

88 (кыч)

3-18

КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫ  
УЛУТТУК ИЛИМДЕР АКАДЕМИЯСЫНЫҢ  
ТҮШТҮК БӨЛҮМҮ  
КООМДУК ИЛИМДЕР ИНСТИТУТУ

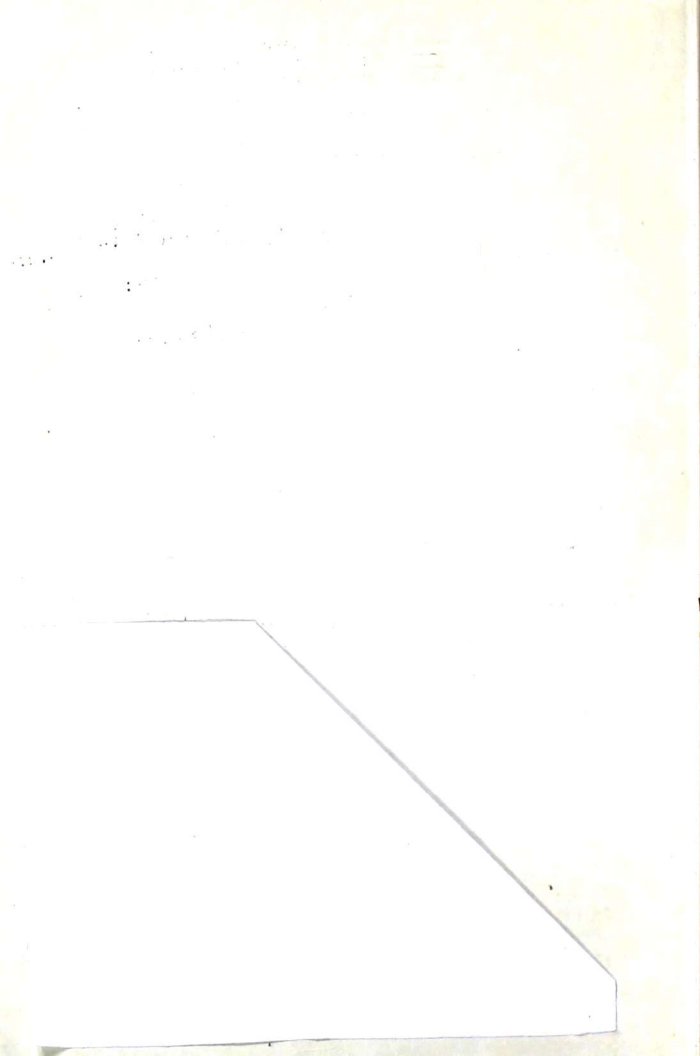
ОШ МАМЛЕКЕТТИК УНИВЕРСИТЕТИ

Закиров А. З. Умаров Т. Н.

# Психодиагностика

Адамдын ички дүйнөсүн таанытуучу  
методдор

Ош-1998



88  
3-18

Кыргыз Республикасы  
Улуттук Илимдер Академиясынын Түштүк Бөлүмү  
Коомдук Илимдер Институту

ОШ МАМЛЕКЕТТИК УНИВЕРСИТЕТИ

Закиров А.З. Умаров Т.Н.

**ПСИХОДИАГНОСТИКА:**  
Адамдын ички дүйнөсүн таанытуучу методдор

2807

~~7876~~  
3248

БИБЛИОТЕКА  
Ошкөнө государственного  
педагогического института  
ИНБ № 763886

ББ.К 88. 5

3. 41

Рецензенттер: Сарыков Т. К. - Казак Улуттук Илимдер Академиясынын академиги, КР УИА ТБнун башкы илимий катчысы  
Мурзаев М.С. - ОшМУнун психолог мугалими

Закиров Акимжан Закирович  
Умаров Талант Нурдинович

## МЕТОДИКАЛЫК ПОСОБИЯ

### ПСИХОДИАГНОСТИКА:

Адамдын ички дүйнөсүн таанытуучу методдор

Окурманга сунуш этилген методикалык пособия, адамдын курактык, социалдык жана психофизиологиялык процесстерин, абалдарын, личностук сапаттарын изилдеп, изилденүүчүлөрдүн ички субъективдүү дүйнөсүн таанытуу үчүн кызмат кылат. Ошону менен катар жаш адистердин өздүк жана коомдук жүрүм-турум нормаларын башкарып, группаны жана өзүнө керектүү адамдарды коомдук талапка жараша таанып билүүгө жардам берген колдонмо китеп боло алат.

Бул китеп ЖОЖнун студенттерине, коомдук уюмдун жетекчилерине, мектеп мугалимдерине жана жалпы психодиагностикага кызыккан адистерге багытталат.

КР УИА ТБ

Коомдук Илимдер Институтунун басмасынан басууга сунуш кылынат.

ISBN 5-211-00079-8

Ош-1998

## ТҮШҮНДҮРМӨ

Адамдар менен күндөлүк турмушта мамилешүү дайыма кандайдыр бир таасирлерди пайда кылып турат. Нормалдуу ар бир адам мындай таасирлерди системалаштырууга, жалпылаштырууга алардын закон ченемдүүлүктөрүн табууга умтулбай койбойт. Адам турмушу ушундай түбөлүктүү татаал процесс. Мына ушул татаал процессти чечмелеп түшүндүрүүгө психология илими, адам жөнүндөгү илим катары аракеттенет. Анын ичинде дагы юридикалык психология жакын турат.

Юридикалык психология мындан жүз жыл илгери практикалык турмуштагы укуктук карама-каршылыктардын, кылмыштуулуктун ички психологиялык закон ченемдүүлүктөрүнүн себебин табуу, алардын алдын алуу сыяктуу ишчараларды уюштуруу процессинде пайда болгон. Ошондон бери өз алдынча илим катары өнүгүп, өсүп отуруп, азыркы мезгилде билим берүү системасындагы төмөндөгүдөй милдеттерди өз мойнуна алат:

-юридикалык психологиянын турмуштагы маанисин ачуу, аларды теориялык жактан негиздөө;

-студенттерди психологиянын принциптери, методдору жана билимдери менен куралдандыруу;

-студенттерде жалпы, социалдык, педагогикалык психологиянын негиздери жөнүндөгү түшүнүктү калыптандыруу;

-укуктук иш-чаралардагы психологиялык закон ченемдүүлүктөрдү студенттерге көрсөтүү жана далилдөө;

-студенттерди соттук-экспертизалык, тергөөчүлүк, адвокаттык иш-аракеттерде психологиялык маалыматтарды ийгиликтүү колдоно билүүгө даярдоо ;

-студенттердин психологиялык жана юридикалык адабияттар менен өз алдынча иш жүргүзө алуусуна көмөк көрсөтүү.

Ошондуктан бул окуу пособиясында сунуш этилген методикалар келечектеги адистердин психология боюнча терең билим алышына көмөк көрсөтөт деп ишенебиз.

## ПСИХОДИАГНОСТИКАЛЫК ПРАКТИКУМГА КИРИШҮҮ.

Укук бузуунун аныктыгын териштирүүдө түрдүү далилдердин болушу зарыл. Ал далилдер күбө адамдардын көрсөтмөсүнөн, буюмдардагы калган далилдерден жана атайын экспертизанын жыйынтыктарынан табылышы мүмкүн.

Соттук экспертиза - бул өзгөчө уюштурулган аракеттердин процесси. Ал мыйзамдын чегинде гана жүргүзүлүп, корутунду алууга багытталат. Экспертиза кылмыштуулукту анализдөөдө пайда болгон белгисиздикти аныктоо максатында жүргүзүлүп, атайын илимдердин жетишкендиктери, (мисалы: техниканын, кол чеберчилигинин, искусствонун ж.б.) колдонулушу мүмкүн. Адатта мындай ыкмалар жалпыга белгисиз, атайын кесиптегилер үчүн гана тааныш болот.

Ошондой эле, юридикалык психология, медициналык, психиатриялык, бухгалтердик ж.б. экспертизалардын жыйынтыгына да бекем таянат.

Кээ бир учурларда юридикалык экспертизаны таза психологиялык методдор аркылуу да жүргүзүүгө туура келет. Ошондуктан юрист-студенттердин кесиптик билимдерди өздөштүрүүсүндө психодиагностиканын ролу зор. Юридикалык психологиянын ичинде психодиагностиканын төмөнкүдөй бир катар элементтерин берип кетүү максатка ылайыктуу:

1.Стандартташтырылган психометрикалык методдордун негиздери жана принциптери;

2.Адамдын кээ бир психикалык мүнөздөмөлөрүн (мүнөз, жөндөмдүүлүк, мотив, установка ж.б.) аныктоочу конкреттүү методикалар менен тааныштыруу;

3.Психодиагностикалык ыкмаларды колдонуп жекече маселелерди чече алуу.

Психометрикалык көз караш менен алганда ар бир колдонулган ыкманын ишенимдүүлүгү, тактыгы кошо көрсөтүлүш керек.

Изилдөөгө сунуш кылынган психодиагностикалык методдун зарылдыгы жана мүмкүнчүлүгү так, даана көрсөтүлүшү зарыл.

Себеби ашыкча, керексиз маалыматтардын, изилдөөнүн жыйынтыгына кошулуп кетиши практикалык турмушта кыйынчылыктарды туудурат.

Европада соттук психологиялык экспертизаны негиздөөгө белгилүү психологдор Э.Клапаред, К.Марбе, В.Штерн ж.б. өз салымдарын кошушкан. Алар алгачкы соттук-экспертизанын авторлору болушкан. Бул окумуштуулар соттук-экспертизаны жыйынтыктарын юридикалык практикадан сырткары дагы илим-изилдөө иштеринде ийгиликтүү колдоно алышкан. Ошондуктан юридикалык психологиянын өнүгүшү, психологиянын калган тармактарына да өз таасирин тийгизип турат.

Россияда соттук-экспертиза жөнүндөгү алгачкы монография А.Е.Брусиловский тарабынан жарык көргөн. Ал монографияда К.Марбе тарабынан сунуш кылынган, "укук бузуунун атайын жасалгандыгын" же "кокустан жасалгандыгын" аныктоочу эксперттик методдор жөнүндө айтылган. Документтер: кат, күндөлүк, билдирүү, адамдын ички дүйнөсүнөн келип чыгат. Ошондуктан соттук экспертизада мындай документтер пайдаланылат.

Эксперттик документтердин үлгүсү-аналитикалык (В.Штерн) жана синтетикалык (Ж.Варендонк) азыркы психологдордун көз карашы боюнча психологиялык анализдерди жазуу түрүндө жүргүзүү зор кызыгууларды жаратууда. Тексти талдоо ар дайым өзгөчө баалуу маалыматтарды алууга жардам берет. Бирок жогорудагыдай негиздөөлөргө карабастан, кээ бир укук таануу илимдеринин соттук-психологиялык экспертизанын маалыматтарына шектенүү менен карап келиши, көп мезгилдерге чейин укук процесстерине психологдордун катышуусуна тоскоолдук болуп келген.

50-жылдардын аягынан, 60-жылдардын башынан тартып соттук-психологиялык экспертизаны юридикалык психологиянын өзүнчө бөлүмү катары кароо зарылдыгы кайрадан көтөрүлө баштаган. 60-жылдардын экинчи жарымынан баштап гана соттук - психологиялык экспертиза жекече сот иштеринде уюштурулду.

Көпчүлүк юрист-окумуштуулар, психологдор, тергөөчүлөр, адвокаттар соттук-психологиялык экспертизанын мето-

дикалык негизин дагы байытуу маселесин көтөрүп, колдой башташты.

Ошентип соттук-психологиялык экспертизанын алгачкы натыйжалары сот ишинде чечилбей келген бир катар теориялык маселелердин алдыга жылышына сезилерлик таасир тийгизди.

Сөзүбүздүн акырында белгилеп кетерибиз, сунуш кылынып жаткан курстун материалы, студенттерден алдын ала математикалык статистиканын, таануу процесстеринин, инсан психологиясынын негизги элементтерин теориялык деңгээлде өздөштүрүүсүн талап кылат. Ар бир практикалык сабакты теориялык лекциянын коштоп жүрүшү максатка ылайыктуу. Теориялык материалдарды студенттердин өздөштүрүү деңгээли атайын сынактарда текшерилиш керек. Жогорудагы татаал маселени ийгиликтуу чечүү үчүн окуу процесси автоматташтырылып, статистикалык маалыматтарды тактап, иштеп чыгуу үчүн ЭВМдин дисплейлик класстары колдонулат. Мындай шартта иштөөгө студенттер даярдалган болуш керек. Ушул максатта изилденип жаткан адамдын ички дүйнөсүн таанып билүүгө мүмкүндүк берген психодиагностикалык мазмунга ээ болгон бир катар психо-логиялык методдордун батареясын сунуш этебиз.



(Т.Лиринин ыкмасын колдонуу аркылуу)

Инсандык сапат тубаса берилбестен көпчүлүк учурда, инсан жашаган социалдык чөйрөнүн таасир этүү күчүнө жараша калыптанат. Ошондуктан изилдөөчүгө керек болгон инсандык сапаттын психикалык өзгөчөлүгүн аныктоодо Т.Лири тарабынан түзүлгөн ыкманы керектүү шартка жараша көнүктүрүү инсанды ар тараптан изилдеп чечмелөөгө мүмкүндүк берери шексиз. Анткени бул ыкма карама-каршы мүнөзгө ээ болгон 8 фактор боюнча изилдеп, изилденип жаткан инсандын 16 параметрин аныктап көрсөтөт. Ала турган болсок инсандын өзүн-өзү жана мамиледе боло турган адамдын инсандык сапатарын төмөнкү факторлорун изилдөө менен таанууга жетише алат.

1. Бийликке жетүүгө-башкарууга - чоңдук кылууга умтулуучулук сапаттар, анын каршысында жаткан: бийликти каалабоочулук - баш берүүчүлүк сапаттарга карата изилдөөгө мүмкүнчүлүк берет.
2. Өзүн-өзү ишенүүчүлүк-бирөөнүн сөзүнө макул болбоочулук-катуу мүнөзгө ээ болуучулук фактору каршысында жаткан сапаттарга карата аныкталат. (Мындан кийинки факторлордун карама-каршысындагы параметрлерди өзүңөр аныктагыла).
3. Өзүн-өзү билүүчүлүк-ишенүүчүлүк өзүн-өзү жактыруучулук фактору анын каршысындагы сапатка карата изилденет.
4. Өжөрдүк - көктүк - кежирдик сапаттар алардын каршысындагы сапатка карата изилденет.
5. Бирөөгө жол коюучулук-коркоктук-кыңк этпей баш ийүүчүлүк факторлор алардын каршысы аркылуу изилденет.
6. Ишээнчектик-тил алчаактык фактору дагы өзүнүн каршысында жаткан сапатка карата изилденет.
7. Ак көңүлдүк - өзүн биле албоочулук - жакшы жашоону каалоочулук (конформизм) фактору да каршысындагы сапатка карата изилденет.
8. Боорукердик - өзүмчүл эмес - кайрымдуулук фактору да каршысындагы сапатка жараша изилденет.

Урматтуу изилденүүчүлөр силерге берилген суроолорго алты баллдык система боюнча жооп бересиңер. (0,1,2,3,4,5). “Нөл” деген балл берилген суроодогу сунуш этилген сапаттар изилденип жаткан адамда таптакыр жок деген эсептеген учурда коюлат. Ал эми “беш” деген баллды сунуш этилген сапатты изилде-нип жаткан адамда 100% жашайт деген мезгилде коесуз. Ушул сыяктуу калган баллдар (1,2,3,4) дагы өз деңгээлдерине жараша коюла берет.

## ИЗИЛДЕНҮҮЧҮЛӨРГӨ БЕРИЛҮҮЧҮ СУРООЛОР:

1. Бирөө менен кызматташ болуп, ага жардам берүү.
2. Өзүнө өзү ишенүү.
3. Бирөөнүн кадыр-баркын (авторитетин) өз жумушу үчүн колдонуу.
4. Бирөөнүн башкарганына жини келүү.
5. Мүнөзү ачык.
6. Арызданчаак, арызчыл.
7. Дайыма бирөөдөн жардам сурайт.
8. Бирөөлөрдөн кубаттоону күтөт.
9. Өтө ишенчээктик жана бирөөгө жардам берип аны сүйүндүрүү.
10. Ачык болгонду жакшы көрүү.
11. Бирөөгө өзүнүн кадырлуу экенин көрсөтүү.
12. Өзүнүн туруктуу экендигин көрсөтө алуу.
13. Жайдары мүнөз.
14. Кайрымдуу.
15. Өтө ачуулуу, жини тез келүү.
16. Мактанчаактык.
17. Өзүмчүлдүк.
18. Өз кемчилдигин сезе алуучулук.
19. Сыйлуу, урматтуу болууну каалоочулук.
20. Өз билгенин кое бербөөчүлүк.
21. Өтө боорукер жана кемчилдикти кечире алуу.
22. Башкарганды жакшы көрүү.
23. Бирөөгө болушууга умтулуучулук.
24. Таң калтыруу.

25. Бирөөнүн чечим чыгарышына мүмкүндүк берүү.
26. Бардыгын кечирүү.
27. Түз, туура адам болуу.
28. Эч нерсе менен иши жоктук.
29. Өзүмчүл эместик.
30. Бирөөгө кеңеш берүүнү каалоочулук.
31. Бирөөгө көз каранды болуучулук.
32. Өзүнө-өзү ишене албоочулук.
33. Дайыма капалуу.
34. Бирөөгө көңүл жибитпөө.
35. Сөзмөр, ким менен болсо да мамилелешип кете алуу
39. Өзүнө сын көз карашта боло алуучулук.
36. Өз билгенин кое бербөөчүлүк, бирок мүнөзү ачыктык.
37. Жамандык ойлоо, кара ниеттик.
38. Бирөөгө баш ийип кете берүүчүлүк, алуучулук.
40. Өз буюмун аябоочулук, жоомарттык.
41. Кичипейилдик.
42. Бирөөгө жол берүүчүлүк.
43. Тартынчаактык, уялчаактык.
44. Бирөөгө жардам берүүгө умтулуучулук.
45. Өзү жөнүндө гана ойлоочулук.
46. Ийкемдүүлүк, ызат көрсөтүүчүлүк.
47. Бирөөнүн сунушуна чын дилден жардам көрсөтүүчүлүк, колдоочулук.
48. Дайыма таң калып жүрүүчүлүк, аңкоолук.
49. Колунан эч нерсе келбөөчүлүк, эби жоктук.
50. Эрки бош, эзилме, былжыраган.
51. Бирөөлөргө сын мамиледе болуучулук.
52. Ынтымакчыл.
53. Бийлигине, даражасына карап мамиле кылуу.
54. Ишенбестик.
55. Авторитетке ээ болууга умтулуучулук.
56. Кызганчаактык.
57. Коркоктук.
58. Бирөө менен достошо албоо, тил табыша албоочулук.
59. Демилгесиз, сунушу жок.
60. Бардыгына тегиз мамиле жасоо.

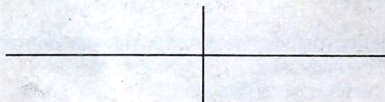
61. Колунан ар нерсе келүү, эптүү.
62. Орто сыпайы, дилгир, кичипейил.
63. Элдин сөзүн баалай алуучулук.
64. Ишенчээктик.

## ЖҮРГҮЗҮЛГӨН ИЗИЛДӨӨНҮ ЖЫЙЫНТЫКТОО

Мында ар бир суроонун жообуна коюлган баллдарды төмөнкү “ачкычка” таянуу менен изилденүүчүнүн инсандык сапаттарынын жогору же төмөн экендигин тишелүү факторлорду пайдаланып чечмелейбиз. Ошону менен катар группалык өзгөчөлүктөрдү да табууга болот.

Фактордун номери	Суроолордун номери							
	1	2	3	4	5	6	7	8
I	3	10	11	19	20	22	24	30
II	2	12	16	28	32	45	53	59
III	5	15	17	36	49	50	51	58
IV	4	6	33	34	37	48	54	56
V	18	27	39	42	43	46	57	61
VI	9	7	8	14	25	31	38	55
VII	1	36	41	52	60	62	63	64
VIII	13	21	23	26	29	40	44	47

Ачкычка таянуу менен изилденип жаткан инсандык сапатты дистограммага карата аныктоого болот. Дистограмманын борборундагы нөлгө жакындаган сайын изилденип жаткан сапаттын аз экендигин билдирет. Тескерисинче нөлдөн алыстаган сайын изилденип жаткан инсанда тиешелүү сапаттын күчтүү мүнөзгө ээ экендигин түшүндүрөт.



Мисалы алынган изилдөөнүн жыйынтыгы төмөндөгүдөй таблицаны бере турган болсо,

Фактор	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Орт.балл	3	1	2,3	2	0,7	4	4,2	3

Анда бул таблицанын дискограммасы төмөнкүдөй көрүнүштө болот. Мында рим цифрасы инсандын сапатын



мүнөздөгөн фактор. Ал эми ар бири айлана нөлдөн алыстаган сайын инсандык сапатын жорулагандыгын факторго жараша түшүндүрөт.

Ошентип изилденүүчүлүк жекелик жана группалык мүнөзгө ээ болгон сапаттарын дагы аныктоого болот. Ал үчүн төмөнкүдөй группалдык таблица түзүлүп, ага жараша дистограмма түргүзүлөт.

Изил.фам-сы	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1.								
2.								
25.								
орточо:								

Изилдөөнүн аягында группалык дистограммага салыштырмалуу ар бир изилдөөчүнүн инсандык сапатынын факторлоруна психологиялык чечмелөө (интерпретация) жүргүзүлүп, ал адамдын кандай сапаттык өзгөчөлүктөргө ээ экендиги айтылат.

Бул лабораториялык жумуш төмөндөгү суроолор менен бышыкталат. (Студенттер жазма формада даярданып келүүсү керек.)

1. Инсан, инсандык сапаттар деп эмнени айтабыз?
2. Изилдөө учурунда текшерилген сапаттарды (бийликке умтулуу, өжөрдүк, бирөөгө жол коюучулук, ишенчээктик, ак көңүлдүк, боорукердик) теориялык жактан негиздөө менен психологиялык анализ берүү.
3. Изилдөө жыйынтыгына карата жекелик жана группалык түзүлгөн дистограммага таянуу менен өз кесибине (педагог) ылайыктуу кандай практикалык маселелерди чечүүгө болот?

## ТЕМА 2: ИНСАНДЫН ӨЗҮН КУРЧАГАН ЧӨЙРӨГӨ КАРАТА ЭМПАТИЯСЫ (ТЫНЧСЫЗДАНУУСУ) (ЭКСПРЕСС - ДИАГНОСТИКА ЭМПАТИЯ)

Инсандын чөйрөгө жараша тынчсыздануусунун нормалдуу абалда болушу, инсандын жүрүм-турум нормасын коомдук талапка жараша калыптангандыгын түшүндүрөт. Эгерде изилденип жаткан инсан изилдөөдөгү суроолорго туура эмес жооп бере турган болсо, анда адам психологиялык жактан кандайдыр бир деңгээлде функционалдык же неврологиялык оорулуу экендигин түшүндүрөт.

Сунуш кылынып жаткан диагностикалык ыкма изилденип жаткан адамдын кеңпейилдигин, кам көрүүчүлүгүн, боорукердигин, жашоого болгон кызыгуучулугун, жоопкерчиликти сезе билүүсүн, убадасына бекем тура ала тургандыгын өтө тыкан мамиледе боло алуусун изилдеп көрсөтө алуучу ыкма болуп саналат.

Изилдөө ыкмасындагы суроолор инсандын жүрүм-турумундагы алты факторго карата маани берет. Ата-энеге, жаныбарларга, караган адамдарга, балдарга, көркөм адабияттагы каармандарга, тааныш жана тааныш эмес адамдарга маани берүүсүн мүнөздөйт.

Изилдөөчүлөргө төмөнкүдөй инструкция берилет: Урматуу изилденүүчү сизге берилген суроолордун ар биринин мазмунуна жараша алты баллдык системада балл берүүңүздү

суранабыз. “0” деген балл “билбейм” деген жоопко коюлат.  
Ушул эле сыяктуу:  
1 - эч качан андай эмес,  
2 - кээде ушундай,  
3 - ушундай,  
4 - көпчүлүк учурда ушундай,  
5 - дайыма ушундай деген баллдар менен жооп берүү керек.  
Жооп берилбей калган суроо болбош керек.

## ИЗИЛДӨӨГӨ КЕРЕК БОЛГОН СУРООЛОР

1. Атактуу адамдар жөнүндө жазылган китептерге караганда, мага саясат жөнүндө жазылган китептер жагат.
2. Чоң кишилердин чоңоюп эле калган балдарга жасаган камкордугу менин жинимди келтирет.
3. Мага башка бир адамдардын ийгилиги жана ишинин оңунан чыккандыгы туурасында ой жүгүртүү жагат.
4. Музыкалык берүүлөрдүн ичинен “азыркы ритм” туурасындагылары жагат.
5. Оорулуунун өтө эле ашыкча туура эмес тийише берүүсүнө жыл бою болсо да чыдоо керек.
6. Оорулууга сөз менен болсо да жардам бериш керек.
7. Чоочун адамдын урушуп жаткан эки адамдын мамилесине кийгилишүүсүнө болбойт.
8. Карыган адамдардын себепсиз эле таарынчаак болуп калышына түшүнүү керек.
9. Жаш кезимде кайгылуу окуялар туурасында укканымда көзүмө жаш айланып кетчү.
10. Ата-энемдин мен жөнүндөгү тынчсыздануулары эмоционалдык абалымды өзгөртөт.
11. Мени сындап айтылган сөздөр мени тынчсыздандырбайт.
12. Жаратылыш жөнүндөгү кооз сүрөттөргө караганда мага адамдын портреттери жагат.
13. Ата-энелердики туура эмес болсо дагы аларды дайыма кечирүү керек.
14. Эгерде ат арабаны тарта албай калса аны камчы сабоо керек.

15. Адамдар туурасындагы драманы окуганымда өзүмдү да ошолордой сезе баштайм.
16. Ата-энелер өз балдарына туура мамиле жасашат.
17. Жаңжалдашып жаткан адамдарды көргөнүмдө аларды ажыратууга аракеттенем.
18. Мен ата-энемдин жаман настроениеде болушуна көңүл деле бурбайм.
19. Ишимди таштап коюп жаныбарлардын же канаттуулардын жашоосуна кызыгып, байкоо жүргүзөм.
20. Кинодогу же китептеги окуялар шайкелең, обу жок адамдарды гана жашытат, ыйлатат.
21. Тааныш эмес адамдардын оңунө, бетине байкоо жүргүзүү мага жагат.
22. Жаш кезимде ээси жок иттерге, мышыктарга боорум ачып, аларды үйгө алып келип карачы элем.
23. Бардык адамдар негизги жамандыктарды ойлошот.
24. Бөлөк адамдарга карата өзүмдүн жашоо турмушумду билгим келет.
25. Токмок жеген жаныбарларды көрсөм, аларга жардам бергим келет.
26. Мен кичине мезгилимде шок болгонумдан, артымдан дайыма байкоого алышат эле.
27. Эгерде адамдын арыз-мунун жакшылап уксаң, ал кичине жеңилдеп калат.
28. Көчөдөгү жаңжалдардан алыс болгум келет.
29. Жаш балдарга жумуш же оюн туурасындагы идеяларды сунуш кылсам, аларга дайыма жагам.
30. Көпчүлүк элдер жаныбарлардын сезгичтик жөндөмүн ашыкча эле мактай беришет.
31. Жаңжалдашууда түзүлгөн кыйынчылык абалдан адам өзү чыгышы керек.
32. Баланын ыйлашынын сөзсүз бир себеби бар.
33. Аксакалдардын бардык талаптарын жаштар аткарыш керек.
34. Мени менен окугандардын эмне жөнүндө ойлонуп жатышкандыгын изилдеп билгим келет.
35. Багуусуз калган жаныбарларды кырып жок кылыш керек.



36. Эгерде менин досторум өздөрүнүн жекече проблемалары тууралуу сөз баштаса, мен аларды башка темага бурууга аракеттенем.

## ИЗИЛДӨӨНҮН ЖЫЙЫНТЫГЫН ЧЕЧМЕЛӨӨ

Экспериментте изилдөөчүнүн туура же туура эмес толтургандыгын текшерүү максатында төмөнкүлөргө көңүл буруу керек: 2,4,16,18,33 - “билбейм” 2, 7, 11, 13, 16,18,23 - “дайыма ушундай” деп толтурулган болсо, мындан сырткары дагы 7 жана 17 31,22 жана 36 жубу менен “көпчүлүк учурда ушундай” жана 3 менен 36, 1 менен 3, 17 менен 28-чи суроолордун жооптору жупжубу менен “кээде ушундай” деп окшош жооп берилип, алган баллдардын суммасы 5 же андан ашып кете турган болсо, анда изилдөө туура эмес, б.а.ишенимдүүлүгү жок болот. Эгерде сумма 4кө барабар болсо ишеничсиз, 3 болсо анда изилдөө туура болот.

Изилдөөнүн чындыгынын оң болуп калышы кокусунан эмес. Ал изилдөөчүнүн каалабагандыгынан улам изилдөөчүгө каршылык көрсөтүүсүнөн, айрым учурларда психикалык функциялардын жана абалдардын бузулушунан да болуп калышы мүмкүн. Ошондуктан изилдөөнүн жыйынтыгы чыгарган изилдөөчүлөр менен изилдөөлөрдү улантып чыныгы психикалык абалды изилдеш керек.

Ал эми тынчсызданууну чөйрөгө жараша билүү үчүн төмөндөгү “ачкыч” колдонулат

№	Факторлор	Быш-тоо ном-и			Сумма
I	Ата-энеге карата	10/	13/	16/	
II	Жаныбарларга	19/	22/	25/	
III	Кары адамдарга	2/	5/	8/	
IV	Балдарга	26/	29/	35/	
V	Каармандарга	9/	12/	15/	
VI	Тааныш эместерге	21/	24/	27/	

Ал эми эмпатиянын деңгээли алган баллдарга жараша төмөнкү таблицанын жардамы менен аныкталат.

Деңгээлдер	Шкала боюнча	Бардык сумма
өтө	15	82-90
Жогорку	13-14	63-81
Орточо	5-12	37-62
Начар	2-4	12-36
өтө төмөн	0-1	5-11

Изилдөө аяктагандан кийин сабакты бышыктоо максатында студенттерден төмөнкү суроолорду билүүсү талап кылынат.

1. Инсандык абал психологияда эмнени түшүндүрөт. Эмпатия деп эмнени айтабыз?
2. Кесиптик (педагогдук) турмушта бул ыкма аркылуу кандай пробеламаларды чечсе болот.

### Тема 3: КЕЛИШПӨӨЧҮЛҮК АБАЛДАН ЧЫГУУНУН ЖОЛУН ИЗИЛДӨӨ ЫКМАСЫ

(К.Н.Томастын ыкмасы аркылуу)

Америкалык психолог К.Н.Томас жаңжалдын пайда болуу себептерин төмөнкү факторлорго карата негиздеген:

-Тең тайлашуу,мында индивид экинчи бирөөнүн укугун бузуу менен ага зыян келтирүү аркылуу ийгиликке жетүүгө умтулат.

- Ыкташчулук, мында индивид өз кызыкчылыгын канааттандырыш үчүн керек болгон адамга жакындашат.

- Компромисс, мында мамилелешүү үчүн өз ара макулдашууга барат.

- Качуу, мында өз ара мамилени сактоо үчүн жаңжалдашуудан качат.

- Кызматташуу, мында экинчи бирөөнү толук кубаттап, альтернативалык жолду издейт.

Бул көрсөтүлгөн ыкманы колдонуп керектүү проблеманы чечүүдө изилденүүчүлөр төмөндөгүдөй инструкция боюнча

иш жүргүзүүлөрү керек. Тесттеги ар бир суроону мазмунуна жараша беш же үч баллдык системада балл коюу менен жооп бериш керек. (-2, -1, 0, 1, 2, же “-”, “+” жана “0”). Мында: “-” белгилер андай жумушка таптакыр барбайм дегенде коюлса, “+” белги суроодогу жумуштарды аткарууга даяр экендигин билдиргенде, ал эми “0” калыс болгон учурда коюлат.

Бул ыкманы ишке киргизүү үчүн төмөндөгүдөй суроого жооп берүү талап кылынат.

1. Айрым учурларда талаш маселени чечүүнү башка бир адамдардын мойнуна алышына мүмкүндүк түзөм.
2. Талашканга караганда, ал адам менен жакындаштыра турган жактарыбызды издейм.
3. Компромисстик чечимдерди табууну издейм.
4. Мени менен сүйлөшүп жаткан адамдын кызыкчылыгына жараша, өз кызыкчылыгымды жокко чыгарам.
5. Дайыма өз кызыкчылыгымды канааттандырышка умтулам.
6. Айрым учурларда кээ бирөөлөрдүн кызыкчылыгы үчүн өз кызыкчылыгымды курмандык кылам.
7. Бирөөгө өз оюмду таңуулабайм.
8. Талаш маселени чечүүдө кимдир бирөөлөрдөн кубаттоону күтөм.
9. Пайдасыз ойдон алыс болууга аракеттенем.
10. Өзүмө жагымсыз болгон абалдан алыс болгум келет.
11. Талаш маселелерди дароо чечпестен, аны акырындык менен өзү чечилүүсүн күтөм.
12. Бирөөнү өзүмө кошуп алыш үчүн, ал талап кылган кээ бир кемсинтүүлөрүнө барам.
13. Талаш маселени чечиш үчүн алдын-ала себептерин издейм.
14. Менин каалоомо дал келбеген чечимдерге тынчсыздан башка аракет кылам.
15. Жалпы мамилени сактап тынчсызданган адамды соортууга аракеттенем.
16. Урушуп жаткан адамдарга кошулуп кетемби деп корком.
17. Талашып жаткан адамдын өз оюнда калышына мүмкүндүк түзүп берем.
18. Чечим чыгарып жатканда мен орточо позицияны сунуш кылам.

БИБЛИОТЕКА  
Ошского государственного  
педагогического института  
ИНБ Д 763886

19. Бардык ишти оюмдагыдай болушу үчүн бардыгын мажбурлайм.
  20. Мен өз оюмду айтып, ушул иш туурасындагы анын оюн сурайм.
  21. Бир ишти аткарыш үчүн өз оюмдун логикасынын мүмкүнчүлүгүнүн жогору экендигин таңуулайм.
  22. Эгерде талаш маселе аны бактылуу кыла турган болсо, анда ошонун оюндагыдай чечилишине макул болом.
  23. Эгерде анын ою мени кубаттай турган болсо, мен анын өз оюнда калышына шарт түзөт элем.
  24. Алдын ала биздин көз карашыбыздын эмнеден айырмалана тургандыгын билип, андан кийин гана сөз баштайм.
  25. Экөөбүзгө тең ыңгайлуу болгон жолдорду издейм.
  26. Келишим түзүп жатып, калган жактарга да көңүл буруп турам.
  27. Чечиле турган маселеге түз мамиле жасагым келет.
  28. Ишимдин оң болбой тургандыгын билсем да өз оюмдан эч кайтпайм.
  29. Мен өзүмдү туура экендигимди далилдеп түшүндүрүүгө жанталашып аракеттенем.
  30. Бирөөнүн алдында бечера болуп көрүнгүм келбейт.
- Сууроолорго жооп берилип бүткөндөн кийин аны чечмелөө үчүн төмөндөгү ачкыч колдонулат.

Тең тайлашуу	5, 19, 21, 28, 29, 30
Ыкташуучулук	2, 6, 7, 15, 22, 26
Компромисс	3, 12, 17, 18, 23, 25
Качуу	1, 9, 10, 11, 14, 16
Кызматташуу	4, 8, 13, 20, 24, 27

Ар бир изилденүүчү изилдегенден кийин, группалык өзгөчөлүктү табуу үчүн төмөндөгүдөй таблица менен иш жүргүзүлөт. Мында ар бир изилденүүчүнүн көрсөткөн факторлор боюнча баллдары таблицкага толтурулуп, арифметикалык орточосу чыгарылат.

№	Ф.И.О.	1-ф	2-ф	3-ф	4-ф	5-ф
1. 25.	Асанова Н. Жусубалиев Э.					
Орточо						

Изилдөө жумушу толук бүткөндөн кийин төмөнкү суроолорго изилдөө көрсөткүчтөрүнө таянуу менен жооп бериш керек.

1. Психологиялык теорияларга таянып, тең тайлашуу (соперничество), ыкташуучулук (приспособление), компромисс качуу (избегание) жана кызматташуу (сотрудничество) деген факторлорду түшүндүрүп бериңиз.
2. Эксперименттин көрсөткүчтөрүнө таянуу менен изилденген адамдардын жекече жана группалык өзгөчөлүктөрүн психологиялык теориялар аркылуу түшүндүрүп бериңиз.
3. Практикалык турмушта бул ыкманы колодонуп кандай проблемаларды чечүүгө болот? (өз кесибине тиешелүү болгон мисалдардан келтир).

Тема 4: **ИНСАНДЫН АГРЕССИЯЛЫК САПАТЫН  
ИЗИЛДӨӨ ЫКМАСЫ**  
(Басса-Даркинин ыкмасы боюнча)

Агрессия психология илиминде инсандын жүрүм-турум нормасын бузуучу мотивдин бир формасы катары түшүндүрүлөт. Агрессиялык жүрүм-турум жалпы коомдун жүрүм-турум нормасына карама-каршы келгендиктен инсандар аралык мамилени бузуп, өз ара конфликти пайда кылат. Ушул проблеманы чечүү максатында бул ыкманын жардамы менен агрессиянын төмөнкүдөй формаларын изилдөөгө болот.

- физикалык агрессия, мында экинчи бир адам менен кол күчү аркылуу карама-каршылыкка барууга ниеттенген форма.

- Кыйыр жол аркылуу агрессияга өтүү, мында адам тамаша, ушак, көз артуучулук максатында ичкертеден жамандык келтирүүгө аракеттенет.

- Эч кимге багытталбаган агрессия. - буга өзүнөн өзү жинденип ызырынуу, жер тепкилөө, туш келди столду тарс муштоо ж.б. кирет.

- Жинденүү агрессиясы - мында адам болор-болбос дүүлүктүргүчкө кыжырланып, себепсиз эле бирөөлөргө катуу сөз айтып, өзүн токтото албай калган абалда болот.

- Белгисиз агрессия - мында өзүнөн чоңдорго, жетекчилерге жана өзүн авторитеттүү сезген адамдарга карата оппозициялык формадагы жүрүм-турумду айтууга болот.

- Таарынуу агрессиясы - мында адам чөйрөнү жек көрүү менен настроениясы бузулат.

- Шектенүүчүлүк агрессиясы, мында бирөөгө ишенбей, өзүнөн-өзү эле бирөөлөрдөн сактанып, бирөөлөр жөнүндө туура эмес жаман пикирде болот.

- Тил аркылуу аткарылуучу агрессия, буга тил аркылуу бирөөлөргө жамандык издөө, ушак таратуу ж.б.

-Өзүн күнөөлүү сезүү агрессиясы, мында өзүн коомчулуктан төмөн сезип, өзүн-өзү жектөө, жаман көрүү жана өзүн-өзү жек көрүү.

Ошентип бул сунуш этилген агрессиянын формаларын изилдөө менен изилденүүчү күндөлүк турмушундагы бирөө менен болгон жумушун, мамилесин коомдук талапка жараша канааттандыра алат. Ал үчүн изилденүүчүлөргө төмөндөгү инструкция берилет:

Урматтуу изилденүүчүлөр сиздерге берилген суроонун мазмунуна жараша беш (-2,-1, 0,1,2,) же үч балл (+,0,-) берүү менен жооп беришиңиздерди суранабыз. Мында “-” белгилер андай сапат жок деген учурда коюлса, “0” ортозаар болуп калган учурда, ал эми “+” белги берилген сапат бар деген учурда коюлат. -2,+2лер өтө так жүргүзүү керек болгон учурда колдонулат.

## ИЗИЛДӨӨГӨ КЕРЕК БОЛГОН СУРООЛОР

1. Айрым учурларда бирөөлөрдүн жинин тарата албайм.
2. Кээде өзүм жаман көргөн кишилер менен деле ушак айтып отура берем.
3. Менин жиним тез келгени менен бат эле таркап кетет.

4. Эгерде менден жакшылыкча суранбаса мен анын өтүнүчүн орундатпайм.
5. Мен өзүмдүн милдетимди дайыма эле сезе бербейм.
6. Менин артымдан кимдин кандай сөз айтарын билем.
7. Мен бирөөнү алдап койсом, артынан кыжаалат боло берем.
9. Бирөөнү муштап жиберүүгө колум барбайт.
10. Мен жиним келгенде колума тийген нерселерди туш келди ыргытканга чейин барбайм.
11. Мен бирөөлөрдүн жетишпеген жагына дайыма көңүл бура бербейм.
12. Эгерде талап кылынган эреже мага жакпай калса, аны бузуп кете берем.
13. Башкалар жагымдуу кырдаалды пайдалана билишет.
14. Мен өзүм күткөндөн да жакшы достук мамиле жасайм.
15. Мен адамдар менен бат эле тил табыша албайм.
16. Мени арданткан ойлор кээде пайда болот.
17. Эгерде кимдир бирөө мени муштап жиберсе деле унчукпай кала берем.
18. Жиним келгенде эшикти тарс жаап чыгып кетем.
19. Мен өзүм ойлогондон да ачулуу болуп кетем.
20. Кимдир бирөөлөрдүн боюн көтөргөнүнө чыдай албайм.
21. Мен тагдырыма анчалык ыраазы эмесмин.
22. Көпчүлүк мени жактырбайт деп ойлойм.
23. Эгерде талаш маселе учурунда көпчүлүк мага кошулбаса мен өзүмдү токтото албайм.
24. Кызматынан четтетилген адамдар күнөөсүн сезиш керек.
25. Эгерде бирөөлөр мени же менин үй-бүлөмдү шылдыңдаса мен алар менен мушташып кетем.
26. Мен одоно айтылган тамашаларды көтөрө албайм.
27. Менин үстүмөн күлгөндө ызаланып кетем.
28. Мен адамдардын көөп кетишине жол бербеш үчүн бардыгын жасайм.
29. Мен өзүмө жакпаган адамдарды ар бир жума сайын кездештирем.
30. Мени көрө албагандар көп.
31. Адамдардан менин укугумду урматтоосун талап кылам.
32. Мени ата-энеме берген жардамдарымдын жетишсиздиги кыжаалат кыла берет.

33. Айрым адамдар мурдуна бирди жегиси келип калганда эле тийише башташат.
34. Каардуу мамиледен мен көп азап тартам.
35. Мен өзүмө жараша жасалган орой мамиледен капа болбойм.
36. Мен өзүмдү бирөөнүн алдында жоготуп койсом да ага көңүл бурбайм.
37. Мен кээде бирөөнүн жетишкен жагына ичим тарыса да ага билдирбейм.
38. Кээде мени бирөөлөр шылдыңдап жаткандай сезиле берет.
39. Мен ачуум келсе дагы өзүмдү ачуулу көрсөтүүгө аракет кылбайм.
40. Мен өзүмдүн туура эмес аракеттеримдин кечирилишин каалайм.
41. Мен бирөөнүн кол көтөрүлүшүнө дайыма эле жооп бербейм.
42. Эгерде мен каалагандай болбой калса, кээде таарынып калам.
43. Адамдар кээде менин көз алдымда туруп эле ачуумду келтиришет.
44. Мен көрө элек адам жок.
45. Менин принцибин “Эч качан бирөөгө ишенбөө”.
46. Эгер бирөө менин ачуумду келтирсе, мен ал жөнүндөгү оюмдун бардыгын айтып таштайм.
47. Мен кийин өкүнүп калбашка көп аракеттенем.
48. Бирөөгө жиним келсе да ага кол көтөрө албайм.
49. Мен 10 жашымдан бери бирөөгө каарымды чача элекмин.
50. Мен өзүмдү тез-тез эле жарылып кетчүдөй сезе берем.
51. Менин сезимимди башка бирөөлөр билсе, мени оңой менен ыкка көнбөйт деп эсептешмек.
52. Ар дайым бирөөлөрдүн мен үчүн жагымдуу бир нерселерди кылышка мажбурлаган себептери жөнүндө ойлоно берем.
53. Эгерде мага бирөө кыйкырып сүйлөсө мен ага кыйкыруу менен жоп берем.
54. Ишим оңунан чыкпай калса капалана берем.



55. Менин урушуп кетүүм башкалардыкы сыяктуу өтө тез-тез же өтө сейрек эмес.

56. Аябай ачуум келгенде ызырынып колума тийген нерселерди сындырып жиберген учурларым эсимде бар.

57. Кээде мен өзүмдү урушту биринчи баштап жиберчүдөй сезем.

58. Кээде каталык менден кеткендей сезиле берет.

59. Мен мурда көпчүлүк адамдар чындыкты сүйлөшөт деп ойлочу элем, азыр буга ишенбейм.

60. Мен ачуумду токтото албай гана урушуп кетишим мүмкүн.

61. Мен туура эмес иш кылгандан кийин уялганымдан кыйнала берем.

62. Эгерде менин укугумду коргоого кол күчү керек болсо, мен аны колдоном.

63. Мен кээде ачуум келгенден столду тарс муштап жиберем.

64. Мага жакпагандарга орой мамиле жасайм.

65. Мага зыян келтире турган душмандарым жок.

66. Жетиштүү болуп калса дагы, адебин колуна берип коюуну билбейм.

67. Мен туура эмес нерселерди жасап жатамын деп ойлоно берем.

68. Мен урушуп кете турган адамдарымды билемин.

69. Мен майда-чүйдө нерселерге капа болбойм.

70. Кээде адамдар мени шылдыңдоого аракет жасап жатышат деген ойлор келе берет.

71. Кээде бирөөлөрдү максатсыз эле коркута берем.

72. Акыркы убакта мен өзгөрүп кеттим.

73. Талаш учурунда мен үнүмдү бийиктетип жиберем.

74. Мен жаман мамилелеримди жашырууга аракеттенем.

75. Мен үчүн талашкандан көрө макул болуп койгон жакшы.

Изилдөөнү иштеп чыгуу үчүн төмөндөгү жумуштар аткарылат. Алынган маалыматтардын негизинде “ачкыч” боюнча агрессиянын формалары жана деңгээлдери аныкталат.

I. Физикалык агрессия “+” белгиге карата: 1,25,41, 48, 55, 62, 68. “-” белгиге карата: 9,17.

II. Кыйыр жол аркылуу агрессия “+” ка карата: 2,10,18, 34,56,63,“-” белгиге карата: 6,26,49.

III. Жинденүү агрессиясы "+" белгиге карата : 3,19,27, 43,50,57,64,72, "-" ка карата:11,35, 69.

IV. Белгисиз агрессиясыз "+" ка карата: 4,12, 20, 28, "-" ка карата: 36

V. Таарынуу агрессиясы "+" белгиге карата: 5,13, 21, 29, 37, 44, 51, 58.

VI. Шектенүүчүлүк агрессиясы "+" белгиге карата 6,14, 22, 33, 45, 52, 59. "-" белгиге карата: 65, 70.

VII. Тил аркылуу агрессиясы "+" белгиге карата: 7,15,23,31,46,53,60,71,73. "-" белгиге карата 39,66,75.

VIII. Күнөөнү сезүү агрессиясы "+" белгиге карата: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61 жана 67.

Мындагы I, II, VII формалардагы агрессиялар жалпы агрессияны түшүндүрөт.

Ошентип ар бир изилденүүчү изилденип бүткөндөн кийин, группалык агрессияны билиш үчүн төмөндөгүдөй таблица түзүлүп, изилдөө улантылат.

№	Ф.И.О	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1.	Асанова Г.								
2.	Бектенов К.								
25.	Якубов М.								
Орточосу:									

Изилдөө аяктагандан кийин изилдөөнүн жыйынтыгын теориялык жактан чечмелеш үчүн төмөнкү план боюнча даярдануу керек.

1. Инсандар аралык мамиле деп эмнени айтабыз? Конфликттин пайда болушунда агрессия кандай роль ойнойт? Конфликттин алдын алуу үчүн эмне кылуу керек? (Психологиялык теорияларга таянып жазуу керек).

2. Изилдөөдө толтурулган таблицкага баянуу менен жеке адамдарга жана группага анализ жасаңыз.

3. Изилденген группанын жана жеке адамдардын агрессиясын төмөндөтүү үчүн кандай иштерди жасоого болот жана кандай кесиптик проблемаларды чечүүгө мүмкүн? (өз кесибиң боюнча).

## Тема 5: АКТИВДҮҮЛҮКТҮН ДЕНГЭЭЛИН АНЫКТООЧУ ЫКМА (АД)

Бул методиканын негизги максаты инсандын жүрүм-турумунун нормасын ситуациялык абалга жараша көрсөтүү болуп саналат. Башкача айтканда инсанга мүнөздүү болгон чечкиндүүлүктүн, болуп жатка окуяга даяр болушун, чөйрө менен болгон мамилесинин активдүүлүгүн жана тескерисинче шалаакылык, түнттүк, ишине кайдыгер мамиле жасоо сыяктуу жүрүм-турумдун нормасын изилдөөгө мүмкүндүк берет.

Ошентип керектүү инсанды изилдөө үчүн төмөнкү инструкция боюнча жумуш аткаруу керек.

Урматтуу изилденүүчү төмөндөгү берилген суроолордун ар биринин мазмунуна жараша “менде ушундай сапат бар” дегенде “+”, же тескерисинче “жок” дегенде “-” колдонуу менен жооп беришиңди суранабыз.

Эскертүү, берилген суроолорго чын ниетиңиз менен жооп беришиңиз зарыл. Андай болбосо изилдөө өзүнүн маанисин жоготуп коюшу мүмкүн.

### ИЗИЛДӨӨ ҮЧҮН СУРООЛОР

- 1.Кандайдыр бир жумушту баштоонун алдында терең ойлонуп туруп анан аткарууга киришем.
- 2.Эгерде менин алдымда аткарыла турган татаал проблема болсо, анын бардык талаптарын канааттандырмайынча менин жаным тынбайт.
3. Менин оюмча мага караганда тааныштарым чечкиндүүлүктү көрсөтө алышат.
4. Башка адамдар менен кагышып кетпеш үчүн өзүм жалгыз иштегенди жакшы көрөм.
5. Айрым учурда мен өзүмдү “тоону томкоро алчудай” сезем.
6. Менимче ойлонулган жумуш турмуштун чындыгы менен дал келбесе, анда ал жөн эле убакытты өткөзүү болуп эсептелет.
7. Эгерде аткарып жаткан жумушум көп убакытты ала турган болсо, анда мен үчүн зарыл жана кызыктуу болгон жумуштарымдан да баш тартам.

8. Мен өтө аз жумушту ынтызарлык менен чын ниетимден аткарам.
9. Кандайдыр бир жооптуу жумушту аткарууда жаңылышып каламбы деп корко берем.
10. Элдердин арасында иштеп жатып физикалык жактан чарчап калсам, жалгыз болгум келе берет.
11. Алдындагы жумушту аткаруунун ордуна өзүнөн өзү эле тартына берген адамды жаман көрөм.
12. Менин жасап жаткан ишим анчалык болбой калса эле, айланадагылардын баары ушуну билип тургандай сезиле берет.
13. Мен ойлонууну көп талап кыла турган жумушта иштегенди жакшы көрөм.
14. Эгерде бир чечимди кабыл ала турган болсом, ошону аягына чыкмайынча иштейм.
15. Мен чын дилим менен иштегенде өзүмдү жакшы сезип, жакшы уктайм.
16. Шаардын сыртында жүрүп эс алганга караганда телевизордун жанында китеп окуп отуруп эс алганды жакшы көрөм.
17. Кызыктуу көрсөтмө-залдарга, кино-театрга кирүү үчүн, эртеден кечке билеттин кезегинде турсам да мейли.
18. Бүгүнкү аткарыла турган жумуштарым дайым эле эртесине калып кала берет.

### ИЗИЛДӨӨНҮ ЖЫЙЫНТЫКТООЧУ “АЧКЫЧ”

Мында ар бир суроого берилген оң жооп “+” 1 (бир) деген, ал эми тескери мазмундагы “-” жооптор 0 (нөл) балл алат. Андан кийин бардык суроолордун жоопторунун баллдары суммаланат.

Төмөндөгү нормативге жараша алынган изилдөөнүн жыйынтыктары чечмеленет. 0-5 балл алган адамдын активдүүлүгү өтө төмөнкү деңгээлде. Мындай адамдар аткара турган жумушун ар бир деталына чейин маани берип, шашылбай аткарышат. Аткарып жаткан ишинен ката кетирем деп коркпойт. Качан өзү жасаганда гана ишенимдүү сезет. Максатына жараша өжөрдүк менен иштейт. Өз чыгармачылыгы менен

ойлонуп иш жасагысы келбейт. Жумушка өтө кыйынчылык менен коррекцияланат.

6-10 балл алгандар орточо активдүүлүгү адамдар болуп саналышат. Мындай адамдар өздөрүн жумушка карата теңдеп башкара алышат, турмушка ар тараптуу маани беришип, ички тынчсыздануусун токтото билишет.

11-18 балл алган адамдар жумушка өтө эле токтоо мамиле жа-сашып, жашоонун ички мазмунуна, күндөлүк жашоого чоң маани беришет. Ар бир иштин майын чыгара аткаруу туура-сында көп ойлонушат. Аткарып жаткан жумушуна кимдир бирөөлөрдүн кийгилишүүсүн, башкаруусун жаман көрүшүп, эс алганча жалгыз иштегенди каа-лашат. Өзүнүн үстүнөн көп эмгекти талап кылышат.

Изилдөөчү ар бир изилденүүчүнү изилдеп бүткөндөн кийин өзүнө керектүү группа туурасындагы маалыматты төмөнкү таблицага толтурат.

№	Ф.И.О.	0-5	6-11	11-18
1.	Асанов Ж.			
2.	Бегметов А.			
25.	Юсупов М.			
Саны				

Мында ар бир изилденүүчүнүн алган баллы жаткан интервал менен фамилиясынын кесилишкен жериндеги графага "+" белги коюлуп, вертикалдуу формада ар бир деңгээлдин "+" тaрынын саны эсептелет. Муну менен тиешелүү группанын активдүүлүк деңгээли табылат. Мындан сырткары дагы ар бир изилденүүчү менен дифференциалдык жекече иш алып барууга керектелет.

Ыкма төмөнкүдөй суроолор менен бышыкталат.

1. Инсанды кыймылга келтирүүчү күчтү түшүндүрүүчү психологиялык агымдар. Активдүүлүктүн түрлөрү.
2. Экспериментке алынган изилдөө жыйынтыктарын теорияга

таянуу менен ар бир инсан үчүн жана группа үчүн далдилдеп бергиле.

3. Бул ыкманы пайдаланып кесибине тиешелүү болгон кандай проблеманы чечүүгө болот. (Бир проблеманы алып талкуулаш керек).

## Тема 6: ИНСАНДЫН ӨЗҮН-ӨЗҮ БААЛООСУН АНЫКТОО ЫКМАСЫ

Бул ыкма бир фактордук ыкма болуп саналат. К.Д.Ушинский “жаштарды ар тараптан тарбиялоодо тарбиячы ал жаштар туурасында ар тараптуу билиши зарыл” деп айткан. Ошондуктан жаштарды тарбиялоодо жаштардын өзүн-өзү баалай билүүсү чоң мааниге ээ.

Жаштардын өзүн-өзү баалоосун билүүдө, инсандын өзүн-өзү баалоо ыкмасын колдонуу менен максатка жетүүгө болот.

Инструкция: Урматтуу изилденүүчү, сизге сунуш этилген инсандык сапаттардын ичинен биринчи жолу эркин, каалагандай формада 20 (жыйырма) сапатты тандап, көрсөтүлгөн таблицага жазасыз. Андан кийин ошол тандалган сапаттын ар биринин маанисине жараша, сиздин оюңуз боюнча эң жаман деп эсептеген сапаттан баштап, эң жакшы деген сапатты көздөй тизип жазуу керек. үчүнчү учурда ошол тандаган 20 сапатыңызды менде аз кездешет дегенден баштап, менде көп кездешет дегенине карай дагы катарга тизип жазып чыгасыз.

Ыкманы ишке киргизүү учурунда сизге төмөнкүдөй сапаттардын тобу берилет: Тыкан, ойчул, кызганчаак, өтө сезгич, намыскөй, корс, жайдары, камкор, көз каранды, тартынчаак, кекчил, ак ниет, эпчил, көк, ишенчээк, шалаакы, кыялкеч, был-жыраган, жердешчил, берешен, көз каранды эмес, ачуусу чу-кул, чечкиндүү эмес, өзүн кармай албоочулук, кылдат, таарынчаак, сараң, чечен, мээримдүү, шамдагай, шекчил, принципалдуу, чечкиндүү, баамчыл, токтоо, санаачыл, коркок, кичипейил, демилгечил, чыдамкай.

Көрсөтүлгөн сапаттардан 20ны тандап төмөнкү таблицанын 1-графасына толтуруу керек.

№	1-графа	№	2-графа	№	3-графа
1.	Эпчил	1.		1.	
2.	Чыдамкай	2.		2.	
20.	Ишенчээк	20.		20.	

№ 1-таблица

Изилденүүчүлөр № 1 таблицаны толтургандан кийин II жана III графадагы инсандык сапаттар

$$P=1-\frac{6 \sum d_i^2}{n^3-n} \quad \text{деген формула}$$

боюнча коррекцияланышат. Мында  $n$  - тандалган инсандык сапаттын саны. Биз шартта  $n = 20$  болот. Ал эми  $d$ -II графадагы инсандык сапаттын III графадагы ошол эле сапаттын катар номери менен коррекцияланганда алынган сан.

Мисалы: кекчил II графадагы 3-катарда болуп, III графада 5-катарда боло турга болсо, анда ал  $d/ = 3^2 - 5^2 = 9 - 25 = 16$  көрүүндө болот.

Ошентип  $d_1, d_2, \dots, d_n$  чейин иштелип чыгат. Алынган сандар № 1чи формуланын керектүү жерлерине коюлат.

$$\text{Мис: } P=1-\frac{6 \cdot 620}{20^3} = 1-\frac{3720}{7980} = 0,534$$

Математикалык законду ушундай жол менен колдонуу аркылуу инсандын өзүн-өзү баалай билүүсүнүн коэффициентин алынат. Эгерде алынган коэффициент +1 сандык интервалынан тышка чыгып кете турган болсо, анда ыкма туура эмес иштелген деп эсептелинип, жүргүлгөн изилдөө өзүнүн маанисин толугу менен жоготот. Мындай учурда изилдөө кайрадан жүргүзүлөт.

Ар бир изилденүүчү изилденип бүткөндөн кийин, жалпы группаныкы менен ал группанын ар бир мүчөсүнүкүн салыштыруу максатында группаныкын төмөнкү таблица менен аныктоого болот.

№	Ф.И.О.	+ (0-0,3)	+ (0,4-0,6)	+ (0,7-1)
1.	Базарбаев Н.	+		
2.	Вахидов С.		+	
25.	Юсупов М.			+
Саны				

Корсетүлгөн № 2-таблица боюнч группа өздүк баалоолорго карата топторго бөлүнөт.

Мында: + (0-0,3) - коэффициенти өзүн-өзү төмөн баалагандыкты билдирет. + (0,4-0,6) - орточо туура баалай ала тургандыкты билдирет. + (0,7-1) - коэффициенти өзүн жогору баалай тургандыгын мүнөздөйт.

Бул ыкма төмөнкүдөй суроолор менен бышыкталат:

1. Инсандын өзүн-өзү баалоосу деп эмнени айтабыз. Өзүн-өзү баалоо кандай факторлорго көз каранды?
2. Таблицаларга таянып өздүк жана группалык сапаттарды чечмелегиле.
3. Бул ыкма менен кесибиндеги кандай проблемаларды чечүүгө мүмкүн деп ойлойсуз? Кандай сунуштарды кийре аласыз?

## Тема 7 МҮНӨЗДҮ ИЗИЛДӨӨЧҮ ЫКМА

Сунуш этилген ыкма личностун бир факторун изилдөөчү ыкма болуп саналат. Изилдөө жыйынтыгындагы мүнөздүн маанисине карата ал адам туурасында психологиялык мүнөздөмө берүүгө болот.

Ал үчүн төмөндөгү инструкцияны колдонуп, изилдөө жумушун уюштуруу керек. Инструкция: Сизге сунуш этилген ар бир суроонун мазмунуна терең маани берип, оюңузга келген жоопторду пайдалануу менен убакытты кармабай, керектүү жооптун вариантын тегеректеп коёсуз. Студенттердин шарттарында китепке белгилебестен дептерге суроонун номерин жазып, тушуна жооптун вариантын (а,б,в,г) коюп койсо болот. Мис: 1 - в, 2 - а ж.б.



## ИЗИЛДӨӨДӨГҮ КОЛДОНУУЧУ СУРООЛОР

1. Өзүңүздүн иш аракетинизге, сизди курчаган чөйрөңүз өз таасирин тийгизет деп ойлойсузбу?  
а) өтө эле аз      б) аз      в) көп эле      г) өтө күчтүү таасирин тийгизет.
2. Көктүктү же бой көтөрүүчүлүктү кокусунан болгон процесс деп ойлойсузбу?  
а) ооба      б) жок.
3. Төмөнкү белгиленген сапаттардын ичинен кайсынысын баалуу деп ойлойсуз?  
а) туруктуулук      б) ойлонуунун кендиги      в) өзүн эффективдүү көрсөтө алуу.
4. Сизде педантиздик сапат барбы?  
а) ооба      б) жок.
5. Сиз учураткан кокустуктарды тез унута аласызбы?  
а) ооба      б) жок.
6. Өзүңүздүн жүрүм-турумуңузду анализдегенди жакшы көрөсүзбү?  
а) ооба      б) жок.
7. Өзүңүзгө жакшы тааныш болгон адамдардын арасында:  
а) өзүңүздүн каалаган нерсеңизди тандап сүйлөгүңүз келеби?  
б) өзүңүз менен өзүңүз болгонуз келеби.
8. Татаал жумушту аткарып жатып, келечектеги андан да татаал нерселер жөнүндө ойлонуудан алыс болгонуз келеби?  
а) ооба      б) жок.
9. Төмөнкү сапаттардын кайсынысы сизге дал келет?  
а) кыялкеч      б) “көйнөктө төрөлгөн бала”      в) эмгекке жанын берүү      г) тыкан      д) өзүнүн башына өзү чөп үйүп алуу.
10. Талкууланып жаткан маселеде:  
а) көпчүлүктүн оюна дал келбеген мазмуна сүйлөйт белеңиз?  
б) ал маселе боюнча айкын чечимиңиз болсо да унчукпай отура бересизби?  
в) өз оюңузду удургутпаш үчүн, сизди муктаж кылган талапты канаатандырасызбы?

11. Жетекчиликтин күтүлбөгөн кайрылуусу:  
а) жиниңизди келтиребиз?  
б) тынчсыздандырабыз?  
в) камкордук көрсөтөбүз?
12. Эгерде опонентиңиз сизге каршы иш уюштурса:  
а) ошондой эле тондо жооп бересизби?  
б) изилдеп көрөсүзбү?  
в) ошол эле мезгилде аны шылдыңдайсызбы?  
г) танапис берүүнү өтүнөсүзбү?
13. Эгерде сиздин жасаган ишинизди жараксыз деп чыгарышса:  
а) көңүлүңүз чөгөрөбүз?  
б) уят болосузбу?  
в) өзүңүздү айыптабайсызбы?
14. Эгерде сизди иштен (окуудан) четтетип коюшса, анда кимди күнөөлөйсүз:  
а) өзүмдү  
б) пешенемдин жоктугун  
в) объективдүү шартты
15. Сиздин оюңузча коллегияңыз, жетекчиңиз, кызматчыларыңыз, жөндөмүңүздү баалашпайбы?  
а) ооба  
б) жок.
16. Эгерде сиздин коллегияңыз жана досторуңуз кыйынчылыкты туудурса, анда:  
а) аларга жиниңиз келеби?  
б) акырындык менен көнүүгө аракеттенесизби?  
в) жинимди келтирбестен, аларды акырындык менен ойноткум (мыскылдагым) келет.  
г) эч бир көңүл бурбай, мыскылдап күлөм.
17. Шашылып жатканыңызда койгон жериңизден сумкаңызды, зонтигиңизди таба албай калсаңыз, анда:  
а) үндөбөй издейм.  
б) үйүмдүн тартипсиз экендигине нааразы болуп, издей берем.  
в) издебей эле кете берем.

18. Өзүмдү кармай албай калам, эгерде:
- узун очердеде туруп калсам.
  - коомдук транспорттордо.
  - бир эле жерге бир канча жолу кирсем.
20. Өтө маанилүү жумушту аткаруу үчүн кандай жардамчыны тандайт элеңиз?
- демилгеси жок болсо да айтканды аткарып туруучу адамды.
  - Ишин жакшы билген, бирок көк, айтканын кое бербеген адамды.
  - өтө талаакы, бирок бир жактуу адамды.

Ошентип бул ыкманы чечмелеп, сүйлөтүү үчүн төмөндөгү ачкычты колдонуп изилденген жеке адамга жана группага анализ жүргүзөбү.

ачкыч

1.	a=0 б=1 в=2	6.	a=2 б=0	11.	a=0 б=1 в=2	16.	a,г,д=0
2.	a=0 б=1	7.	a=2 б=0	12.	a=0 б=2 в=1	17.	a=2 б=0 в=1
3.	a=1 б=1 в=0	8.	a=0 б=2	13.	a=2 б=1 в=0	18.	a=1 б=0 в=2
4.	a=2 б=0	9.	a=0 б=1 г,д,=2	14.	a=2 б,в,=0	19.	a=0 б=2
5.	a=0 б=2	10.	a=2 б,в,г=0	15.	a=0 б=2	20.	a=0 б=1 в=2

Группалык мүнөздү аныктоо үчүн төмөнкү таблицаны толтуруу керек.

№	Ф.И.О.	0-156	15-25	26-38	38 коп
1. 25.	Асанова Н. Жусубалиев Э.				
ариф. орт					

Изилдөөнүн көрсөткүчтөрүн чечмелеп сүйлөтүүдө төмөнкү колдонмо пайдаланылат.

15. баллдан төмөнкүлөр: мүнөзү туруксуз, өзүн-өзү кармай албаган, келечекке ой жүгүртпөгөн адамдар. Эгерде кокустук болсо, өзүнөн башканын бардыгын күнөөлөшөт. Достукта жана коомдук жумуштарда мындай адамдарга ишенүүгө болбойт. 15-25 балл алгандар: булар толук катуу мүнөздөгү адамдар. Булар турмуш чындыгына туура маани берет, бирок бардык эле ойлогону иш жүзүнө аша бербейт. Себеби катачылыктар да көп болот. Коллективде өздөрүн түз, чыдамкайлык менен кармашат. Ошондой болсо да, ишин максата жеткирүү үчүн өздөрү туурасында да ойлонуулары керек.

26-38 балл алгандар булар жоопкерчиликти толук сезген адамдар болушат. Өзүңүздүн оюңузду баалай билишиңиз керек. Бирөөнүн да оюн сыйлай билүү зарыл. өзүңүздү өзүңүз жакшы көргөнүңүздү чектей билишиңиз керек. Катуу мүнөз дегендиктин туура варианттарын тандашыңызды өтүнөбүз.

38. деген жогорку балл алгандар: булар жөнүндө эч нерсе айтууга мүмкүн эмес. Анткени бул өтө эле идеалдуу мүнөз. Мындай мүнөздөгү адамдар турмушта дээрлик кездешпейт, же изилдөө туура эмес жүргүзүлүп калышы мүмкүн.

## ЫКМАСЫ

Сунуш этилген ыкма инсандын жекече жөндөмдүүлүгүн калыптануусундагы маалымат алуунун функционалдык системасына карата болгон көз карандылыгын изилдейт, башкача айтканда төмөнкүдөй факторлордун деңгээлдери изилденет.

1. Метафордук түшүнүккө карата жүрүм-турумун башкаруу; мында кабыл алып жаткан адам сөз, ыр, образ, көркөм адабиятта берилген метафорлорго туура маани бере алуучулук жөндөмдүүлүгүн түшүнөбүз.
2. Маалыматты образдуу кабылдоо жөндөмдүүлүгү, мында фантазиялык, образдуу элестете алуу, сүрөт, чийме менен өз оюн башка бирөөгө түшүндүрө алуу жөндөмдүүлүгүнүн жогору же төмөн экендигин айтууга болот.
3. Символикалык белгилерге туура маани бере алуу жөндөмдүүлүгү; мында предметтин же маалыматтын мазмунун белги, формула, график жана чийме аркылуу түшүндүрө алуу жөндөмдүүлүгү жөнүндө айтууга болот.
4. Маалыматтарды тил аркылуу бирөөлөргө түшүндүрө алуу жана өзү түшүнө алуу. Мында кыйналбастан эле толук түшүнүктүү сөз сүйлөп, керектүү маалыматтарды түшүндүрө алуу жөндөмдүүлүгү аныкталат.
5. Маалыматтарды абстракциялоо аркылуу түшүндүрө алуу, мында абстракттуу ойлоунун негизинде жалпы чечимдерди, жыйынтыктарды чыгара алуу жөндөмдүүлүгү аныкталат.
6. Рефлексивдүүлүк (өзүнүн ички дүйнөсүнө маани бере алуу). Мында кабыл алынган маалыматты өзүнүн субъективдүү ой толгоосуна салыштырмалуу башкарууну түшүнөбүз.
7. Кол эмгегинин жардамы менен аткарылчу жумуштарды так аткара алуучулук. Мында кол эмгегинин жардамында керектүү буюмдарды жасап, тетиктерди оңдоп, жаңы моделдерди түзө алуу жөндөмдүүлүгү жөнүндө сөз кылынат.

Изилденүүчү ушул көрсөтүлгөн факторлордун кайсынысы боюнча жогору балл топтой турган болсо, ал ошол фактор боюнча жөндөмдүү деп эсептелет.

Инструкция: Урматтуу изилденүүчү сиздин жөндөмдүүлүгүңүздүн деңгээлин изилдөө максатында берилген суроолордун ар бирине өзүңүздүн иш аткаруу формаңызга жараша алты (0,1,2,3,4,5) баллдык системада жооп беришиңизди суранабыз.

## ИЗИЛДӨӨГӨ КЕРЕК БОЛГОН СУРООЛОР

1. Кандайдыр бир нерсени түшүнүш үчүн ал нерсенин образын элестетесизби?
2. Сүрөт тартууга кызыгасызбы?
3. Сиз формула, графиктер аркылуу маалыматтарды толук түшүнө аласызбы?
4. Досторуң менен кызыктуу нерселер жөнүндө аңгемелешкиң келеби?
5. Сизге берилип жаткан маалыматтарды абстрактуу элестетүү аркылуу түшүнүп, жыйынтык чыгаргыңыз келеби?
6. Өзүңүздүн айланаңыздагы маалыматтарды туура түшүнүү үчүн көп убакыт кетсе да алар туурасында ойлоносузбу?
7. Кандайдыр бир нерселерди кыйналбай эле оңдой аласызбы?
8. Кимдир бирөөлөр менен метафордук сөздөрдү пайдаланып сүйлөшүү үчүн, билимиңизди жогорулаткыңыз келеби?
9. Килейлөө, сүрөт тартуу, макеттерди жасоо сиздин сүйүктүү ишиңизби?
10. Кимдир бирөөлөргө бир маалыматты сүрөттөп берүү үчүн чиймелерди, формулаларды пайдалангыңыз келеби?
11. Сизде адабияттык жөндөмдүүлүк бар деп ойлойсузбу?
12. Сизге абстрактуу түшүнүктөгү сүрөттөр (живопись) жагабы?
13. Сиз абстрактуу сүрөттөрдү кыйналбай түшүнө аласызбы?
14. Сиз кандайдыр бир аппараттарды, техниканы өз колуңуз менен оңдогонсузбу?

15. Сөздү метофорлоп, образдап сүйлөө кургак болот деп эсептейсизби?
16. Китепти окуп жатканыңызда сизде ошондогу каармандар менен аралашып кеткендей сезим пайда болду беле?
17. Сиз кандайдыр бир символдорду, белгилерди, цифраларды эсиңизге жакшы сактай аласызбы?
18. Сизди “жакшы жомокчу” дешет ушул чынбы?
19. Сиз бирөө менен сүйлөшүп жатканда керектүү сөздөрдү оңой колдоносубу?
20. Көркөм адабияттагы белгилердин символикалык мамилелерине оңой эле түшүнөсүзбү?
21. Кандайдыр бир жасалгалоо учурундагы кол жумуштары сизди өзүнө тартабы?
22. Сизге макалдап сүйлөгөн адамдардын сөздөрү жагабы?
23. Сиз искусствого байланышкан китептерди, сүрөттөрдү чогултасызбы?
24. Сиз формула, белги, кошулуп жазылган сөздөргө эркин түшүнөсүзбү?
25. Ыр жазып көрдүңүз бере?
26. Сизди тааныштарыңыз абстрактуу сүйлөйт дешет, ушул чынбы?
27. Бир эле кинону ар түрдүү ой жүгүртүү менен бир канча жолу көрөсүзбү?
28. Сизди колунан “көөрү төгүлгөн уста” дешет, ушул канчалык деңгээлде чын?
29. Сиз мурун жазылган өзгөчө поэзияга кызыгасызбы?
30. Сизге белги, формула түрүндөгү маалыматтарга караганда, көркөм адабий тилдеги маалыматтар түшүнүктүүбү?
31. Бирөөгө кат жазганыңызда, экөөңүздөргө гана белгилүү болгон сөздөрдү колдонуп жазуу сизге жагабы?
32. Чогулуштарда чыгып сүйлөгүңүз келеби?
33. Сиздин ишиңизде белгилердин системасы машинанын тили менен байланыштуу болушун каалайсызбы?
34. Жатканда оюңузга келген кыялыңызды системалаштырууга аракеттенесизби?

35. Техника менен иштөө сизди канааттандырабы?
36. Көркөм адабияттан өзүңүзгө жаккан образдарды, макалаларды тандагыңыз келеби?
37. Сиз бай фантазияга ээмин деп ойлойсузбу?
38. ЭВМге программаны кыйналбай эле түзө аласызбы?
39. Чет тилдеринен билесизби?
40. Айрым учурларда сүйлөшүп жаткандагы түшүнүксүз фразаларга кайрыласызбы?
41. Аткара турган жумушуңузду ойлонуп туруп анан жасоого аракет кыласызбы?
42. Техникалык жаңылыктарды ачууга дараметим жетет деп ойлойсузбу?
43. Өзүңүз метафордук сөздөрдү тапкыңыз келеби?
44. Сиздин сүрөт тартканыңызды дайыма көрүүгө болобу?
45. Түшүндүрүүнү жеңилдетүү үчүн формуланы, чиймени колдоносузбу?
46. Сиз ыр жазууга көп убакыт кетиресизби?
47. Керектүү маалыматтарды эске узакка сактоо үчүн өзүңүзгө гана түшүнүктүү болгон белгилелөрдү колдоносузбу?
48. Сизди өтө акылдуу адам дешет, ушул чынбы?
49. Сиз өтө кылдаттыкты, чыдамкайлыкты талап кылган кол өнөрчүлүк жумуштарын аткарууну каалайсызбы?

Алынган эксперименталдык изилдөөлөрдү чечмелеш үчүн эки этаптан турган жумуш уюштурулат.

Биринчи этапта изилденген ар бир инсанга "ачкычты" пайдалануу менен жекече жыйынтыктар чыгарылат.

Экинчи этапта ар бир изилденүүчүнүн көрсөткүчү аркылуу группага тиешелүү болгон жөндөмдүлүктүн формаларынын деңгээлдери аныкталат.



## АЧКЫЧ

№	Факторлор	Суроолордун номери
1.	Метафорлоштуруу	1, 8, 15, 22, 29, 36, 43
2.	Образдуу каб. ал	2, 9, 16, 23, 30, 37, 44
3.	Символдоштуруу	3, 10, 17, 24, 31, 38, 45
4.	Тил аркылуу сүй.	4, 11, 18, 25, 32, 39, 46
5.	Абстракциялоо	5, 12, 19, 26, 33, 40, 47
6.	Рефлексивдүүлүк	6, 13, 20, 27, 34, 41, 48
7.	Кол ишмердүүгү	7, 14, 21, 28, 35, 42, 49

Группалык факторлорду аныкташ үчүн төмөндөгү  
таблица толтурулат

№	Ф.И.О.	Ф-1	Ф-2	Ф-3	Ф-4	Ф-5	Ф-6	Ф-7
1.	Асанова Н.							
25.	Жусубалиев Э.							
ариф. орто ю								

Сунуш этилген жумуштар аткарылгандан кийин маалымат көрсөтмөлүү болсун үчүн ар бир изилденүүчү жана жалпы группа үчүн изилдөө көрсөткүчтөрүнө төмөнкүдөй графикти тургузууга болот.



Изилдөө ыкмасын теориялык жактан бышыктоо үчүн студенттер төмөнкү суроолорго жооп жазып, сабакка даярданып келүүлөрү керек.

1. Жөндөмдүүлүк деп эмнени айтабыз? Таланттын кандай түрү, формасы бар? Талант кандай факторлордун негизинде пайда болот?
2. Алынган жыйынтыкты өзүңө жана группага карата теорияга таянуу менен чечмелегиле?
3. Бул ыкманы колдонуп, турмушта кандай проблеманы чечсе болот?

Тема 9: ЧЫГАРМАЧЫЛЫК ПОТЕНЦИАЛДЫ  
ИЗИЛДӨӨ ЫКМАСЫ

Сиздерге сунуш кылынып жаткан ыкма бир факторду изилдөөчү ыкмалардын катарына кирет. Чыгармачылыктын деңгээлин изилдөө азыркы мезгилдеги негизги проблемалардын бири. Анткени адам баласынын турмушунда чыгармачыл фактор дайыма эле эске алынбастан толук көмүскөдө калып калат.

Ошондуктан жаштарды туура, коомдук талаптагы адам кылып тарбиялоодо, алардын чыгармачыл потенциалын эске алуу тарбиячы окуучулардын ишине өз эффективдүүлүгүн тийгизбей койбойт. Чыгармачыл мүмкүнчүлүктү аныктоо үчүн төмөндөгү инструкция боюнча иш жүргүзүү керек.

Инструкция: Сиздерге сунуш этилген ар бир суроонун мазмунуна карап, өзүңүз жооп берүүгө ылайыктуу деп эсептеген жооптун тиешелүү вариантын тегеректеп коесуз.

## ИЗИЛДӨӨДӨГҮ СУРООЛОР

1. Сизди курчап турган дүйнөнү оңолду деп эсептейсизби?  
а) ооба б) жок в) айрым бир гана жактары
2. Өзүм кошулуп иштегенде гана айлана-чөйрөм оңолот деп эсептеймин  
а) ооба, көпчүлүк учурда б) жооп бере албайм в) ооба, айрым учурда
3. Сиздин айрым идеяларыңыз турмушумду оңдойт деп ойлойсузбу?  
а) ооба б) айрым жактарын гана в) айрым бир адамдар үчүн гана.
4. Сиздин коомдогу ээлеген ордуңуз сиздин турмушуңузду оңдойт деп ойлойсузбу?  
а) чамасы б) ыктымалдуулугу төмөн в) болушу мүмкүн
5. Кандайдыр бир жумушту баштоодо аягына чейин чыгара алар бекем деп ойлойсузбу?  
а) ооба б) жок в) кээде
6. Эч бир тааныш эмес жумушту иштөө жагабы?  
а) ооба, сөзсүз б) эч качан кызыкпайм в) ошол жумуштун мүнөзүнө карап көрөм.
7. Тааныш эмес жумушту аткарууда талаптан артыкча мазмунда аткарууга аракеттенесизби?  
а) ооба б) канааттандырыш үчүн гана в) ооба, эгер мен кызыгып калсам
8. Сиз билбеген жумуш кызыктырса аны аткарып көрүү да кызыктырабы?  
а) ооба б) эң негизги жери гана в) мени кызыктырган жери гана.
9. Эгер ишиңиз оңунан чыкпаса:  
а) Өтө катуу капаланам б) Чындыкка жакын эмес деп басып кетем в) эч кандай көңүл бурбай ишимди жасай берем.
10. Менимче кесиптик-адистикти адамдар:  
а) мүмкүнчүлүгүнө жараша тандаш керек  
б) зарылдыкка жараша тандаш керек  
в) келечекте материалдык камсыз кыла алуусуна жараша тандаш керек.

11. Саякат мурунку бирөөлөр басып өткөн жол менен уюштурулуш керекби?  
а) ооба б) жок, бирок адашамбы деп корком  
в) ооба, мени кызыктырган жерлерди кайрадан көрүш үчүн.
12. Ошол эле мезгилде эмне жөнүндө сүйлөшкөндүгүңүздүн бардыгын эстей аласызбы?  
а) кыйналбай эле эстейм. б) толук эстей албайм  
в) мен үчүн кызыктуу болгон жерин гана
13. Чет тилин укканда маанисин түшүнбөй туруп эле кайталап бере аласызбы?  
а) кыйналбай эле  
б) эстөөгө жеңил болсо  
в) туура эмес кайталайм
14. Бош убактыңызда эмнени каалайсыз?  
а) жалгыз отуруп ойлонгонду  
б) компанияда отурганды  
в) жалгыз болгон менен компанияда отургандын мен үчүн айырмасы жок.
15. Кандайдыр бир жумушту аткарып жатып токтотуп коем, эгер:  
а) жумуш оңой аткарыла баштаса  
б) анча-мынча канааттана баштасам  
в) бардыгын аткара элек болсом.
16. Эгерде жалгыз болсоңуз:  
а) абстракттуу түшүнүк туурасында кыялданасызбы?  
б) баалуу жумушту иштейсизби?  
в) сиздин ишиңиз менен байланышкан жумушту иштегиңиз келеби?
17. Башыңызга келген идея туурасында иш аткаргыңыз келеби?  
а) ким менен турсам да.  
б) өз оюмда калыш үчүн  
в) каршылык күчтүү болбосо.
18. Өзүмдүн идеямды таңуулаймын, эгерде:  
а) мени эч ким укпай койсо.  
б) өз оюмда калыш үчүн  
в) каршылык күчтүү болбосо.

Жыйынтыгын чечмелеш үчүн төмөндөгү техника колдонулат. Мында ар бир суроодон алган баллдар суммаланат.

“а” жооптор үчүн - 3 балл

“б” жооптор үчүн - 1 балл

“в” жооптор үчүн - 2 балл берилет

1, 6, 7, 8чи суроолор изилденүүчүлөрдүн кайрымдулукка багытталган чыгармачылык мүмкүнчүлүгүн түшүндүрсө, 2, 3, 4, 5чи суроолор өзүнө ишенгендикти түшүндүрөт. 12, 13чүлөр угуу эсинин жогорулугун түшүндүрсө, 11 суроо көрүү эсинин жогорулугун түшүндүрөт. 14 суроо баш ийбөөчүлүктү түшүндүрөт. 16,17лер суроо жыйынчактуулугун түшүндүрөт.

Бул ачкычты пайдаланып, чыгармачылык сапаттардын потенциалын аныктоого болот. Ошондой эле группаны аныктоодо да колдонулат.

Аныкталган бир чечимди алыш үчүн дифференциалдык техника колдонулат. Мисалы: 1, 6, 7, 8чи суроолорунун баллдары суммаланып, арфиметикалык ортончосу эсепке алынат.

Мындан сырткары дагы баллдын жалпы суммасына карата төмөнкүдөй чечмеленет 49 жана андан ашык балл алгандар: бул адамдар өтө жогорку чыгармачылык мүмкүнчүлүккө ээ. Мындай адамдарды каалагандай жөндөмдүүлүктү талап кылган кесипке үйрөтүүгө жана үйрөнүүнү талап кылууга болот. 24-48 балл алгандар: Мындай адамдар нормалдуу чыгармачылык мүмкүнчүлүккө ээ. Эгерде бул адамдын кызыгуусу менен тандаган кесиби дал келе турган болсо, жакшы эле ийгиликтерге жетише алат. 23төн төмөн балл алгандар: бул адамдардын чыгармачылык мүмкүнчүлүктөрү төмөн болот. Мындай адамдар менен тарбиячылар жана керектүү адамдар чыгармачылык интеллектуалдыгын жогорулатыш үчүн ал адамды көз жаздымда калтырбоосу жана жардамын аябашы керек.

Андай адамдарды билүү үчүн төмөнкү таблица толтурулат жана колдонулат.

№	Ф.И.О.	49 жог.	24-48	23 төм.
1.			+	
25.		+		
Ор. саны				

Изилдөөнү бышыктоо үчүн төмөнкү суроолор колдонулат.

1. Жөндөмдүүлүк деп эмнени айтабыз? Чыгармачыл потенциал эмнеге байланыштуу болот?
2. Сиз окуган группа жана өзүңүз кандай чыгармачыл потенциалга ээ экен?
3. Ушул проблеманы турмушта кандай жолдор менен чечүүгө болот?

## Тема 10: ЭРКТИК САПАТТЫ ИЗИЛДӨӨЧҮ ЫКМА

Эрк инсанды түшүндүрүүдө өзгөчө психикалык абал болуп саналат. Анткени эрк процесси колдонулган иш аракетте жумушчу органдар дайыма аң сезимдүү башкарылып, максатка жетүү үчүн өзгөчө нервдик энергия сарпталат. Ошондуктан инсандын эрктик сапатынын жогору же төмөн болушу анын иш аткаруу процессиндеги спецификалык өзгөчөлүгүн мүнөздөйт.

Сиздерге сунуш этилип жаткан бул ыкма инсандын эрктүүлүк жана чечкиндүүлүк сапаттарынын жогору же төмөн экендигин изилдөөгө мүмкүндүк берет.

Инструкция: Сиздерге сунуш кылынган суроолордун мазмунуна терең маани берүү менен, ар бирине 4 баллдык (0,1,2,3) системада жооп берүү керек. Алсак, 3 деген балл ошол суроонун мазмуну сизге толук дал келсе коесуз. 1 деген баллды бир чечимге келе албай, ортозар абалда калганда, ал эми 0 деген баллды мындай сапат менде таптакыр жок деген мезгилде коесуз.

Изилдөөнү уюштуруу үчүн алдын ала даярдалган бланкага же лабораториялык дептерге суроолордун номери жазылып, анан аркасынан ал суроонун жобуна коюлган баллдар коюлат. Изилдөөнү ар бир изилденүүчү үчүн жана “коомдун идеалы” үчүн да жүргүзсө болот.

## ИЗИЛДӨӨ ҮЧҮН СУРООЛОР

1. Сиз убактыңыздын тардыгына же шартыңыздын жоктугуна карабай, өзүңүзгө кызыксыз болгон жумушту аягына чейин иштей аласызбы?
2. Кыйын шарттарга кыйналбай, оңой көнүгө аласызбы?
3. Көңүлүңүзгө туура келбеген жумуштарды жасайсызбы?
4. Эгерде сиз катышып жаткан кече көңүлсүз өтүп жатса, телевизор көрүп отуруп алат белеңиз?
5. Эгерде үйүңүздө же жумушта жаңжалдуу абал пайда болсо, сиз аны туура чечүү үчүн жаңжалды башкарат белеңиз?
6. Жакшы көргөн жумушуңуз үчүн калган бардык жумуштарыңызды таштап кое аласызбы?
7. Эгер врач сизге диета жазып берсе, алдыңызда турган тамактардан да баш тарта аласызбы?
8. Эгерде сиз иштеген жерден башка жактан айлыгы көп жумуш чыкса, ойлонбой эле которулуп кетет белеңиз?
9. Кечинде пландаштыргандай, эртеси күндөгүдөн туруп кете аласызбы?
10. Ойлонбой туруп айыбыңызды мойнуңузга алат белеңиз?
11. Күбө болуш үчүн керектүү адамдар келгичекти жаңжал болгон жерден кетпей турат белеңиз?
12. Күтүлбөгөн жерден мейманчылыкка барасызбы?
13. Сизге келген катка ошол замат жооп жазасызбы?
14. Жооптуу сүйлөшүүлөрдө өз оюңузду алмаштырасызбы?
15. Врачка тишиңизди коркпой эле барып жулдуруп келе аласызбы?
16. Кереги жок буюмду сатып алдыңыз беле?
17. Сизге врач жазып берген өтө ачуу дарыны үзгүлтүксүз иче аласызбы?
18. Эгер бирөө сизден өтө катуу суранса, өмүрүңүздө жасап көрбөгөн жумушту аткарууга макул болот белеңиз?
19. Бирөөнүн өтүнүчүн аткаргандан кийин өзүңүзгө иш үйүп алаарыңызды билип туруп, өз сөзүңүзгө туруш үчүн, анын өтүнүчүн аткарат белеңиз?
20. Базар күн экендигин билип туруп ишиңизди уланта бересизби?

21. Тааныш эмес шаарга ойлонбостон эле командировкага кете бересизби?

22. Убадаңызды дайыма аткарасызбы?

Изилдөө аяктагандан кийин ар бир жооптун баллдары төмөнкү "ачкыч" боюнча такталып суммаланат.

### АЧКЫЧ

Эрктүүлүк - 1 3 5 7 9 11 13 15 17 19 21

Чечкиндүүлүк - 2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22

Изилдөөнү тереңдетүү максатында өздүк баллдын суммалары группалык таблицага толтурулуп, эрктүүлүк жана чечкиндүүлүк сапаттарга карай топторго бөлөбүз. Ал таблица төмөндөгү көрүнүштө болот.

№	Ф.И.О	0-12				12-22				22-30			
		Эрк		Чеч		Эрк		Чеч		Эрк		Чеч	
		Ө	К	Ө	К	Ө	К	Ө	К	Ө	К	Ө	К
1.	Аманов	+			+			+		+			
25.	Якубов					+	+					+	+
	Орточо												

Изилденүүчүлөрдүн ар бир эрктүүлүк үчүн, 2 жана чечкиндүүлүк үчүн 2 + белгини таблицага түшүндүргөндөн кийин гана таблица толук толтурулду деп эсептелинет. Себеби "өзү" жана өзүнүн түшүнүгүндөгү "коомдун идеялы" деп экиден төрт сан алынат.

Бул тесттеги коомдун идеалындагы ролдук позициянын алынышы, изилденүүчүнүн түшүнүгүндөгү жүрүм-турумдун нормасын эсептөө системасы катары кабыл алыш үчүн колдонулат.

Тест боюнча 0-12 баал алгандар: булардын эрктик сапаты төмөн, чечкиндүү эмес. Мындай адамдарга атайын тарбиялык жумуштар талап кылынат.

21-22-балл алгандар: Эрктик сапаты орточо, чечимди ойлонуп туруп жасашат, ар бир маселеге ойлонулган формада жооп беришет.



22-30 балл, эрктин, чечкиндүүлүктүн жогору экендигин билдирет.

Мындагы эң негизги маани бере турган жагдай “өздүк балл” менен “коомдун идеалындагы” топтолгон баллдарынын ортосундагы айырмачылык. Эгерде коомдун идеалыныкы жогору болуп, өздүк балл төмөн боло турган болсо, ал адам туура жүрүм-турумду билип туруп, аны аткаруудан баш тартат. Экинчиден, ал адамда эч кандай эрктик сапаттын жоктугун билдирет.

Бышыктоо үчүн төмөнкү суроолор колдонулат

1. Эрк, чечкиндүүлүк деген эмне?
2. Изилдөөдө алынган жыйынтыкты теорияга таянып чечмелегиле.
3. Эркти өстүрүү үчүн эмне кылуу керек?  
(турмуштук мисалдардын жардамында.)

## Тема 11: ЭМОЦИОНАЛДЫК ЧӨЙРӨДӨ ӨЗҮН - ӨЗҮ КОНТРОЛДОО ЫКМАСЫ

Коомдук талапка жараша жүрүм-турумду башкаруунун бир фактору болуп инсандын өзүн-өзү контролдоосу саналат. Анын ичинен да эмоционалдык чөйрөдө өзүн-өзү контролдоо бардык адамдарда бирдей боло бербейт. Жүрүм-турумдун болушу ушул эмоционалдык чөйрөнүн таасир этүү күчүнө жараша болот. Ошондуктан жаш адистердин коомдук кызматтарда иштешинде өзүн жана өзү менен кызматташ болгондордун ким экендигин билүүсү эмгек өндүрүмдүүлүгүн жогорулатат.

Сиздерге сунуш этилген бул ыкма аркылуу инсандын:

1. Эмоционалдык чөйрөдөгү өзүн-өзү контролдоосунун деңгээли;
2. Ишмердүүлүк учурундагы өзүн-өзү контролдоосу;
3. Социалдык чөйрөдө өздүк жүрүм-турум нормасын башкара билүү факторлорун изилдөөгө болот.

Изилдөө жумушу изилденүүчүнүн аң сезимине карата “өзүнө”, “менин идеалым” жана “коомдун идеалы” деген ролдук позицияларга карата жүргүзүлөт.

Изилдөө төмөнкү инструкция боюнча жүргүзүлөт.

Инструкция: Урматтуу изилденүүчү сиз жооп бере турган суроолордун мазмунуна терең маани берип, жооп бериле турган сөздөрдүн пункттарын ар бир ролдук позицияга карата тегерекке алып коюшунузду суранабыз. Изилдөөнүн протоколу төмөнкү көрүнүштө болот.

№ 1-табл.

Суроолор номери	Мен өзүм	Менин идеалым	Коомдун идеалы
1	а, б, в	а, б, в	а, б, в
2			
n			

### ИЗИЛДӨӨ ҮЧҮН СУРООЛОР

1. Мени адамдар өзүн-өзү кармай албаган адам деп ойлошот.  
а) ооба б) ишенбейм в) андай эмес
2. Транспорттордо өзүмдөн улуу жана колунда баласы барларга орун бошотом.  
а) кандай шарт болбосун б) кээде  
в) бошотпойм
3. Туюу сезимиме көз салгым келет.  
а) дайыма б) кээде в) маани деле бербейм.
4. Эгерде мага берилген тапшырмага түшүнбөй кала турган болсом:  
а) жумушту аткарбай туруп тактайм  
б) айрым учурда тактайм.  
в) жумуш үстүндө тактайм
5. Иш учурунда өзүмдүн жөндөмдүүлүгүмдү текшерем.  
а) дайыма  
б) мезгил-мезгили менен в) текшербейм
6. Кандайдыр бир идеяга толук ынанмайынча анын аргументин сунуштабайм.  
а) дайыма б) адатта в) эгер сунуш максаттуу болбосо
7. Ар бир жумушту аткаруу үчүн ылайыктуу кийим керек.  
а) сөзсүз керек б) айрым иштерге в) кереги деле жок

8. Адатта өз сунушумду жашы жана кызматы жогору болгон адамдардан кийин айтам.  
а) ооба б) кээде в) жок
9. Мага адамгерчиликти, тактыкты, билгичтикти талап кылган жумуш жагат.  
а) ооба б) ортосу жагат в) жакпайт
10. Эгерде мен кызарып кетсем, аны дайыма сезем.  
а) ооба б) айрым учурда в) сезбейм
11. Иш учурунда эле анын тууралыгын текшерип турам  
а) дайыма б) мезгил-мезгили менен в) текшербейм
12. Мен талапты өтө катуу койгонумдан, жумуштун өз нормасын дайыма талап кылам.  
а) ооба б) орточомун в) андай эмесмин
13. Жүрүм-турумду коомдук нормада кармайм.  
а) дайыма б) кээде в) эч качан андай эмес
14. Мага жакпагандарга орой мамиле кылам.  
а) туура б) кээде в) туура эмес
15. Эгер ишимде түшүнбөгөн жерлер учураса ага маани бербей кийинкисине өтүп кетем  
а) дайыма б) кээде в) түшүнгөнгө аракеттенем.
16. Көпчүлүк учурда мага жакпаган адамдарга жиним тез келет.  
а) ушундай б) айрым учурда в) жиним келбейт
17. Коомдук жерлерде үнүмдү акырын чыгарып сүйлөйм.  
а) дайыма б) айрым учурларда в) катуу эле чыгарам.
18. Жумуш учурундагы каталыктарды оңдоо керек  
а) эгерде бирөө аны көрсөтсө б) шартка жараша в) эч кимди күтпөстөн, сөзсүз.
19. Эгерде өтө катуу тынчсыздансам, жасап жаткан ишимди уланта албайм.  
а) дайыма б) айрым учурда в) өтө аз учурда
20. Чогулуштарда сүйлөп жатып үнүмдү, кыймыл-аракетимди, жесттеримди башкарууга аракеттенем.  
а) дайыма б) айрым кезде в) өтө эле аз болот.
21. Мамилелешүү учурунда мен:  
а) өз оюмду эркин түшүндүрөм б) орточо түшүндүрөм  
в) оюму толук жеткизе албайм.

Изилдөөнү андан ары улантуу үчүн төмөнкү ачкыч колдонулат.

1-фактор Эмоционалдык чөйрө:

- 1-сур.  $a=0, b=1, v=2$       3-с.  $a=2, b=1, v=0$   
 10-с.  $a=2, b=1, v=0$       16-с.  $a=0, b=1, v=2$   
 19-с.  $a=0, b=1, v=2$       20-с.  $a=2, b=1, v=0$   
 21-с.  $a=0, b=1, v=2$

2-фактор Ишмердүүлүктөгү контрол.

- 4-сур.  $a=2, b=1, v=0$       5-с.  $a=2, b=1, v=0$   
 9-с.  $a=2, b=1, v=0$       11-с.  $a=2, b=1, v=0$   
 12-с.  $a=2, b=1, v=0$       15-с.  $a=0, b=1, v=2$   
 18-с.  $a=0, b=1, v=2$

3-фактор Социалдык чөйрөдө.

- 2-с.  $a=2, b=1, v=0$       6-с.  $a=2, b=1, v=0$   
 7-с.  $a=2, b=1, v=0$       8-с.  $a=2, b=1, v=0$   
 13-с.  $a=2, b=1, v=0$   
 17-с.  $a=2, b=1, v=0$

Ачкычка салынган баллдар төмөнкү таблицага толтурулуп, группанын контролдоо деңгээли аныкталат.

№ 2-таблица.

№	Ф.И.О	1-фак			2-фак			3-фак		
		Мн	Ми	Ки	Мн	Ми	Ки	Мн	Ми	Ки
1.	Асанова Н.									
25.	Жусубалиев Э.									
	Оргочо									

№ 2-таблицага таянуу менен изилденүүчүлөрдүн өзүн, өзүн идеалына, коомдун идеалына салыштырмалуу баалоо коэффициентин аныктоого жетишебиз.

Мында ар бир факторго карата канчалык балл жогору болсо, контролдоо деңгээли да ошончолук жогору, төмөн болсо төмөн болот.

## Бышыктоочу суроолор

1. Эмоционалдык абал жана сезим деп эмнени айтабыз. Психокоррекция деген эмне?
2. № 2-таблицанын көрсөткүчтөрүнө таянып, теориялык негизде анализ жасаңыз.
3. Бул ыкманы колдонуп практикалык турмушта кандай проблеманы чечсе болот. (Бир мисалды алуу менен).

Тема: 12

## СТРЕСТИК АБАЛДЫ ИЗИЛДӢ ЫКМАСЫ

Практикалык турмуштагы жумуштун эффективдүү болушунда стрестик абалды башкара билүү чоң мааниге ээ, Анткени стрестик абал эмгек өндүрүмдүүлүктө ар дайым өзүнүн терс таасирин тийгизип турат. Ошондуктан адам баласынын эмгектенүүсүндө стресттик абалды эске алып туруу зарыл.

Бул ыкманы төмөндөгү инструкция боюнча уюштура алабыз.

Инструкция: Урматтуу изилденүүчү сиз жооп бере турган суроолордун ар бирине терең маани берүү менен жооп беришиңизди суранабыз. Эгерде коюлган суроолордун мазмуну сизде учурай турган болсо "1" деген балл менен, учурабай турган болсо "5" деген балл менен бардык суроолорго жооп берип чыгасыз.

## ИЗИЛДӨӨ ҮЧҮН СУРООЛОР

1. Ар күнү түштөнөсүзбү?
2. Күнүнө сегиз саат уктайсызбы?
3. Үй турмушуңузду өз нугунда өтүп жатат деп эсептейсизби?
4. Кыйынчылык мезгилде жардам көрсөтөт деп ишенген досуңуз барбы?
5. Спорт менен такай машыгасызбы?
6. Тамеки чегесизби?
7. Ичимдик ичкенди жакшы көрөсүзбү?
8. Салмагыңыз өз боюңузга дал келеби?
9. Күндөлүк керектөөңүзгө акчаңыз жетеби?
10. Келечектеги бактылуу жашооңузга ишенесизби?

11. Кинотеатрга үзгүлтүксүз барасызбы?
12. Тааныш досторуңуз көппү?
13. Досторуңуз менен көңүл өйүгөн маселелер туурасында сүйлөшөсүзбү?
14. Талаш-тартыш учурунда өзүңүздү тең салмактуу кармай аласызбы?
15. өзүңүздүн турмушуңуздагы проблемалар туурасында коңшуңузга же кесиптештериңизге айтасызбы?
16. Ишиниздин көптүгүнө карабай эс алууга убакыт таба аласызбы?
17. Күндөлүк убактыңызды сарамжалдуу пайдалана аласызбы?
18. Ар күнү коюу демделген кофе же чай ичесизби?
19. Күндүзү уктаганды жакшы көрөсүзбү?

Суроолорго жооп берилип бүткөндөн кийин изилденүүчүлөрдүн көрсөткүчтөрү төмөнкү таблицага түшүрүлөт.

№	Ф.И.О.	0-306	30-496	50-74	75-95
1.	Бөрүева				
2.					
25.					
Ор. саны					

Изилдөөнүн көрсөткүчтөрүн чечмелөө үчүн төмөндөгү колдонмо керектелет.

30 баллдан төмөнкүлөр: буларда стрестик абал таптакыр кездешпейт десе да болот.

30-49 балл аралыгы: булар стрестик абалдын чегинде турушат. Стрестик абалга өтүп кетүүлөрү жеңил эле болот. Ошондой эле андан чыгып кетүүлөрү да жеңил.

50-74 балл: булар толук эле стрестик абалда турушат. Чыгып кетүүсү кыйынчылыкты туудурбай койбойт.

75 ден ашык балл: бул адамдарда стрестик абал өтө тереңдеп кеткен өз алдынча андан чыгып кетүүлөрү кыйын. Ошондуктан атайын психолог адистердин консультациясынан өтүшү максатка ылайыктуу. Себеби, көпчүлүк терс факторлордун таасири нерв системасын ээлеп алган.

Бул ыкманын теорияда бышыктоо үчүн төмөндөгү суроолор керектелет.

1. Эмоционалдык абал деп эмнени айтабыз? Анын ичинен стресс деген эмне? Ал кайсыл мезгилдерде пайда болот жана аны кантип жоюуга болот?
2. Теорияга жана № 1-таблицанын көрсөткүчтөрүнө таянып, чечмелөө жүргүзгүлө.
3. Бул ыкманы колдонуп практикалык турмуштагы кандай проблемаларды чечсе болот? (кесиптик проблемалардан бирөөнү мисал келтирүү менен).

### Тема 13: КЫЛМЫШКЕРЛЕРДИН ӨЗҮН-ӨЗҮ БААЛООСУН АНЫКТОО

Сунуш кылынып жаткан тест инсандын өзүн-өзү баалоо-сунда анын коопсуздукту кандай денгээлде кабыл алаарын аныктоонун ишенимдүү ыкмасы. Бул ыкманын артыкчылыгы: адамдын реактивдик кооптонуусун (азыркы учурда коопсуздукту кандай кабыл алып жаткандыгын) жана инсандык кооптонуусун (салыштырмалуу туруктуу психикалык касиет катары) бир эле мезгилде аныктоого мүмкүндүк берет. Тест Г.Д.Спилберг (США) тарабынан иштелип чыгып, Ю.Л.Ханин тарабынан көнүктүрүлгөн.

Инсандык кооптонуу - турмушта кезигүүчү түрдүү кырдаалдарды, адам катары кабыл алуусун инсандын салыштырмалуу туруктуу сапаты катары аныктайт. Инсандын кооптонуунун жогору болушу невротизм жана психосематикалык оорулардын пайда болушу менен түздөн-түз байланышта турат. Ал эми реактивдүү кооптонуу-инсандын учурдагы тынчсыздануусун, нервдик чыналуусун аныктайт. Реактивдүү кооптонуунун жогору болушу, көңүл буруунун жана жөнөкөй кыймылдардын бузулушун (калтыроо, титирөө ж.б.) пайда кылат.

Бирок, кооптонуунун алгачкы деңгээлин тескери сапат катары кароого болбойт. Кооптонуун белгилүү бир деңгээлде болушу - адам үчүн зарыл жана табигый көрүнүш. Ошондук-

тан кооптонуу белгилүү бир деңгээлге чейин пайдалуу, андан ашыгын зыян катары кароо керек.

Ошентип, бул тест 2 - бөлүктөн турат. 1-20га чейин реактивдуу кооптонуу (РК), 21-40 инсандык кооптонуу (ИК). Ар бир кооптонуу өз-өзүнчө аныкталат.

**ИНСТРУКЦИЯ:** Төмөндө сунуш кылынган суроолорго жооп берүү менен башталат. Алардын ар биринин маанисине карап, 1,2, 3,4 деген балдардын бирөөнү коюу керек. Бул жердеги жоопторду "туура", "туура эмес" деп кабыл алууга болбойт. Ошондуктан, убакытты кармабай, ойго биринчи келген жоопту беруу керек.

- 1 - жок, мындай эмес;      3 - ооба, ушундай эле;  
2 - кээде ушундай;      4 - ар дайым ушундай.

### СИЗ ӨЗҮҢҮЗДҮ АЗЫРКЫ УЧУРДА КАНДАЙ СЕЗИП ТУРАСЫЗ?

1. Мен токтоомун.
2. Мени эч ким коркутпайт.
3. Мен тынчы жок адаммын.
4. Менде өкүнүч бар.
5. Мен өзүмдү эркин сезем.
6. Мен эч нерсеге көңүл бургум келбейт.
7. Келечектеги ийгиликсиздиктер менин тынчымды ала берет.
8. Мен өзүмдү эс алгандай сезе алам.
9. Мен бирдекеден коркуп жатам.
10. Менде ички канатануу сезими пайда боло берет.
11. Мен өзүмө ишенем.
12. Мен туталана берем.
13. Кээде өзүмдү коерго жер таппай калам.
14. Мен таарынчакмын.
15. Мен өзүмдү чарчагандай сезем.
16. Мен бардыгына ыраазымын.
17. Мен келечекке кам көрөмүн.
18. Мен тез өзүмдү жоготуп коём.



19. Мен кубанычтуумун.  
20. Мага бардыгы жагымдуу сезилет.

### СИЗ ӨЗҮҢҮЗДҮ АДАТТА КАНДАЙ СЕЗЕСИЗ?

21. Мен ырахаттанып жүрөм.  
22. Мен тез эле чарчагандай боло берем.  
23. Мен тез ыйлап жиберем.  
24. Мен өзүмдү башкалардай эле бактылуу сезгим келет.  
25. Мен көпчүлүк мезгилдерде жеткиликсиз чечимдерди тез кабыл алгандыгымдан, башкаларга уттуруп коём.  
26. Мен өзүмдү дайыма шайыр сезем.  
27. Мен токтоо, кылдат жана жыйынчактуумун.  
28. Келечектеги кыйынчылыктар менин тынчымды ала берет.  
29. Мен жок нерселерге тынчсыздана берем.  
30. Мен жетишерлик бактылуумун.  
31. Мен бардыгын жүрөгүмө жакын кабыл алам.  
32. Мага өзүм-өзүм ишенгендик жетишпейт.  
33. Мен адатта өзүмдү коркунучсуз сезем.  
34. Мен кыйынчылыктан качууга аракеттенем.  
35. Менде себепсиз кусалануулар болот.  
36. Мен өзүмө ыраазымын.  
37. Мен болбогон эле нерселерге толкунданып кетем.  
38. Мен бир нерсеге кыжаалат болсом, аны көпкө чейин унута албайм.  
39. Мен тен салмактуу адаммын.  
40. Мен өзүмдүн жумуштарым жөнүндө ойлогонумда катуу тынчсызданам.

РКнын жана ИКнын көрсөткүчтөрү төмөнкү формулалар боюнча эсептелет.

$$PK = E1 - E2 + 35$$

E1 - 3,4,6,7,9,12,13,14,17,18 суроолордун баллдарынын суммасы.

E2 - 1,2,5,8,10,11,15,16,19,20 суммасы

$$IK = E1 - E2 + 35$$

E1 - 22,23,24,25,28,29,31,32,34,35,37,38,40 суроолордун баллдарынын суммасы.

E2 - 21,26,27,30,33,36,39 суммасы

Изилдөөнүн жыйынтыгын чечмелөөдө 30га чейинкилер - төмөнкү деңгээлдеги кооптонуу, 31-45 нормадагы кооптонуу,

ал эми 46дан ашыгын жогорку деңгээлдеги кооптонуу деп баалоо туура.

Группалык көрсөткүч.

№	Ф.И.О.	РК			ИК		
		до 30	31-45	более 46	до 31	31-45	более 46
1.	Назова А.						
2.	Эргешов Ж.						
25.							
Ариф. орточо							

### БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

1. Инсандын өзүн-өзү баалоосу жөнүндө жалпы түшүнүк.  
Инсан өзүн-өзү банкяруучу системасы.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

### Тема 14: КООПТОНУУНУН ПАЙДА БОЛУШУНУН ИНСАНДЫК ШКАЛАСЫ.

Сунуш кылынып жаткан тест кооптонуунун деңгээлин аныктоого багытталган. (ММРІнин кошумча шкаласы катары да колдонулуп жүрөт). Тест Т.А.Немчинов (1966ж.) тарабынан көнүктүрүлгөн.

Берилген 50 соболдун ар биринин маанисине карап, изилденүүчү "ооба" же "жок" деп гана жооп берет. Тестирлөө мезгили 15-30 мин. аралыктан чыгып кетпеш керек.

Изилдөө үчүн соболдор.

1. Адатта мен өзүмдү токтоо сезем.
2. Менин нервим башкалардыкындай чыдамдуу эмес.
3. Менин ачуум тез-тез эле келе берет.

4. Менин башым тез-тез эле ооруй берет.
5. Мен тез-тез эле чарчай берем.
6. Мен өзүмдү дайыма толук бактылуу сезем.
7. Мен өзүмө ишенем.
8. Мен өзүмдү досторума караганда шайыр деп эсептейм.
9. Мен эч качан бозоруп же кызарып кетпейм.
10. Мен башкаларга караганда азыраак кызарам.
11. Менин жүрөгүмдүн дүкүлдөп катуу согушу тез-тез болуп турат.
12. Адатта менин колум жетишерлик эле жылуу болот.
13. Мен башкалардай көп тартынчак эмесмин.
14. Мага өзүмө ишенгендик жетишпейт.
15. Кээде мен өзүмдү колунан эч нерсе келбөөчү артыкбаш адамдай сезе берем.
16. Менде өзүмдү коерго жер таппай тынчсызданган мезгилдер болот.
17. Ашказаным тынчымды ала берет.
18. Мен алдыдагы кыйынчылыктарды жеңериме толук ишенем.
19. Мен башкалардай эле бактылуу болгум келет.
20. Мен алдыдагы кыйынчылыктардын бардыгын жеңериме ишене албай кетем.
21. Мен коркунучтуу түштөрдү көп көрөм.
22. Мен кээде бир нерсени жасаарымда колдорумдун калтыраганын сезип каламын.
23. Менин уйкум тынч эмес.
24. Мени алдыдагы ийгиликтердин болуш-болбошу көп ойлондурут.
25. Мен эч кимдин коркутпашын билип туруп деле кээде чочулай берем.
26. Мен көнүлүмдү бир нерсеге топтой албай көп кыйналам.
27. Мен өзүмдү зордуктап иштейм.
28. Мен бирөөлөрдүн ишине оңой эле кийлигишип кетем.
29. Менде дайыма белгисиз кооптонуулар пайда болуп турат.
30. Мен бардык нерсени тамашасыз (серьезно) кабыл алам.
31. Мен көп ыйламын.
32. Мени уйкусуздук кыйнайт.

33. Менин ашказаным жок дегенде айына бир жолу ооруп турат.
34. Мен өзүмдү кызарып кетпесем экен деп корком.
35. Менин көңүлүмдү бир жерге топтошум өтө кыйын.
36. Мен материалдык абалыма көп тынчсызданам.
37. Мен бирөө менен сүйлөшүүгө болбой турган нерселер жөнүндө ойлоно берем.
38. Мен кээде коркконумдан уйкум бузулат.
39. Мен сөз таппай калган мезгилдерде менин абдан көңүлүм чөгөт.
40. Суукта деле мен жеңил кийимчен жүрө берем.
41. Кээде оолугуп кеткенimde мени токтотуш кыйын болуп калат.
42. Мени козгош оңой.
43. Мен өзүмдү кээде таптакыр керексиз адамдай сезе берем.
44. Мен өзүмдүн ачуумду токтото албай калам.
45. Кээде бирөөлөр менин тынчымды алып жаткандай сезиле берет.
46. Көпчүлүк адамдарга караганда мен сезимталдуумун.
47. Мен өзүмдү дайыма эле ачка калгандай сезе берем.
48. Менин турмушум көп кыйынчылыктар менен чырмалышкан.
49. Бирөөнү күткөндө менин кыжырым келе берет.

Төмөндөгү соболдордун "ооба" деген жоопторуна 1 баллдан берилет. 14, 15, 16, ..., 49 чейин. Ал эми 1, 2, 3, ..., 13 чейин "жок" деген жоопторуна 1 баллдан берилет.

Жалпы баллдардын суммасы 40-50 болсо кооптонуунун өтө жогорку деңгээлин, 25-40 жогорку деңгээлин, 15-25 балл орточо деңгээлин, 5-15 балл төмөнкү, ал эми 0-5 балл өтө төмөнкү деңгээлди билдирет.

Группалык өзгөчөлүктү аныктоо үчүн таблица.

№	Ф.И.О.	0-56	5-156 б.	15-25 б.	25-40 б.	40-50 б.
1.						
2.						
25.						
Арифмет. орточо						

## БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

1. Кооптонуунун - инсандык сапат катарында түшүндүрүлүшү.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы оорду.

### Тема: 15: ДЕПРЕССИЯНЫ АНЫКТООЧУ ЫКМА.

Тест - Бехтерев атындагы илим изилдөө институтунун парнология бөлүмүндө Т.И.Балашова тарабынан көнүктүрүлгөн.

**ИНСТРУКЦИЯ:** Берилген соболдордун ар биринин мазмунуна терең маани берүү менен 1,2,3,4, деген баллдарды кою менен жооп берүү талап кылынат.

- 1 - мындай эмес
- 2 - кееде ушундай
- 3 - ушундай эле
- 4 - ар дайым ушундай

1. Менин көңүлүм чөгүп жүрөт.
2. Мен эртен менен өзүмдү баарынан мыкты сезем.
3. Мен өзүмдү ыйлап жиберчүдөй сезе берем.
4. Менин уйкумдун тынчы жок.
5. Менин аппетитим мурдагындан жакшы болуп калды.
6. Мага сулуу аялдарды тиктеген жагат.
7. Мен айланамдагылардан бөлүнүп калгандай боло берем.
8. Мени карама-каршылыктар кыйнай берет.
9. Менин жүрөгүм дүкүлдөп, мурдагыдан тез-тез сокчу болуп калды.
10. Мен себепсиз эле чарчап калам.
11. Мен эмне жөнүндө ойлонуп жатканымды так билем.
12. Мен колумдан келген нерселерди эч кыйынчылыксыз жасайм.
13. Мен тынчсызданганымдан бир жерде көпкө отура албайм.
14. Мен келечектеги бактылуу турмуш күтүшүмө толук ишенем.
15. Мен мурдагыдан ачуулуу болуп кеттим.

16. Мага бир чечимди кабыл алуу кыйын эмес.
17. Мен эмненин зарыл жана пайдалуу экендигин сезип турам.
18. Мен толук жетиштүү өмүр сүрүүдөмүн.
19. Мен өлүп калсам, көп адамдар үчүн жакшы болмок.
20. Мен ар дайым кубанычтын кучагында жүрөмүн.

Депрессиянын деңгээли (УД) төмөнкү формула боюнча эсептелет.

$$УД = E_{оң} + E_{терс}$$

$E_{оң}$  - 1,3,4,7,8,9,10,13,15,19 соболдордун балдарынын суммасы.

$E_{терс}$  - 2,5,6,11,12,14,16,17,18 соболдордун жоопторунун тескери балдарынын суммасы.

1 деген балдын тескериси - 4 балл

2 ники - 3 балл

3 түкү - 2 балл

4 түкү - 1 балл

Эгерде УД 50 баллдан ашып кетпесе, анда депрессиялык абал жокко эсе.

Эгерде 50-59 баллды түзсө, анда депрессиянын жеңил формасы бар.

60-69 баллды көрсөтсө, анда депрессиялык абалдын ал адамда орношуп калгандыгын билдирет. Ал эми 30 баллдан ашык кетсе, анда чыныгы депрессиялык абал пайда болгон.

Группалык өзгөчөлүктү аныктоо үчүн төмөнкү таблицаны толтуруу талап кылынат.

№	Ф.И.О.	50 чейин	50-59	60-69	70 коп
1.					
2.					
25.					
Арифм орточо					

## БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

1. Эмоционалдык абал жөнүндө жалпы түшүнүк. Депрессиянын инсандык өзгөчөлүгү.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы оорду.

### Тема 16: БҮТПӨГӨН СҮЙЛӨМ ЫКМАСЫ.

"Бүтпөгөн сүйлөм" ыкмасы эксперименталдык психологияда көптөн бери колдонулуп жүрөт. Ошондуктан мунун түрдүү варианттары да көп.

Биз сиздерге Сакс жана Леви тарабынан иштелип чыккан вариантын сунуш кылып жатабыз. Бул вариант 60 бүтпөгөн сүйлөмдү өз ичине алат. Эгерде булардын маанисине карай турган болсок, 15 группага бөлүштүрүүгө болот. Алар: үй-бүлөгө, ата-энеге, жетекчиге, карама-каршы жыныстагыларга, досторуна ж.б. багытталган мамиленин деңгээлин аныктайт.

**ИНСТРУКЦИЯ:** Сүйлөмдөргө бир же бир нече сөздөрдү кошуп жыйынтыктоо керек.

1. Атам өтө аз ... деп ойлоймун.
2. Эгерде бардыгы мага каршы чыгышса, анда мен ...
3. Мен ар дайым каалайт элем ...
4. Эгерде мен жетекчи болуп калсам, анда ...
5. Эртеңки күн мага ... сезилет.
6. Менин жетекчим ...
7. Мен ... корком.
8. Чыныгы досту ... деп ойлойм.
9. Мен бала кезимде ...
10. Менимче аялдардын (эркектердин) идеялы ...
11. Мен аял менен бараткан аялды көргөнүмдө ...
12. Көп үй-бүлөлөргө караганда менин үй-бүлөм ...
13. Мага ... иштөө жагат.
14. Апам жана мен ...
15. Эгерде ... унутулса, мен бардыгын жасамакмын.

16. Эгерде менин атам кааласа ...
17. Мен өзүмдү ... жөндөмдүүмүн деп эсептейм.
18. Эгерде бирөө менин кол алдымда иштесе ...
20. Мен ... болушуна үмүттөнөм.
21. Мектепте менин мугалимдерим ...
22. Менин ... корко турганымды жолдошторум билишпейт.
23. Мен ... адамдарды жаман көрөм.
24. Мен урушканга чейин ...
25. Менин оюмча көпчүлүк кыздар жана балдар ...
26. Менин оюмча жубайлардын жашоосу ...
27. Менин үй-бүлөм мага ... катары жасайт.
28. Мени менен иштеген адамдар ...
29. Менин апам ...
30. Менин эң чоң катам ... болгон.
31. Мен атамдын ... болушун каалайт элем.
32. Менин эң чоң кемчилдигим ...
33. Турмуштагы менин ички каалом ...
34. Менин кызматчыларым ...
35. Мен бактылуумун качан ...
36. Менин жетекчим мага жакындашканда мен ...
37. Мен коркпойт элем, эгерде ...
38. Мага ... адамдар жагат.
39. Эгерде мен кайрадан жаш болсом ...
40. Мен көпчүлүк аялдарды (эркектерди) ... деп ойлоймун.
41. Эгерде менде нормалдуу жыныстык турмуш болсо, ...
42. Мага белгилүү көпчүлүк үй-бүлөлөр ...
43. Мага ... адамдар менен иштөө жагат.
44. Мен көпчүлүк энелерди ... деп ойлойм.
45. Мен жаш кезимде, ... болсо өзүмдү күнөлүү сезет элем.
46. Мен атамды ... деп ойлойм.
47. Эгерде менин ишим аткарылбай калса, мен ...
48. Мен бардыгынан мурда ... болууну каалайм.
49. Мен башкаларга тапшырма берип жатканымда ...
50. Мен карыганда ...
51. Менен жогору турган адамдардын ... кабыл алам.
52. Менин сактанганым, мени бир нече жолу ... жасоого мажбурлаган.



53. Эгерде мен жок болсом, менин досторум ...
54. Менин балалык кездеги эч эстен кеткис окуяам ...
55. Мага аялдардын (эркектердин) ... аябай жагат.
56. Менин жыныстык турмушум ...
57. Мен бала кезде менин үй-бүлөм ...
58. Мени менен иштеген адамдар ...
59. Мен өз апамды жакшы көрөм, бирок ...
60. Менин эң жаман көргөн нерсем, бул ...

Ар бир группадагы сүйлөмдөр аркылуу тиешелүү системага карата болгон мамилердин оң, тескери же бейтарап экендиги анализденет. Мисалы, сүйлөм жана анын жоопторунун варианттарына берилген баллдар төмөнкүдөй көрүнүштө болот.

Мага белгилүү көпчүлүк үй-бүлөлөр ...

1. Бактысыз, ынтымаксыз - 1 балл
2. Ынтымагы анчалык бекем эмес - 2 балл
3. Бардыгы бирдей эле - 3 балл

Мага келечек ... сезилет.

1. Коркунучтуу, жаман, кайгылуу - 1 балл
2. Белгисиздей, тумандуу - 2 балл
3. Таптакыр эч нерсе көрүнбөгөндөй - 3 балл

Мына ушундай ыкма менен сандык баалоолорду жүргүзүү эксперименттин жыйынтыгын чечмелөөсү жеңилдетет.

## АЧКЫЧ

Сүйлөмдөрдүн группасы	Сүйлөмдөрдүн №
1. Атага болгон мамиле	1, 16, 31, 46
2. Өзүнө болгон мамиле	2, 17, 32, 47
3. Ачыла элек мүмкүнчүлүгүнө болгон мамиле	3, 18, 33, 48

- |  |                |
|--|----------------|
| 4.Кол алдындагыларга болгон мамиле             | 4, 19, 34, 49  |
| 5.Келечекке болгон мамиле                      | 5, 20, 35, 50  |
| 6.Өзүнөн жогору турган адамдарга болгон мамиле | 6, 21, 36, 51  |
| 7.Коопсуздануу                                 | 7, 22, 37, 52  |
| 8.Досторго болгон мамиле                       | 8, 23, 38, 53  |
| 9.Башынан өткөн окуяларга болгон мамиле        | 9, 24, 39, 54  |
| 10.Карама-каршы жыныстагыларга болгон мамиле   | 10, 25, 40, 55 |
| 11.Жыныстык мамиле                             | 11, 26, 41, 56 |
| 12.Үй-бүлөгө болгон мамиле                     | 12, 27, 42, 57 |
| 13.Кесиптештерине болгон мамиле                | 13, 28, 43, 58 |
| 14.Энесине болгон мамиле                       | 14, 29, 44, 59 |
| 15.Күнөөсүн сезүү                              | 15, 30, 45, 60 |

№	Ф.И.О.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1.																
2.																
25.																
Ариф.орточо																

### БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

- 1.Карым-катнаш жөнүндө жалпы түшүнүк.  
Мамиленин инсандык сапат катары түшүндүрүшүү..
- 2.Эксперименттен алынган жыйынтыкты психологиялык теорияларга таянуу менен чечмелегиле.
- 3.Бул ыкманы колдонуп укук коргоо ишиндеги кандай проблемаларды чечүүгө болот.

**ИНСТРУКЦИЯ:** Сиздин мүнөзүңүзгө жана ден-соолугуңузга тиешелүү болгон соболдор берилет. Эгерде сиз "Ооба" деп жооп бергиңиз келсе "+" белги менен, "жок" десеңиз "-" белгини коюу менен жооп берип чыгасыз.

1. Сиздин түрдүү хоббилериниз көпү?
2. Сиз эмне иш кыларыңызды алдын ала ойлоносузбу?
3. Сизде көңүл чөккөн же которулгон учурлар тез-тез болобу?
4. Сиз таптакыр башка адам болуп көрүнүүгө аракеттенип көрдүңүз беле?
5. Сиз сөзмөр адамсызбы?
6. Сиз алган карыз жөнүндө тынчсызданасызбы?
7. Сиз эч себепсиз эле өзүңүздү бактысыз адамдай сездиңиз беле?
8. Сиз бир нерсени сатып алаарыңызда, кеткен акчаңызга ичиңиз ачышабы?
9. Сиз түндө эшикти илип жатасызбы?
10. Сиз өзүңүздү шайырмын деп эсептейсизби?
11. Сиз жаш баланын же жаныбарлардын кыйналып жатканын көргөндө чыдай албай кетесизби?
12. Сиз өзүңүздүн айткан сөзүңүз үчүн кайра кыжаалат болдуңуз беле?
13. Сиз өзүңүздүн убадаңызды, сизге ынгайсыз болуп турса да сөзсүз аткарасызбы?
14. Сиз тоого чыгып, ырахат алдыңыз беле?
15. Сиз ызы-чуу компанияга тез эле аралашып кете аласызбы?
16. Сиздин ачууңуз тез келеби?
17. Сиз өзүңүздүн күнөөлүү экениңизди сезип туруп деле, ал үчүн башка бирөөнү күнөөлөдүңүз беле?
18. Сизге жаңы адамдар менен таанышуу жагабы?
19. Сиз коргонуунун пайдалуу экенине ишенесизби?
20. Сизди оңой таарынтууга болобу?
21. Сиз өзүңүздүн привычкаларыңызды жагымдуу деп эсептейсизби?
22. Сиз көпчүлүктүн арасында көзгө көрүнбөөгө аракеттенисизби?

- 23.Сиз өзүңүздү коркунучтуу абалга алып келе турган каражаттарды (алкоголь,наркотикалык)колдонуп көрдүңүз беле?
- 24.Сизди бардык нерселер жадаткандай учурлар болду беле?
- 25.Сиз өзүңүзгө тиешелүү эмес, башка бирөөнүн буюмдарын бекитип алган учурларыңыз болгонбу?
- 26.Сиз мейманчылыкка барганды жакшы көрөсүзбү?
- 27.Сиз бирөөнүн кыйналганын көрүп ырахат алдыңыз беле?
- 28.Сиз уялганыңыздан кыйналгансызбы?
- 29.Сиз өзүңүздүн бир нерсени түшүнбөгөндүгүңүз жөнүндө бирөөлөргө айтып бересизби?
- 30.Сиз окуган китептериңиз жөнүндө бирөөлөргө айтып бересизби?
- 31.Сиздин чыныгы душмандарыңыз барбы?
- 32.Сиз өзүңүздү жиндимин деп ойлогон учурларыңыз болду беле?
- 33.Сиз туура эмес кылган ишиңиз үчүн дайыма кечирим сурайсызбы?
- 34.Сиздин досторуңуз көппү?
- 35.Сизге башкаларды капа кыла турган тамашалар жагабы?
- 36.Сиз тынчы жок адамсызбы?
- 37.Сиз балалык кезиңизде берилген буйрукту дароо аткарат белеңиз?
- 38.Сиз өзүңүздү колунан иш келбеген адам катары сезген учурларыңыз болгонбу?
- 39.Сиз үчүн тазалык жана жагымдуу жүрүм-турум чоң мааниге ээби?
- 40.Сиз коркунучтуу нерселерди эстеп алып, толкунданып көрдүңүз беле?
- 41.Сиз бирөөнүн буюмдарын сындырып же жоготуп жиберген учурлар болду беле?
- 42.Сиз бейтаныш адамдар менен таанышканда, сөздү дайыма биринчи баштайсызбы?
- 43.Сиз бирөөнүн ички абалын оңой түшүнөсүзбү?
- 44.Сиз ачууңуз келгенде өзүңүздү токтото албай каласызбы?
- 45.Сиз керексиз кагаздарды турган эле жериңизге таштап басып кетесизби?

46. Сиз көпчүлүктүн арасында азыраак сүйлөшкө аракеттенесизби?
47. Сиз эскирген моданы ташташ керек деп эсептейсизби?
48. Сиздин өзүңүзгө нааразы болгон учурларыңыз болду беле?
49. Сизге мактанчаактык жагабы?
50. Сиз суз отурган компанияны тез эле жандандырып жибереласызбы?
51. Жай айдаган шоферлор сиздин жиниңизди келтиребиди?
52. Сиз өзүңүздүн ден-соолугуңуз жөнүндө көп тынчсызданасызбы?
53. Сиз бирөөнү жамандап көрдүңүз беле?
54. Досторуңузга анекдот айтып берүү сизге жагабы?
55. Сизге бардык эле жемиштердин даамы бирдей сезилеби?
56. Сиздин жинденген учурларыңыз болобу?
57. Сиз балалык чагыңызда ата-энеге каяша айтып көрдүңүз беле?
58. Сизге адамдар менен сүйлөшүп отурган жагабы?
59. Ишиңизде ката кетиргениңизди билгенден кийин, ага кыжаалат болосузбу?
60. Сиз уктай албай кыйналдыңыз беле?
61. Сиз тамак ичердин алдында колунузду дайыма жууйсузбу?
62. Сиз бирөөнүн суроосуна токтолбостон жооп бересизби?
63. Сиз жолугушуучу жерге белгиленген убакыттан эрте келүүгө аракеттенесизби?
64. Сиз өзүңүздү жөндөн-жөн эле чарчагандай сезе бересизби?
65. Сизге тез кыймылды талап кылган жумуштар жагабы?
66. Сиздин апаныз - жакшы адамбы?
67. Сизге тездетилген жашоо кызыксыздай сезилеби?
68. Сиз кимдир бирөөнүн атын өз кызыкчылыгыңыз үчүн колдондуңуз беле?
69. Сиз убакытыңызга карабай иштей бере аласызбы?
70. Сизден алыс болууга аракеттенген адамдар барбы?
71. Сиз өзүңүздүн сырткы көрүнүшүңүздү жакшыртууга көп аракеттенесизби?
72. Сиз жаман көргөн адамдарыңызга деле жылуу мамиле жасай аласызбы?

73. Сиз адамдардын келечеги үчүн жасаган иштерине кетирген убактысын, бекер убакыт өткөзүү деп эсептейсизби?
74. Сиз өлүшкө аракет кылып кордунуз беле?
75. Сиз кармалбашыңызга көз жетип туруп, дүкөндөн буюмдун баасын төлөбөй басып кеттиңиз беле?
76. Сиз жандуу компанияда отурганды каалайсызбы?
77. Сиз адамдарга орой мамиле жасап албайын деп этияттанасызбы?
78. Сиз урушуп кеткенден кийин көпкө кыжаалат боло бересизби?
79. Сиз өзүңүзгө кошуп алуу үчүн бирөөлөрдү мажбурлап, кысым көрсөткүңүз келеби?
80. Сиз дайыма вокзалга автобустун жөнөшүнө акыркы минуталар калганда келесизби?
81. Сиз бапка бирөөнү атайылап капа кылган учурларыңыз болду беле?
82. Сиз кычык сүйлөгөн адамдардын жанында турганды каалабайсызбы?
83. Сиз өзүңүздүн күнөөңүздөн улам досторуңуздан айрылдыңыз беле?
84. Сиз жалгыздыктан кыйналдыңыз беле?
85. Сизден сөзүңүз, дайыма ишиңиз менен дал келеби?
86. Сизге жаныбарлар менен ойногон жагабы?
87. Сиз айтылган сынга капа болосузбу?
88. Жашоо сизге кызыксыздай сезилди беле?
89. Сизде жумуштан же жолугушуудан кечиккен учурлар болгонбу?
90. Сиз айланаңызда адамдардын топтолушун каалайсызбы?
91. Сизден адамдардын коркуп турушун каалайсызбы?
92. Сиздин алакаңдарыңыздын от жаккандай ысып же муз тоноп калгандай муздаган учурлары болгонбу?
93. Сиз кээде бүгүнкү ишиңизди эртеңкиге калтырып кое бересизби?
94. Сизди шайыр адам деп эсептешеби?
95. Сизге жалганды тез-тез айтып турушат деп ойлойсузбу?

96. Сиз кээ бир окуяларга, буюмдарга өтө сергек мамиле жасайсызбы?
97. Сиз өз айыбыңызды дароо моюнга аласызбы?
98. Капканга түшкөн жаныбарларды көрүп, Сиздин бооруңуз ачийбы?
99. Сизге анкета толтуруш кыйынбы?

### К Л Ю Ч

1. Психотизм: "-" белгиге карата 2, 6, 9, 11, 19, 39, 43, 59, 63, 67, 78, 100; "+" ка карата: 14, 23, 27, 31, 35, 47, 51, 55, 71, 85, 88, 93, 97.
2. Экстраверсия - Интроверсия: "-" белгиге 22, 30, 46, 84; "+" карата 1, 5, 10, 15, 18, 26, 34, 38, 42, 50, 54, 58, 62, 66, 70, 74, 77, 81, 90, 92, 96.
3. Нейротизм: "+" белгиге 3, 7, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 52, 56, 60, 64, 68, 72, 75, 79, 83, 86, 89, 94, 98.
4. Чынчылдык: "-" белгиге 4, 8, 17, 25, 29, 41, 45, 49, 53, 57, 65, 69, 76, 80, 82, 91, 95; "+" ка карата 13, 21, 33, 37, 73, 87, 99.

№	Ф.И.О.	1	2	3	4
1.					
2.					
25.					
Арифм. орточо					

### БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

1. Темпераменттин типтери жөнүндө жалпы түшүнүк. Темпераменттин физиологиялык негизи.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмелөө.
3. Бул ыкманы колдонуп укук коргоо кесибинде кандай проблемаларды чечсе болот?

## ИНСТРУКЦИЯ:

Төмөндө сиздин ден-соолугуңузга жана мүнөзүңүзгө тиешелүү болгон суроолор берилген. Ал суроолордун маанилеринин сизге ылайык келишине карап, "ооба" же "жок" деп жооп берүү керек. Эң тура жооп болуп оюңузга биринчи келген жооп эсептелет. Ошондуктан көп ойлонуунун пайдасы жок.

1. Сиздин аппетитиңиз жакшыбы?
2. Сиз эртең менен турганда эс алып калгандай сезесизби?
3. Сизди көпчүлүктүн жашоосу кызыктырабы?
4. Сиз кыйналып иштейсизби?
5. Кээде сизде айтууга болбой турган жаман ойлор пайда болобу?
6. Сиз тез-тез кыйынчылыктарга дуушар болосузбу?
7. Кээде үйүңүздү биротоло таштап чыгып кеткиңиз келеби?
8. Сиздин күлкүңүздү же ыйыңызды токтото албай калган учурларыңыз барбы?
9. Сиздин көңүлүңүз тез-тез айный береби?
10. Сизде мени эч ким түшүнө албайт деген ойлор пайда болду беле?
11. Сиздин бирөөлөр менен урушууну каалаган мезгилдериңиз болду беле?
12. Сиз жаман түштөрдү жумасына бир жолу көрүп турасызбы?
13. Сиз көпчүлүккө караганда көңүлүңүздү бир жерге кыйынчылык менен топтойсузбу?
14. Сиздин башыңыздан түшүнүксүз окуялар өттү беле?
15. Эгерде адамдар сизге каршы болсо, сиз ийгиликке жетише аласызбы?
16. Сиз балалык чагыңызда жок дегенде бир жолу уурулук кылдыңыз беле?
17. Сиздин бир нече күнгө, жумага же айларга чейин каалабаганыңыздан жумушту артка сүргөн учурларыңыз болгонбу?
18. Сиздин уйкуңуз тынч эмеспи?



19. Сиз көпчүлүктүн арасында турганыңызда кулагыңызга түшүнүксүз нерселер угулгандай сезилеби?
20. Сиздин тааныштарыңыз сизди жагымсыз адам деп эсептешеби?
21. Сизде өзүңүздөн төмөн болгон билген бирөөгө баш ийип калгандай сезимдер пайда болбойбу?
22. Сиз өзүңүзгө караганда көпчүлүк адамдарды өз турмушуна ыраазы деп эсептейсизби?
23. Сиз башкаларды бирөөлөрдөн жардам алыш үчүн, атайын өзүн бечара кылып көрсөтөт деп ойлойсузбу?
24. Сиз кээде капаланасызбы?
25. Сизде өзүнө ишеничтик жетишпейби?
26. Сиз өзүңүздү туура эмес иш кылып алгандай сезе бересиби?
27. Сиз тагдырыңызга ыраазысызбы?
28. Сиз бирөөлөрдүн башкарып жаткандыгын туура эсептеп туруп, ага каршы чыгасызбы?
29. Сиз бирөөлөрдү артымдан жамандык ойлойт деп эсептейсизби?
30. Сиз көпчүлүк адамдарды арам жол менен пайда табат деп ойлойсузбу?
31. Сиз ашказаныңыздан жапа чегесизби?
32. Сиз көпчүлүк учурда эмнеден улам көңүлүңүздүн чөккөнүн билбей каласызбы?
33. Сизде айтайын деген оюңузду жоготуп койгон учурлар болобу?
34. Сиз үй-бүлөлүк турмушуңузду тааныштарыңыздыкынан жаман эмес деп эсептейсизби?
35. Сиз кээде өзүңүздүн пайдасыз экениңизге ишенесизби?
36. Сиз өзүңүздү акыркы мезгилдерде жакшы сезип (самочувствие) жүрөсүзбү?
37. Сизде өзүңүздүн эмне жасаганыңызды өзүңүз билбей калган мезгилдер болду беле?
38. Сизди туура эмес жазалаган учурлар көп болобу?
39. Сиз өзүңүздү азыркыдай эч качан мыкты сезе элек белеңиз?

40. Башкалардын сиз жөнүндө эмне деп ойлогону сиз үчүн мааниге ээ эмеспи?
41. Сиздин эске сактооңуз эң жакшыбы?
42. Сиз жаңы таанышкан адамыңыз менен сөздү уланта аблай кыйналасызбы?
43. Көпчүлүк мезгилдерде өзүңүздү алсырагандай сезесизби?
44. Башыңыз көп ооруйбу?
45. Сиз тез басканыңызда тең салмактуулугуңузду кармай албай каласызбы?
46. Сизге жакпаган тааныштарыңыз барбы?
47. Сиздин идеяңызды уурдай турган адамдар барбы?
48. Сиз өзүңүздү кечирүүгө болбой турган иш кылгам деп эсептейсизби?
49. Сиз өзүңүздү өтө эле тартынчаакмын деп ойлосузбу?
50. Сиз дайым бир нерселерден кооптонуп турасызбы?
51. Сиздин ата-энениз көпчүлүк учурда тааныштарыңызды жактырбайт деп эсептейсизби?
52. Сиз кошомат кыла аласызбы?
53. Сизге чечимдерди кабыл алуу оңой сезилеби?
54. Сиздин жүрөгүңүз тез-тез соккон мезгилдер болгонбу?
55. Сиз бат таарынып, бат жазыласызбы?
56. Сиз ата-энениз же үй бүлөңүз менен тез-тез кайым - айтышып турасызбы?
57. Сиз кээде толкунданганыңыздан бир орунга отура албай каласызбы?
58. Сиз турмушуңузду өзүңүздөн башка эч кимди кызыктырбайт деп ойлойсузбу?
59. Бирөөнүн катасын кайталаган адамды сындай аласызбы?
60. Сиз өзүңүздү кээде аябай эле күчтүү сезип кетесизби?
61. Акыркы убакта көзүңүздүн курчутугун начарлады деп эсептейсизби?
62. Тез-тез эле кулагыңыз чуулдаша береби?
63. Сиз өзүңүздү гипноз таасир этип жаткандай сездиңиз беле?
64. Сиздин көңүлүңүз өзүнөн-өзү эле көтөрүлгөн учурлары болобу?

65. Сиз көпчүлүктүн арасында туруп деле өзүңүздү жалгыз калгандай сезесизби?
66. Сиз жагымсыз абалды болтурбаш үчүн жалган айта аласызбы?
67. Сиз башкаларга караганда өзүңүздү жогору коесузбу?
68. Сиздин башыңыз кээде жай иштеп жаткандай сезилеби?
69. Адамдардын арасында ачууңуз тез-тез келеби?
70. Сиз спирттик ичимдиктерди көп ичтиңиз беле?

1. (L) - изилденүүчүнүн канчалык деңгээлде ниети менен жооп бергендигин билдирет.
2. (F) - ишенимдүүлүк шкаласы-алынган жыйынтыктын канчалык деңгээлде чындыкка жакын экендигин билдирет.
3. (K) - коррекция шкаласы - изилденүүчүнүн тестирилөөнүн жүрүшүндөгү кылдаттыгын аныктайт. Бул шкаланын жогорку көрсөткүчтө болушу, жүрүм-турумдун аң-сезимсиз эле ишке ашкандыгын билдирет.

### БАЗИСТИК ШКАЛАЛАР

1. Ипохондрия - (Hs) - изилденүүчүнүн астено-невротикалык типке жакын экендигин билдирет. Бул шкала боюнча жогорку балл алгандар илен-салан, пассивдүү, бардык нерселерге ишене берген аңкоо, жаңы нерселерди жай өздөштүргөн, көпчүлүктүн арасында өзүн тез эле жоготуп койгон жана бийликке кыңк этпей баш ийип берген адамар болушат.
2. Депрессия (D) - Бул шкаланын жогорку баллы сезгичтикти, тартынчаактыкты, шекчилдикти туюнтат. Мындай адамдар ишине так, чын ниети менен мамиле жасаган, өз милдетин туура түшүнгөн адамдар болушат. Бирок, өз алдынча эмес, чечкинсиз, өзүнө-өзү ишене алышпайт жана болор-болбос эле кыйынчылыктарга туруштук бере албаган сапат.
3. Истерия (Hu) - Бул шкала неврологиялык коргонуу реакциясына жакындыкты мүнөздөйт. Бул шкалада жогорку балл алган адамдар жоопкерчиликтен качуу максатында сематикалык ооруулардын алгачкы белгилерин пайдала

- нышат. Бардык проблемаларды оорууга шылтай беришет. Мындай адамдардын эң негизги өзгөчөлүгү катары умту-лууларынын иш жүзүндө көрүнгөндөн кыйла күчтүү болушу эсептелет. Мындай адмадардын сезимдери тайкы жана кызыгуулары үстүртөн.
4. Психопатия (Pd). - Бул шкаланын жогорку баллы-адамдын социалдык ийилгичтигинин төмөндүгүн билдирет. Мындайлар агрессивдүү, жаңжалды жакшы көргөн, коомдук нормаларды жана баалуулуктарды көзүнө илбеген адамдар болушат. Булар настроениясы туруксуз, таарынчак, тамшаны көтөрө албаган адамдар.
  5. Паранойяльность (Pa). - Бул шкаланын жогорку баллы - өз идеясын өтө ашыкча, баалагандыкты билдирет. Бул аялдар бир тараптуу, агрессивдүү жана кекчил болушат. Эгерде булар менен ким макул болбосо, аларды "акмак" же душман деп эсептешет. өзүнүн оюн башка-ларга таңуулай беришкендиктен, жүргөн жерлеринин баары жаңжал болот. Болор болбос ийгилигине макта-на берип жадатышат.
  6. Психоастения (Pt). - Бул шкаланын жогорку баллы - корккондук, чечкинсиздик, курулай сактана берүүчүлүк жана эч нерсеге ишенбөөчүлүк сыяктуу мүнөздүк сапаттарынын жогорулугун билдирет.
  7. Шизоидность (Se). - Бул шкаладан жогорку балл алган адамдар абстрактуу образдарды кабыл алууга абдан жөндөмдүү келишет. Бирок, күндөлүк турмуштагы кубанычтар, көңүл чөгөрүүчү окуялар буларга таасир этпейт. Ошондуктан буларды эмоционалдык жактан суук же жүрөгү таш дешет. Ошондой эле инсандар аралык мамилден сыртта калышат, мамилеси жок.
  8. Гипомания (Ma). - Бул шкаладан жогорку балл алган адамдардын көңүлү турмуштук кырдаалдарга көз карандысыз. Дайыма көңүлү ачык, шайыр, энергиялуу, ишкер жана жандуу кыймылдоо менен жүрүшөт. Өзүнө тааныш эмес жумуштарды жана жаны адамдар менен таанышканды жанындай көрүшөт. Бирок кызыгуулары үстүртөн жана туруксуз

Бардык шкалалар боюнча жогорку балл деп 70 баллдан ашканы, ал эми 40тан төмөнүн төмөнкү көрсөткүч деп эсептелет.

### АЧКЫЧ

Шкалдар	Жооптор	Суроонун №
L	Туура эмес (H)	5,11,24,47,53
F	H	22,24,62
	Туура (B)	9,12,15,19,30,38,48,49,58,59,64
K	H	11,23,31,33,34,36,40,41,43,51,56,61,65,67,69,70
1(Hs)	H	1,2,6,37,45
	B	9,18,26,32,44,46,55,62,63
2(D)	H	1,3,6,11,28,37,40,42,60,65,61
	B	9,13,11,18,22,25,36,44
3(Hy)	H	1,2,3,11,23,28,29,31,33,35,37,40,41,43,45,50,60
	B	9,13,18,26,44,46,55,57,62
4(Pd)	H	3,28,34,35,41,43,50,65
	B	7,10,13,14,15,16,22,27,52,58
5(Pa)	H	28,29,31,67
	B	5,8,10,15,30,39,63,64,66,68
6(Pt)	H	2,3,42
	B	5,8,13,17,22,25,27,36,44,51,57,66,68
7(Se)	H	3,42
	B	5,7,8,10,13,14,15,16,17,26,30,38,39,46,57,63,64,66
8(Ma)	H	43
	B	4,7,8,21,29,34,38,39,54,57,60

№	Ф.И.О.	1	2	3	4	5	6	7	8
1.									
2.									
25.									
Арифм. орточо									

## БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

1. Мүнөздүн белгилери жана акцентуациясы жөнүндө түшүнүк.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмелөө.
3. Бул ыкманы колдонуп укук коргоо кесибинде кандай проблемаларды чечсе болот?

### Тема 19. МҮНӨЗДҮК САПАТТАРДЫ ИЗИЛДӨӨ ЫКМАСЫ (К. Леонгард боюнча).

Бул тест мүнөздүн басымдуулук кылган сапатын б.а. багытын аныктоого арналган. Тест өз ичине 88 суроону камтып, мүнөздүн 10 багыты боюнча маалымат бере алат.

- 1-шкала - турмуштун активдүүлүгүн,
- 2-шкала - козголуучулугун,
- 3-шкала - эмоционалдык сезимдердин тереңдигин,
- 4-шкала - педантичтик сапаттын деңгээлин,
- 5-шкала - кооптонууну,
- 6-шкала - настроениясынын тез алмашуучулугун,
- 7-шкала - жүрүм-турумунун көрсөтмөлүүлүгүн,
- 8-шкала - тең салмаксыздыкты,
- 9-шкала - көңүл чөгүү деңгээлин,
- 10-шкала - эмоционалдык реакциянын күчүн аныктайт.

**ИНСТРУКЦИЯ:** Сиздин мүнөзүңүзгө тиешелүү болгон со-болдор берилген. Алардын ар бирине "ооба" же "жок" деп гана жооп берүү керек. Эгерде "ооба" деп жооп берген болсоңуз анда "+" белгини коюу менен, "жок" десеңиз "-" белгини коюу менен жооп бересиз.

## Суроолор.

1. Сиздин коңулүңүз көпчүлүк мезгилде көтөрүңкү жүрөбү?
2. Сиз тамашаны көтөрө албайсызбы?
3. Сиз театрда, кинодо же бирөө менен сүйлөшүп отурганда көзүңүзгө жаш айланып кеткен учурлар болобу?
4. Сиз бир жумушту аткарып жатып, туура жасап жатамбы деп кыжаалат боло бересизби?
5. Сиз балалык кезиңизде теңтуштарыңыз сыяктуу шайыр белеңиз?
6. Сиздин настроениаңыз өтө сүйүнгөн абалда туруп дароо турмушка нааразы болгондой чукул өзгөрүлөбү?
7. Сиз дайыма көпчүлүктүн көңүлүн өзүңүзгө бурасызбы?
8. Сизде эч ким менен сүйлөшүүнү каалабаган настроениа болобу?
9. Сиз серьезный адамсызбы?
10. Сиз суктанганды билесизби?
11. Сиз камдуу жүргөн адамсызбы?
12. Сиз таарынып калсаңыз аны тез унута аласызбы?
13. Сиз боорукерсизби?
14. Сиз катгы таштаганда туура эле салдымбы деп индексти кайрадан текшерип чыгасызбы?
15. Сиз дайыма мыкты кызматкерлердин катарында болууга аракеттенесизби?
16. Сиз балалык чагыңызда жылаанды же тааныш эмес итти жолуктурганда кызыктай сезимдер пайда болду беле?
17. Сиз бардык жерде тартипти сактоого аракеттенесизби?
18. Сиздин настроениаңыз сырткы кырдаалдарга көз каранды болобу?
19. Сизди тааныштарыңыз жакшы көрүшөт деп эсептейсизби?
20. Сиз келечектеги боло турган жагымсыз нерселерди ойлоп, өзүңүзчө тынчыңыз кетеби?
21. Сизде көңүл чөккөн учурларыңыз тез-тез кайталанып турабы?
22. Сиз ачууңуз аябай келгендиктен өзүңүздү жоготуп койгон учуруңуз болду беле?
23. Сиз бир жерде узак мезгилге чейин отура аласызбы?

24. Эгерде сизге туура эмес мамиле кылышса, сиз өз кызыкчылыгыңызды жан талашып коргойсузбу?
25. Сиз койдун же тооктун союлуп жатканын көз албай тиктеп тура аласызбы?
26. Сиз үйүңүздөгү занавесканын же дасторкондун туура эмес турганын көргөндө, дароо эле аларды түздөп коюуга умтуласызбы?
27. Сиз жаш кезиңизде үйдө жалгыз калгандан коркчу белениз?
28. Көпчүлүк мезгилдерде сиздин настроениаңыз себепсиз эле өзгөрүлүп турабы?
29. Сиз өз кесибиңиз боюнча эң мыкты адис болууга дайыма аракеттенесизби?
30. Сиз тез эле кайгыга чөмүлүп кетесизби?
31. Сиз өзүңүздү чексиз шайыр алып жүрө аласызбы?
32. Өзүңүздү толук бактылуу сезесизби?
33. Сиз тамашалуу оюнду алып бара алам деп ойлойсузбу?
34. Сиз өзүңүздүн пикиринизди эки анжыланбастан дароо эле түз айтып чыга аласызбы?
35. Сизде канды көргөндө жагымсыз сезимдер пайда болобу?
36. Сизге жогорку жоопкерчиликти талап кылган жумуштар жагабы?
37. Сиз туура эмес сүйлөп жаткан адамды колдой аласызбы?
38. Караңгы подвалда түруу кыйынбы?
39. Сизге өтө тез кыймылды талап кылган, бирок сапаты анчалык мааниге ээ болбогон жумуштар жагабы?
40. Сиз сөзмөрсүзбү?
41. Сиз мектепте декламацияны жакшы айтат белеңиз?
42. Балалык чагыңызда үйдөн качып кеткен учуруңуз болду беле?
43. Сизге жашоо кыйындай сезилеби?
44. Жаңжалдашуудан кийин сиз таарынычтан жумушка (окууга) барууну каалабай калган учурлар болобу?
45. Ийгиликке жетпей калгандан кийин тамашаны сүйбөй калган учурлар болду беле?



46. Сиз бирөө менен таарынышып калгандан кийин, биринчи болуп кайра жарашууну сунуш кыласызбы?
47. Сиз жаныбарларды аябай жакшы көрөсүзбү?
48. Сиз жумуш мезгилинде үйүңүздө эч нерсе болбогондугуна ишенүү үчүн кайра кайрылып барган учурларыңыз болду беле?
49. Өзүңүз же жакындарыңыз жөнүндөгү белгисиз жаман ойлор болгонбу?
50. Өзүңүздүн настроенияңызды тез өзгөрүлөт деп эсептейсизби?
51. Элдин алдына чыгып сүйлөө сизге кыйынчылыкты пайда кылабы?
52. Эгерде сизди таарынткан адам дагы шылдындай баштаса, сиз аны муштайт Селениз?
53. Сиз адамдар менен сүйлөшүп отурууну аябай каалайсызбы?
54. Сиз уруштан кийин катуу кайгырасызбы?
55. Сизге жогорку уюштуруучулукту талап кылган жумуштар жагабы?
56. Сиз максатыңызга жетиш үчүн толгон тоскоолдуктарга карабай туруктуулук менен аракеттене аласызбы?
57. Кайгылуу фильмдерди көргөнүңүздө көзүңүзгө жаш айланып кетеби?
58. Эртеңки проблемаларыңызды ойлоп алып уктай албай кыйналасызбы?
59. Сиз мектепте курбуларыңызга тапшырманы көчүрүп алууга уруксат берчү белеңиз?
60. Сиз мүрзөлөрдүн жанынан өтүш үчүн өзүңүздү чымырканып мажбурлайсызбы?
61. Сиз үйүңүздөгү буюмдардын өз-өз ордунда турушуна катуу көз саласызбы?
62. Жакшы настроения менен уктап кайра көңүл чөгүп ойгонгон учурларыңыз болгонбу?
63. Жаңы шартка тез эле көнө аласызбы?
64. Сиздин башыңыз оорутан учурлар болобу?
65. Сиздин күлкүңүз тез-тез эле чыгып турабы?

66. Сиз жаман көргөн адамдарыңыз менен көнүлдүү учураша аласызбы?
67. Сиз кыймылдуу адамсызбы?
68. Сиз акыйкатсыз мамилеге катуу кыжаалат болосузбу?
69. Сиз табигатты жакшы көргөнүңүздөн табигат менен жолдош боло аласызбы?
70. Сиз үйүңүздөн чыгып баратып газдын, жарыктын, крандын өчүрүлгөндүгүн кайра текшерүү үчүн кайра буруласызбы?
71. Сиз коркоксузбу?
72. Сиздин настроениыңыз ичимдик ичкенден кийин өзгөрөбү?
73. Сиз жаш кезиңизде өздүк көркөм чыгармачылыкка кызыгуу менен катышчу белеңиз?
74. Сиз пессимистик, суз жүргөндү баалайсызбы?
75. Сиз тез-тез эле саякатка чыгууну каалай бересизби?
76. Сиздин настроениыңыз өтө кубанган абалдан, өтө кайгырган абалга чейин чукул өзгөрүлө алабы?
77. Сиз таарынычтан көпкө капа болуп жүрөсүзбү?
78. Сиз компанияда отуруп досторуңузду көңүлүн көтөрө аласызбы?
79. Сиз башка адамдардын кайгысына көпкө чейин кыжаалат боло бересизби?
80. Сиз мектепте дептеримди булгап алдымбы деп кайра-кайра көчүрүп жаза берчү белеңиз?
81. Сиз адамдарга ишенгенге караганда көбүрөөк ишенбей мамиле жасайсызбы?
82. Сиз коркунучтуу түштөрдү көп көрөсүзбү?
83. Сиз поезддин алдына кирип кетемби же жогорку этаждын терезесинен түшүп кетемби деп чочулай бересизби?
84. Сиз көңүлдүү компанияда көңүлдүү отурасызбы?
85. Сиз татаал проблемаларды чечүүдөн баш тартып кете аласызбы?
86. Сиз арак ичкенде өзүңүздү токтоо жана эркин сезип каласызбы?
87. Сиз аңгемелешүүдө сөзгө сарандык кыласызбы?
88. Сиз сценада роль аткарып жатып, анын жөн эле оюн экендигин унутуп коесүзбү?

Бул тесттеги ар бир шкаланын мааниси дагы тиешелүү санга көбөйтүлөт. Бул жердеги инсандык сапаттарды патологиялык четтөө деп кабыл алууга болбойт. Булар мүнөздүн ачык көрүнгөн гана белгилери.

## К Л Ю Ч

1. Г-1 Гипертимы \* 3 (3 көбөйтүү)  
+: 1,11,23,33,45,55,67,77  
-: жок
2. Г-2 Козголуч \* 2  
+: 2,15,24,34,37,56,68,78,81  
-: 12,46,59
3. Г-3 Эмотивные \* 3  
+: 3,13,35,47,57,69,79  
-: 25
4. Г-4 Педантичные \* 2  
+: 4,14,17,26,39,48,58,61,70,80,83  
-: 36
5. Г-5 Тревожные \* 3  
+: 16,27,38,49,60,71,82  
-: 5
6. Г-6 Циклотимные \* 3  
+: 6,18,28,40,50,62,72,84  
-: жок
7. Г-7 Демонстративные \* 2  
+: 7,19,22,29,41,44,63,66,73,85,88  
-: 51,
8. Г-8 Неуравновешенные \* 3  
+: 8,20,30,42,52,64,74,86  
-: жок
9. Г-9 Дистимные \* 3  
+: 9,21,43,75,87  
-: 31,53,65
10. Г-10 Экзальтированные \* 6  
+: 10,32,54,76  
-: жок

## Леонгарддын акцентуациясына түшүндүрмө:

1. Демонстративдик тип. Бул шкаланын жогорку баллы - тартынчаактыкты мүнөздөйт.
2. Педантичтик тип - бул шкаланын жогорку баллы, психикалык процесстердин жай жүргөндүгүн, кайгылуу окуяларга көпкө кыжаалат болууну түшүндүрөт.
3. Застревающий тип. Бул типтин негизги белгиси өзүнүн идеясын өзү жогору баалагандык, аффектке өтө жакындык болуп эсептелет.
4. Козголгуч тип. Бул типтеги адамдарга каалоолорун ашкара албоочулук мүнөздүү.
5. Гипертимдик тип. Бул шкаланын жогорку баллы шайырдыктын, активдүүлүктүн жогорку экендигин билдирет.
6. Дистимдик тип. Бул типке дайыма көңүл чөккөндүк, турмуш тук оор кырдаалдарды гана кабыл алып жүрүүчүлүк мүнөздүү.
7. Кооптонуу - коркок тип. Бул типтегилер ашыкча сактанган, кооптонгон адамдар болушат.
8. Циклотимдик тип. Бул шкаланын жогорку баллы -гипертимдик жана дистимдик типтердин бири-бирине тез-тез эле айлана беришин мүнөздөйт.
9. Аффективдик -экзальтивдик тип. Бул типтин өкүлдөрүнүн эмоционалдык диапозону өтө кеңири болот. Кубанганда да чексиз кубанышат, кайгырганда да терең кайгырышат.
10. Эмотивдик тип. Бул шкала ички эмоционалдык дүйнөнүн өтө тереңдигин мүнөздөйт.

Бул ыкмада группалык өзгөчөлүктү аныктоодо колдонуу жакшы натыйжаны берет. Мындан сырткары дагы кээ бир психологиялык кеңештерде, кесиптик ыргоодо жана кесиптик багыт берүү ишинде колдонсо болот.

№	Ф.И.О.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.											
2.											
25.											
Арифм. орточо											

### БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

1. Мүнөз жөнүндө жалпы түшүнүк. Мүнөздүн жекелиги жана жалпылыгы.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

### Тема 20: ИНСАНДЫН БАГЫТТАЛУУСУН АНЫКТОО (Багытталуу анкетасы)

Азыркы мезгилде инсандын багытталышын аныктоодо биринчи жолу 1963ж. Б. Басс тарабынан негизделген анкетасы кенири колдонулат.

Анкета 27 ой жүгүртүүнүн пункттарынан турат. Ар бир пунктка 3 варианттан жооптор берилип (А, Б, В,) ал жооптор тиешелүү түрдө инсандын багытталуусунун 3 түрүн көрсөтөт. Изилденүүчү жооп бергенде өзүнүн учурдагы абалына, көз карашына туура келген жоопту, андан кийин көз карашынан эң алыс турган жоопту белгилөөсү керек. Изилденүүчүнүн көз карашына туура келген ар бир жооп үчүн "2" балл, эң алыс турган жоопторго "0" балл, ал эми белгиленбей калган жоопторго "1"ден балл берилет. Андан кийин багытталуунун ар бир түрү үчүн алынган баллдар суммаланып эсептелет. Бул ыкманын жардамында инсандын төмөндөгүдөй багытталууларынын деңгээлдери аныкталат.

1. Өзүнө карата багытталуу (Мен) - Багытталуунун бул түрү инсандын өзүн дайыма ардактуу корсөтүүгө, бийлик кылууга, атаандашууга умтула тургандыгын билдирет. Керек болгон учурда түрдүү жаңжалдарды уюштурууга чейин барат.
2. Карым-катнашка болгон багытталуу (О) - Багытталуунун бул түрү инсандын ар дайым башка адамдар менен тыгыз мамилелешүүгө, биргелешип иштөөгө умтула тургандыгын билдирет. Башкаларга чын дилинен жардам берүүгө аракеттеншип, дайыма коомчулук менен бирге болууну аракеттенет. Бирок көпчүлүккө көз каранды болуп, өз алдынча чечим кабыл алууга жөндөмсүз.
3. Жумушка болгон багытталуу (Д) - багытталуунун бул түрүнөн жогору алгандар - өз иштериндеги кыйынчылыктарды, маселелерди кызыгуу менен чечишет. Ар дайым жумуштун майын чыгара иштөөгө умтулушуп, башка адамдар менен жумуш тууралуу пикир бөлүшүүнү жактырышат.

#### Керектүү суроолор.

1. Мен эң чоң канаттанууну алам ...
  - А. өз ишими жактыруудан;
  - Б. Жумуштун жакшы аткарылышынан;
  - В. Досторумдун мени курчап тургандыгын билгенимде.
2. Эгер футбол (волейбол, баскетбол) ойносом мен анда ... болууну каалайт элем:
  - А. Оюндун тактикасын иштеп чыгуучу машыктыруучу;
  - Б. Атактуу оюнчу;
  - В. Команданын капитаны.
3. Менимче эң мыкты педагог ...
  - А. Окуучуларда кызыгууну пайда кылып, алардын ар бирине жекече мамиле жасайт;
  - Б. Предметине кызыктырып, ал боюнча окуучулардын билимин тереңдетет;
  - В. Эч ким өз оюн тартынбай айта ала турган шарт түзөт.

4. Мага ... адамдар жагат.
- А. Аткарылган ишке кубанган;
  - Б. Коллективде чын ниети менен иштеген;
  - В. Өз ишин башкалардан мыкты аткарууга умтулган.
5. Мен досторумдун ... адамдардан болушун каалайт элем.
- А. Ак ниет жана керектүү учурда жардам көрсөтө алган;
  - Б. Чынчыл жана мага берилген;
  - В. Акылдуу жана кызыктуу.
6. Мен эң мыкты дос деп ... эсептейм.
- А. Бардыгы менен жакшы мамиле күткөндөрдү;
  - Б. Өзүм ишенген адамды;
  - В. Өз турмушунда көп нерселерге жетише алгандарды.
7. Менин эң жаман көргөнүм, бул ...
- А. Ийгиликке жетпей калган учурларым;
  - Б. Досторум менен мамилем бузулган мезгил;
  - В. Мени сындап жатышкан мезгил.
8. Менимче педагог үчүн эң жаман нерсе, бул ...
- А. Окуучулардын жактырбагандыгын ачык билдирип, аны менен тамашалашуусу;
  - Б. Коллективде атаандашуулардын болушу;
  - В. Өзү окуткан предметти билбегендик.
9. Менин балалык кезимдеги эң жаккан нерсем, бул ...
- А. Досторум менен убакыт өткөзүү;
  - Б. Жумуш аткарып бүткөндүгүмдү сезүү;
  - В. Бир нерсе жөнүндө мени мактагандык.
10. Мен ... адамдардан болууну каалайт элем.
- А. Турмушунда ийгиликке жетишкен;
  - Б. Өз ишине жан - дили менен кызыккан;
  - В. Меймандостугу жана кичипейилдиги менен айырмаланган.
11. Мектептин биринчи кезектеги милдети, бул ...
- А. Турмуштун койгон талаптарын чечүүнү үйрөтүү;
  - Б. Окуучулардын жекече жөндөмдүүлүктөрүн өстүрүү;
  - В. Адамдар менен мамиле кылууга керектүү сапаттарды тарбиялоо.

12. Эгерде бош убакыт болсо, мен аны кызыктуу өткөрүү үчүн ...

А. Досторум менен сүйлөшүп отурмакмын;

Б. Эс алып, көүүл ачмакмын;

В. Өзүмдүн сүйүктүү иштеримди жасап, ал жөнүндөгү билимимди жогорулатмакмын.

13. Мен эң чоң ийгилигиме жетишет элем, эгерде ...

А. Жагымдуу деген адамдарым менен бирге иштеп калсам;

Б. Мен кызыккан жумуш болсо;

В. Менин аракетим жогору бааланса.

14. Мен үчүн эн жагымдуу мезгил, бул ...

А. Башка адамдардын баалашуусу;

Б. Жакшы аткарылган жумуштун ырахат алуу;

В. Досторум менен убакытты кызыктуу өткөрүү.

15. Эгерде мен жөнүндө газетага жазууну чечишсе, мен анда ... каалайт элем.

А. Мен катышкан окуу, спорт, эмгек менен байланышкан кызыктуу жумушту жазышын;

Б. Менин ишмердүүлүгүмдү жазышын;

В. Мен иштеген коллектив жөнүндө жазышын..

16. Мен бардыгынан жакшы окуйт элем, эгерде мугалим ...

А. Мага жекече мамиле жасаса;

Б. Мени предметине кызыктыра алса;

В. үйрөтүп жаткан проблемасы туралуу коллективдүү талкууну уюштура алса.

17. Мен үчүн ... өткөн жаман нерсе жок.

А. Адамды шылдыңдоодон;

Б. Эң манилүү жумуштуу ийгиликсиз аткаргандан;

В. Досторунан айрылгандан.

18. Менин баарынан жогору баалаган нерсем, бул ...

А. Ийгилик;

Б. Биргелешип иштөөгө ыңгайлуу мүмкүнчүлүк алуу;

В. Эң сонун акыл жана ой.

19. Менин эң жаман көргөн адамым, бул ...

А. Өзүн башкалардан кем сезүү;



- Б.Урушчаак, чыр адам;  
В.Бардык жаңы нерселерге каршы чыккан адам.
20. Мен үчүн эн жагымдуу нерсе, качан ...  
А. Бардык жумуштар үчүн маанилүү нерсенин үстүнөн иштесем;  
Б. Көп дос күтө алсам;  
В. Бардыгынын көңүлүн алып, бардыгына жаксам.
21. Менимче жетекчи биринчи кезекте, ... болуш керек.  
А. Жеткиликтүү сүйлөй алган;  
Б. Авторитеттүү;  
В. Талапты кое алган.
22. Бош убактымда ... жөнүндөгү китептерди кызыгып окуйм.  
А. Досторду кантип күтүү;  
Б. Белгилүү адамдардын турмушу;  
В. Илимдин жана техниканын акыркы жетишкендиктери.
23. Эгерде менде музыкалык жөндөмдүүлүк болсо, мен анда ... болууну каалайт элем.  
А. Дирижер;  
Б. Композитор;  
В. Солист.
24. Мен ... каалайт элем.  
А. Кызыктуу конкурс ойлоп табууну;  
Б. Конкурста жеңип чыкканды;  
В. Конкурс уюштуруп, аны алып барганды.
25. Мен үчүн баарынан ... билүү маанилүү.  
А. Өзүмдүн эмне кылууну каалаганымды;  
Б. Максатыма кантип жетүүнү;  
В. Максатыма жетүү үчүн адамдарды кантип уюштурууну.
26. Адам ... умтулушу керек.  
А. Башкаларды ыраазы кылууга;  
Б. Өзүнүн милдетин аткарууга;  
В. Аткарылган иш үчүн анын кемчилдигин көрсөтүүгө.
27. Бош убактымда мен эң жакшы эс алат элем, эгерде ...  
А. Досторум менен сүйлөшүп отурсам;  
Б. Көңүлдүү кино көрүп отурсам;  
В. Сүйүктүү жумуштарымды иштеп отурсам.

## АЧКЫЧ

№	М	О	Д	№	М	О	Д
2	Б	В	А	16	А	В	Б
3	А	В	Б	17	А	В	Б
4	В	Б	А	18	А	Б	В
5	Б	А	В	19	А	Б	В
6	В	А	Б	20	В	Б	А
7	В	Б	А	21	Б	А	В
8	А	В	Б	22	Б	А	В
9	В	А	Б	23	В	А	Б
10	А	В	Б	24	Б	В	А
11	Б	В	А	25	А	В	Б
12	Б	А	В	26	В	А	Б
13	В	А	Б	27	Б	А	В
14	А	В	Б				

Группалык өзгөчөлүктү аныктоо үчүн колдонулуучу таблица.

№	Ф.И.О.	Я	О	Д
1.				
2.				
25.				
Арифм. орточо				

### БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

1. Инсандын багытталышы жөнүндө түшүнүк. Идеал, ишеним, дүйнөгө болгон көз караш жана кызыгуу деген эмне?
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

## НЕРВ СИСТЕМАНЫН КАСИЕТТЕРИН ПСИХОМОТОРДУК КӨРСӨТКҮЧТӨР АРКЫЛУУ ИЗИЛДӨӨ ЫКМАСЫ

Теориялык жана практикалык изилдөөлөрдө нерв системанын касиеттерин билүүнүн мааниси чоң. Психодиагностиканын көпчүлүк лабораториялык методдорунда нерв системанын касиеттерин аныктоо үчүн атайын түзүлгөн шарттардын жана аппаратуралардын болушу зарыл. Бул өтө чоң көлөмдөгү эмгекти жана каражатты талап кылат. Мындай же тишпестикти жоюу үчүн экспресс-методикалар тагыраак айтканда теппинг-тест колдонулат.

Керектүү каражаттар: Стандарттык бланка. Ал кадимки эле ак кагазда (203\*283) бири-бирине барабар 6 тик бурчтукту 3 катарга жайгаштырып чийүү менен жасалат. Мындан сырткары секундомер жана карандаш керектелет.

**ИНСТРУКЦИЯ:** Экспериментатордун буйругуна карап, бланкадагы ар бир тик бурчтукка че-киттерди коюу керек. Экспериментатор "Баштадык" деген белгини бергенде чекит коюуну биринчи тик бурчтуктан баштайсыз. Ар бир 5 сек. убакыттан кийин экспериментатордун "кийинкиге өттүк" деген командасы угулганда гана кийинки тик бурчтукка өтүү зарыл. Эң акыркы 6 квадратка берилген 5 сек убакыт бүтөөрү менен "токто! деген команда берилет. Ушул учурда чекит коюу токтотулат. Бир квадраттан экинчи квадратка өтүү саат стрелкасынын багыты боюнча гана кетиш керек. Мүмкүн болушунча берилген убакыт ичинде көп чекит коюуга умтулуу зарыл. Бир квадраттын экинчи квадратка өткөндө токтоп калып убакытты өткөзүп жиберүү туура эмес. Мындай учурда эксперимент кайрадан жүргүзүлөт.

Изилдөөнүн жыйынтыгын иштеп чыгуу төмөнкүдөй операцияларды өз ичине алат.

1. Ар бир квадраттагы чекиттердин саны өз-өзүнчө эсептелип чыгарылат.
2. Иш аткаруу жөндөмдүүлүгүнүн графиги түзүлөт. Ал үчүн абцисса (тике ок) огуна аралыгы 5 секундадан болгон убакыттын маанилерин, ал эми ордината (туура ок) огуна ар бир квадраттагы чекиттердин санын жайгаштыруу керек.

Изилдөөнүн жыйынтыгын чечмелөө:

Нерв клеткаларынын жана бүтүндөй нерв системанын иш жөндөмдүүлүгүнүн көрсөткүчү болуп нерв процесстеринин күчү саналат. Күчтүү нерв системасы күчсүз нерв системасына караганда оор жана узак чыңалууларга туруштук бере алат. Изилдөөнүн жыйынтыгына карап нерв системасынын төмөнкүдөй 5 тибин шарттуу түрдө бөлүп көрсөтүүгө болот.

1. Выпуклый тип: Бул типтин өкүлдөрү өздөрүнүн эң чоң темпине биринчи 10-15 сек. ичинде жетишишет. Ал эми кийинки 25-30 сек. баштапкы темпи бир аз төмөндөйт. Бул тип күчтүү нерв системасына ээ болгондор.
2. Ровный тип: Бул типтин өкүлдөрү убакыттын башынан аягына чейин бирдей темпти көрсөтүшөт. Булардын нерв системасынын күчү орточо.
3. Нисходящий тип: Бул типтин өкүлдөрү эң чоң темпине биринчи 5 сек. да эле жетип, убакыт өткөн сайын темпи азайып барат. Бул күчсүз нерв системасы.
4. Промежуточный тип: Бул типтин өкүлдөрүнө темп 10-15 секундадан кийин төмөндөй баштайт. Булардын нерв системасынын күчү орточо-күчсүз болот.
5. Вогнутый тип: Бул типтин өкүлдөрүндө алгач темп жогору, андан кийин төмөндөп барып, кайрадан баштапкы темпине ээ болушат. Булар дагы нерв системасынын күчү боюнча орточо-күчсүз.

Группалык өзгөчөлүктү аныктоо үчүн төмөнкү таблицаны толтуруу талап кылынат.

№	Ф.И.О.	выпук- лый тип	ров- ный тип	нисхо- дящий тип	промежу- точный тип	вогну- тый тип
1.						
2.						
25.						
Арифм.орточо						

### БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

1. Жогорку нерв иш-аракетинин психологиялык өзгөчөлүктөрү. (нерв системасынын күчү, козголуу-тормоздолуу процесстеринин катышы жана кыймылдуулугу).
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

Тема 22:

### ӨЗҮН-ӨЗҮ КОНТРОЛДООНУН ДЕҢГЭЭЛИН АНЫКТОО ЫКМАСЫ

Бул эксперименталдык психологиялык ыкма изилденүүчүнүн түрдүү турмуштук кырдаалдагы өзүн-өзү контролдоосунун деңгээлин ылдам аныктоого мүмкүндүк берет. Мындан башка дагы артыкчылыгы тесттин жыйынтыгын клиникалык психодиагностикада, кесиптик талдоодо жана үй-бүлөлүк консультацияда колдонсо болот.

Ушуга окшош эле ыкмалар 60 - жылдары АКШда иш-тетилген. Алардын ичинен эң эле белгилүүсү болуп Дж. Рот-жесдин Локус контролдук шкаласы саналат. Бул шкала эки принципке негизделген.

**ИНСТРУКЦИЯ:** Изилденүүчүлөр ар бир суроого 6 баллдык системада (-3, -2, -1, 1, 2, 3) жооп бериши керек. Эгерде суроого толук макул болушса, +3, таптакыр макул эмесмин дегенде -3 менен жооп берүү керек. Калган баллдар өз деңгээлдерине жараша коюла берет.

## Суруолор.

- 1.Кызмат орундун жогорулашы көпчүлүк учурларда адамдын жөндөмдүүлүгүнө, аракетине жараша болбостон, ошол учурдагы түзүлгөн жагымдуу кырдаалга жараша болот.
- 2.Ажырашуулардын көпчүлүгү адамдардын бири-бирине ыңгайланышууну каалабагандыгынан келип чыгат.
- 3.Ооруу - бул кокустук.Ооруну эгер пешенене жазса,андан кутула албайсың.
- 4.Адамдар чөйрөсүнө кызыкпашы жана достук мамиле болбошу боюнча бардыгы бирдей эле.
- 5.Менин каалоолорумдун ишке ашышы көбүнчө бактымдан көз каранды.
- 6.Башка адамдарга сүйкүмдүү корунуу үчүн аракет жасоонун пайдасы жок.
- 7.Ата-эненин жана байлыктын таасири жубайлардын мамилесинин таасирине караганда алардын бактылуу болушунда негизги орунда.
- 8.Мен көпчүлүк учурларда өзүмдүн аркамдан болгон окуяларга аз таасир тийгизем.
- 9.Жетекчилердин кол алдындагыларын дайыма текшерип турушу, аларды өз эркине койгондогудан кыйла пайдалуу.
- 10.Менин мектептеги оң баа алуум көпчүлүк учурда жөндөмдүүлүгүмө караганда мугалимдин настроениясына жараша болот эле.
- 11.Мен план түзүп жатканда анын ишке ашышына ишенем.
- 12.Көпчүлүк адамдардын ою боюнча адамдардын ийгилиги алардын узак мезгилге чейинки аракетинин натыйжасы.
- 13.Туура жашоонун таасири врачтарга караганда денсоолукка чоң пайда келтирет.
- 14.Эгерде адамдар бири-бирине жакындашпаса,анда алар үй-бүлө кура алышпайт.
- 15.Менин жумушту жакшы аткарышым башкалардын оң баа берүүсүнө жараша болот.
- 16.Балдарга ата-энеси кандай тарбия берсе,ошондой адам болушат.
- 17.Пешене же кокустук менин жашоомдо негизги ролду ойнобойт.

18. Мен планды өтө алыс түзбөйм.
19. Менин жакшы баа алуум өзүмдүн аракетиме жана даярдыгыма жараша болот эле.
20. Үй-бүлөдөгү жаңжалдан кийин мен наркы тарапка караганда көбүрөөк уялып калат элем.
21. Көпчүлүк адамдардын турмушу ошол учурдагы шарттан көз каранды.
22. Мен эркин иштөөгө мүмкүндүк берген жетекчилерди баалайм.
23. Менин жашоо образым мендеги оорулардын себеби эмес.
24. Көпчүлүк адамдардын ийгиликке жетишүүсүнө оор кырдаалдар ар дайым тоскоолдук кылат.
25. Жумуштун начар уюштурулушуна ошол жердеги адамдар жооптуу.
26. Үй-бүлөдөгү начар мамилени оңдоого күчүм жетпей тургандай сезиле берет.
27. Эгерде мен кааласам бардык нерсеге киришип кете берем.
28. Өсүп келе жаткан жаштарга ата-энелерге караганда турмуштук кырдаал чоң таасир тийгизет.
29. Эгерде менде кокустук болсо - мен аны өзүм жасадым деп эсептейм.
30. Мен үчүн жетекчилердин эмне үчүн эл каалабагандай жасабастан башкага жасагандыгынын себебин табуу кыйын.
31. Адамдын ийгиликке жетише албоосунун себеби анын аракетинин жеткиликсиздигинен.
32. Мен көпчүлүк учурда өзүмдүн каалаган нерселериме үй-бүлөмдүн мүчөлөрүнөн улам жетишем.
33. Өзүмө караганда башка адамдардын жашоосунда көп кемчиликтер болот.
34. Балдарды туура кийинтүү мен үчүн аларды суук тийгенден сактоо.
35. Мен кыйын учурларда маселени чечпестен өзүнөн-өзү чечилишин күтөм.
36. Ийгилик пешенеге же кокустукка караганда адамдын тырышкан аракетине жараша болот.
37. Мен сеземин менин үй-бүлөмдүн бактысы башкаларга караганда көбүрөөк.

38. Бирөөлөргө жагам, экинчилерине жакпай калышымдын себебин түшүнүү мага кыйын.

39. Мен кабыл алган чечимди аткаруу үчүн эч кимден жардам күтпөйм.

40. Тилекке каршы адамдардын эмгеги, алардын жан талашкан аракетине карабастан көпчүлүк учурда көз жаздымда калат.

41. Үй-бүлөлүк турмушта таптакыр жол берүүгө мүмкүн болбогон кырдаалдар боло берет.

42. Өзүнүн мүмкүнчүлүгүн пайдаланышты билбеген адамдар өздөрү күнөөлүү.

43. Менин ийгилигим башкалардын жардамы аркылуу гана болушу мүмкүн.

44. Менин ийгиликке жетише албай калууларымдын көпчүлүгү пешенеме караганда өзүмдүн билбестигимден жана жалкоолутумдан улам болот.

1. Жалпы интерналдык шкала (Ио). Бул шкаланын жогорку көрсөткүчү адамдын өзүн-өзү контролдоосунун өтө жогорку деңгээлде экендигин билдирет. Мындай адамдар башынан өткөргөн окуяларынын бардыгын өзүнүн иш-аракетинин натыйжасы ошондой эле ал үчүн өздөрүн гана жооптуу деп эсептешет. Ал эми төмөнкү баян өзүнөн өзү контролдоонун начардыгын билдирет. Бул адамдар айланасындагы окуялардын тигиндей же мындай болушу башка адамдардын таасиринен деп ойлошот.

2. Ийгиликтердин обласындагы интерналдардын шкаласы (Ид). Бул шкаланын жогорку баллы оң эмоционалдык окуялар учурунда өзүн-өзү контролдоонун жогору экендигин билдирет. Бул адамдар бардык жакшы нерселерге өзүм жетишем деп эсептейт жана келечектеги максаттарын ийгиликтүү орундатышка жөндөмдүү келишет.

3. Ийгиликсиздик обласындагы интерналдык шкала (Ин). Бул шкаланы жогорку баллын алган адам жагымсыз окуялардын жана кырдаалдардын орун алышына чоң ички сезим менен маани беришет жана буга өздөрүн гана күнөөлөшөт.



4. Үй-бүлөлүк мамиледеги интерналдык шкала (Ис). Бул шкаланын жогорку баллын алган адамдар үй-бүлөсүндөгү мамилеге өзүн гана жооптуу деп эсептешет.

5. Өндүрүштүк мамиледеги интерналдык шкала (Ип). Бул шкалада жогорку балл алгандар өндүрүштүк жумуштарда өзүн аракеттин негизги фактор деп эсептешет.

6. Саламаттык сактоо жаатындагы интерналдык шкала (Им). Бул шкаладан жогорку балл алгандар ден-соолугу үчүн өзүн гана жооптуу деп эсептешет. Эгерде ооруп калыша турган болсо, ага өздөрүн күнөөлөшөт.

### А Ч К Ы Ч

1.Ио	+	-	2.Ид	+	-	5.Ин	+	-
2		1	12		1	19		1
4		3	15		5	22		9
11		5	27		6	25		10
12		6	32		14	42		30
13		7	36		26			
16		9	37		43			
17		10						
19		14	3.Ин	+	-	6.Им	+	-
20		18						
22		21		2	7		4	6
25		23		4	24		27	28
27		24		20	33			
29		26		31	38			
31		28		42	40			
32		30		44	41			
34		33						
36		35	4.Ис	+	-			
37		38		2	7			
39		40		16	14			
42		41		20	26			
44		43		32	28			
				37	41			

Группалык өзгөчөлүктү аныктоо үчүн төмөнкү таблица пайдаланат.

№	Ф.И.О.	Ио	Ид	Ин	Ис	Ин	Из
1.							
2.							
25.							
Арифм. орточо							

### БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

1. Социалдык кырдаал жөнүндө жалпы түшүнүк. Инсан жана социалдык кырдаал.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

### Тема 23: АДЕПТҮҮЛҮКТҮН АТКАРЫЛЫШЫН БААЛООЧУ ПСИХОЛОГИЯЛЫК ТЕСТ

Көрсөтмө: Төмөндөгү айтылгандардан өзүңөрдү элестет-  
киле. Кимдир бирөө сизди мүнөздөйт.

Эгерде сизге берилген тигил же бул мүнөздөмөгө макул болсоңуз, анда сиз "макул" деген вариантты чийиңиз, эгерде макул болбосоңуз "макул эмесмин" деген вариантты чийиңиз, эгерде чечимдүү пикириңиз болбосо, анда сиз "анык жообум жок" деген жооп бересиз.

1. "Турмуш өтөт, турмуш өтөт, желип өткөн шамалдай" деген ырдын маанисине капаланган адамдарды, ал түшүнгөн эмес.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

2. Саясаттын негизги жүрүшүндөгү адамдын башкы максаты жаратылыш кандай болсо, ошол бойдон сактап калуу.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жоо-бум жок"

3. Адамдардын жетишпестиги табигый нерсе, ошон үчүн аларга чыдамкайлык мамиле, жамгыр жагандай мамиле жасоо керек.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

4. Ал эсептейт, бардык жалпы теңдикке жолу болбогондор умтулат.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

5. Ал саякатка чыгууну жакшы көрчү эмес.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

6. Ал тагдырга ишенген.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

7. Качан сага эч нерсенин керег жок болгондо байлык - бул жандын абалы, деп ал белгилеген.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

8. Өзүнүн жагымсыз иш жасагандыгына, ал биричи өзүн күнөөлөгөн.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

9. Ал жалгыз отурса да, эч качан зериккен эмес.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

10. Тез өтүүчү убакытты токтотуу, кандай аянычтуу деген ой чындыгында анын оюна келген эмес.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

11. Ал музейлерде болууну жакшы көргөн эмес, себеби бардык музейлерди окшош деп эсептеген.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

12. Ал көптү билгендерди жакшы көргөн эмес.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

13. "Бардыгы өтөт, бардыгы сынат, бардыгы жадатат" деген француз макалын ал баалабайт эле.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

14. Ал аристократтар (ак сооктор) менен сүйлөшүүнү жактырган эмес.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

15. Ал эч качан бирөөнүн кеңешин уккан эмес, жадакалса жакын досторунукун да.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

16. Ал айткан, эгерде адам өзүнө жакшы шарт түзө албаса, анда ага эч качан жакшылык болбойт.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

17. Ал бардык ишинин башына ушул принципти койгон: "Табигый окуянын жүрүшүн бузба".

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

18. Столдо отурганда эртенки баш ооруу жөнүндөгү ой анын тынчын алган эмес.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

19. Бийликти жакшы көргөндөрдү, ал аябай жек көргөн.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

20. Американын "Эгер сен акылдуу болсон, анда эмне үчүн кедейсиң" деген макалы ага абдан жагат болчу.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

21. Өзүнүн кызыкчылыгына карабастан, ал чечимдерди кабыл ала берген.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

22. Ал мындай эсептеген, Адам бардык билимди дүйнөдөн эмес өзүнөн алат.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

23. Дүйнө кандай болсо, ошол бойдон кабыл албастан аны башкача кылууга умтулган адамдарды ал жек көргөн.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

24. Ал айткан, дени сак адам өзүнүн өлүмү жөнүндө ойлонуусу бул акмактык.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

25. Айлана тегерегиндегилер аны байкабай жүргөндүгүн ал каалаган.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

26. Ачык айтып анын кыжырын келтирүү өтө кыйын.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

27. Ал "Мен" деп сүйлөгөндөрдү жактырчу эмес.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

28. Жетишкен турмушту андан да жакшыртууга анын эч кандай максаты болгон эмес.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

29. Анын оюнга бирөө менен аңгемелешип отурганда өз оюнду ага жеткирүү эмес, негизгиси анын оюн утуу.

"Макул", "Макул эмесмин", "Анык жообум жок"

Бул тести интерпритациялоодо ачкычы берилбейт. Анализге алууда, экспериментатор төмөндөг беш фактор боюнча эркин, өз түшүнүгү менен ар бир поступканы мазмунуна жараша бешке бөлөт.

1. Бакыт - бул дүйнөнү өз жөндөмдүүлүгүнө жараша чечмелеп ача билүү.

2. Ак көңүл (берешен) - дүйнө үчүн өз жөндөмдүүлүгүн (жанын) аябоо.

3. Акылдуулук - дүйнө туурасында ой-жүгүртө алуу.

4. Чындыкты тааный билүү - өзүнүн "Мен" деген түшүнүгүнө карата ой чабыттоолорду жүргүзө алуу.

5. Корунбоочулук - жашоосундагы тоскоолдуктарды жеңе биле алуучулук жөндөмдүүлүк.

Мисалы, 29 поступка 100 % анын ичинен "бакытка" карата топтолгон поступканын саны 9 боло турган болсо, ал төмөндөгүдөй аныкталат.

$$29 - 100 \% \quad x = 9 \cdot 100 / 29 \approx 31 \%$$

ушундай эле калган факторлор да аныкталат жана ар бир изилденүүчүнүн көрсөткүчтөрү таблицкага жазылат. Алынган көрсөткүчтөргө жараша айланалык диаграмма түзүлөт.

№	Ф.И.О.	1	2	3	4	5
1.						
2.						
25.						
Арифм. орточо						

### БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

1. Нравалык сезим жүрүм-турумду жөнгө салуугу механизми катарында. Нравалык сезим жана адамдын каалоосу.

2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.

3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

Бул тест өзүн-өзү элестетүүнү аныктоону колдонуу максатында 1958 жылы В.Стефансон тарабынан жаратылган.

Ыкма реалдуу группадагы адамдын негизги алты тенденциясын аныктоого мүмкүндүк берет. Алар : көз карандылык, көз каранды эместик, мамилечилдик, мамилечил эместик, "таймашты" кабыл алуучулук, "таймаштан" качуучулук. Көз карандылык тенденциясы бул адамдын группа тарабынан кабыл алынган баалуулуктарды: социалдык, этикалык - моралдык нормаларга болгон ички умтулуусу. Мамилечилдик тенденциясы бул группанын мүчөлөрү же группадан сырткары турган адамдар менен болгон байланыштарды оңой түзө алуусу. Ал эми "таймашты" кабыл алуу тенденциясы бул адамдын коомдук турмушка активдүү катышкандыгын коомдогу өзүнүн ээлеген статусун жогорулатууга дайыма аракетте тургандыгын билдирет.

Изилдөө төмөнкүдөй көрүнүштө жүргүзүлөт: Изилденүүчү берилген суроолордун ар бирине "ооба", "жок" же "ортозаармын" деп жооп берүүгө тийиш. Андан кийин ар бир тенденция боюнча "ооба" жана "жок" деген жооптордун саны эсептелип, ал 10го бөлүнөт. "Ооба" деген жооптор "+" белги менен, "жок" деген жооптор "-" белги менен белгиленет. Жекече факторлор боюнча "ортозаар" жооптордун саны 3-4 тон ашып кете турган болсо, ал адамдын чечкинсиздигинин белгиси катары эсептелет. Айрым бир учурларда адамдын жүрүм-турум тактикасынын ийкемдүүлүгүн да билдириши мүмкүн.

1. Айланасындагы жолдошторуна сын көз карашта.
2. Группада чатак чыканда кооптонуунун жаралышы.
3. Лидердин кеңешинен кеңеш берүүгө жакын болуу.
4. Жолдоштору менен өтө жакын мамиле түзүүдөн алыс болуу.
5. Группадагы достукту жактыруу.
6. Лидерге каршы чыгууга жакын болуу.
7. Группанын бир-эки мүчөсүн сүймөнчүгүнө айландыруу.
8. Группадагы жыйналыштардан качуу.

9. Лидердин мактаганы жагабы.
10. Ой жүгүртүүсү жана жүрүм-туруму эч кимден көз карандысыз
11. Талаш учурунда бир тарапты колдоп чыгууга даяр болуу.
12. Жолдошторун башкарууга жакын болуу.
13. Бир-эки достору менен маектешкенге кубануу.
14. Группанын мүчөлөрү жактан каршылык кетирилсе ал өзүн эркин сезет.
15. Өз группасынын көңүлүн көтөрүүгө жакын болуу.
16. Группанын мүчөлөрүнүн жекече сапаттарына маани бербөө.
17. Группанын максатынан четтетүүгө жакын болуу.
18. Өзүн лидерге каршы коюу менен ырахат алуу.
19. Группанын кээ бир мүчөлөрү менен жакындашууну каалоо.
20. Талаш учурунда калыс болууну жактыруу.
21. Лидердин активдүү болушун жана жакшы башкарышын жактыруу.
22. Түрдүү көз караштарды кылдаттык менен талкуулоону жактыруу.
23. Сезимдерин жетиштүү башкарып кармай албоо.
24. Өз айланасына өзү менен көз карашы бирдейлерди топтоого умтулуу.
25. Жасалма мамилеге нааразы болуу.
26. Күнөөлөгөндө өзүн жоготуп унчукпай коюу.
27. Группадагы негизги багыт менен келишүүнү жактыруу.
28. Досторуна караганда группа менен көбүрөөк байланышта болуу.
29. Талашты курчутууга жакын болуу.
30. Көпчүлүктүн көңүлүнүн борборунда болууга умтулуу.
31. Кичине группанын мүчөсү болууну каалоо.
32. Компромисске жакын болуу.
33. Ойлогонуна лидер каршы чыкса кыжаалат болуу.
34. Жолдошторунун сындоосун оор кабыл алуу.
35. Акырын жүрүп жамандык кылуу.
36. Группадагы жетекчиликти өзүнө алууга жакын болуу.
37. Группага ачык болуу.

- 38.Группадагы түрдүү көз караштардын болушуна тынчсыздануу.
- 39.Жумуш пландаштыруунун жоопкерчилигин лидердин алышын жактыруу.
- 40.Достукту түзүүгө жөндөмү жок.
- 41.Жолдошторуна жини келүүгө жакын болуу.
- 42.Лидерге башкаларды каршы тукуруу.
- 43.Группанын чегинен сырткары тааныштарды жеңил күтүү.
- 44.Талашта акырын жылып чыгып кетүү.
- 45.Группанын башка мүчөлөрүнүн сунушуна оңой макул болуу.
- 46.Группанын ичинде майда группалардын пайда болушуна каршылык көрсөтүү.
- 47.Ачуусу келгенде жалгандан күлүү.
- 48.Бирөөнүн бөлүнүү аракетин жактырбоо.
- 49.Чакан бирок интимдик группаны жактыруу.
- 50.Өзүнүн чыныгы сезимин билдирбөөгө аракеттенүү.
- 51.Группадагы түрдүү көз караш учурунда лидер тарапта болуу.
- 52.Мамиле түзүүнүн демилгечиси болуу.
- 53.Жолдошторун сындодон качуу.
- 54.Лидерге башкаларга караганда тез-тез кайрылып турууну жактыруу.
- 55.Группадагы мамиленин бир адамга карата болушун жактырбоо.
- 56.Талашты күчөтүүнү каалоо.
- 57.Группадагы өзүнүн жогорку абалын сактоого умтулуу.
- 58.Башка жолдошторунун мамилелерине кийлигишип. аны бузууга жакын болуу.
- 59.Бой көтөргөндүктү жакшы көрүү.
- 60.Лидерге нааразылык билдирүүгө жакын болуу.

### А Ч К Ы Ч

- 1.Көз карандылык - 3,9,15,21,27,33,39,45,51,54
- 2.Көз карандысыздык - 6,12,18,24,30,36,42,48,57,60
- 3.Мамилечилдик - 5,7,13,19,25,31,37,43,49,52



4. Мамилечил эместик - 4,10,16,22,28,34,40,46,55,58  
 5. "Таймашты" кабыл алуу - 1,11,17,23,29,35,41,47,56,59  
 6. "Таймаштан" качуу - 2,8,14,20,26,32,38,44,50,53

Группалык өзгөчөлүк үчүн таблица.

№	Ф.И.О.	1	2	3	4	5	6
1.							
2.							
25.							
Арифм. орточо							

### БЫШЫКТОО ҮЧҮН СУРООЛОР:

1. Инсан жана группанын лидери жөнүндө жалпы түшүнүк.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

## КОЛДОНУЛГАН АДАБИЯТТАР:

- 1.Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию.М., Международная пед.академия.1995 - стр.264
2. Андреева Г.М. Социальная психология М., 1972.
- 3.Брусиловский А.Е. Судебно-психологическая экспертиза. Харьков, 1929.
- 4.Зейгарник Б.В. Патопсихология.М.,1976.
- 5.Коченов М.М. Введение в судебно-психологическую экспертизу.М., Изд-во Москов.университета,1980 - стр.117.
6. Леонтьев А.А. Педагогическое общение, М., 1979.
7. Методы психологической диагностики у Под.ред. В.Н. Дружинина и др у М., 1993.
8. Методы исследования межличностного восприятия: Спец практикум
- 9.Практикум по психодиагностике.Дифференциальная психометрика. Под.ред. В.В.Столина, А.Г.Шмелева.М., Изд-во Москов. Университета,1984 - стр.152.
10. Практические занятия по психологии, (Под. ред. А.В. Петровского 1, М., 1972
11. Практикум по психодиагностике (Под. ред. Бабина 1, Изд. МГУ М., 1990
- 12.Психологические тесты.Ахмеджанов Э.Р.М.,1996 - стр.320.
13. Никифоров Г.С. Самоконтроль человека Изд. ЛГУ, Л. 1992  
Общая психодиагностика (Под. ред. Бадалева А.А. и др) Изд. МГУ, М 1987
- 15.Эйсман А.А. Заключение эксперта (структура и научное обоснование).М.,1969.

## МАЗМУНУ

Түшүндүрмө .....	3
1. Психодиагностикалык практикумга киришүү .....	4
2. Инсандын өзүн-өзү жана экинчи бирөөнү кабыл алышы.....	7
3. Инсандын өзүн курчаган чөйрөгө карата эмпатия сы (тынсыздануусу).....	12
4. Инсандын агрессивиялык сапатын изилдөө ыкмасы.....	18
5. Активдүүлүктүн деңгээлин аныктоочу ыкма (Ад).....	24
6. Инсандын өзүн-өзү баалоосун аныктоо ыкмасы.....	27
7. Мүнөздү изилдөөчү ыкма.....	29
8. Жөндөмдүүлүктү изилдөө ыкмасы.....	33
9. Чыгармачылык потенциалды изилдөө ыкмасы.....	38
10. Эрдик сапатты изилдөө ыкмасы.....	42
11. Эмоционалдык чөйрөдө өзүн-өзү контролдоо ыкмасы.....	45
12. Стрестик абалды изилдөө ыкмасы.....	49
13. Кылмышкерлердин өзүн-өзү баалоосун аныктоо.....	51
14. Кооптонуунун пайда болушунун инсандык шкаласы.....	54
15. Депрессияны аныктоочу ыкма.....	59
17. РЕН ыкмасы.....	62
18. ММРІ методу.....	66
19. Мүнөздүк сапаттарды изилдөө ыкмасы.....	72
20. Инсандын багытталуусун аныктоо.....	79
21. Нерв системасынын касиеттерин психомотордук көрсөткүчтөр аркылуу изилдөө ыкмасы.....	85
22. Өзүн-өзү контролдоонун деңгээлин аныктоо ыкмасы.....	87
23. Адептүүлүктүн аткарылышын баалоочу психологиялык тест.....	92
24. Q - ылгоо методу.....	95
25. Колдонулган адабияттар.....	99

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

Закиров Акимжан Закирович,  
Умаров Талант Нурдинович

ПСИХОДАГНОСТИКА:  
Адамдын ички дүйнөсүн таанытуучу методдор

Редактор Закиров А.З.  
Корректоры: Курбанбаева М.Т.  
Аликулова Г.М.

Терүүгө 20.09. 97 ж. берилди, Басууга 19. 02. 98 ж. кол  
коюлду, Форматы 60x84 1/16, Нускасы 1500, Басма табак 6. 8,  
Заказ № \_\_\_\_\_ Офсеттик ыкма менен басылды. Эркин баада

Ош шаары, Ош областтык басмаканасы Курманжан Датка  
көчөсү-209.



20140109



763886