq nomidagi Qoraqalpoq Davlat Universiteti Amaliy psixologiya yo'nalishi

4-kurs talabasi.

+998919160181 jiyanovkerimboy@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.13974812>

Annotatsiya. Ushbu maqolada shaxsga fiziologik yondashishda insonlarning fiziologik va psixologik holatlarini tekshirish va amaliy o'rganib borishda rus psixologi A.A.Polejayevning "O'quvchi nerv tizimining xususiyatlarini o'rganish" metodikasi ham katta yordam berishi yoritib o'tilgan. Mazkur metodika o'quvchilarning nerv tizimiga xos xususiyatlarni o'rganishga mo'ljallangan bo'lib, oliy nerv faoliyati tiplari haqidagi nazariy qarashlarga asoslangan (metodika A.A.Polejayevning takliflari asosida ishlab chiqilgan). Metodikaning stimul materiali har xil temperament tiplariga ega bo'lgan odamlarning xulq – atvorigaoid sifatlarini ifodalovchi hukmlardan tashkil topgan. Sinaluvchi bu hukmlar bilan tanishib chiqqach, ular orasidan o'z odatiy xulq – atvorini aks ettiruvchi hukmlarni tanlashi kerak.

Kalit so'zlar: nerv faoliyati, xulq-atvor shakllari, temperamentlar: xolerik, sangivnik, felgmatic, melanxolik, o'zini tuta bilish, yakka yoki guruhij tajriba.

IN THE STUDY OF PERSONAL PHYSIOLOGY, A.A. THE ROLE OF POLEZHAYEV'S METHOD "STUDY OF THE CHARACTERISTICS OF THE STUDENT'S NERVOUS SYSTEM". APPLICATION CASES AND INTERPRETATIVE ANALYSIS OF THE METHODOLOGY

Abstract. In this article, it is explained that the methodology of Russian psychologist A.A. Polejayev's "Study of the features of the student's nervous system" is of great help in examining the physiological and psychological states of people in the physiological approach to the individual and in practical learning. This methodology is designed to study the characteristics of the students' nervous system and is based on theoretical views about the types of higher nervous activity (the methodology was developed based on the proposals of A.A. Polejayev). The stimulus material of the methodology consists of judgments representing the behavioral qualities of people with different temperament types. After getting acquainted with these judgments, the examinee should choose among them the judgments that reflect his usual behavior.

Key words: nervous activity, forms of behavior, temperaments: choleric, sanguine, phlegmatic, melancholic, self-control, individual or group experience.

**В ИССЛЕДОВАНИИ ЛИЧНОЙ ФИЗИОЛОГИИ А.А. РОЛЬ МЕТОДА
ПОЛЕЖАЕВА «ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ
СТУДЕНТА». СЛУЧАИ ПРИМЕНЕНИЯ И ИНТЕРПРЕТАЦИОННЫЙ АНАЛИЗ
МЕТОДОЛОГИИ**

Аннотация. В данной статье поясняется, что большую помощь в исследовании физиологических и психологических состояний людей в физиологическом подходе к личности и в практическом обучении оказывает методика российского психолога А.А. Полежаева «Изучение особенностей нервной системы студента». Данная методика предназначена для изучения особенностей нервной системы студентов и основана на теоретических представлениях о видах высшей нервной деятельности (методика разработана на основе предложений А.А. Полежаева). Стимульным материалом методики являются суждения, репрезентирующие поведенческие качества людей с разными типами темперамента. После ознакомления с этими суждениями испытуемый должен выбрать среди них суждения, отражающие его обычное поведение.

Ключевые слова: нервная деятельность, формы поведения, темпераменты: холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик, самообладание, индивидуальный или групповой опыт.

Sinaluvchiga ko'rsatma: «Sizga ma'lumki, turli hayotiy vaziyatlarda odam o'zini har xil tutadi. Quyida inson xulq – atvorining har xil shakllarini tasvirllovchi hukmlar keltirilgan. Barcha hukmlar to'rtta – to'rttadan o'n ikki bandiga ajratilgan. Siz bu hukmlar bilan tanishib chiqib, har bir band o'z ichiga olgan to'rt hukm orasidan o'zingizning odatdagi xulq – atvoringizga ko'proq mos keladigan bitta hukmni tanlang va javob varaqasida uning tartib raqamini belgilab qo'ying».

Metodika matni:

- 1.1. Kayfiyati barqaror emas, tez – tez o'zgarib, shodlik o'rnini g'am egallashi hech gap emas.
- 1.2. Kayfiyati doimo barqaror, bir tekis
- 1.3. Kayfiyati odatda ko'tarinki, quvnoq
- 1.4. Kayfiyati odatda mayus, g'amgin
- 2.1. Xatti – harakatlari faol, harakatchanligi yuqori
- 2.2. Xatti – harakatlari vazmin, imo – ishoralari sekinlashgan
- 2.3. Xatti – harakatlari ishonchsiz, ovozi past va kuchsiz
- 2.4. Xatti – harakatlari shoshqaloq, keskin.

3.1. Muvaffaqiyatsizlikka uchraganda ham, maqsadga intilaveradi, yengil yo'lni qidirmaydi.

3.2. Muvaffaqiyatsizlikka uchraganda qattiq siqiladi, ishga qaytadan kirishishni xohlaydi.

3.3. Muvaffaqiyatsizlikka uchragandamaqsadga erishishning osonroq yo'llarini qidirishga kirishadi.

3.4. Muvaffaqiyatsizlikka uchraganda uni tez orada unutadi va har qanday yangi ishga kirishadi.

4.1. Tez toliqadi, xayol surishni yaxshi ko'radi.

4.2. Berilib ishlaydi, lekin shijoati uzoqqa cho'zilmay ishni yarmidan tashlab yuborishi mumkin.

4.3. Ishga astoydil kirishadi va nima bo'lsa ham uni oxirigacha yetkazishga intiladi.

4.4. Har qanday ishga, bir vaqtning o'zida bir necha ishga qo'l urishi mumkin.

5.1. Muloqotda o'zini emotsional tutadi, baland ovoz bilan kulishi, pantomimikadan faol foydalanishi mumkin.

5.2. Doim atrofdagilar bilan muloqotda bo'lishga, boshqalar kayfiyatini ko'tarishga harakat qiladi.

5.3. Muloqotda o'zini kamtarona va mulohazali tutadi.

5.4. Muloqotda bo'lishga intilmaydi, quvnoq davralarni yoqtirmaydi, ammo yaqin do'stlar bilan tez – tez muloqot qilib turishni xush ko'radi.

6.1. Tashvishida ham, shodligida ham boshqalar bilan dardlashadi.

6.2. Notanish odamlar bilan hasratlashib o'tirmaydi

6.3. O'zining barcha hissiyotlarini yolg'izlikda kechirishga odatlangan.

6.4. Hissiyotlarni jo'shqin kechiradi, hatto, umuman notanish odamga o'z kechinmalari haqida gapirib berishi mumkin.

7.1. Tanbehni xotirjamlik bilan qabul qiladi, torishmaydi, lekin aynan bir xatoni takrorlashi mumkin.

7.2. Tanbehga norozi bo'ladi, tortishadi, o'zining oqlash uchun bahona qidiradi.

7.3. Tanbehni diqqat bilan tinglaydi, xatolarini tezda to'g'rilashga harkat qiladi.

7.4. Har qanday tanbehdan qattiq xafa bo'ladi, qattiq ta'sirlanadi.

8.1. Biror ishdan so'ng boshqasiga tezda kirisha olmaydi, o'zini xorgin sezadi.

8.2. Sag'alga chachamaydi – yu, lekin uni tez unutadi.

8.3. Avvalgi ishni yakunlamagan holda tashlab, yangi ishga kirishishi mumkin.

8.4. Qiyin vazifani bajarib bo'lgach, tezda boshqa ishga kirishib ketishi mumkin.

9.1. Dard – alamni jo'shqin kechiradi, lekin uni tez unutadi.

9.2. Dard – alamni oson kechiradi va tezda uni unutadi.

9.3. Dard – alamni og‘ir kechiradi, uni uzoq vaqt yodidan chiqarmaydi.

9.4. Dard – alamni atrofdagilarga ko‘rinmasa ham ancha og‘ir kechiradi.

10.1 Kulgu va hazilkashlikni yoqtiradi, birov uning ustidan xazillashsa xafa, bo‘lmaydi.

10.2. Kam hazillashadi, hazildan tez – tez xafa bo‘lib turadi.

10.3. Yaxshi xazilni sevadi va qadrlaydi, lekin birovning ustidan uyushtirilayotgan hazilda qatnashmaslikni ma‘qul ko‘radi.

10.4. Odamlarga yoqishi yoki yoqmasligini o‘ylamay ular ustidan hazillashib turadi.

11.1 Ishga kirishishdan oldin hammasini puxta o‘ylab chiqib, rejalashtiradi, bordi-yu rejalar buzilsa, yangi sharoitga ko‘nika olmaydi.

11.2. Har qanday ishga oqibatini o‘ylamay kirishadi, sharoit o‘zgarsa, yangi sharoitga oson moslashib ketadi.

11.3. Ish rejasini tez, hatto, ish davomida ham tuzishi, shuningdek, ish sharoiti o‘zgarishi bilan yangi sharoitga qiynalмай ko‘cha olishi mumkin.

11.4. Qat‘iyatsizligi tufayli ish rejasini qiyinchilik bilan tuzadi, ko‘pincha tayyor rejadan foydalanadi, sharoit o‘zgarib qolsa, nima qilishini bilmay qoladi.

12.1. Nozik hissiyotlar, ayniqsa, estetik taassurotlar sohasida juda ta‘sirchan.

12.2. Taassurotlarni o‘zgartirishga intilmaydi, o‘zini odatdagi sharoitda yaxshiroq his etadi.

12.3. Z.Yorqin taassurotlarni, ularning tez – tez almashinishini yoqtiradi-yu, lekin bunga jon – jahti bilan intilmaydi.

12.4. Taassurotlarni o‘zgartirishga faol harakat qiladi, mehmonga muzey, ko‘rgazma va shu kabi joylarga tez – tez borib turadi.

Natijalarni hisoblash.

Natijalarni hisoblash uchun javob varaqasi (1 – ilova) ning har bir ustuni bo‘yicha nechtdan hukmning tartib raqamiga belgi qo‘yilgani aniqlanadi. Qaysi ustunda eng ko‘p miqdorda belgi qo‘yilgan bo‘lsa, sinaluvchida ushbu ustunga mos keluvchi temperament tipi yetakchilik qilishi haqida xulosa chiqariladi.

Temperament tiplarining psixologik tavsifi

Sangvinik – baland ovoz bilan kulish; faol mimika hamda pantomimika; hissiyotlarning yuzda yorqin ifodalanishi; quyi darajadagi senzitivlik, yuqori darajadagi harakatchanlik; yangi ishga tez kirishish; topqirlik; hissiyot va qiziqishlarning tez o‘zgarishi; notanish odamlar bilan tez chiqishish; yangicha sharoitga tez moslashish; bir ishdan ikkinchisiga tez ko‘chish.

Xolerik – quyi darajadagi senzitivlik; yuqori darajadagi faollik; sabrsizlik va jizzakilik; tutaquvchanlik; rigidlik, qat’iyatlik; diqqatni ko‘chirishga qiynalish; qiziqishlar va intilishlarning barqarorligi.

Flegmatik – quyi darajadagi senz-itivlik, emotsionallikning sustligi; xafa qilish, kuldirish, jahltni chiqarishning qiyinligi; bosiqlik va vazminlik; mimika harakatlarining sustligi; harakatlarning ifodasizligi; sabr-toqatlik; diqqatning ko‘chirishga qiynalish; yangi sharoitga qiyinchilik bilan moslashish.

Melanxolik – yuqori darajadagi senzitivlik; arzimagan narsadan ta’sirlanish; xafalanuvchanlik; reaktivlikning sustligi; mimika va harakatlarning ifodasizligi; past ovozda gapirish va yig‘lash; darsda kam qo‘l ko‘tarish; tez charchash; diqqatning tez ko‘chishi va beqarorligi.

Eslatma № 1. Mazkur metodikani ham guruh, ham individual shaklda o‘tkazish, undan muayyan o‘quvchi haqida o‘qituvchining ekspert fikrini bilishda foydalanish mumkin.

Eslatma № 2. Mazkur metodika orqali o‘quvchining nerv tizimiga xos xususiyatlarning o‘rganishda shuni e’tiborga olish kerakki, bir odamning xulq – atvorida ikki xil hatto, uch xil temperamentga xos alomatlar kuzatilishi ham mumkin (biroq bitta odamda to‘rt xil tip belgilari bo‘lish mumkin emas).

KALIT

№	Sangvinik	Flegmatik	Xolerik	Melanxolik
1	1.2	1.2	1.1	1.4
2	2.1	2.2	2.4	2.3
3	3.4	3.1	3.3	3.2
4	4.4	4.3	4.2	4.1
5	5.2	5.4	5.1	5.3
6	6.1	6.3	6.4	6.2
7	7.3	7.1	7.2	7.4

8	8.4	8.2	8.3	8.1
9	9.2	9.4	9.1	9.3
10	10.1	10.3	10.4	10.2
11	11.3	11.1	11.2	11.4
12	12.4	12.2	12.3	12.1
S				

A.A. Polejayevning “O’quvchi nerv tizimi xususiyatlarini o’rganish” metodikasidan olingan natijalar (13-23 yosh oralig’idan olingan)

Familiya Ism	Sangivinik tip (% da)	Flegmatik tip (% da)	Xolerik tip (%da)	Melanxolik tip (%da)
A.Azoda	16.6	41.6	8.3	33.3
B. Gulnoza	33.3	25	25	16.6
Y. Dilnoza	33.3	25	8.3	33.3
E. Fotima	41.6	41.6	16.6	0
T. Iroda	16.6	50	8.3	25
Z. Dilobar	8.3	25	25	41.6
E. Dilnoza	75	8.3	8.3	8.3
Y. Ozoda	58.3	16.6	8.3	8.3
H. Komila	50	0	33.3	16.6
S. Durdona	16.6	33.3	33.3	16.6
S. Muhayyo	33.3	50	8.3	8.3
X. Qobiljon	33.3	25	25	16.6
M. Mashhura	50	33.3	0	16.6
O’. Rahima	58.3	33.3	0	8.3
E. Mahliyo	33.3	25	25	16.6
<u>S. Mohina</u>	25	25	25	25
A.Mexriban	16.6	50	25	8.3

O'. Shohida	16.6	25	41.6	16.6
K. Sevara	16.6	25	25	33.3
Q. Aziza	66.6	25	0	8.3
O. Ozoda	41.6	25	16.6	16.6
R. Iroda	8.3	25	16.6	50
D. Islam	50	8.3	16.6	25
Q. Azada	16.6	33.3	50	0
J. Ziba	33.3	16.6	25	25
Q. Yildiz	25	33.3	41.66	0
K. Farangiz	8.3	50	16.6	25
R. Yarqinay	66.6	25	0	8.3
J. Mirjalol	5.3	16.6	25	0
S. Lobar	41.6	41.6	0	16.6
O. Barno	66.6	0	33.3	0
J. Karimboy	50	16.6	33.3	0
Y. Diyora	41.6	25	25	8.3
S. Muhammadali	33.3	50	8.3	8.3
J. Dilnura	41.6	25	25	8.3

Metodika natijalar tasnifi:

Har bir nerv tiplarining natijasi alohida quyidagi foizlarda ko'rsatiladi:

0% dan 25% gacha: juda past. Faoliyatda juda kam hollarda namoyon bo'ladi.

25% dan 33.3% gacha: past. Faoliyatda kam hollarda nomoyon bo'ladi.

33.3% dan 50% gacha: o'rta. Faoliyatda o'rta darajada nomoyon bo'ladi. Barcha belgilarini normal holda ko'rsata oladi, ba'zi hollarda boshqa tiplar ustidan dominantlik qila oladi.

50% dan 75% gacha: yuqori. Faoliyatda yuqori darajada nomoyon bo'ladi. Boshqa temperament tiplari ustidan dominantlik qiladi. Bu tipga xos belgilarning barchasi faoliyatda nomoyon bo'ladi.

75% dan 100% gacha: juda yuqori. Mumkin bo'lmagan, ishonarsiz holat. Odatda bunday nerv tipi hech kimda uchramaydi.

Temperament tiplarining psixologik tavsifi va xulosa:

Sangvinik – baland ovoz bilan kulish; faol mimika hamda pantomimika; hissiyotlarning yuzda yorqin ifodalanishi; quyi darajadagi senzitivlik, yuqori darajadagi harakatchanlik; yangi

ishga tez kirishish; topqirlik; hissiyot va qiziqishlarning tez o'zgarishi; notanish odamlar bilan tez chiqishish; yangicha sharoitga tez moslashish; bir ishdan ikkinchisiga tez ko'chish.

Xolerik – quyi darajadagi senzitivlik; yuqori darajadagi faollik; sabrsizlik va jizzakilik; tutaquvchanlik; rigidlik, qat'iyatlik; diqqatni ko'chirishga qiynalish; qiziqishlar va intilishlarning barqarorligi.

Flegmatik – quyi darajadagi senzitivlik, emotsionallikning sustligi; xafa qilish, kuldirish, jahlni chiqarishning qiyinligi; bosiqlik va vazminlik; mimika harakatlarining sustligi; harakatlarning ifodasizligi; sabr-toqatlik; diqqatning ko'chirishga qiynalish; yangi sharoitga qiyinchilik bilan moslashish.

Melanxolik – yuqori darajadagi senzitivlik; arzimagan narsadan ta'sirlanish; xafalanuvchanlik; reaktivlikning sustligi; mimika va harakatlarning ifodasizligi; past ovozda gapirish va yig'lash; darsda kam qo'l ko'tarish; tez charchash; diqqatning tez ko'chishi va beqarorligi.

REFERENCES

1. Danilova N.N. Psixofiziologiya. M.,1998
2. Книга 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. 346–353б.
3. Коломинский Я.Л. Человек: Психология: Кн. Для учащихся ст. Классов-2 – е изд. Дор. – М.: Просвещение, 1986. – 223 стр. 213 – 214 стр
4. Nishanova Z.T “Rivojlanish psixologiyasi” darslik.