

KUZATISH METODI**O'tkurova Moxira Baxtiyor qizi****Toshkent Amaliy fanlar Universiteti Pedagogika fakulteti Pedagogika-psixologiya
ta'lim yo'nalishi 3-bosqich talabasi****Ilmiy raxbar: Usmanova Sevara Akmalovna****usmanovasevara05@gmail.com****<https://doi.org/10.5281/zenodo.1522086>**

Annotatsiya. Ushbu matnda psixologiyada kuzatish metodining mohiyati, turlari va qo'llanilish sohalari yoritib berilgan. Kuzatish — voqelikdagi hodisalarni rejali, tizimli va mukammal tarzda idrok qilish orqali psixik holatlarni o'rganishga xizmat qiluvchi asosiy ilmiy metodlardan biridir. Metodning obyektiv (tashqi) va subyektiv (o'zini-o'zi) turlari mavjud bo'lib, ular insonning xatti-harakati, his-tuyg'ulari, nutqi va faoliyatini o'rganishda qo'llaniladi. Kuzatish jarayonida ilmiy xulosalar chiqariladi, farazlar ilgari suriladi va psixik holatlar tahlil qilinadi. Matnda kuzatish metodining tarixiy rivoji, uni qo'llash shartlari va bosqichlari ham ko'rsatib o'tilgan

Kalit so'zlar: Kuzatish metod, idrok, diqqat, xulq-atvor, o'z-o'zini, tashqi kuzatish, ichki kuzatish, tafakkur, tabiiy metod.

Kirish: Kuzatish (psixologiyada) — voqelikdagi narsa va hodisalarni rejali, uzluksiz, mukammal idrok qilish; voqelikni hissiy bilish uslubi. Kuzatish qadimdan hozirgi davrgacha kuzatuvchilarning asosiy tadqiqot vositalaridan biri sanaladi. U hissiy bilishning omillari, xususiyatlari, qonuniyatlari to'g'risida dastlabki tasavvurlar hosil qilishga qaratilgan inson faoliyati shaklidir. Kuzatishning qay darajada bo'lishi qo'yilgan maqsadning aniqligiga, kuzatilayotgan narsa va voqealar haqida oldindan bilimga ega bo'lishga, kuchli, barqaror diqqat bilan faol fikrlash kuzatishga bog'liq. Kuzatishda idrok va tafakkur uzviy bog'lanadi.

Kuzatishda tegishli xulosalar chiqariladi, fakt, voqealar nazariy tahlil etiladi, farazlar olg'a suriladi. Kuzatishning ob'yektiv (tashqi kuzatish) va sub'yektiv (ichki, o'zini o'zi kuzatish) turlari mavjud. Kuzatish orqali odamlarning diqqati, his-tuyg'ulari, imoishoralari, sezgirligi, xulq-atvori, nutqi, faoliyati, muomala maromi va boshqa o'rganiladi.

O'zini-o'zi kuzatish (introspeksiya)dan foydalangan psixolog o'zining xulqi, muomalasi to'g'risida ilmiy, haqqoniy xulosa chiqara biladi.

Vyursburg psixologiya maktabi (Germaniya) namoyandalari kuzatish Byuler (1879— 1922), A. Messer (1867-1937), O. Kyulpe (1862—1915) psixologik tajribalarni dastavval o'zini-o'zi kuzatish metodi yordamida o'zlari ustida o'tkazganlar.

Kuzatishning asosiy xususiyati shundaki, bu metod yordami bilan psixik hayotni sezgi organlarimiz bevosita seza oladigan, o'zimiz bevosita idrok qila oladigan faktlari aniqlanadi va tasvirlanadi. Kishining psixik hayotida: mimika, imo-ishora, nutq, turli harakatlar va umuman kishining butun xatti-harakati va faoliyatini bevosita kuzatish mumkin.

Psixologiya vujudga kela boshlagan V asrdan tortib to bizning eramizgacha va XIX asrning deyarli oxirigacha o'z-o'zini kuzatish metodi yoki introspektiv metod ruhiy hayot hodisalarini bilishning birdan-bir metodi bo'lib keldi, desa bo'ladi. XIX asrning ikkinchi yarmidan boshlab o'z-o'zini kuzatish metodiga tanqidiy ko'z bilan qaraladigan bo'lib qoldi. Bu metodning bir qancha kamchiliklari borligi ma'lum bo'ldi. O'z-o'zini kuzatishda tadqiqotchi ham, tekshiriladigan ham tekshiruvchi obyektga bo'linib qolishi bu metodning eng muhim kamchiligi ekanligi ko'rsatildi.

Kuzatish metodi tabiiy metodlar jumlasiga kiradi. Tashqi kuzatuv mohiyatan kuzatiluvchi xulqatvorini bevosita tashqaridan turib, kuzatish orqali ma'lumotlar to'plash usulidir. O'z - o'zini kuzatish esa odam o'zida kechayotgan biror o'zgarish yoki hodisani o'zi o'rganish maqsadida ma'lumotlar to'plash va qayd etish usulidir. Erkin kuzatuv ko'pincha biror ijtimoiy hodisa yoki jarayonni o'rganish maqsad qilib qo'yilganda qo'llaniladi.

Psixologiya fanida bu metodning obyektiv (tashqi) va subyektiv (ozini ozi) kuzatish turlari mavjud. Inson psixikasidagi ozgarishlarni kuzatish uchun quyidagilar amalga oshiriladi:

1. Kuzatishning maqsadi, vazifasi belgilanadi;
2. Kuzatiladigan obyekt tanlanadi;
3. Sinaluvchining yoshi, jinsi, kasbi aniklanadi;
4. Tadqiqot otkazish vaqti rejalashtiriladi;
5. Kuzatish qancha davom etishi qatylashtiriladi;
6. Kuzatish insonning qaysi faoliyatida (oyin, oqish, mehnat va sportda) amalga oshirilishi tavsiya qilinadi;
7. Kuzatishning shakli (yakka, guruh, jamoa bilan otkazilishi) ta-yinlanadi;
8. Kuzatilganlarni qayd qilib berish vositalari (kundalik, suhbat daftari, kuzatish varaqasi, magnitafon, videomagnitafon, videoapparat, fotoapparat va boshqalar) taxt qilinadi.

Kuzatish orqali odamlarning diqqati, his-tuyg'ulari, nerv sistemasining tashqi ifodalari, temperament xususiyatlari, imo-ishoralari, sezgirligi, harakatchanligi, ishchanligi, xulq-atvori, nutq faoliyati va xokazolari o'rganiladi.

Xulosa: Psixologiyada kuzatish — bu inson psixikasini o'rganishda muhim va qadimiy metodlardan biridir. U real hayotdagi hodisalarni rejali, tartibli va tizimli tarzda idrok etish orqali psixologik ma'lumotlar yig'ishni ta'minlaydi. Kuzatishning obyektiv (tashqi) va subyektiv (o'zini-o'zi) shakllari mavjud bo'lib, ular orqali insonning diqqat, his-tuyg'u, xatti-harakat, nutq va muomala xususiyatlari tahlil qilinadi. Bu metod tadqiqotchi uchun dastlabki tasavvurlarni shakllantirishda, farazlar ilgari surishda va ilmiy xulosalar chiqarishda asosiy vosita hisoblanadi. Har bir kuzatuv oldindan aniq rejalashtirilib, maxsus vositalar orqali amalga oshiriladi. Shuningdek, kuzatish inson ruhiy holatini tabiiy sharoitda o'rganishga imkon beruvchi ishonchli metod sanaladi.

Foydalanilgan adabiyotlar/Используемая литература/References:

1. Turg'unov Q. Psixologiya terminlarining ruscha-o'zbekcha izohli lug'ati T; "O'qituvchi" nashriyoti 1975 y
2. Umumiy psixologiya (A.V.Petrovskiy tahriri ostida) T; "O'qituvchi" 1992 y
3. G'oziev E.G' Umumiy psixologiya 1-2 kitob T-2002 y
4. Psixodiagnostika va eksperem ental psixologiya: o'quv qo'llanma Nishanova, Z.Qurbonova, S.Abdiev; O 'z R Oliy va o'rta maxsus Ta'lim vazirligi. -T.: «Tafakkur-Bo'stoni». 2011
5. Усманова Севара Акмаловна. (2024). РАЗВИТИЕ Я-КОНЦЕПЦИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ. Международные научные и актуальные исследовательские конференции, 1(01), 87–90. Получено с <https://www.orientalpublication.com/index.php/iscrc/article/view/1519>
6. Акмаловна, Усмонова Севара. «Психологические особенности самосознания в раннем подростковом возрасте». Zien Journal of Social Sciences and Humanities 6 (2022): 114-116.