

**O'SPIRINLIK YOSHIDA EMPATIYANING NAMOYON BO'LISHI VA UNING
PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI**

Haqnazarovna Zarnigor Sheraliyevna

Osiyo Xalqaro Universiteti Pedagogika - psixologiya mutaxassisligi magistranti

Annotatsiya: *Ushbu maqolada o'spirinlarda empatiya namoyon bo'lishining psixologik jihatlari, empatiya tushunchasining mazmuni va uning psixologik xususiyatlari nazariy va amaliy g'oyalar ilgari suriladi.*

Kalit so'zlar: *empatiya, hamdardlik, shaxslararo munosabatlar, muloqot, empatiyani rivojlantirish, empatiya darajalari, hissiyotlar, individual, o'spirin.*

Abstract: *In this article, the psychological aspects of the manifestation of empathy in adolescents, the content of the concept of empathy and its psychological characteristics, theoretical and practical ideas are put forward.*

Key words: *empathy, sympathy, interpersonal relations, communication, development of empathy, levels of empathy, emotions, individual, adolescent.*

KIRISH

Hozirgi kunda mamalakatimizda yosh avlod ta'lim tarbiyasiga aloxida etibor qaratilmoqda. O'g'il qizlarning zamonaviy bilimlarni olishi, yuksak ma'naviyatli bo'lib ulg'ayishi uchun zarur shart-sharoitlar borasidagi ishlar izchil davom ettirilmoqda. Har qanday jamiyatda uning kelajagini ta'minlaydigan yosh avlodni sog'lom va barkamol qilib vayaga yetishi hal qiluvchi o'rin tutadi. Shu sababli biz islohotlarimiz ko'lami va samarasini yanada oshirishda har tamonlama yetuk, zamonaviy bilim va hunarlarni egallagan, azmu shijoatli, tashabbuskor yoshlarimizga tayanamiz. Zamonaviy psixologiyada bola emotsional faolligining barcha ko'rinishlari, aynan hamdardlik, qo'llab-quvvatlash, ichki birdamlik, empatiyaning yagona muammosi ichida ko'rib chiqiladi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Empatiya inson tomonidan boshqa insonning kechinmalari dunyosini tushunishi yoki boshqa insonning emotsional hayotida ishtirok etish qobiliyati deb izoh berish qabul qilingan. Odatda empatiya ob'ekti sifatida boshqa odam ko'riladi, ammo bir qator tadqiqotlarda empatiya ob'ekti sifatida, kuzatuvchi tomonidan antropomorfologik qabul qilingan neytral buyum, tabiat yoki san'at obrazi ko'riladi. Empatiya tushunchasini refleksiv (anglanadigan) tushunish jarayonlari qatoriga ham, hissiy anglash jarayonlariga kiritishadi, ba'zida empatiyada ikkalasining ham belgilarini kuzatishadi. Empatiyaning ilmiy tushunchasi psixologiyaga hozirgi asrning boshida kirib keldi, lekin bu savolning tarixi ancha oldin boshlangan. Bu hodisaning rivojlanishi birinchi navbatda simpatiya tushunchasiga borib taqaladi. Bu atama bizgacha qadimgi yunonlar tomonidan kiritilgan bo'lib, u odamlar bir-biriga hamdard bo'lishining mazmunini belgilash uchun kerak bo'lgan. Keyinchalik, bu konsepsiya,

simpatiyada adolat va altruizmining asosini ko'ra olgan A.Smit va simpatiyani insonlarga hamdardlik qila olish qobiliyati va odam ruhiy rivojlanishi bilan birga o'sib boradigan hodisa sifatida ko'rgan G.Spenser tomonidan takomillashtirilgan. Simpatiya nazariyasining tarafdorlari empatiyani tug'ma xususiyat deb hisoblashgan.

U.Mak-daugl simpatiyaning instinktiv kelib chiqish nazariyasini olg'a surgan bo'lsa, T.Ribo esa, uni ham odamga, ham jonivorga xos psixofiziologik xususiyat deb taxmin qilgan. Simpatiya birlamchi tuyg'u hisoblangan bo'lib, uning asosida ijtimoiy va axloqiy tuyg'ular shakllanadi. Shu o'rinda uni o'zining tuyg'ularini boshqalarning emotsional holatlari bilan moslashtirish, odamlarning ruhiy birdamligi sifatida, ular o'rtasidagi haqiqiy munosabatlar ko'rinishi sifatida qaralgan. Simpatiya tushunchasi vaqt o'tishi bilan birlamchi ma'nosini yo'qotgan. Uning o'rniga "empatiya" tushunchasi kelgan. Empatiya haqidagi bilimlarning rivojlanishining ikkinchi yo'nalishi T.Lipps tomonidan ishlab chiqilgan his qilish nazariyasi sifatida ko'riladi. His qilish – bu san'ant asarini tushunish jarayoni, keyinchalik esa – odamning o'zini tushunish jarayonidir.

T.Lipps bo'yicha his qilish – bu predmet yoki ob'ekt mohiyatini anglashning o'ziga xos turidir. Individ o'zini va o'zining kechinmalarini predmet va ob'ekt mazmuni orqali, o'z meniga proektsiyalab anglaydi. His qilish bu xuddi qabul qilingan predmetni o'zlashtirish: qabul qilish jarayonida proeksiya orqali individ o'zi va predmet orasida birdamlikni tubiga yetadi, natijada predmet "o'z-o'zidan yuzaga keladi", yoki "shu kabi jarayon tufayli o'zini o'zi chaqiradi". Shu o'rinda muallif simpatiya tabiatini beixtiyor-immitatsion sifatida ko'rib chiqqan.

Keyinchalik, ushbu nazariyaga asoslanib, san'at psixologiyasida S.Markus o'rgangan. U empatiyani estetik zavqlanish ob'ektini tushunish, ushbu ob'ektni his qilish, tasviriy obrazga kirib borish usuli sifatida qabul qilgan. Bu nazariyalarni birlashtirgan holda, 1909 yili E.Titchener ilmiy psixologiyaga empatiya tushunchasini kiritgan. Shu bilan birga, bu tushuncha ilmiy psixologiyaga

T.Lipps tomonidan kiritilgan degan nuqtai nazarlar ham mavjud. Zamonaviy tadqiqotchilar tomonidan empatiya emotsional hodisa sifatida, tushunish jarayoni sifatida, boshqalarning xayollari va kechinmalarini his qilish sifatida qaraladi. L.B.Merfi empatiyani boshqalarning tushkunligiga bee'tibor bo'lmaslik, uning holatini yengillashtirish va yordamlashish sifatida aniqlanadi.

Empatiya adekvat shaklda, ijtimoiy hayotga moslashgan, oilada maksimum ishonch, muhabbat va mehr olgan bolalarda kuzatiladi. X.L.Rosh va A.G.Kovalev empatiyani bola shaxsi rivojlanishining muhim omillaridan biri deb hisoblashadi. Ularning fikricha empatiya – iliqlik, e'tibor va ta'sirning birlashmasidir. Ehtiyojlar muvozanatiga rioya qilish tarbiyani yanada samaraliroq qiladi.

Agarda empatiya bolani o'qitishning psixologik iqlimini belgilasa bundan qulay jihat bo'lmasligi ham mumkin. Empatiyani tushuncha sifatida o'rganuvchi, psixologlar Daymond va Bronfenbrenner tomonidan, bu jarayonning shaxs emotsional tomonlari bilan o'zaro bog'liqligi ko'rsatilgan. Ularning talqini bo'yicha empatiya – bu senzitivlik

va ijtimoiy insayt, ya'ni individ boshqa odamning tuyg'u va o'ylarini qabul qila olish qobiliyatidir. Bu tadqiqotchilar o'z tajribalarini empatiyaning perpektiv tipida qurishadi.

Ularni maxsus uyushtirilgan vaziyatda begona odamlar bir birining javoblarini bashorat qilishlari qiziqtiradi. Daymondning so'zlari bo'yicha, empatiya bu vaziyatda "insonning ichki dunyosini intellektual reproduksiyasi" sifatida amalga oshiriladi. Daymond va Bronfebrennerlarning qarashlariga ko'ra, empatiya odamlarni tushunishda kognitiv qobiliyat deb qarashsa-da, anglash jarayonini yengillashtiruvchi xususiyatlar yetakchi bo'lib chiqishdi.

Empatiyani kognitiv va emotsional hodisa sifatida talqin qilishdagi kelishmovchiliklar, tushunish va empatiya jarayoni, ongning ham u, ham bu taraflari bilan bog'langanligi tufaylidir. Bu ikkala jarayon ham insonning ichki dunyosini tushunishdagi nafaqat turli xil usul hisoblablanadi balki, xulq-atvorda turli xil tuzilish va vazifaga egadir. Agar tushunish – bu individ tomonidan boshqa odamning xulq-atvorini intellektual tahlil qilish jarayoni bo'lsa, empatiya esa – boshqa odamlarning kechinmalariga emotsional hamdard bo'lishdir.

Psixologiyada T.P.Gavrilov tadqiqotlarida empatiya tushunchasi individning boshqa odam, jonivor va boshqalarning kechinmalariga nisbatan emotsional qarashidir. Muallif empatiyaning ikki turini ajratadi: birga qayg'urish, ya'ni sub'ekt boshqa sub'ekt his qilayotgan tuyg'ularni his qila olishi, va achinish, ya'ni boshqa odam tuyg'ulari haqida qayg'urish va boshqalar. Empatiya boshqa odamning ichida nima bo'layotganini, nima haqida qayg'urayotganini, atrofni qanday baholayotganini to'g'ri tasavvur qila olish qobiliyatiga asoslangan. Aynan empatiya tufayli, kitob o'qib yoki film ko'rib turib, turli xil vaziyatlarga tushib qolgan odam his qiladigan narsalarni his qilamiz. Masalan: urush liniyasida tikanli sim ostida sudralib ketayotgan josusning xavotiri va najotini; zarba urgan futbolchining quvonchini; imtixonidan o'ta olmagan o'quvchining alami va tushkunlikka tushushiga olib keladi.

Shuning uchun odam u yoki bu holatlar boshqa odamlar tomonidan qanday qabul qilinishini qanchalik yaxshi tasavvur qila olsa, empatiya shunchalik yuqori bo'ladi. Odamning empatik qobiliyatlari hayotiy tajriba oshishi bilan oshib boraveradi. Ko'p narsani ko'rgan va ko'p narsani boshidan o'tkazgan keksa odamlar, u yoki bu vaziyatga tushib qolgan odamlar nimani his qilishini, kichkina o'quvchiga nisbatan yaxshiroq tushunishadi. Empatiyaning rivojlanishi – bu boshqa insonning foydasiga hal bo'luvchi bevosita ta'sir qiluvchi axloqiy motiv va motivatsiyalarning shakllanishidir.

Empatiya yordamida kichkina bolaning boshqa odamlar kechinmalari dunyosiga kirib borishi jarayoni paydo bo'ladi hamda boshqalarning qadriyatlarini haqidagi tushuncha yuzaga keladi natijada boshqalar hotirjamligini o'ylash kabi xususiyat rivojlanadi. Empatiya rivojlanishining, axloqiy me'yorlarni o'zlashtirish asosida bolaning atrofida qilargalarga nisbatan shakllanayotgan yondashuvi yotadi.

O'spirinlarda empatiya: Tug'ilgan paytdan boshlab ota-onalar va oila insonning rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Oila inson hayotining rivojlanishidagi muhim

tarkibiy qismdir. Empatiyani rivojlantirishda bolalarning ota-onalar bilan aloqasi juda katta rol o'ynaydi. Tajribaning etishmasligi tufayli o'spirin mustaqil ravishda his qilishni o'rgana olmaydi. U og'riq hisini hali ham bilmaydi. O'spirinlarda empatiyaning rivojlanishi oilada sevgi, g'amxo'rlik, e'tibor va iliqlikni berishga qodir bo'lgan bolalar hayotida o'zini namoyon qiladi.

O'spirinlarda hamdardlik ota-onalar farzandlarining his-tuyg'ularini va his-tuyg'ularini tushunganlarida mumkin. Ota-onalar bilan aloqaning uzilishi o'spirinning ruhiyatiga zarar etkazadi, uning rivojlanishida salbiy namoyon bo'ladi. Hissiy tuyg'ularga ega bo'lish, boshqa odamning dunyosini, uning og'rig'i va baxtini anglashni anglatadi. Ishonchli his-tuyg'ularga asoslangan oila, o'spirin shaxsiyatining barkamol rivojlanishiga qaratilgan. Shuning uchun, oilaviy munosabatlar har doim do'stona bo'lib qolishi kerakligini hisobga olish kerak.

Siz boshqa odamlarni xuddi o'zingiznikidek juda yaxshi his qilyapsizmi? Ehtimol, siz hamdardlik tuyg'usini uyg'otgandirsiz! Buni qanday tekshirishni bilib oling!

Empatiya nima va u qanday paydo bo'ladi? Empatiya (empatiya) - ikkinchisining his-tuyg'ularini o'zlariga o'xshab his qilish qobiliyati. Buni qila oladigan odamlar empatlar deb ataladi. Empatiya - bu boshqalarning his-tuyg'ularini va his-tuyg'ularini his qiladigan kishi. Ba'zida empatiya qobiliyat bilan birga keladi.

Tabiiyki, odamlar bu qobiliyatga ikki holatda erishadilar:

1. Ular tug'ilish empatiyalaridir.
2. Ushbu sovg'a o'sib ulg'aygan va sotsializatsiya davrida o'z-o'zidan uyg'onadi.

Agar siz uni qanday qilib to'g'ri ishlatishni bilsangiz, hamdardlik ajoyib sovg'adir. Hamma empatiyalar ham qobiliyatni ongli ravishda boshqarishga qodir emas - aksariyat hollarda bu ongsiz ravishda sodir bo'ladi. Ba'zida ko'p odamlar boshqa odamlarning his-tuyg'ularini "ushlashadi". Aksariyat hollarda hamdardlik sovg'asi tan olinmaydi: mantiqiy ong bilan bunday ko'rinish oddiy psixologiya yoki o'z-o'zidan paydo bo'ladigan NLP kabi tushuntiriladi.

Empatiya - bu noyob qobiliyat, u har bir odamga berilmaydi. Ushbu atama birinchi marta mashhur psixoterapevt Edvard Titchner tomonidan ilmiy qo'llanishga kiritildi. Olimlar odamlarda hamdardlik darajasini, uni tasniflash tamoyillarini aniqlash uchun shkala ishlab chiqdilar. Uning rivojlanishi zamonaviy psixologiyada qo'llaniladi.

XULOSA

Shunday qilib, empatiya juda murakkab va ko'pqirrali tushuncha bo'lib, juda chuqur qayg'urishni belgilaydi. Empatiyay etakchii jtimoiy tuyg'u bo'lib, individning boshqa odamlar kechinmalariga emotsional javob bera olish qobiliyati sifatida ko'riladi. U boshqa odamni sub"ektiv qabul qilish, uning kechinmalarini, xayollari va tuyg'ularini tushunishni o'z ichiga oladi.

REFERENCES:

1. Oliy ta'lim muassasalarida ta'lim sifatini oshirish va ularni mamlakatda amalga oshirilayotgan keng qamrovli islohotlarda faol ishtirokini ta'minlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ3775-son qarori. 2018 yil 5 iyun.
2. Bo'ronova D. Yoshlar – davlatning rivojlanish strategiyasida // Sharqshunoslik. – Toshkent, 2006. – № 2. – B. 144-149.
3. Vorobev N.E., Suxanseva V.K., Ivanova T.V. O pedagogicheskoy culture buduyego uchitelya // Pedagogika. 1992. – № 1-2. – S. 667-70.
4. Ismailova, N., & Grahova, S. Mythological stories about house-spirit: Themes, structure, psychological particularities.
5. Ismailova, N., Panfilov, A., Ljdokova, G., & Farhatovich, K. Gender aspects of confounding factors in the preparation of powerlifters.