

МДТ-и «ДОНИШГОҲИ ДАВЛАТИИ ХУҶАНД
БА НОМИ АКАДЕМИК БОБОҶОН ҒАФУРОВ»

ТКБ-88.5

Бо ҳуқуқи дастнавис

ТДУ-159.9

Р-42

РАҲИМЗОДА ФИРЌЗА ВОҲИД

**МАРОМИ НОИЛШАВӢ БА КОМӢБӢ ҲАМЧУН ОМИЛИ
ХУДАМАЛИСОЗӢ ДАР СИННИ НАВҶАВОНӢ**

ДИССЕРТАТСИЯ

барои дарёфти дараҷаи илмии номзади илмҳои психологӣ аз рӯи ихтисоси

5.1.1. – Психологияи умумӣ, психологияи шахсият, таърихи психология

Роҳбари илмӣ:

доктори илмҳои психологӣ, дотсент

Зайтметов Ҳусан Авасхонович

ХУҶАНД – 2026

МУНДАРИҶА

Ихтисораҳо:	3
МУҚАДДИМА	4
ТАВСИФИ УМУМИИ ТАҲҚИҚОТ	8
БОБИ 1. АСОСҲОИ НАЗАРИЯВИИ МАРОМИИ НОИЛШАВӢ БА КОМӢБӢ ҲАМЧУН КӢШИШИ ХУДАМАЛИСОЗӢ ДАР СИННИ НАВЧАВОНӢ	16
1.1. Раҳфтоҳи психологӣ оид ба фаҳмиши мароми ноилшавӣ ба комӣбӣ.....	16
1.2. Консепсияҳои назариявии худамалисозӣ.....	37
1.3. Кӯшиши худамалисозӣ ва ноилшавӣ ба комӣбӣ дар синни навҷавонӣ....	56
Хулосаи боби якум.....	76
БОБИ 2. ТАҲҚИҚИ РОБИТАИ МУТАҚОБИЛИ МАРОМИ КОМӢБӢ ВА КӢШИШИ ХУДАМАЛИСОЗӢ ДАР СИННИ НАВЧАВОНӢ	79
2.1. Ташкили тадқиқотӣ, ҳадаф, вазифаҳо ва тавсифи методикаҳо	79
2.2. Таҳлили муқоисавии натиҷаҳои тадқиқотӣ оид ба мароми комӣбӣ дар навҷавонӣ.....	89
2.3. Робитаи мутақобилаи мароми комӣбӣ ва типҳои рефлексия дар раванди рушди худшиносӣ дар синни навҷавонӣ	102
Хулосаи боби дуюм.....	113
БОБИ 3. ОЗМОИШИ ТАШАККУЛДИҲАНДА ОИД БА РУШДИ МАРОМИ КОМӢБӢ ҲАМЧУН ОМИЛИ ХУДАМАЛИСОЗӢ ДАР СИННИ НАВЧАВОНӢ	116
3.1. Таҳия ва асосноккунии барномаи рушди мароми ноилшавӣ ба комӣбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ	116
3.2. Татбиқ ва арзёбии самаранокии озмоиши ташаккулдиҳанда	124
3.3. Омӯзиши робитаи байни мароми комӣбӣ ва кӯшиши худамалинамоӣ...	133
Хулосаи боби сеюм	148
ХУЛОСАИ УМУМӢ.....	151
Тавсияҳо оид ба истифодаи амалии натиҷаҳои таҳқиқот	154
Рӯйхати адабиёти истифодашуда:	158

Ихтисораҳо:

ГН – «Гурӯҳи назоратӣ»;

ГО – «Гурӯҳи озмоишӣ»;

ДИ–«Дараҷаи идао»;

КОА–«Комиссияи олии аттестатсионӣ»;

КХ – «Кӯшиши худамалисозӣ»;

МКАН– «Мароми канорагирӣ аз нокомӣ»;

МНБК – «Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ»;

МТМУ –«Муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ»;

ТРТ –«Типи рефлексияи тафриқшуда»;

ТУҲ– «Тести устувории ҳаёт»;

ШХШ–«Шкалаи худмуайянкунии шахсият»;

ҶМ – Ҷумҳурии Тоҷикистон.

МУҚАДДИМА

Мубрамии мавзуи таҳқиқот. Дар замони муосир талабот ба таҳқиқи психологии чунин хислатҳои шахсият афзудааст, ки барои ноилшавӣ ба ҳадаф, зиёд кардани маҳсулнокии инсон, баланд гардидани мавқеи ӯ дар ҷомеа ва сифатнокии ҳаёташ мусоидат мекунад. Бешубҳа, ин ба рушди босуръати ҷомеа алоқаманд буда, ба дониш ва маҳорату малакаҳои инсони муосир талаботи навро пеш мегузорад. Дар Тоҷикистон ва ҷаҳон, ки бо рушди босуръати технология, зиёдшавии ҷараёнҳои иттилоотӣ ва афзоиши талабот ба малакаҳои иҷтимоӣ ва касбӣ тавсиф мешавад, рушди қобилиятҳои психологии навҷавонон, аз ҷумла худтанзимкунӣ ва кӯшиши худамалисозӣ, аҳаммияти стратегӣ пайдо кардааст. Кӯшиши худамалисозӣ ҳамчун раванд ва самти асосии ташаккули шахсият имкон медиҳад, ки навҷавон вазифаҳои шахсӣ ва таҳсилӣ, ҳадафҳои таълимӣ ва иҷтимоиро мунтазам пайгирӣ намуда, ба самар расонад.

Мароми ноилшавӣ ба қомеъӣ ҳамчун муҳаррики дохилии ҳавасмандӣ нақши калидӣ дар ташаккули кӯшиши худамалисозӣ ва иродаи навҷавон мебозад. Он сатҳи худтанзимкунӣ, интизоми шахсӣ, қобилияти ба нақша гирифтани ва иҷрои вазифаҳои мураккабро афзоиш дода, ба самаранокии фаъолияти таҳсилӣ ва иҷтимоӣ мусоидат менамояд. Дар шароити Тоҷикистон, ки навҷавонон бо ҳаҷми калони иттилоот ва стрессҳои гуногун рӯ ба рӯ мешаванд, омӯзиши равандҳои психологии мароми ноилшавӣ ва таъсири он ба рушди кӯшиши худамалисозӣ аҳаммияти назариявӣ ва амалӣ дорад. Ин тадқиқот имкон медиҳад, ки барномаҳои равонӣ-педагогӣ ва тренингҳои амалӣ таҳия ва татбиқ карда шаванд, ки ба баланд бардоштани ҳавасмандӣ, ирода, худтанзимкунӣ ва иҷрои вазифаҳои навҷавонон дар муҳити таълимӣ ва ҷомеа мусоидат мекунад. Таҳқиқи мазкур ба равандҳои психологии худтанзимкунӣ ва мароми ноилшавӣ дар синни навҷавонон дар Тоҷикистон равона шуда, метавонад ба рушди назариявӣ ва методологияи психологияи синни навҷавонӣ ва ба таҳияи барномаҳои амалӣ барои рушди шахсият саҳми назаррас дошта бошад.

Муҳимияти таҳқиқоти мо ба афзоиши рақобати иҷтимоӣ вобаста мебошад, ки дар назди инсон вазифаҳои навро гузошта, ҷустуҷӯи роҳҳои ҳалли ҷолиб ва рушди муттасилро талаб мекунанд. Инкишофёбии кӯшиш ба ҳудамалисозӣ дар ташаккули касбӣ ва татбиқи иқтисодӣ шахсият нақши муҳимро мебозад. Заминаи кӯшиш ба ҳудамалисозӣ ҳанӯз дар синни барвакти навҷавонӣ гузошта мешавад, вақте ки ташаккули мароми ноилшавӣ ба комёбӣ, инкишофи мустақилӣ, мавқеъгирӣ вобаста ба замону макон сурат мегирад. Маҳз дар ҳамин марҳилаи синнусолӣ интихоби роҳи минбаъдаи рушди касбӣ ба вуҷуд меояд.

Барои дар соҳаи худ мутахассиси касбӣ шудан, ба инсон танҳо фарогирии таҳсилот ва андӯхтани таҷриба дар соҳаи касби худ кофӣ набуда, рушди муттасили шахсият ва кӯшиш барои ҳудамалисозӣ зарур мебошанд. Дар ин замина, рушди соҳаи маромнокии шахсият нақши калидӣ дорад. Ба шарофати маром ба комёбӣ инсон дар назди худ ҳадафҳо гузошта, роҳҳои расидан ба ин ҳадафҳо муайян мекунад, муҳлати иҷрои амалҳо муқаррар карда, пайваста дар худ хоҳиши ноил шудан ба натиҷаи дилхоҳро рушд медиҳад. Вобаста ба чунин рӯоварӣ дар ҷомеа низоми таҳсилот низ тағйир меёбад ва Стандарти давлатии таҳсилоти миёнаи умумӣ ба шахсе, ки барномаи таълимиро аз худ кардааст, талаботи муайяноро пеш мегузорад [1]. Хатмкунанда бояд муҳим будани аҳаммияти худинкишофдиҳӣ ва таҳсилоти муттасилро фаҳмад, зарурияти фаъолияти таълимӣ-маърифатиро дарк намояд, аҳаммияти худомӯзӣ, таҳсилот ва фаъолияти касбиро дар зиндагиаш дарёбад, инчунин, бояд фаҳмад, ки фаъолияти касбӣ дар ҳаёти ӯ то кадом андоза муҳим аст.

Дар шакли идеалӣ хатмкунанда бошуурона барои ноилшавӣ ба комёбӣ, ҳудамалисозӣ ва ба ҳадди имкон ошкор кардани иқтисодӣ худ кӯшиш мекунад. Ҳамчунин, дар «Стратегияи миллии рушди маорифи Ҷумҳурии Тоҷикистон барои давраи то соли 2030» вазифаи ташаккул додани низоми таҳсилоти муттасил бо мақсади истифодаи самараноки неруи инсонӣ ва фароҳам овардани шароит барои ҳудамалисозӣ дар тури ҳаёт дарҷ гардидааст.

Дарачаи таҳқиқи мавзуи илмӣ. Масъалаи маром ба комёбӣ ва худамалисозӣ дар психология яке аз масъалаҳои калидӣ буда, сол то сол муҳимияти бештар пайдо мекунад, бо вучуди он ки ба мавзуи мазкур таҳқиқоти сершумор ҳам дар психологияи рус (В.К. Виллюнас [31], Т.О. Гордеева [38], ҳам дар психологияи Ғарб (А. Маслоу [91], Д. Мак-Клелланд [87], К. Рочерс [121], Х. Хекхаузен [151]) бахшида шудаанд.

Дар Ҷумҳурии Тоҷикистон омӯзиши мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ҳамчун кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ дар марҳилаи оғози худ қарор дорад. Мавриди қайд аст, ки омӯзиши масъалаи мазкур аз ҷиҳати психологӣ аз тарафи олимони ватанӣ, Р. Атахонов [11], Н.М. Юнусова [40], Т. Мустафокулов [96], С.Б. Бобоева [241], А.Р. Мансурова [89], М.Б. Ҳакимова [15], М.Т. Давлатов [41], С.Х.Расулов [118], Ҳ.А.Зайтметов [191], Н.М. Шаропова [160], А.Р. Саидзода [118], Қ.М.Каримӣ [118] ва дигарон ба роҳ монда шудааст. Бояд гуфт, ки махсусияти мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ, инчунин, таъсири он ба кӯшиши худамалисозӣ кам омӯхта шудааст.

Ҳамин тавр, талаботи ҷомеа ба ҳалли масъалаи болозикр ва то ҳол дар назарияи психология вучуд надоштани ҷавоби қонеъкунанда ба ин зарурати иҷтимоӣ муҳимияти таҳқиқотро муайян мекунад. Ба масъалаи худводоркунӣ ва худамалисозӣ олимони шуравӣ Л.С.Виготский [33], А.Н. Леонтев [72] ва С.Л. Рубинштейн [125] таваҷҷуҳ зоҳир карда, моҳият, табиат ва нақши ғаёлнокии бошууронои субъектро дар ғаёлоияти худтанзимшаванда ошкор кардаанд; махсусияти унсурҳои худамалисозӣ дар давраҳои гуногуни синнусолӣ аз ҷониби Л.И. Божович [176], А.К. Маркова [90] ва Д.Б. Элконин [163] таҳқиқ шудаанд. Ҷанбаҳои гуногуни шаклгирии худводоркунии наврасон дар қорҳои Б.С. Волков [32], Д.Б. Элконин [163] ошкор карда шудаанд.

Мавқеи махсусро қорҳои В.В. Давидов [162] ва З.И. Калмикова [55] ишғол мекунанд, ки ба ташаккули худамалисозӣ бахшида шудаанд.

Таҳлили адабиёти психологӣ нишон медиҳад, ки то имрӯз омӯзиши пурраи худамалисозӣ дар синни ҷавонӣ анҷом наёфтааст. Чун қоида, ҷанбаҳои алоҳидаи назариявӣ ва методологии падидаи мазкур мавриди таҳқиқ қарор дода шудаанд.

Сарфи назар аз шумораи зиёди таҳқиқотҳое, ки ба омӯзиши мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва масъалаҳои худамалисозии шахсият бахшида шудаанд, як қатор масъалаҳои калидии марбут ба хусусиятҳо, механизмҳо ва омилҳои ташаккули онҳо дар синни навҷавонӣ ҳанӯз пурра равшан нагардидаанд. Коркарди нокифояи масъалаи робитаи мутақобилаи мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар ин марҳилаи синнусолӣ имкон дод, ки муҳиммияти таҳқиқи амиқи ин падидаро дарк намуда, мавҷудияти **ихтилофоти** зеринро баррасӣ намоем:

- миёни аҳаммияти баланди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ҳамчун омили рушди шахсият ва сатҳи нокифояи таҳқиқи нақши он дар ташаккули кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ мавҷуд будани зиддияти назариявӣ ва эмпирикӣ;

- байни фаровонии таҳқиқоти назариявӣ оид ба маром ва камбуди таҳқиқоти озмоишии мураккаб, ки робитаи воқеии мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва ҷузъҳои сохтори кӯшиши худамалисозиро инъикос менамоянд;

- синни навҷавонӣ ҳамчун давраи ҳассоси ташаккули худмуайянкунӣ ва худамалисозӣ эътироф мегардад, аммо, мутаассифона, хусусиятҳои психологии мароми ноилшавӣ ба комёбӣ маҳз дар ҳамин марҳилаи синнусолӣ ба таври кофӣ таҳқиқ нашудаанд;

- миёни зарурати рушди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ҳамчун омили фаъолнокии шахсият ва мавҷуд набудани барномаҳои махсуси ташаккулдиҳандаи равонӣ, ки ба рушди кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ равона бошанд;

- ошкор гардидани нақши худводоркунӣ, рефлексия, мустақилий ва мақсадгузорӣ дар равандҳои худамалисозӣ ва норасоии таҳқиқоти ҳамгиро, ки

ин нишондиҳандаҳоро дар робита бо мароми ноилшавӣ ба комёбӣ таҳлил менамоянд, ихтилофи илмӣ ба миён меорад;

Таҳлили адабиёти илмӣ нишон медиҳад, ки бо вучуди фаровонии мавод, коркарди концептуалии робитаи мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ ҳамчун падидаи ягонаи равонӣ ҳанӯз ба сатҳи кофӣ назариявӣ ва методологӣ нарасидааст. Таҳқиқоти озмоишии мукамал, ки хусусиятҳои ин робитаро дар синни навҷавонӣ ба таври низомманд инъикос намоянд, хеле маҳдуд мебошанд.

Ҳамин тавр, ба қадри кофӣ коркард нашудани **масъалаи** худамалисозӣ ва мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ, ҳам аз ҷиҳати назариявӣ ва ҳам аз ҷиҳати амалӣ зарурати таҳқиқи онро асоснок менамояд.

Робитаи таҳқиқот бо барномаҳо ва ё мавзӯҳои илмӣ. Таҳқиқоти диссертатсионӣ дар доираи қори илмӣ-таҳқиқотии кафедраи психологияи иҷтимоӣ ва касбии МДТ-и «Донишгоҳи давлатии Хучанд ба номи академик Бобоҷон Ғафуров», ки ба омӯзиши фаъолияти маърифатии шахс барои солҳои 2021-2025 “Нақши маромнокӣ дар инкишофи қобилиятҳои маърифатии шахс” равона шудаанд, таҳия ва иҷро гардид.

ТАВСИФИ УМУМИИ ТАҲҚИҚОТ

Мақсади таҳқиқот – ошкор кардани хусусиятҳои робитаи мутақобилаи мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ.

Барои ноил гардидан ба мақсади гузошташуда дар назди таҳқиқот **вазифаҳои** зерин муайян карда шуданд:

1. Таҳлили мукаммали адабиёти илмӣ ва таҳқиқоти эмпирикӣ оид ба масъалаи худамалисозӣ ва мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ.
2. Муайян намудани хусусиятҳои психологии мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ.
3. Ташҳис ва таҳлили сатҳи кӯшиши худамалисозӣ ва мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ.

4. Коркард, татбиқ ва санчиши самаранокии барномаи инкишофдиҳандаи рушди кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ дар ҷараёни озмоиши ташаккулдиҳанда.

5. Таҳқиқи динамика ва хусусиятҳои робитаи мутақобилаи байни мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ дар марҳилаҳои гуногуни таҳқиқот.

Объекти таҳқиқот – мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ.

Мавзӯи (предмети) таҳқиқот – мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ҳамчун кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ.

Бо дарназардошти мақсад, объект ва предмети таҳқиқот, **фарзияҳои зерин** пешниҳод карда шуданд:

1. Дар байни мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозии шахсият дар синни навҷавонӣ робитаи мутақобилаи маънодор вучуд дорад; баланд гардидани дараҷаи мароми ноилшавӣ ба комёбӣ боиси афзоиши сатҳи кӯшиши худамалисозӣ мегардад.

2. Дараҷаи ифодаёбии худводоркунии рафтор ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ дар марҳилаҳои муқарраркунанда ва назоратии таҳқиқот, пас аз татбиқи барномаи инкишофдиҳанда, тафовутҳои омории муътамадро нишон медиҳанд.

3. Робитаи мутақобилаи худводоркунӣ ва худамалисозии шахсият асосан тавассути рефлексияи фаъолият, инчунин бо маҷмуи ҷунин нишондиҳандаҳо, аз қабилӣ мустақилӣ, барномарезӣ, арзёбии натиҷаҳо, чандирӣ, маром ба комёбӣ ва тарс аз нокомӣ муайян мегардад.

Марҳила, макон ва давраҳои таҳқиқот. Ҳалли масъалаи гузошташуда дар се марҳилаи ба якдигар алоқаманд амалӣ гардид:

Марҳилаи якум (солҳои 2019-2021) – марҳилаи омодагӣ-ҷустуҷӯӣ. Омӯзиши масъалаи таҳқиқот дар адабиёти психологию педагогӣ, ошкор кардани вазъи ҳалли масъала дар амалияи низоми таҳсилот; коркарди дастгоҳи илмӣ таҳқиқот; коркарди мавзӯ ва концепсияи таҳқиқот, муайян намудани марҳилаҳо, иштирок дар семинарҳои илмӣ-амалӣ.

Марҳилаи дувум (солҳои 2021-2024) – марҳилаи таҷрибавӣ-озмоишӣ. Дақиқ кардани концепсияи таҳқиқот. Коркарди таъминоти илмӣ-методиҳои кори озоишӣ. Гузаронидани озоиши муқарраркунанда ва ташаккулдиҳанда. Таҳлили натиҷаҳои дар рафти озоиш ба даст омада ва дақиқ кардани муқаррароти асосии фарзияи таҳқиқот.

Марҳилаи сеюм (солҳои 2024-2025) – марҳилаи хотимавӣ. Ҷамъбасту банизомдарорӣ ва тавсифи натиҷаҳои бадастоварда, бандубаст ва таҳияи таҳқиқоти диссертатсионӣ.

Асосҳои назариявии таҳқиқот. таҳқиқи маром ба комёбӣ аз тарафи Х. Хекхаузен, Д. Маккеланд ва К. Левиноид, концепсияҳо оид ба худамалисозии К. Голдштейн, К. Рочерс ва А. Маслоу, назарияи кӯшиш ба арзишнокии А.С. Шаров ва назарияи худводоркунии Э. Десӣ ва Р. Райан ташкил медиҳанд. Раҳёфти экзистенсионалӣ-гуманистӣ дар психология (В. Франкл, Д. Бюцента, К. Ясперс, Л.Бинсвангер, М.Босс, Р.Мэй) ташкил медиҳад, ки ба воситаи принсипҳои системанокӣ (Б.Ф.Ломов) ва худводоркунии рушд (Л. С. Виготский, А.Н. Леонтев, Д.И. Фелдштейн) амалӣ карда мешавад.

Дар диссертатсия чунин **методҳои таҳқиқот** истифода шуданд:

1. Методҳои назариявӣ (методи таҳлил ва таркиби назариявии адабиёти илмӣ ва махсус, ҷамъбасткунӣ ва басистемадарорӣ).

2. Методҳои таҷрибавӣ (эмпирикӣ): методикаи “Тести устувории ҳаётӣ” (С. Мадди, аз ҷониби Д.А. Леонтев ва Э.И. Рассказова мутобиқ карда шудааст), методикаи ташҳиси мароми комёбӣ А. Мехрабян (аз ҷониби М.Ш. Магомед-Эминов модификатсия шудааст), шкалаи худмуайянкунии шахсият (Б. Шелдон; аз ҷониби Э.Н. Осина мутобиқ ва модификатсия шудааст), методикаи Т. Элерс: “Мароми кӯшиш ба комёбӣ” ва “Мароми канорагирӣ аз нокомӣ”, пурсишномаи “Типи рефлексияи тафриқашуда” (Д.А. Леонтев, Е.М. Лаптева, Е.Н. Осин, А.Ж. Салихова), тести “Дараҷаи иддао”-и Гербачевский.

3. Методҳои коркард ва шарҳ додани маълумот: методҳои математикии коркарди омории маълумот бо ёрии барномаи Microsoft Excel for Microsoft Office, таҳлили сифатии натиҷаҳои бадастварда, шарҳ додани маълумот,

ошкор кардани робитаҳои мутақобила, бандубасти хулосаҳо, тартиб додани графикҳо, ҷадвалҳо ва нақшаҳо мебошад.

Сарчашмаи таҳқиқот. Таълифоти илмии олимони файласуфҳо, психологҳо ва педагогҳо оид ба масъалаҳои худамалисозӣ ва худводоркунӣ, рушди шахсият ва имконияти худтатбиқнамоӣ дар соҳаҳои гуногуни фаъолияти таълимӣ; маводди дастурии Вазорати маориф ва илми Ҷумҳурии Тоҷикистон оид ба масъалаи таҳқиқшаванда; таҷрибаи педагогии психологҳо ва омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёна ва олии касбӣ, муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ, инчунин, таҷрибаи шахсии педагогӣ ва илмии муаллиф.

Заминаҳои эмпирикӣ. Заминаҳои эмпирикии таҳқиқот ба фаъолияти амалии муаллифи диссертатсия дар робита бо объекти таҳқиқот асос ёфта, омӯзиши адабиёти илмӣ ва илмӣ-методии марбут ба мавзӯ, банақшагирӣ ва татбиқи корҳои озмоишӣ, истифодаи маҷмуи усулҳои гуногуни таҳқиқот, инчунин ташкил ва гузаронидани озмоишҳои муқарраркунанда ва ташаққулдиҳандаро дар бар мегиранд. Дар чараёни таҳқиқот далелу маълумоти эмпирикӣ ҷамъоварӣ, таҳлил ва ҷамъбаст гардида, натиҷаҳои бадастомада барои тасдиқи фарзияҳои пешниҳодшуда истифода шуданд.

Дар таҳқиқоти мазкур намунаи таҳқиқотӣ аз 220 нафар хонандаи синфҳои 9-ум ва 11-ум иборат буд, ки аз онҳо 120 нафар хонандаи синфи 9-ум ва 100 нафар хонандаи синфи 11-ум буданд. Ҳамаи иштирокчиён бо усули ҳадафмандона аз се муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ ва интернат ҷалб карда шуданд. Тақсими хонандагон ба таври ҷуғрофӣ ва синфӣ чунин мебошад: муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №23: синфи 9-ум - 54 нафар, синфи 11-ум - 45 нафар; муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №24: синфи 9-ум - 52 нафар, синфи 11-ум - 42 нафар; интернат-мактаби шаҳри Бӯстон, вилояти Суғд: синфи 9-ум - 14 нафар, синфи 11-ум - 13 нафар.

Фарогирии намунаи таҳқиқотӣ нишон медиҳад, ки иштирокчиён аз синфҳо ва муассисаҳои гуногун ба таври мутаносиб ҷалб гардидаанд. Ин вазъият имкон медиҳад, ки таҳлили натиҷаҳо бо назардошти хусусиятҳои

синфӣ ва муассисавӣ ба таври систематикӣ, илмӣ ва объективӣ анҷом дода шавад.

Пойгоҳи таҳқиқотро гурӯҳи интихобии хонандагони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии №23, №24-и шаҳри Хучанд ва интернат-мактаби шаҳри Бӯстони вилояти Суғд ($n=240$) ташкил доданд, ки синну солшон 15-17 сола мебошад.

Навгонии илмӣ таҳқиқот дар нуктаҳои зерин ифода меёбад:

- бори аввал таъсири мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ба рушди кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонон таҳқиқ гардид;
- нахустин маротиба ҷузъҳои сохтории кӯшиши худамалисозӣ (муваффақиятҷӯӣ, худтанзимкунӣ, интизоми шахсӣ ва нақшакашӣ) дар заминаи мароми ноилшавӣ таҳлил ва бо усулҳои эмпирикӣ санҷида шуданд;
- аввалин бор робитаҳои мусбати байни сатҳи мароми ноилшавӣ ва ҷузъҳои сохтории кӯшиши худамалисозӣ муайян карда шуданд, ки нишон доданд, сатҳи баланди мароми ноилшавӣ афзоиши худтанзимкунӣ ва иҷрои самараноки вазифаҳоро тақвият медиҳад;
- нахустин маротиба эҳтимолияти таъсиррасонии мароми ноилшавӣ ба рушди соҳаи худтанзимкунӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар раванди таҳсил ва фаъолияти рӯзмарра ошкор гардид;
- бори аввал барномаи методии ташаккулдиҳанда барои рушди мароми ноилшавӣ ва кӯшиши худамалисозӣ таҳия шуда, дар муҳити синфӣ ва тренинҳои равонӣ татбиқ карда шуд, ки самаранокии он дар баланд бардоштани худтанзимкунӣ, ирода ва ҳавасмандии навҷавонон исбот гардид;

Нуктаҳои ба ҳимоя пешниҳодшаванда:

1. Талаботи ноилшавӣ ба комёбӣ яке аз талаботи асосии инсон маҳсуб меёбад. Маҳз он шахсиятро водор мекунад, ки дар назди худ вазифаҳои нав гузошта, онҳоро иҷро кунад, инкишоф ёбад, ба худамалисозӣ, ошкор кардани иқтидори худ ва худсобиткунӣ кӯшиш намояд. Дар синни навҷавонӣ мароми ноилшавӣ ба комёбӣ бо мавқеъгирии навҷавонон дар замон, дараҷаи

мустақилӣ, малакаҳои мақсадгузорӣ ва рӯовариҳои арзишӣ, инчунин, бо дараҷаи эҷодкорӣ ва талаботи маърифатии онҳо алоқаманд аст.

2. Худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ наваташкилаи зарури ин давраи синнусолӣ мебошад. Ба шарофати кӯшиши худамалисозӣ ҷавон барои рушди шахсият ва пешрафт дар ҳаёти минбаъда малакаҳои муфидро ҳосил мекунад. Ин равандест, ки ҳадафи асосии он кӯшиши фароҳам овардани шароити мусоид ва водоркунондаҳои беҳтарин барои амалисозии иқтидори худ ва қонеъ гардонидани талабот дар натиҷаи фаъолият мебошад. Баъд аз баохиррасии давраи навҷавонӣ, вақте ки инсон ба татбиқи худ дар фаъолияти касбӣ наздик мешавад, дар ӯ низоми ақидаву арзишҳо, фаҳмиши ҷиҳатҳои қавӣ ва имконоти худ, малакаҳои ҳадафгузорӣ, банақшагирӣ ва рефлексия бояд ташаккул ёфта бошанд.

3. Дар байни мароми ноилшавӣ ба қомеъӣ ва ҷузъҳои сохтори кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ робитаи мутақобили мусбату муҳим вучуд дорад. Дар сурати афзудани мароми ноилшавӣ ба қомеъӣ кӯшиш барои худамалисозӣ низ баланд шуда, байни ҷузъҳои сохторӣ робитаҳои муайян тақвият ёфта, робитаҳои нави мусбат пайдо мешаванд. Аз ин ҷо, эҳтимолияти баланди таъсиррасонӣ ба кӯшиши худамалисозӣ аз ҳисоби рушди соҳаи мароми шахсият мавҷуд аст.

4. Самаронокии рушди мароми ноилшавӣ ба қомеъӣ ҳамчун омили таҳриқдиҳандаи кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ дар ҷараёни озмоиши ташаккулдиҳанда ба таври эмпирӣ исбот гардидааст. Татбиқи барномаҳои махсуси равонӣ-педагогӣ, ки ба инкишофи маромнокӣ, худтанзимкунӣ, рефлексия ва малакаҳои ҳадафгузорӣ равона шудаанд, боиси тағйироти мусбат дар сатҳи кӯшиши худамалисозии навҷавонон мегардад.

Аҳаммияти назариявии таҳқиқот дар густариши тасаввурот оид ба раванди кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ, инчунин, таҳқиқи робитаи байни мароми ноилшавӣ ба қомеъӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ ифода меёбад.

Аҳаммияти амалии таҳқиқот дар он ифода меёбад, ки натиҷаҳои таҳқиқотро дар чунин самтҳо метавон истифода бурд: дар фаъолияти амалии психолог ва педагогҳое, ки соҳаи маромхоро меомӯзанд ва дар самти рушди кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ кор мекунанд; дар курсҳои лексионӣ дар мавзуи мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ; аз ҷониби муҳаққиқон барои омӯзиши минбаъдаи робитаи байни мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ.

Дарачаи эътимоднокии натиҷаҳо бо мувофиқати мавқеҳои назариявӣ-методологӣ, густурдагӣ ва маҷмуавӣ будани таъминоти методӣ, истифодаи маҷмуи воситаҳои дар психология санҷидашуда ва боэътимоди психологӣ, риояи талабот ба интиҳоб зимни гузаронидани таҳқиқот, методҳои мувофиқи коркарди омории маълумот, таносуби натиҷаҳо бо маълумоти муаллифони дигар таъмин гардидааст.

Мутобиқати диссертатсия ба шиносномаи ихтисоси илмӣ. Мундариҷаи таҳқиқоти диссертатсионӣ ба соҳаҳои зерини шиносномаи ихтисоси 5.1. – Илмҳои психологӣ (5.1.1. - психологияи умумӣ, психологияи шахсият, таърихи психология) мувофиқ аст: банди 1 - Ҳаёти руҳӣ ва рафтори инсон. Таносуби рафтор ва фаъолият. Детерминантҳои муайянкунандаи ҳаёти руҳӣ ва рафтори инсон; банди 13 - Масъалаҳои психологӣ муошират ва иртибот. Психолінгвистика; банди 17 - Маром, механизмҳо, ташаккул ва амалкарди он. Талабот, маромҳо, арзишҳои шахсиятӣ ва самтгирӣҳои арзишӣ, шавқу рағбат, майлу кӯшишҳо. Мазмунофарӣ. Мароми комёбӣ. Мароми хизмат. Самтгирӣ ва нақши низомофарандаи он.

Саҳми шахсии довталаби дараҷаи илмӣ дар таҳқиқот дар иштироки бевоситаи ӯ дар тамоми марҳилаҳои таҳқиқот: банақшагирӣ, интиҳоб ва асоснок кардани мавзӯ, тартиб додани сохтори диссертатсия, муайянкунии мақсад, вазифаҳо, объект ва предмети таҳқиқот, ҷустуҷӯ ва дарёфти адабиёти зарурӣ оид ба мавзуи таҳқиқот, ҷамъоварӣ ва басистемадарории маълумоти озмоишӣ ва коркарди онҳо, таҳлили натиҷаҳои коркарди маълумоти озмоишӣ,

омода ва интишори мақолаҳои илмӣ, иштирок дар чорабиниҳои илмӣ, ҷамъбасти натиҷаҳо ва таълифи диссертатсия ифода меёбад.

Тасвиб ва амалисозии натиҷаҳои диссертатсия. Диссертатсия дар ҷаласаи кафедраи психологияи иҷтимоӣ ва касбии факултети психология ва таҳсилоти томактабии Муассисаи давлатии таълимии «Донишгоҳи давлатии Хучанд ба номи академик Бобочон Ғафуров» дар таърихи 12-уми сентябри соли 2025-ум (протоколи №2) муҳокима гардида, он пас аз ислоҳи эродҳои ҷойдошта ба ҳимоя пешниҳод карда шудааст.

Аз рӯйи мавзӯи таҳқиқ докталаби дараҷаи илмӣ дар конфронсиҳои **ҷумҳуриявӣ** (1. Хусусияҳои психологии хонандагони лаёқати ақлӣ дошта. – Хучанд, соли 2020-ум; 2. Масъалаҳои омӯзиши хонандагони лаёқати ақлӣ дошта – Хучанд, соли 2020-ум; 3. Дастгирии психологӣ-педагогии хонандагони болаёқат. – Хучанд, соли 2021-ум; 4. Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар психология. – Хучанд, соли 2023-юм; 5. Мотивация достижения на успех в юношеском возрасте. – Хучанд, соли 2023-юм; 6. Кӯшиши худамалисозӣ ва ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни ҷавонӣ. – Душанбе, 29-уми апрели соли 2023-юм; 7. Консепсияҳои назариявии худамалисозӣ дар ҷавонон. – Хучанд, соли 2024-ум; 8. Мотивация достижений успехов в юношеском возрасте. – Душанбе, соли 2025-ум) ва **байналмилалӣ** (1. Самодетерминация и стремления к самоактуализации в юношеском возрасте. – Москва, 2025-ум) баромад намудааст.

Интишорот аз рӯйи мавзӯи диссертатсия. Мундариҷаи асосии диссертатсия дар 10 мақолаи унвонҷӯ, аз ҷумла, 4 мақола дар маҷаллаҳои илмӣ тақризшавандаи КОА-и назди Президенти Ҷумҳурии Тоҷикистон ва КОА Вазорати маориф ва илми ФР инъикос ёфтааст.

Сохтор ва ҳаҷми диссертатсия бо ҳалли пай дар пай ва мантиқии вазифаҳои гузошта муайян гардидааст. Диссертатсия аз муқаддима, се боб, хулоса, рӯйхати адабиёти истифодашуда ва замимаҳо иборат аст. Матни диссертатсия аз 155 саҳифа ҷопи компютерӣ иборат мебошад. Рӯйхати адабиёт 259 номгӯйи манбаъҳои илмӣ ва илмӣ-методиёро фаро гирифтааст.

БОБИ 1. АСОСҲОИ НАЗАРИЯВИИ МАРОМИИ НОИЛШАВӢ БА КОМӢБӢ ҲАМЧУН КӢШИШИ ХУДАМАЛИСОЗӢ ДАР СИННИ НАВҶАВОНИ

1.1. Раҳёфтҳои психологӣ оид ба фаҳмиши мароми ноилшавӣ ба комӣбӣ

Дар илми психология доир ба масъалаи мароми ноилшавӣ ба комӣбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ дар раванди фаъолияти таълимӣ, таҳлили сохтор ва функцияҳои он раҳёфтҳои гуногун вучуд доранд. Чунончи Л.И. Божович таъкид мекунад, ки «маром метавонад ҳама чизе бошад, ки дар он талабот таҷассум ёфтааст. Зимнан, маромҳо «як навъ водоркунандаҳои рафтори инсон» мебошанд» [176, с. 42].

А.Н.Леонтев чунин мешуморад, ки маромҳо ин объектҳои мебошанд, ки дар онҳо талаботҳо мушаххас мегарданд ва мазмуни предметии ин талаботҳоро ташкил медиҳанд. Муаллиф қайд мекунад, ки «маромҳо ду функцияро иҷро мекунанд: якум, онҳо тақондиҳандаи фаъолият мебошанд, дувум, ба фаъолият мазмуни субъективӣ, яъне шахсӣ мебахшанд» [75, с.78]. «Функцияи маромҳо, – менависад А.Н. Леонтев, – дар муносибат бо шуур дар он ифода меёбад, ки гӯё маромҳо аҳаммияти ҳаётии вазъияти объективии амалҳои ӯро барои субъект «баҳо медиҳанд» ва ба онҳо мазмуни шахсӣ медиҳанд» [72, с. 150].

Масъалаи мазмунро дақиқ коркард намуда, олим менависад: «Он тарафи шуури фард, ки онро муносибати ҳаётии ӯ муайян мекунад, мазмун аст. Дар муносибат ба равандҳои маърифатӣ мазмун он чизест, ки ин равандҳоро на танҳо ба самти муайян равона месозад, балки майлу рағбатро ба онҳо бармеангезад» [72, с. 30-31].

Олимони тоҷик истилоҳи маромро ба таври мазкур баррасӣ ва таҳқиқ менамоянд. Масалан, олими ватанӣ Атахонов Р. дар луғати истилоҳоти равоншиносӣ таъкид менамояд, маром ҳамчун баҳона, манбаъ ва сабаби ботинии барангезанда ва водоркунандаи рафтор ё кирдори инсон баромад

мекунад. Ба ақидаи муаллиф, «асоси маромҳои рафторро талаботи шахс ташкил дода, вобаста ба хусусияти онҳо метавонанд биологӣ, иҷтимоӣ, фаҳмидашаванда ё нофаҳмомонда бошанд. Илова бар ин, маромҳо ҳамчун асоси маънодихӣ хизмат намуда, маъноӣ шахсиятии инъикоси инфиродии воқеиятро муайян месозанд» [11, с. 69].

Дар заминаи мавқеи мазкур метавон ба хулоса омад, ки маромҳо на танҳо омилҳои барангезандаи фаъолият, балки унсурҳои калидии самтгирии маънавӣ ва маънобахши шахсият ба ҳисоб мераванд. Тағйирёбии низоми маънодихӣ метавонад боиси тағйир ёфтани маромҳои мутаносиб гардад, ки дар натиҷа равияи умумӣ ва самтнокии фаъолияти иҷрошавандаи шахс дигаргун мешавад. Ин ҳолат аҳаммияти маромҳоро ҳамчун механизми танзимкунандаи фаъолият ва рафтори инсон боз ҳам барҷаста мегардонад.

Тавре ки С.Х. Расулов, А.Р. Саидзода ва Қ.М. Каримиён қайд менамоянд, маромҳо ҳамчун қувваҳои ботинии фаъолияти инсон баромад карда, бо талаботи шахс алоқаманд мебошанд ва ўро ба иҷрои фаъолияти муайян водор месозанд. Ба ақидаи муаллифон, «маромҳо шакли даркшуда, фаҳмидашуда ва эҳсосшудаи талабот ба ҳисоб рафта, хусусияти гуногун доранд. Дар адабиёти равоншиносӣ маромҳоро, одатан, ба ду гурӯҳи асосӣ — маромҳои паст (биологӣ) ва маромҳои олӣ (иҷтимоӣ) ҷудо менамоянд» [118, с. 115].

Маромҳои биологӣ он шавқу ҳавасҳо, хоҳишҳо ва тамоюлҳои шахсро фаро мегиранд, ки, пеш аз ҳама, ба қонеъ гардондани талаботи ҷисмонӣ ва физиологӣ равона шудаанд. Дар муқобили ин, маромҳои иҷтимоӣ маҷмуи шавқу ҳавасҳо, идеалҳо ва эътиқодҳои шахсро ташкил медиҳанд, ки дар ҷараёни ҳаёти иҷтимоии ӯ шакл гирифта, дар танзими рафтор ва фаъолияти иҷтимоии шахс нақши муайянкунанда мебозанд.

Низоми маромҳои шахс дорои сохтори иерархӣ буда, ҳамбастагии маромҳои биологӣ ва иҷтимоӣ самтгирии умумии фаъолият, интиҳоби рафтор ва сатҳи фаългардонии шахсиятро муайян месозад. Ин ҳамгироӣ барои дарки амиқи механизмҳои ангезиш ва рушди шахсият аҳаммияти назариявӣ ва амалӣ дорад.

Таҳқиқоти профессор Ҳ.А. Зайтметов нишон медиҳанд, ки маром ҳамчун ангезаи устувор нақши муҳим дар фаъолияти инсон, бахусус дар соҳаи омӯзиш ва худташаққулдиҳӣ, мебозад. Баланд будани сатҳи маромнокӣ ҳавасмандии шахсро ба мутолиа зиёд намуда, ба дарки амиқи матн, коркарди иттилоот ва ташаққули малакаҳои таҳлилий мусоидат мекунад [248].

Тавре ки Т. Мустафокулов зикр менамояд, «маром ҳамчун хусусияти психологие маънидод мешавад, ки шахсро фаъол гардонида, ӯро ба самти расидан ба ҳадафҳои муайян равона месозад. Маромҳо дар заминаи талаботи бошууронаи инсон, ҳолатҳои ҳиссӣ, шавқу ҳавас, саъю кӯшиш, идеалҳо, эътиқод ва дигар омилҳои водорсозандаи ҳаётан муҳимми иҷтимоӣ ташаққул меёбанд» [96, с. 15].

Н.М. Шаропова фаъолияти инсонро ҳамчун маҷмуи амалҳои тавсиф менамояд, ки дорои мақсади умумӣ буда, аҳаммияти иҷтимоӣ доранд. Ба ақидаи муаллиф, «ҳар гуна фаъолият ба маром ва омилҳои водоркунанда вобастагӣ дошта, дониш, эҳсосот, хоҳиш ва талабот метавонанд ҳамчун унсурҳои асосии он баромад намоянд. «Маром неруи асосиест, ки шахсро ба сӯйи амалӣ намудани ҳадафҳои пешгузошташуда равона месозад» [160, с. 14].

Таҳқиқгари ватанӣ А.Р. Мансурова таъкид менамояд, «маромнокии таълимӣ ҳамчун як «зерсистема» тавсиф мешавад, ки татбиқи самаранокӣ фаъолияти таълимиро таъмин намуда, дар ҳамбастагии зич бо низоми нисбатан фарохтар, яъне маромнокии шахсиятӣ қарор дорад» [89, с. 12].

Маромнокии таълимӣ чузъи таркибии низоми умумии маромҳои шахсият ба шумор рафта, самтгирӣ, устуворӣ ва натиҷабахшии фаъолияти таълимиро муайян месозад. Дар ин замина, сатҳи ташаққули маромҳои шахсиятӣ метавонад ба мазмун, шиддат ва давомнокии фаъолияти таълимии ҳонандагон таъсири мустақим расонад. Аз ин рӯ, таҳкими маромнокии таълимӣ ҳамчун шартӣ муҳимми баланд бардоштани самаранокии раванди таълим ва рушди устувори шахсият аҳаммияти назариявӣ ва амалӣ дорад.

Таҳқиқоти Ҳ.А. Зайтметов нишон медиҳанд, ки маромнокӣ дар психологияи муосир нақши ҳалкунанда дорад, зеро он ба фаҳмиши равандҳои

омӯзиш, фаъолияти касбӣ ва рушди шахсӣ ва психологии инсон таъсири мустақим дорад. «Барномаҳои таълимӣ муосир бештар ба рушди ҳавасмандгардонии дохилӣ, мустақилӣ ва ҳисси масъулият нисбат ба раванди омӯзиш равона шудаанд. Фаҳмидани омилҳое, ки маромнокиро таҳрик медиҳанд, имконият медиҳад таҷрибаҳои таълимӣ самараноктар гарданд ва муваффақияти донишҷӯён афзоиш ёбад» [248, с.234].

Бо назардошти ин, маромнокӣ на танҳо ҳамчун қувваи барангезанда ба фаъолият баромад мекунад, балки ҳамчун омили муҳимми самтгирӣ ва устувории раванди омӯзиш ва рушди қобилиятҳои маърифатии шахс арзёбӣ мешавад

Ба андешаи Зайтметов Ҳ.А. «маромнокии мутолиа бо рушди қобилиятҳои маърифатӣ аз қабилӣ диққат, хотира, фикрронӣ ва қобилияти тафсир робитаи мустақим дорад. Дар маҷмӯъ, таҳлили назариявӣ нишон медиҳад, ки маромнокии хондан ва истифодаи методикаҳои муосири таълимӣ омили муҳимми ташаккули қобилиятҳои маърифатии шахс мебошад. Ин омилҳо барои рушди тафаккури эҷодӣ, малакаҳои таҳлилӣ ва самаранокии мутолиа аҳаммияти назаррас доранд ва барои таҳияи стратегияҳои инноватсионии таълим, ки ба маромнокии мутолиа ва тақмили қобилиятҳои маърифатии донишҷӯён равона шудаанд, заминаи устувор фароҳам меоранд» [248, с. 235-237].

Дар чараёни татбиқи фаъолият дар шахс муносибати муайян нисбат ба фаъолияти иҷрошаванда ташаккул меёбад, ки шаклгирии он ба дараҷаи муваффақиятнокии фаъолият, муносибат ба натиҷаи бадастомада, сатҳи иддаои шахс ва ҳамчунин натиҷаҳои воқеан ҳосилшуда вобастагии зич дорад.

Ҳамин тавр, маромҳо ҳамчун механизми марказии фаъолгардонӣ ва самтгирии фаъолияти инсон баромад намуда, бо рафтор ва амалҳои ӯ робитаи ногузастанӣ доранд. Илова бар ин, маромҳо хусусияти иҷтимоӣ-таърихӣ дошта, тағйирёбии онҳо дар чараёни рушди ҷомеа ба самт ва мазмуни фаъолияти одамон таъсири мустақим мерасонад. Аз ин лиҳоз, омӯзиши маромҳо на танҳо барои дарки рафтори инфиродӣ, балки барои фаҳмиши

равандҳои иҷтимоӣ ва таърихӣ рушди ҷомеа низ аҳамияти назариявӣ ва амалӣ дорад.

Ноилшавӣ ба комёбӣ ҳамчун кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ барои мактаббача ҳамон вақт арзиш хоҳад шуд, ки агар барои ӯ мазмуни шахсӣ пайдо намояд. Мавҷудияти мазмуни шахсии фаъолият шаҳодати муносибати ботинии мактаббача ба ин раванд аст, ки бо «бартарии эмотсияҳои мусбат дар фаъолияти таълимӣ алоқаманд мебошад» [72, с. 147].

Омӯзиши озмоишии масъалаи мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ ба чунин таърифи ӯ асос меёбад: «Мазмуни мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ дар мактаббачаҳо ин ташкилаи мураккаби шахсият аст, ки ба системаи идеалҳо ва арзишҳои кӯдак бевосита таъсия мекунад. Вай аз ҷониби хонанда дарк кардани аҳамияти объективии омӯзиш ва фаҳмидани аҳамияти онро барои худаш фаро гирифта, бо нақшаҳои ҳаётии мактаббача, дараҷаи иддао, тасаввурот оид ба имконияти ноилшавӣ ба комёбӣ дар фаъолияти таълимӣ ё омӯзиши фан алоқаманд аст» [72, с.149].

В.Г. Асеев дар таҳқиқоти худ қайд кардааст, ки «барои синни бачагӣ тадриҷан табдил ёфтани сохтори аморфии таҳриқҳои дорои шакли яксатҳа, вазъиятӣ ва импулсивӣ будани актуализунонӣ ба сохтори мураккабтари гуногунсатҳаи рафтор, тобеияти иерархии таҳриқҳо, бо динамикаи баланди ягонагии мазмунию мундариҷавӣ хос аст» [10, с.83].

Муҳаққиқи ватанӣ М.Б. Ҳакимова таъкид менамояд, «дар давраи наврасӣ ва навҷавонӣ иштироки фаъолонаи фард дар ҳаёти ҷамъиятӣ ва фаъолияти меҳнатӣ ба инкишофи ҳамаҷонибаи худшиносӣ мусоидат намуда, дар натиҷа образи воқеии «Ман» ташаккул меёбад» [155, с. 39]. Ин раванд яке аз марҳилаҳои калидии рушди шахсият ба ҳисоб рафта, бо тағйироти амиқи равонӣ ва иҷтимоии фард алоқаманд мебошад.

Образи «Ман» ҳамчун системаи нисбатан устувор ва такрорнашавандаи тасаввуроти инфирод дар бораи худ маънидод шуда, маҳз дар заминаи он муносибатҳои байниҳамдигарии шахс бо муҳити иҷтимоӣ ва дигар одамон

шакл мегиранд. Бо така ба ин мавқеъ метавон хулоса намуд, ки ташаккули образи мусбати «Ман» дар давраи навҷавонӣ омили муҳимми худтанзимкунӣ, мутобиқшавии иҷтимоӣ ва рушди устувори шахсият махсуб меёбад.

Аз ин лиҳоз, фароҳам овардани шароити мусоид барои иштироки фаъолонаи навҷавонон дар фаъолияти ҷамъиятӣ ва меҳнатӣ аҳаммияти назариявӣ ва амалӣ дошта, ба таҳкими худшиносӣ ва ташаккули образи воқеии «Ман» мусоидат менамояд.

Бо мақсади омӯзиши динамикаи робитаи байни мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозии шахсият дар синни навҷавонӣ хусусиятҳои психологӣ ин давраро баррасӣ кардан лозим аст. Дар психология зери мафҳуми синни навҷавонӣ марҳилаи рушди онтогенетикӣ байни синни наврасӣ ва калонсолӣ фаҳмида мешавад, аммо муҳаққиқон дар муайянкунии ҳудудҳои синну солӣ мавқеи ғуногун доранд. Барои дақиқ муайян кардани ҳудудҳои синни ҷавонӣ баъзе даврабандиҳои синнусолиро дар психологияи хориҷӣ ва ватанӣ баррасӣ мекунем.

Дар психологияи хориҷӣ муҳаққиқон (Г. Крайг, Х. Ремшмидт, Д.Б. Элконин, Э. Эриксон ва диг.) давраи калонсолиро ҷудо карда, синни наврасӣ ва навҷавониро муттаҳид намудаанд. Э. Эриксон дар даврабандии рушди инсон синни барвақти навҷавониро ба синни наврасӣ баробар ва якҷоя карда, дар доираи 12 то 19 сол муқаррар менамояд. Муҳаққиқон доираи синну солии навҷавониро ё кам мекунанд, ё зиёд мекунанд (ҳудуди аз 11 то 25 солагӣ имконпазир аст), аммо ба ҳисоби миёна аксари муҳаққиқон сарҳади поёнии синни навҷавониро 15-17-сола муқаррар карда, сарҳади болоиро бошад, аз 24-25- сола муқаррар намудаанд, ки он ба анҷомёбии балоғати асосии биологӣ рост меояд ва муҳимтар аз ҳама, марҳилаи иҷтимоишавӣ ба охир мерасад [163; 162].

Муҳаққиқ А.В. Мудрик ҳангоми тавсифи шахсият ба он таваҷҷуҳ мекунад, ки дар ин марҳилаи синнусолӣ шахсият дар бораи мазмуни ҳаёт ва интиҳоби нахустини роҳи ҳаёти худ фикр мекунад, ки онро «интиҳоби касб ва

муассисаи таълимӣ ё худтатбиқнамоӣ дар фаъолияти меҳнатӣ ҳамроҳӣ мекунад» [94, с.134].

Ҳамин тавр, на танҳо афзоиши миқдории ҳаҷми нақшҳои иҷтимоӣ, балки тағйироти сифатии онҳо низ рӯй медиҳад, зеро нақшҳои калонсолони талабкунандаи масъулият ва мустақилӣ торафт бештар мешаванд, ки на танҳо рушди касбӣ, балки рушди шахсӣ ва худинкишофдиҳиро таъмин менамояд.

Таҳқиқоти олимони рус оид ба хусусиятҳои психологӣи шахсият дар синни навҷавонӣ (Б.Г. Ананев, Н.В. Кузмин, Д.И. Фелдштейн ва диг.) имкон медиҳанд, ки гурӯҳи мазкурро бо назардошти хусусиятҳои махсуси психологӣ баррасӣ намоем.

Дар ин синну сол ошкорнамоии «дунё ё «Ман»-и худ», андешаҳо, ҳиссиёт ва таассурот рӯй медиҳад, ки барои ҳуди субъект нотакрор ва ҷолиб менамоянд. Кӯшиши шинохтани худ ҳамчун шахсият боиси худтаҳлилқунӣ ва рефлексия мегардад. Омӯзиши адабиёти психологию педагогӣ доир ба хусусиятҳои синнусолии шахсият дар синни навҷавонӣ имконият дод, ки мавқеи муҳаққиқони зиёдеро оид ба ин синну сол ошкор намоем.

Айни замон масъалаи сарҳади синнусолии давраи навҷавонӣ кушода боқӣ мемонад, зеро психологҳои гуногун даврабандии онро дар асоси меёрҳои гуногуни баъътиборгирандаи омилҳои гендерӣ, ҷуғрофӣ ва иҷтимоӣ фарҳангӣ анҷом додаанд. Чун аксари психологҳо Э.Эриксон навҷавониро ба ду давра ҷудо мекунад: навҷавонии барвақт ва навҷавонии дер. Маҳз дар ин синнусол талабот ба муҳаббат, омодагӣ ба қадами нав дар зиндагӣ рӯй медиҳад [163]. Инчунин Б.Г.Ананев дар синни навҷавонӣ ду марҳиларо ҷудо кардааст: «марҳилаи яқум навҷавонии барвақт номида мешавад, вақте шахс дарк мекунад, ки ӯ дигар кӯдак нест, аммо ҳоло калонсол ҳам нашудааст ва марҳилаи дуюм, марҳилаи ибтидоии камолот аст, ки дар он шахс функсияҳои асосии иҷтимоӣ, фарҳангӣ ва касбиро аз худ мекунад» [9, с. 167].

Ба ақидаи ин муҳаққиқ синни навҷавонӣ давраи ташаккули имконияти асосии иҷтимоӣ ва қобилиятҳои шахсият мебошад. Барои шахсият дар ин давра, на танҳо муайянқунӣ касбӣ ва иҷтимоӣ, балки шахсӣ, яъне муайян

кардани мавқеи худ дар олам хос аст. Самтгириҳои арзишӣ рӯйи кор омода, ҷаҳонбинӣ шакл мегирад, «муносибати ҷамъбастии ҳулосавӣ ба ҳаёт» бошууруна ташаккул меёбад, ки шахсро ба фикр доир ба мазмуни ҳаёт водор месозад. Ҳамчунин, наватшкилаи муҳимми ин давра рушди худомӯзӣ ё худмаърифаткунӣ аст, ки дар рафти он тасаввурот дар бораи фардияти худ ва сифатҳои худ ва «Ман»-и худ ташаккул меёбад. Дар синни навҷавонӣ мазмуни ҳаёт дар асоси шаклгирии мароми асосӣ, яъне ҳадафи зиндагӣ муайян мегардад, ки дар заминаи ошкор ва муайян кардани вазифаи асосии бо ояндаи дур алоқаманд инкишоф меёбад [72].

Олимони ватанӣ Т. Мустафоқуллов ва М. Нарзуллоева таъкид менамоянд, ки «зинаи камолот ё овони ҷавонӣ асосан ба хонандагони синфҳои болоӣ рост омада, яке аз марҳилаҳои муҳимми рушди синнусолии шахсият ба ҳисоб меравад» [95, с. 220]. Дар ин марҳила ташаккули шахсият мавқеи калидӣ касб намуда, он таҳти таъсири маҷмуи омилҳои иҷтимоӣ, сиёсӣ, психологӣ ва равандҳои тақомули ҷисмонӣ сурат мегирад. Маҳз дар ин зинаи синнусолӣ рушду камоли маънавӣ, ташаккули худшиносӣ ва эҳсоси калонсолӣ шиддат мегирад. Ҳамзамон, равандҳои худмуайянкунӣ, ишғоли мавқеи ҷаҳонӣ ва ташаккули мустақилӣ барои интиҳоб ва муайянсозии касбу ҳунар, инчунин барои омодагӣ ба муносибатҳои оилавӣ ва оиладорӣ заминаи муҳим фароҳам меорад. Ҳамаи ин равандҳо дар маҷмӯъ ба ташаккули сифатҳои маънавӣ-психологӣ шахсияти ҷавонон мусоидат намуда, шароити рушди устувор ва мутаносиби онҳоро дар ҷомеа таъмин месозанд.

Вобаста ба таҳқиқоти мо гуфтан мумкин аст, ки воқеан давраи мазкур дар ҳаёти шахс бо кӯшиши худифодакунӣ ва худшиносӣ дар доираи рушди на танҳо шахсӣ, балки касбӣ алоқаманд мебошад. Э. Эриксон дар доираи назарияи рушди психологию иҷтимоии шахс таъкид мекард, ки дар ин синну сол, мисли дигар зинаҳои синнусолӣ раванди динамикии рушди психикии шахсият идома меёбад, аммо хусусияти фарқкунандаи синни навҷавонӣ он аст, ки аксари функсияҳои маърифатӣ дар ин давра то ҳадди баландтарини инкишофи худ мерасанд [163].

Ба синни навҷавонӣ рефлексия ва худтаҳлилкунӣ хос буда, дар навҷавонон ҷаҳонбинӣ ҳамчун низоми тасаввуроти ҷамъбасти дар бораи худ ғаълона ташаккул меёбад, самтгириҳои мазмуни ҳаёти шакл мегиранд. Барои давраи навҷавонӣ тағйироти амиқи психологӣ ва шахсиятӣ хос мебошанд. Арзишҳои дар зиндагии худ ҳамчун арзишҳои асосӣ интихобшуда бо арзишҳои умумиинсонӣ мувофиқ мебошанд.

Дар синни навҷавонӣ худтанзимкунии арзишию мазмуни рафтор имконпазир мегардад, зеро инсон маънои рафтори худро дарк карда, дар натиҷа танзими амалҳои худро меомӯзад ва метавонад рафтори худро тобеи «меъёрҳои қонун» гардонад. Дар асоси низоми арзишҳои ҳосилшуда муайянкунии мазмуни ҳаёт сурат мегирад. Зимни ҷустуҷӯи мазмуни ҳаёт ҷаҳонбинӣ шакл гирифта, низоми арзишҳои мазмуни ҳаёти густариш меёбад.

Хислати хоси ин синну сол ташаккулёбии нақшаҳои зиндагӣ ва худмуайянкунӣ мебошад, ки ҳамчун натиҷаи ҷамъбастнамоӣ ва таҳкими ҳадафҳо ба вучуд меоянд. Рушди зеҳнӣ, ки онро азхудкунӣ ва банизомдарории донишҳо дар бораи олам, шавқу рағбат ва рефлексия ҳамроҳӣ мекунад заминаро фароҳам меоранд, ки дар он ҷаҳонбинии давраи навҷавонӣ шакл мегирад. Рушди низоми ақидаҳои худ барои худтаҳлилнамоӣ мусоидат мекунад.

Ба олам мутобиқ кардани худ бидуни қобилияти худтаҳлилнамоии инкишофёфта ғайриимкон аст. Худназораткунии рафтор ва ғаъолияти инсон дар вазъияти муайян амалӣ гардида, ҳамчунин рӯйдоди гузашта таҳлил мешаванд ва дар асоси он натиҷаи эҳтимолии ғаъолияти дар пеш истода пешбинӣ мегардад.

Қобилияти худтаҳлилнамоӣ дар муоширати навҷавон бо одамони барояш арзишманд низ зоҳир мегардад. Дар ӯ шавқу рағбат барои таъсири мутақобил бо калонсолон такроран ба вучуд меояд, эътимод ба калонсолон ва хоҳиши гӯш додан ба фикри онҳо пайдо шуда, зимнан муносибатҳо дар сатҳи мураккаб инкишоф меёбад, зеро онҳо ба пурра дуруст будани андешаи калонсолон эътимод надоранд.

Ҳамин тариқ, хусусиятҳои психологии шахсро дар синни навҷавонӣ худмуайянкунии шахсӣ ва касбӣ, ташаккулёбии ҷаҳонбинӣ, пайдоиши нақшҳои иҷтимоии шахси калонсол ва таҳияи нақшаи зиндагӣ ташкил медиҳанд. Ба ғайр аз ин, дар синни навҷавонӣ дарки маъноӣ ҳаёт хусусияти стратегӣ пайдо мекунад. Муносибати бошууроӣ чамбастӣ ба ҳаёт ташаккул меёбад, ки вазифаи муайянкунии маъноӣ ҳаётро ба миён меорад, самтгирии мазмунноки шахсият ҷанбаи меҳварии қаноатмандӣ аз ҳаётро ташкил медиҳад.

Механизмҳои раванди рушди мароми шахсиятро дар синни навҷавонӣ таҳлил карда, В.Г. Асеев ду механизми асосиро фарқ мекунад. «Механизми яқум дар он ифода меёбад, ки шароити ғайриодӣ ва муносибатҳо, ки тасодуфан ба вуҷуд омаданд ё аз тарафи педагог махсус ташкил карда шудаанд, ба таври интихобӣ водоркунондаҳои алоҳидаи вазъиятро ба миён меоранд ва дар сурати ғайриодӣ муназзам тадриҷан тақвият ёфта, ба ташкилаҳои устувортари маромӣ табдил меёбанд. Ин механизмро муаллиф ҳамчун ташаккул «аз поён ба боло» ифода кардааст» [10, с.107].

Механизми дувумро азхудкунии водоркунондаҳо, ҳадафҳо, идеалҳо ва мундариҷаи равияи шахс аз ҷониби тарбиятгиранда ташкил медиҳад, ки ба ӯ дар «шакли» тайёр пешниҳод мешаванд ва бояд дар ӯ ташаккул ёбанд. Хонанда бояд тадриҷан онҳоро аз маромҳои зоҳиран ғайриодӣ ба маромҳои ботинан қабулшуда ва воқеан амалкунонда табдил диҳад. Чунон ки муаллиф қайд кардааст, тавзеҳи водоркунондаҳои мазмунӣ ташаккулёбанда ва таносуби онҳо бо водоркунондаҳои дигар кори ботинӣ мазмунноки хонандаро то як андоза осон карда, барои дурӣ ҷустан аз ҷустуҷӯи тасодуфӣ бетаърибонаи бавучудоварандаи ҳақиқатҳои сершумор мусоидат мекунад. Ин механизмро муаллиф ҳамчун ташаккул «аз боло ба поён» ифода кардааст.

Сабабиятҳои рушди мароми инсонро таҳлил карда, олимони аҳамияти воқеияти атроф, махсусан, «таъсири ҳадафмандонаи тарбиявиро таъкид мекунанд» [90, с.101]. Ба андешаи А.К. Маркова самтҳои асосии генезиси маром инҳоянд: «сифатан мураккаб шудани соҳаи маромҳо; мураккабшавии

минбаъдаи робитаҳои соҳаҳои зеҳнӣ ва эмотсионалиро талаботӣ, тарафҳои амалиётӣ-ичрокунанда ва маромии фаъолият; табдилёбии мураккаб ва гузаришҳои генетикӣ дар дохили соҳаи маромӣ; мураккабшавии маҳорати тобёкунии маромҳо, муайян намудани ҳадафи дурнамои рафтори худ» [90, с.19].

Л.С.Виготский таъкид мекунад, ки ҳангоми омӯзиши динамикаи синнусолӣ масъалаи асосиро генезиси наватшиклаҳои марказии он ташкил медиҳад. Ба ақидаи муҳаққиқ, «баъди муқаррар шудани вазъияти иҷтимоии тараққиёт дар оғози ҳамин давра бояд муайян кард, ки чӣ гуна аз ҳаёти кӯдак дар муҳити муайяни иҷтимоӣ наватшиклаҳои барои ин синну сол хос пайдо мешаванд» [33, с.44].

Дар пажӯҳишҳои як қатор олимони маром ҳамчун ягонагии унсурҳои эмотсионалӣ-арзишӣ ва фаъолиятӣ-муҳим баррасӣ мегардад. С.Л. Рубинштейн чунин мешуморад, ки «эмотсия ҳамчун зоҳиршавии талабот, ҳамчун шакли мушаххаси мавҷудияти он баромад намуда, ифодагари ҷанбаи фаъоли ин талабот ва дар баробари ин, водоркунандаи фаъолият мебошад. Водоркунанда он гоҳ ба мароми шахс табдил меёбад, ки дарк шуда, бо арзишҳои шахсият мувофиқ мегардад ва аз ҷониби ӯ қабул мешавад. Муҳаққиқ маромро ҳамчун «водоркунии даркшуда» муайян кардааст» [125, с. 42].

С.Л. Рубинштейн менависад: «Равандҳои эмотсионалӣ хусусияти мусбат ё манфиро вобаста ба он пайдо мекунанд, ки то кучо амали анҷомдодаи фард ва таъсири ба ӯ расида ба талабот, шавқу рағбат ва мақсадҳои ӯ мувофиқ аст, ба онҳо муносибати мусбат дорад ё манфӣ. Муносибати фард ба онҳо ва ба рафти фаъолият, ки дар мувофиқа бо онҳо ё бар хилофи онҳо амалӣ мегардад, тақдирӣ эмотсияҳои ӯро муайян мекунад» [126, с. 141].

Муаллиф чунин мешуморад, ки эмотсияҳо аз таносуби натиҷаи мусбат ё манфии амал ё талабот тавлид меёбанд, ки маром, водоркунандаи ибтидоии он мебошад. Н.Г. Осухова маромро ҳамчун «ташкилаи иштиёқмандона-маърифатӣ, ки хусусиятҳои шахсият ва хусусиятҳои олами берунаро (предмети фаъолият) инъикос намуда, ба он мазмуни шахсиятӣ мебахшад»,

муайян кардааст, ки дар ранги худ «дилхоҳ унсури онро» тобиш медиҳад. Вобаста ба маромҳо, ки мактаббачаро ба таҳсил водор мекунад, ҳамон як кирдор зоҳиран моҳияти тамоман аъло (вобаста ба арзиши педагогии он) ва баъзан баръаксро пайдо мекунад [101].

П.Н. Якобсон таъкид менамояд, ки рафтори инсонро он зухуроти психикӣ маром мебахшад, ки хусусияти водоркунамдаро пайдо мекунад. Ба сифати чунин зухурот метавонад «идеалҳо, тасаввурот дар бораи оянда, шавқу ҳавасҳо, кӯшиш барои ташкил кардани ҳаёт, саъю кӯшиш ба меҳнат, талаботи устувор, ҳиссиёти қавӣ, ақидаҳои ахлоқӣ, одатҳо баромад кунанд» [231, с. 89]. Ҳамучунин, муҳаққиқ чунин мешуморад, ки ба махсусияти маром ба омӯзиш хусусиятҳои шахсияти хонанда ва динамикаи ҳуди раванди омӯзиш таъсир мерасонанд.

Дар мавриди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ бошад, муаллифон сохти мураккаби онҳоро таъкид кардаанд. Чунончи, ба ақидаи С. Костюк «маромҳо хусусияти маҷмуавӣ доранд. Дар онҳо мувофиқати шавқу рағбат ба мундариҷаи ин раванд ва натиҷаҳои маърифатии он бо водоркунамдаро фаъолнокии таълимӣ, ба монанди дарки вазифа, фаҳмидани аҳаммияти таҳсил дар мактаб барои фарогирии ягон ихтисос дида мешавад» [63, с. 427]. С. Костюк таъкид мекунад, ки фаъолияти хонандагон бо як қатор маромҳои бо ҳам алоқаманд водор карда мешавад. «Маромҳои ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ мазмуни онро барои хонанда, муносибати ӯро ба омӯзиш, инчунин, кӯшишу ғайрати ӯро дар омӯзиш муайян мекунад» [63, с. 403].

Таҳқиқотеро таҳлил мекунем, ки дар онҳо масъалаи робитаи мутақобили мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ ва эмотсияҳои бо раванди таълим алоқаманд баррасӣ мегардад. Ба ақидаи Г.С. Костюк дар мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ нақши махсус ба эмотсияҳо, пеш аз ҳама, ба зеҳнӣ эмотсионалӣ мансуб аст, ки дар заминаи фаъолияти таълимии мактаббачаҳо, комёбӣ ва ноқомии онҳо ба вучуд меояд. Ин эмотсияҳои зеҳнӣ «чӯзӣ таркибии шавқу рағбати таълимии

мактаббачаҳо буда, водоркунандаи онҳо барои гирифтани донишҳо махсуб меёбанд» [63, с. 411].

А.Я. Чебикин чунин мешуморад, ки водоркунандаҳои беруна мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозиро дар синни навҷавонӣ тавассути омилҳои сирф беруна ба вучуд меоранд, ки ба шарофати онҳо ин фаъолият барои навҷавонон аз ҷиҳати эмотсионалӣ ҷаззоб мегарданд. Маромҳои ботинӣ аз мундариҷаи ҷанбаи протсессуалии фаъолияти таълимӣ, воситаи татбиқ ва натиҷаи он бармеоянд. «Эмотсияҳо, муносибати байни маромҳо ва имконияти татбиқи бомуваффақияти ҳадафи фаъолияти таълимиро инъикос карда, ба раванди ҳадафгузорӣ пайваست мешаванд. Дар мавридҳои, ки ҳадафҳои гузошташуда бо роҳи сирф оқилона ба даст оварда мешаванд, яъне агар бархурди эмотсия бо зехн рӯй надихад, навташкилаҳои дахлдори функционалӣ низ пайдо намешаванд, неруи таҳрикдиҳандаи шуур амал намекунад» [258, с. 42-43].

Ҳамин тариқ, танҳо мароми ботинӣ, ки дар сурати мавҷудияти он хонанда ба худ ҳамчун субъекти фаъолият муносибат мекунад, барои ӯ фаъолияти таълимиашро аз ҷиҳати эмотсионалӣ муҳим мегардонад. Ба ақидаи Л.И. Божович ҳиссиёт, эмотсияҳо, аффектҳои субъект инъикоси талаботи воқеии амалкунандаи ӯ мебошанд. Зери таассурот олами талаботи кӯдак нухуфтааст. «Аз рӯйи характери таассурот оид ба сохтори соҳаи маромӣ хулоса баровардан мумкин аст ва баръакс, талабот, майлу кӯшишҳои кӯдакро доништа, характери таассуроти ӯро пешгӯӣ кардан имкон дорад». Дар идома муҳаққиқ менависад: «Агар кӯдак аз ҳад зиёд зудранҷ асту нисбат ба атрофиён бадбинӣ ва хушунатро ҳис мекунад, пас, дар ӯ талаботи муайяни барояш хеле муҳим вучуд дорад» [176, с. 161].

Агар ба ин нуқта така кунем, ки эмотсияҳо муносибати байни маромҳо ва имконияти комёбиро дар фаъолияти ба татбиқи ин маромҳо равонашударо инъикос менамоянд, он гоҳ, эҳтимолан, хоҳиши омӯзиш дар хонандагон ба бадастоварии муваффақиятҳои вобаста аст, ки бевосита дар ҳуди раванди таълим ва муошират пайдо мешаванд.

Дар таснифоти мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ, ки П.Н. Якобсон анҷом додааст, типҳои асосии маром дар мувофиқа бо ҷойи онҳо дар сохтори фаъолияти таълимӣ муайян карда шудаанд. Бо назардошти маромҳои пешбар ин муҳаққиқ чунин навиҳои мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозиро дар синни навҷавонӣ фарқ мекунад:

- ✓ маромнокии манфӣ;
- ✓ маромнокии мусбат, ки бо мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ алоқаманд нест;
- ✓ маромнокии мусбате, ки онро ҳуди раванди фаъолияти таълимӣ ба вучуд овардааст [231].

Ҳангоми маромнокии манфӣ («мароми маҷбур будан», «мароми дурӣ ҷустан») ва ҳангоми натиҷабахшии пасти фаъолияти таълимӣ ба сифати мароми асосӣ ва воқеан амалкунандаи омӯзиш аз тарафи мактаббача дарки нохушиҳои имконпазир ва ҷазо аз тарафи омӯзгор ё волидайн баромад мекунад. Аз рӯйи натиҷаҳои таҳқиқоти П.Н. Якобсон, дар байни «мароми маҷбурӣ», «мароми дурӣ ҷустан» ва муносибати манфии мактаббачаҳо ба фаъолияти таълимӣ робитаи зич мавҷуд аст.

Аз рӯйи таснифоти П.Н. Якобсон маромнокии мусбат, ки бо мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ бевосита алоқаманд нест, ду навъ мешавад. Ба навъи якум «маромнокии васеи иҷтимоӣ» мансуб аст, ки зимни он ба фаъолияти таълимӣ маромҳои шахрвандӣ ва ахлоқӣ водор мекунанд. Ба навъи дуюм маромҳои маҳдуди шахсӣ ё эгоистӣ мансубанд. Маромнокиеро, ки раванди фаъолияти таълимӣ ба вучуд меоварад, ҳуди раванди ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ ба таҳрик меорад [231].

Дар таснифоти маромҳо, ки П.Я. Галперин пешниҳод кардааст, ҳамаи маромҳо ба беруна ва дохилӣ тақсим шудаанд. «Маромнокии беруна» ба раванди ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ муносибати маҳдуди прагматӣ дорад, ки зимни он донишҳо «танҳо ҳамчун шартӣ зоҳирии

фаъолияти тахассусӣ баррасӣ мегарданд». «Маромнокии дохилӣ» бо он тавсиф дода мешавад, ки дар он шавқу рағбати устувори мактаббача ба таълим ташаккул меёбад [35].

Ба ақидаи П.Я.Галперин, маромнокии ботинӣ ин маромҳои худтакмилдиҳӣ ва худинкишофдиҳии шахсияти мактаббача дар асоси донишазхудкунӣ мебошанд». Дар сурате, ки мароми худтакмилдиҳӣ ҳамчун мароми пешбар (хукмрон, низомофаранда) баромад кунад, омӯзиш фаъолияти аҳаммиятнок мегардад, хонанда бошад - субъекти ин фаъолият, яъне шахсият, на балки объекти «таъсиррасонӣ» [35, с. 25-26]. Андешаи ба ҳамин монандро мо дар таҳқиқоти Ҷ. Брунер меёбем. Ба ақидаи ӯ, мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ дорои тобиши муайяни эмотсионалӣ мебошад.

Вазъияти иҷтимоии тараққиёти мактаббачаи хурдсолро таҳқиқ карда, Л.И.Божович қайд мекунад: «бачаҳое, ки ба мактаб мераванд, дар сатри аввали мавқеи иҷтимоӣ қарор мегиранд. Он мактаббачаҳое, ки аз рӯзҳои аввали таҳсил таълим супоришхоро бо қаноатмандӣ иҷро карда, дар ин радиф нишон медиҳанд, ки мавқеи ҷамъиятӣ барояшон муҳим ва аз ҷиҳати эмотсионалӣ ҷолиб аст (ба шарофати он уҳдадорихои бо мавқеи нав алоқаманд ҷолиб мегарданд), дорои «мавқеи ботинӣ»-и шаклгирифта мебошанд. Мактаббачаҳое, ки ба мавқеи нави иҷтимоии худ муносибати мусбат зоҳир намекунанд, аз рӯйи «мавқеи ботинӣ» ҳоло дар марҳилаи томактабӣ боқӣ мондаанд» [176, с. 93].

Ба ақидаи В.И. Слободчиков ва Г.И. Сукерман ин навташкилаи ҳамгироии шахсиятии охири давраи томактабӣ ҳамчун мақоми мактаббача дарк мешавад, на балки мавқеи талаба. Муҳаққиқон масирро аз мақоми «Ман - мактаббача» (ба ӯ қобилияти рефлексияи муқоисавӣ хос мебошад) ба мавқеи «Ман-талаба» (ба ӯ рефлексияи муайянкунандаи қобилияти инфиродӣ хос аст) пайгирӣ намуда, муҳимияти бароҳмонии муносибатҳоро байни «Ман талабаи дониши кофӣ надоштаи барои пурсидани кумак омода» ва «Ман мактаббачаи донишманди барои амалкунӣ омода» таъкид мекунад [131].

Ба ақидаи Д.Б. Элконин хислати хоси мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ он аст, ки «ҳангоми ба мактаб рафтан кӯдак ба амалисозии (шояд аввалин бор дар ҳаёташ) фаъолияти муфиду арзишманди ҷамъиятӣ, яъне фаъолияти таълимӣ оғоз мекунад ва ин мавқеи комилан нави ўро дар муносибат ба дигарон муайян мекунад» [162, с. 343].

Д.Б. Элконин чунин мешуморад, ки маҳз фаъолияти таълимӣ, ки аз ҷиҳати мундариҷа, мазмун ва шакли амалисозаш характери ҷамъиятӣ дорад, дар синни хурди мактабӣ, яъне дар давраи ташаккулёбӣ ҳамчун фаъолияти пешбаранда пайдо мешавад. Маром ҳамчун омили «ботинии пешбарандаи танзимкунии фаъолии шахсияти мактаббача дар фаъолияти таълимӣ баромад мекунад» [162, с. 218].

А.С. Макаренко ба тарбияи маромҳои аз ҷиҳати вақт ояндадори мактаббачаҳо аҳаммияти махсус додааст. Раванди табиӣ рушди кӯдакро аз ин мавқеъ тавсиф дода, ў навишта буд, ки тарбияи инсон маънои дар ў тарбия намудани роҳҳои дурнамо мебошад. Чӣ қадаре ки синни кӯдак калон бошад, сарҳади ҳатмии дурнамои наздиктарини некбинона ҳамон қадар дуртар мекӯчад. Дар таълифоти худ А.С. Макаренко аҳаммияти фаъолияти меҳнатиро таъкид мекунад, ки айни замон ҳам арзиши педагогӣ дорад ва ҳам воситаи самараноки таъсиррасонӣ ба рушди шахсияти кӯдак дар муассисаҳои таълимӣ мебошад [85]. Бо масъалаи мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худмуайянкунии навҷавонон дар фаъолияти таълимӣ бештар Ш.А. Амонашвили, М.И. Алексеева, Л.И. Божович, Н. Морозова, Л.С. Славина, П.Н. Якобсон ва диг. машғул шудаанд.

М. Давлатов, Н.М. Юнусова ва И. Давлатшоев зикр менамоянд, «бозӣ ҳамчун намуди пешбарандаи фаъолияти кӯдакони синни томактабӣ дар рушди тафаккури рефлексивии онҳо нақши муҳим мебозад. Муаллифон рефлексияро ҳамчун қобилияти таҳлил ва арзёбии амал, рафтор ва маромҳои шахсӣ дар муқоиса бо амал, рафтор ва маромҳои дигарон маънидод менамоянд. Маҳз тавассути ташаккули ин қобилият дар кӯдакон заминаи рафтори мувофиқ ва иҷтимоишуда фароҳам мегардад» [40, с. 9].

Тавсифи зухуроти маромнокӣ бисёрчанбаву сертобиш буда, таваҷҷуҳи муҳаққиқони соҳаҳои гуногуни илмро ҷалб кардааст. Ҷ.Аткинсон ва А.Маслоу маромро ҳамчун соҳае мефаҳманд, ки дар маҷмӯъ аз маромҳо, талабот, ҳадафҳо ва шавқу рағбатҳо иборат аст. Муҳаққиқони дигар маромро ҳамчун раванде тасвир мекунанд, ки рафтори мақсаднокро самт бахшида, онро таҳрик медиҳад (И.А.Василев, М.Ш. Магомедэминов). Ба ақидаи Д.Макклелланд, маром водоркунамдаи бешуурона ба амали комилтар ва ба ноилшавии стандарти комили мебошад.

Д. Макклелланд таъкид мекунад, ки сохтори талаботи шахсияти сатҳи олӣ аз се омил фароҳам омадааст: кӯшиш ба комёбӣ, ба ҳокимият ва ба эътироф ва дар ин ҳолат мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ҳамчун натиҷаи фаъолияти фаъолонии худ ва омодагӣ барои иштирок дар қабули қарорҳои душвор баррасӣ мегардад. Ин муҳаққиқ бо омӯзиши он тавсифдиҳандаҳои шахс машғул шудааст, ки барои ноилшавӣ ба ҳадафҳо талабот дорад. Масалан, одамони дорои мароми баланд ба ноилшавӣ дар пеши худ вазифаҳои дараҷаи мураккабиашон миёнаро бо сатҳи паст ё муътадили хавфи нокомӣ мегузоранд, онҳоро бидуни ёрии дигарон анҷом медиҳанд, дорои локуси назорат мебошанд. Маҳз дар чунин шароит шахсе, ки барои ноилшавӣ ба ҳадафҳо талабот дорад, аз сифати қор ва натиҷаи фаъолият қаноатманд хоҳад мешавад [87].

Муҳаққиқон Д. Макклелланд, Ҷ. Аткинсон фаъолнокӣ, майл ба навоарӣ, таълимгирии осон, муносибати мусбат ба қор, эҷодкорӣ ва интиҳоби касбро бо дарназардошти қобилиятҳои худ ҳамчун хислатҳои муҳимми чунин шахс арзёбӣ мекунанд [87]. Х. Хекхаузен маромро ҳамчун кӯшиши аз ҷониби инсон афзоиш додан ё нигоҳ доштани қобилияти баланд ба тамоми навъҳои фаъолият муайян кардааст, ки нисбат ба онҳо меъёрҳои муваффақиятро татбиқ намудан мумкин аст ва иҷрои чунин фаъолият метавонад боиси комёбӣ ё нокомӣ шавад. Ба ақидаи ӯ, мароми ноилшавӣ ба гирифтани натиҷаи ниҳой бо ёрии амалисозии иқтидори шахсият равона гардида, аз силсилаи амалҳои пай дар пай иборат аст. Зимнан дар байни чунин амалҳо метавонанд танаффусҳо

ба вучуд оянд, вазифаҳо ва ҳадафи асосӣ бознигарӣ шаванд, аммо дар ниҳояти кор бозгашт ба фаъолият рӯй медиҳад. Дар ин ҷо банақшагирӣ, ҳадафгузорӣ ва низоми амалҳо нақши муҳим доранд.

Ҳамин тавр, алоқамандии зичи байни мароми ноилшавӣ ва амалисозии иқтидор ва ба нақшагирии амалҳо ошкор мешавад. Ба ақидаи В.Г.Асеев, маром метавонад аз маромҳо, талабот, кӯшишҳо, ҳадафҳо, майлҳо, мақсадгузориҳои маромӣ, шавқу рағбат ва ғайра иборат бошад.

Дар асоси нуктаҳои зикршуда хулоса баровардан мумкин аст, ки ин раҳёфтҳои шарҳдиҳандаи моҳияти маром якдигарро пурра карда, ҷанбаҳои гуногуни як равандро инъикос мекунанд. Ба тақия ба ин раҳёфтҳо, мо маромро ҳамчун раванди динамикии водоркунанда ба ягон фаъолият арзёбӣ мекунем, ки дар зери таъсири маҷмуи водоркунандаҳои берунӣ ва дохилӣ ба ташаккули маромҳо ва ҳадафҳои фаъолият равона гардидааст.

Адабиёти илмиро оид ба ин мавзӯ омӯхта, ду навъи маромро фарқ кардан мумкин аст: дохилӣ ва берунӣ. Мароми дохилӣ бо мақсадгузориҳои ботинӣ алоқаманд буда, дар ҳолате пайдо мешавад, ки шахсият ҳадафи муайян дорад ва барои ноилшавӣ ба он ягон корро бояд иҷро кунад. Дар ин ҳолат фаъолият ҳамчун падидаи арзишманд ва ба мақсад мувофиқ дарк шуда, дорои нишонаҳои худмухторӣ мебошад ва ба ақидаю ҳадафҳои шахсӣ тақия мекунанд.

Мароми берунӣ натиҷаи таъсироти беруна ба фард аст, ки ба рафтори инсон таъсир расонида, воситаи ноилшавӣ ба ҳадаф мебошад, аммо самаранокии амал то замоне паст аст, ки он ҳамчун водоркунанда ё фишор фаҳмида нашавад. Т.О. Гордеева водоркунандаро чунин таъриф медиҳад: ин «таъсироти беруна ба шахсият, коллектив ва гурӯҳи одамон аст, ки соҳаи маромии онҳо ва тавассути он фаъолияти муайяно фаъл мегардонад. Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар психология аҳаммияти хосса пайдо карда, тавачҷуҳи махсусро сазовор аст ва дар соҳаҳои гуногуни фаъолият (касбӣ, илмӣ, таълимӣ) зоҳир мегардад. Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ муносибати эҷодиро ба кор муайян карда, ба характер ва сифати иҷрои кор таъсир мерасонад» [38, с.154].

Таҳқиқи ин навъи маром дар миёнаҳои асри XX оғоз гардид. Аз як тараф, мароми ноилшавӣ бо таҳқиқоте алоқаманд аст, ки психологҳои олмонӣ Н. Ах ва К. Левин анҷом додаанд. Кӯшишҳои шарҳ додани рафтори озмудашавандагон, ки ба ноилшавии комёбӣ равона гардидаанд, бо концепсияи «тамоюли водоркунанда» алоқаманд буданд. Курт Левин онро бо мафҳуми «квазиталабот» (талаботи сохта) ифода карда, талаботро «муҳаррики» рафтори инсон мешуморид. Зери мафҳуми талабот ӯ ҳолати динамикии заминаи иҷтимоидоштаро (на модарзодӣ ё биологӣ) мефаҳмид, ки зери таъсири мақсадҳо ва амалҳои муайян ба вучуд меояд.

Қонунҳои гардонидани талабот тавассути хоҳиш додани шиддати вобаста ба он пайдошуда сурат мегирад. Адабиётро омӯхта, мо як қатор омилҳои муайян кардем, ки мароми баланди ноилшавӣ ба комёбиро муайян мекунанд:

1. Кӯшиши ноилшавӣ ба натиҷаҳои баландтарин;
2. Кӯшиши машғул шудан бо кори дилхоҳ ва аз дигарон беҳтар иҷро кардани он;
3. Интиҳоби супоришҳои душвор ва кӯшиши иҷро кардани онҳо;
4. Дар рафтори шахс бартарӣ доштани локуси ботинии назорат;
5. Кӯшиши такмил додани маҳоратҳои худ;
6. Интиҳоби ҳадафҳои, ки аз ҳадафҳои пештара мураккабтаранд;
7. Сатҳи баланди эҷодкорӣ ва кӯшиши худамалисозӣ.

Одамоне, ки барои ноилшавӣ ба комёбӣ маромнок мебошанд, ба интиҳоби ҳадафҳои майл доранд, ки нисбат ба ҳадафҳои пештараи онҳо мураккабтаранд. Х. Хекхаузен маълумоти таҳқиқоти таҷрибавиеро пешниҳод мекунад, ки мувофиқи онҳо мароми комёбиҳо якхела нестанд, балки аз ду унсур иборат мебошанд: кӯшиши инкишоф додани қобилиятҳо ва нисбат ба одамони дигар беҳтар намоиш додани онҳо. Дар таҳқиқоти дигар ин тамоюлҳои маромӣ ҳамчун «ҳадафи иҷрокунӣ» ё «ҳадафи омӯзонидан» шарҳ ёфтаанд [169].

Дар баъзе таҳқиқот хусусиятҳои мутавозини одамон бо сатҳи баланди мароми ноилшавӣ ба ҳадаф таъкид шудаанд. Масалан, ба ақидаи Е.П. Илин

«ин гуна одамон ба натиҷаи муваффақонаи мақсадҳо эътимод дошта, дар вазъиятҳои номуайяни қатъият зоҳир мекунад, оқилона таваккал карда, ба масъулияти ва суботкорӣ дар ноилшавӣ ба ҳадаф омода мебошанд. Ба онҳо дараҷаи миёнаи иддао ҳос мебошад, ки баъди комёбӣ баланд мешавад ё зимни нокомӣ поён меравад. Инчунин ба одамони дорои дараҷаи баланди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ суботкорӣ ва якравӣ ҳос мебошад» [52, с. 144]. М.Л. Кубышкина қайд мекунад, ки «барои одамони дорои дараҷаи баланди талабот ба дастовардҳо нисбат ба дигарон робитаи баръакси фаврӣ даркор буда, онҳо ба интиҳоби фаъолияти майл доранд, ки дар он чунин робитаро ба даст оварда метавонанд. Барои чунин одамон қаноатмандӣ аз ҳалли бевоситаи масъала ҳос буда, барои онҳо водоркунондаҳои беруна ҳатмӣ нестанд» [66, с. 84].

Шахси дорои дараҷаи баланди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ба ҳалли масъалаҳои ҳам осон, ки дар онҳо комёбӣ қафолат дода мешавад ва ҳам мураккаб, ки нокомӣ зимни ҳалли онро бо душвории масъала вобаста аст, даст мезанад. Ба ақидаи Х. Хекхаузен «инро неруи мароми умумӣ муайян карда метавонад. Одамони дорои дараҷаи баланди мароми умумӣ ҳадафҳои ниҳоят мураккабро интиҳоб мекунад, одамони дорои дараҷаи пасти мароми умумӣ бошад, баръакс, ҳадафҳои хеле оддиро интиҳоб мекунад, ки ноилшавӣ ба онҳо пешакӣ аён аст» [151, с. 98].

Мақсаднокӣ ва натиҷабахшии фаъолиии инсонро аз рӯйи ду маром муайян кардан мумкин аст: а) мароми ноилшавӣ ба комёбӣ, вақте фаъолиии инсонро маромҳое идора мекунад, ки барои ба даст овардани неъматҳо, кӯшиш ба рушд ва беҳтарнамоии вазъияти зиндагӣ равона гардидааст; б) мароми гурез аз нокомиҳо. Дар ин ҳолат инсон на бо ғалабаи дар пеш истода, балки бо гурез аз бохтан маромнок мешавад, ба душвориҳо, нокомиҳои имконпазир диққат медиҳад, дар ҳаяҷон буда, ба қувваи худ боварӣ надорад, монеаҳои дар роҳи расидан ба ҳадаф пайдошударо ҳамчун далели ногузир будани нокомӣ баррасӣ менамояд [66].

Ҳамчунин бояд қайд кард, ки мароми ноилшавӣ ба комёбӣ модарзодӣ нест. Интериоризатсияи арзишҳои муайян дар синни кӯдакӣ рӯоварило ба

дастовардҳо тавлид мекунад, ҳавасмандкунӣ ба мустақилий ва аз худ намудани малакаҳо, талаботро ба дастовардҳо ба вучуд меоварад. Омиле, ки ба ташаккули мароми инсон таъсир мерасонад, муҳити зист мебошад. Мувофиқи маълумоти Д. Макклелланд ташаккули «мароми комёбӣ» ба тарбияи кӯдак дар оила вобаста мебошад ва кӯдаконе, ки барои дастовардҳо ҳавасмандӣ мебинанд, бо мароми рушдкардаи комёбӣ ба воя мерасанд [87].

Тавре ки М.Т. Давлатов ва С.Х. Расулов қайд менамоянд, «тадқиқотҳо дар намудҳои гуногуни фаъолият аз ҷумла касбӣ, илмӣ, таълимӣ ва меҳнатӣ аҳаммияти маромхоро равшан месозанд. Яке аз намудҳои асосии чунин маромҳо мароми ноилшавӣ мебошад, ки инсонро барои расидан ба комёбиҳо ба истифодаи маҳорат ва қобилиятҳои худ водор месозад» [41, с. 36-37].

Бар асоси ин назария, мароми ноилшавӣ бо як қатор хусусиятҳои шахсӣ алоқаманд аст: ҷавобгарӣ, уҳдадорӣ, муносибати поквичдонона нисбат ба меҳнат, эътимод ба имкониятҳои худ, қобилияти қабули қарорҳо ва арзёбии воқеъ ва воқеан амал намудани онҳо. Аз ин рӯ, мароми ноилшавӣ на танҳо ҳамчун омилҳои барангезанда, балки ҳамчун нишондиҳандаи сатҳи шахсият ва рушди қобилиятҳои инфиродӣ баромад мекунад.

Ҳамин тавр, адабиётро оид ба мавзӯи таҳқиқшаванда таҳлил намуда, метавон хулоса баровард, ки андешаҳо дар бораи мароми ноилшавӣ ба комёбӣ якхела нестанд, мароми комёбиро ҳамчун кӯшиш ба комёбӣ, ба натиҷаҳои баланд дар фаъолияти худ муайян кардан мумкин аст. Ин раванDEST, ки ҳадафи асосии он кӯшиш барои фароҳам овардани шароит беҳтарин ва водоркунандаҳо барои амалисозии иқтисодии худ ва қонеъ гардонидани талаботи хеш дар натиҷаи фаъолият мебошад.

Талаботи ноилшавӣ ба комёбӣ яке аз талаботи асосии инсон аст. Маҳз он шахсиятро барои гузоштани вазифаҳои нав ва иҷрои онҳо, рушд кардан, кӯшиш ба худамалисозӣ, ошкор кардани иқтисодии худ ва хубсобиаткунӣ водор менамояд.

1.2. Концепсияҳои назариявии худамалисозӣ

Мафҳуми «худамалисозӣ» аз ҷониби К.Голдштейн ба гардиши илмӣ ворид шуда, онро намоёндогони психологияи гуманистӣ фаъолона омӯхтаанд. Асоси фаҳмиши ин мафҳумро амалисозии озодонаи иқтидору имконият ва равонашавӣ ба оянда ташкил медиҳад (А. Маслоу, К. Голдштейн, К. Рочерс, Р. Ассаджоли ва диг.). Якҷанд концепсияи асосӣ ва раҳёфтҳо оид ба масъалаи худамалисозӣ вучуд доранд, ки баъзе аз онҳоро баррасӣ менамоем.

Концепсияи якуми худамалисозӣ ин концепсияи Курт Голдштейн мебошад. Дар ибтидо худамалисозӣ ҳамчун талаботи организми инсон барои амалисозии иқтидори модарзодӣ шарҳ дода мешуд. Ба ақидаи К.Голдштейн, «анҷом додани талаботи худамалисозӣ, ки дар организм нухуфтааст, ногузир боиси низоъ бо олами атроф гардида, танҳо тавассути мубориза ва муқобилат метавонад амалӣ гардад. Ҳамчунин ӯ таъкид кардааст, ки худамалисозии як инсон танҳо ба шарофати саргузашт кардани шахси дигар имконпазир аст. Имконияти баробар инкишоф ёфтани ду шахс метавонад танҳо дар сурати мавҷудияти шакли олитарини худамалисозӣ, яъне муҳаббат имконпазир гардад. Дар таълифоти минбаъдаи муҳаққиқ бознигарии ақидаҳо рӯй дода, дар онҳо ҳам олами атроф ва ҳам одамон на ҳамчун монеа, балки «шарти ҳатмӣ»-и худамалисозӣ арзёбӣ гардидаанд. Инсон фақат ҳамоно вақт ба худамалисозӣ ноил гашта метавонад, ки шарафмандона тамоми монеаҳо ва талаботи олабро бартараф намояд» [259, с. 86].

Дар концепсияи Карл Рочерс худамалисозӣ идеале мебошад, ки инсон ба сӯйи он тамоми умр ҳаракат мекунад ва зимнан қобилияти худро амалӣ намуда, ба мавқеи «инсони комилан амалкунанда» наздик мешавад. Дар таҳқиқоти худ ӯ худамалисозиро чун тамоюли модарзодӣ ва биологии дар инсон нухуфта барои фаъолгардонии қобилият ва кӯшиш барои рушду нумуш баррасӣ менамояд. Ҳамчунин, Рочерс ба шароите тавачҷуҳ зоҳир кардааст, ки дар онҳо шахсияти худамалисозанда ташаккул меёбад. Ӯ чунин мешуморид, ки ба натиҷаҳои бештар ҳамоно вақт метавон ноил шуд, ки агар шахс зери фишор қарор нагирифта, баръакс, барои рушди ӯ шароити мусоид фароҳам

оварда шавад, зеро инсон аз лаҳзаи тавлид ба пазириш ва эҳтироми худ ниёз дорад ва ба ӯ ҳамчун офаридаи дорои арзиши олӣ муносибат бояд кард. Аммо дар тули ҳаёт инсон метавонад аз ҷониби волидайн ва ҷомеа таҳти фишор қарор гирифта, худро ба қолабҳои одамони дигар мувофиқ гардонад, то «хуб» бошад. ава

Тавре амалия нишон медиҳанд, чунин раҳёфт дар мавриди муносибат бо кӯдакон ва онҳое, ки ба психотерапия муҳтоҷанд натиҷаи хеле хуб медиҳад, аммо татбиқи он нисбат ба одамони калонсоли солим натиҷаҳои баҳсангез додааст. Роҷерс ба рушди педагогикаи гуманистӣ ва психотерапия мусоидат карда, ба мавҷудияти ядроии солим дар шахсияти инсон бовар дошт, ки ҳангоми фароҳам овардани шароити мусоид аз он чун аз тухмӣ шахсияти солиме ба воя мерасад, ки ба қобили рушд ва худтакмидихӣ буда, ҳамоҳангии зоҳирию ботинӣ дар ӯ дида мешавад [121].

Консепсияи худамалисозии А.Маслоу, ки дар китоби ӯ «Маромнокӣ ва шахс» баён гардидааст, то имрӯз аҳаммияташро гум накардааст ва дар психологияи муосир нақши калидӣ дорад. Ба ақидаи ӯ, «ҳар як инсон аз лаҳзаи тавлид дорои як қатор талабот аст ва дар аҳроми ба худ хоси талабот худамалисозӣ дар зинаи баландтарин ҷой гирифтааст. Барои он, ки кӯшиш барои худамалисозӣ ба талаботи муҳимми инсон табдил ёбад, қонеъ гардонидани тамоми зинаҳои поёнии ин аҳром зарур мебошад» [91, с. 123].

А.Маслоу чунин мешуморад, ки худамалисозӣ раванди давомдор буда, қори доимиро дар самти рушди сифатҳои шахсӣ худ ва қобилиятҳои худ то сатҳи баландтарин тақозо мекунад. Агар дар инсон талаботи дигари бунёдӣ ғайбона зоҳир гардад ва агар дар шакли музмин бошанд, он гоҳ чунин инсон носолим аст [91].

Дар таълифоти дертараш А.Маслоу «аҳроми талабот»-и бисёрзинаро бознигарӣ карда, танҳо ду навъи талаботро муайян кардааст: а) «норасоидошта», ки норасоии ягон чизро нишон дода, мутаносибан, қонеъшаванда мебошанд; б) талаботи олӣ – «вобаста ба ҳастӣ», ки қонеънашаванда мебошанд, зеро рушду нумуи инсон раванди беинтиҳоро дар

назар дорад. Дар ҳолати идеалӣ чунин назария бояд барои тағйироти кулӣ дар сохти ҷомеа замина мегузошт, ки низоми маорифи он бо роҳнамоии омӯзгорон, мураббӣён ва психологҳо ҳамчун намунаи ибрат наслеро тарбия хоҳанд кард, ки барои худамалисозӣ кӯшиш дорад.

Ҳамин тавр, инсоне, ки ба худамалисозӣ ноил гардидааст, бояд ба дигарон ҷиҳати расидан ба чунин натиҷаҳо ёрӣ диҳад. Мушоҳида ошкор менамояд, дар низоми имрӯзаи таҳсилот ба ҳамин монанд анъанаҳо, стратегияҳои рушд ва стандартҳои давлатӣ пайдо шудаанд [92]. А.Маслоу як қатор тавсифдиҳандаҳои шахсро муайян кардааст, ки ба шахси ба худамалисозӣ кӯшишдошта хос мебошанд ва типи махсуси одамонро пешниҳод намуд:

- озод будан аз таъсири талабот ва таассуб;
- дарки дурусти воқеият ва атрофиён;
- шавқу рағбат ба ҷизи номаълум;
- мавҷудияти анъанаҳо ва расму ойин; равияи қорӣ;
- мустақилӣ;
- омодагӣ барои омӯختан аз дигарон; дӯстӣ бо одамони худамалисозанда;
- меъёрҳои устувори ахлоқӣ;
- креативнокӣ; онҳо конформӣ нестанд, аммо ба исёнгарии бемулоҳиза низ майл надоранд;
- ҳисси умумият бо инсоният;
- ҳисси «фалсафии» зарофатгӯӣ.

Дар концепсияи худамалисозии Г. Олпорт аввалин бор тасаввурот оид ба шахси комил ворид карда шуд, ки ба ақидаи ӯ, шахсияти худамалисозанда мебошад. Ҳамчунин ӯ як қатор меъёрҳоеро муайян кард, ки ба шахсияти комил (худамалисозанда) хос мебошанд:

1. Сарҳади васеи «Ман» (ин ҳиссиёт дар кӯдакӣ ташаккул ёфта, дар тули зиндагӣ густариш меёбад).
2. Қобилият барои муносибатҳои наздики байнишахсӣ.
3. Баҳои мувофиқ додан ба ҳодисаҳо, ба худ ва имконияти худ.

4. Худшиносӣ, ҳисси фалсафии зарофатӣ.

5. Ба ӯ ақидаҳои ҳаётии фалсафӣ хос мебошанд [213].

Худамалисозӣ вобаста ба хусусиятҳои зоҳиршаваш ба навъҳои гуногун тақсим мешавад. Чунончи, худамалисозие, ки ба таври табиӣ ва вобаста ба рушду нумуи организм чараён мегирад, ҳамчун худамалисозии нофаъол арзёбӣ мегардад. Аз тарафи дигар, худамалисозии эҳтиёткорона вучуд дорад, ки тарафдори он К. Рочерс буд. Инчунин ӯ худамалисозии амиқ (рушду нумуи амиқ инсон) ва сатҳиро (малисозии худ, яъне амалисозии қобилияту малакаҳои аллақай вучуддошта) фарқ мекунад.

Дар психологияи ватанӣ «худамалисозӣ» ҳамчун раванди густариш ва сабзиши қобилияти шахсият, ҳамчун дигаргунсозии бошуурунаи «Мани воқеӣ» ва кӯшиш ба «Мани идеалӣ» баррасӣ мегардад ва бо коркарди концепсияи худамалисозӣ олимоне, мисли А.Н. Леонтев, С.Л. Рубинштейн ва дигарон машғул шудаанд. С.Л. Рубинштейн худамалисозиро ҳамчун тавсифи шахсият муайян кардааст, ки «самтгирии» фаъолияти шахсиро муайян мекунад. Ба ақидаи ӯ, нишонаҳои асосии субъект ин қобилиятҳои ӯ барои худамалисозӣ ва худтакмилдиҳӣ мебошанд.

А.С. Шаров, ки масъалаи таҳсилот ва рушди инсонро дар фарҳанг омӯхтааст, ба раванди кӯшиш барои арзишнок будан, яне ба ифодаи асосии падидаи худифоданамоии инсон таваҷҷуҳи махсус зоҳир кардааст. Ӯ қайд мекунад, ки «ин ҳиссиёт ба инсон имкон медиҳад, то таҷрибаи зоҳирии худ ва табиати ботиниашро муқоиса намояд, инчунин, ба дарки воқеият ва мавқеи худ дар олам мусоидат мекунад» [158, с.78].

Ҳисси арзишмандии худ самти муайяни арзишию маъноии рушд ё баландиеро инъикос менамояд, ки инсон дар роҳи тараққиёти худ ба он кӯшишу ҳаракат дорад [157]. Дар таҳқиқоти Л.Я. Гозман худамалисозӣ ин маром, неруи ҳаракатдиҳанда ва таҳриқбахшандаи тараққиёт мебошад. Ба ақидаи ӯ «худамалисозӣ ин ҳислати шахсият ва ҳолати психикӣ аст, ки динамикаи рушди шахсиятро ифода менамояд» [36, с.24].

Олимони рус чунин марҳилаҳои ташаккули худамалисозиро муайян кардаанд:

1. Марҳилаи иттилоотӣ, ки тасаввуротро оид ба самтҳо ва роҳҳои имконпазири худамалисозиро ташаккул медиҳад.
2. Марҳилаи амалисозӣ (воқеиятбахш), ки низоми салоҳиятҳои заруриро барои худамалисозии шахсият ташаккул медиҳад.
3. Марҳилаи амсиласозӣ, ки барои мустаҳкамкунӣ ва азхудкунӣ зарур мебошад.

Ҳамин тавр, айни замон дар психология концепсияи ягонаи шарҳдиҳандаи худамалисозӣ вуҷуд надорад, аммо як қатор концепсияҳои асосӣ вуҷуд доранд, ки моҳият ва ҷанбаҳои раванди худамалисозиро инъикос менамоянд. Худамалисозиро ҳамчун кӯшиши инсон барои муайянкунии пурратар, рушди имконияти шахсӣ ва ошкор намудани иқтидори худ фаҳмидан мумкин аст, ки самти арзишӣ-маъноии инкишофи инсонро муайян мекунад.

Дар раванди омӯзиши масъалаи худамалисозӣ дар синни навҷавонии мактабӣ ба эътибор гирифтани қонуниятҳои синну солии рушди мактаббачаҳо муҳим аст, зеро онҳо ба характери мароми таълимии онҳо таъсир мерасонанд. Мавриди қайд аст, ки ба ҳар як марҳилаи синнусолӣ на танҳо маҷмуи хусусиятҳои алоҳида, балки хусусиятҳои ба худ хоси сохтори шахсияти кӯдак ва мавҷудияти тамоюлҳои барои марҳилаи мазкур хос, хусусиятҳои ҳаёти эмотсионалӣ, дарки воқеияти мактабӣ ва муносибати ба он мувофиқ хос аст. Ба ибораи дигар, тавсифи психологии синнусолии кӯдакро на хусусиятҳои алоҳидаи ӯ, балки сохтори дар ҳар марҳила гуногуни шахсияти ӯ, тағйирёбии ҳиссиёту таассуроти бо таҳсил алоқаманд муайян мекунад.

Ба таҳлили омилҳое шуруъ мекунем, ки хоҳиши кӯдакро барои худамалисозӣ дар фаъолияти таълимӣ муайян мекунад. Дар ин радиф олимони ба таҳқиқи хусусиятҳои шавқу рағбати маърифатӣ дар синни навҷавонии тавачҷуҳи хос зоҳир кардаанд, ки аз шавқу рағбат ба мундариҷаи фанҳои

таълимӣ, ба раванди иҷрои амалҳои таълимӣ, истифодаи унсурҳои бозӣ дар рафти дарсҳо ва ғ. иборатанд.

Тибқи натиҷаҳои таҳқиқоти Л.И. Божович дар синни навҷавонӣ шавқу рағбат ба таълим ва хоҳиши худамалисозӣ марҳилаи рушди талаботи шахсиятро ба таассуроти беруна ифода мекунад. Муҳаққиқи мазкур таъкид менамояд, ки бо гузариш синни калони мактабӣ дар бачаҳо «сатҳи нави рушди талаботи маърифатӣ - шавқу рағбат ба ҳуди вазифаҳои маърифатӣ пайдо мешавад, ки нишондиҳандаи муносибати мусбат ба таълим аст» [176, с.224].

Дар таҳқиқоти психологӣ ҳангоми баррасии масъалаҳои таъсири ташаккули мароми таълимӣ ба худамалисозии навҷавонони синни мактабӣ арзёбӣ намудани сифати фаъолияти таълимӣ ва рафтори хонанда аз тарафи муаллим ҷойгоҳи назаррас дорад. Ба андешаи Б.Ананев дар байни маромҳои гуногуне, ки хонандаро барои расидан ба натиҷаҳои баланд дар раванди фаъолияти таълимӣ водор менамоянд, яке аз маромҳои асосӣ маҳз баҳои омӯзгор ба донишҳои азхудкардаи ӯ мебошад. Бо ёрии маводди озмоишӣ муҳаққиқ хусусиятҳои худамалисозӣ ва таъсири арзёбии педагогро ба рушди хонандагон нишон додааст. Он дар ду самт зоҳир мешавад:

«1). самтбаҳшанда, яъне ба кори зеҳнии мактаббача таъсир расонида, ба дарки дараҷаи ноилшудаи азхудкунии мавод мусоидат менамояд;

2). водоркунанда, ки ба аз сар гузаронидани комёбӣ ва нокомӣ дар соҳаи эмотсионалию иродавӣ аз тарафи хонанда, ба ташаккули дараҷаи иддао, мақсадгузориҳо, хоҳиши машғул шудан бо ягон нави фаъолият ва худамалисозӣ таъсир мерасонад» [9, с. 51].

Аз рӯйи натиҷаҳои таҳқиқоти Ю.Б.Гатанов тарзи муоширати омӯзгор, мавқеи интихобкардаи ӯ (авторитарӣ, моносубъектӣ ё демократӣ, мавқеи ҳамкорӣ) омили муҳимме маҳсуб меёбанд, ки ба худамалисозӣ, ташаккули эмотсияҳо, талабот ва маромҳо таъсир расонида, муносибатро ба раванди таълим ва тақдири кӯдакро дар мактаб муайян мекунанд [9].

Маълумоти таҳқиқоти сершумори А.Л. Венгер, В.С. Юркевич гувоҳӣ медиҳанд, ки муносибати мусбат ба мактаб метавонад дар натиҷаи таъсироти

нодурусти педагогӣ дар синни навҷавонӣ тез тағйир ёбад. Дар натиҷа, дар «аксари бачаҳо маромҳои ибтидоии фаъолияти таълимӣ барои маромҳои дигар ҷой ҳолӣ мекунанд, шавқу рағбати маърифатӣ бошад, хусусияти устувор пайдо намекунанд ва саъю кӯшиш барои худмамалисозӣ вучуд надорад» [164, с. 218].

Т.А. Матис муқаррар кардааст, ки дар навҷавонони синни мактабӣ муносибат ба ҳаёти мактабӣ фаъолона ташаккул ёфта, минбаъд ба худмамалисозӣ ва ба ташаккули мароми таълимии онҳо таъсир мерасонад. Ӯ таъкид менамояд, ки «ҳамаи ин зери таъсири пурқуввати омӯзгор, мақсадгузориҳои эмотсионалию арзишҳо ва равия фаъолияти педагогии ӯ сурат мегирад» [90, с.107]. А.И. Киричук чунин мешуморад, ки дар арафаи хатми мактаб барои навҷавонон на танҳо баҳои шахси калонсол, балки фикри дӯстонашон низ муҳим мегардад. Муҳаққиқ таъкид менамояд, ки «ҷойи хонанда дар низоми муносибатҳои байнишахсии гурӯҳи хонандагон яке аз омилҳои объективие ба шумор меравад, ки муносибати ӯро на танҳо ба рафиқон, балки ба фаъолияти таълимӣ муайян карда, ба мароми ҷиддии таълим табдил меёбад» [6, с. 37].

Ба ақидаи В.Л. Поплужний, нохушиҳо дар гурӯҳи хонандагон, низоъҳо байни хонандагон ва омӯзгорон боиси ба вучуд омадани эмотсияҳои шадиди манфӣ мегарданд, ки ба фаъолияти таълимӣ таъсир расонида, ба эмотсияҳои манфии дигар табдил меёбанд. Дар натиҷаи таъсири ин гуна эмотсияҳо «боздории фаъолияти таълимӣ ва надоштани хоҳиш ба худмамалисозӣ рӯй дода, монеаи эмотсионалии ба худ хос ба вучуд меояд» [26, с. 61].

Чунон ки мебинем, аксари муаллифон аҳамияти муносибати хайрхоҳонаи педагогро ба хонандагон дар амалисозии бомуваффақияти фаъолияти таълимии онҳо таъкид кардаанд. Муҳаққиқон қайд мекунанд, ки танҳо ҳангоми фароҳам овардани чунин шароит дар синни навҷавонӣ шавқу рағбат ба азхудкунии дониш ташаккул меёбад [26]. Инро таҳқиқоти З.И. Калмикова тасдиқ менамояд, ки аҳамияти мароми муоширатро бо ҳамсинфон барои хонандагони синфи нухум исбот кардааст. Аммо ин

маромҳо «на танҳо барои ҷалб гардидани мактаббача ба фаъолияти коллективӣ ва ба раванди худамалисозӣ мусоидат мекунанд, балки аксар вақт ўро аз амалҳои сирф таълимӣ дур карда, ба ҳадафи асосӣ табдил меёбанд ва ҳамин тавр, муносибати номуайяно ба таълим бармеангезад» [55, с. 36].

Масъалаи ташаккули мароми муносибати мактаббачаҳои хурдсолро ба фаъолияти таълимӣ омӯхта, З.И. Калмикова қайд менамояд, ки ин муносибат тобиши гуногуни эмотсионалӣ дошта метавонад: мусбат, манфӣ, номуайян (ихтилофнок). Тибқи маълумоти аз таҳқиқот бадастовардаи ӯ муносибати номуайян (ихтилофнок) ба фаъолияти таълимӣ, зимни дар навҷавон ҳукмрон будани ду маром пайдо мешавад: маромҳои яқум фаъолияти таълимӣ тобиши эмотсионалини мусбат мебахшанд ва маромҳои дуҷум бошанд, тобиши манфӣ.

Ҳангоми ноустувор будани эмотсияҳои манфии дар навҷавон пайдошуда, муносибат ба таълим ҳоло манфӣ нест, аммо мавҷудияти тамоюлҳои ихтилофнок ҷараёни фаъолияти таълимиро мураккаб гардониди, барои рушди минбаъдаи маром ва худамалисозӣ ояндабинии номусоидро ба вучуд меорад. Ба андешаи З.И. Калмикова муносибати мусбат ба фаъолияти таълимӣ ба афзалияти мароми ноилшавӣ ба комёбӣ вобаста мебошад.

Дар фасли мазкур мо раҳёфтҳои асосиро доир ба фаҳмиши масъалаи кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ баррасӣ менамоем. Фаҳмиши падидаи мазкур, пеш аз ҳама, аз он ҷиҳат муҳим аст, ки кӯшиши худамалисозӣ ба ин ё он андоза дар ҳар як шахс вучуд дошта, дар рушди шахсият нақши муайян дорад.

Истилоҳи «худводоркунӣ ба худамалисозӣ» дар психология аввалин бор аз ҷониби муаллифи назарияи рушди когнитивӣ Жан Пиаже ворид карда шудааст (1923). Кӯшиш барои худамалисозӣ мавқеи маърифатии фард аст, ки асоси онро қобилияти объективии ба ақидаи дигарон эътмод накарда, такардан ба нигоҳи олами аз мавқеи худ (дар идрок, тафаккур, мавқеи шахсият) ташкил медиҳад.

Пиаже пайдоиши кӯшиши худамалисозиро дар мувофиқа бо марҳилаҳои рушди зеҳни баррасӣ кардааст. Дар марҳилаи худводоркунии сенсомоторӣ (аз

лаҳзаи таваллуд то 2 солагӣ) кӯдак ба чудо кардани худ аз олами беруна шуруъ мекунад. Ба марҳилаи тоамалиётӣ (2-7 солагӣ) худмехварӣ (эгосентризм) хос буда, барои кӯдак дарк кардани нуқтаи назари шахси дигар душвор аст, ӯ фикр мекунад, ки ҳама олами атрофро айнан мисли ӯ дарк мекунад.

Кашфиёти муҳимтарини Ж. Пиаже зоҳиршавии худмехварӣ дар нутқи кӯдаки 3 сола аст, ки натиҷаи дарки олам буда, манзараи «воқеъ»-и субъективии оламо аз мавқеи «Ман»-и кӯдак ифода менамояд ва он аз муҳити рушду нумуи табиӣ ӯ чудонашаванда аст.

Мувофиқи назарияи Ж. Пиаже кӯшиши худамалисозӣ вазифаи коммуникативиро иҷро намекунад, барои инсон танҳо тавачҷуҳ аз ҷониби ҳамсухбат муҳим аст, аммо ӯ барои тарафдори ақидаи ҳамсухбат шудан кӯшиш намекунад [107]. Дар марҳилаи амалиёти мушаххас (7-10 солагӣ) бошад, аз соҳаи идрок танг карда баровардани худмехварӣ сурат мегирад.

Аҳаммияти далелҳои озмоишии таҳқиқоти Ж. Пиаже дар он аст, ки ба шарофати онҳо падидаи хеле муҳимми психологӣ кашф гардид, яъне мавқеи зехнии кӯдак, ки муносибати ӯро ба олами ҳастӣ муайян мекунад. Ж.Пиаже худмехвариро ҳамчун реша, ҳамчун асоси тамоми хусусиятҳои дигари тафаккури кӯдак баррасӣ кардааст. Дар баробари ин кӯшиши худамалисозӣ барои мушоҳидаи бевосита дастрас нест, он ба воситаи зухуроти дигар ифода меёбад.

Танқиди асосноки концепсияи кӯшиши навҷавонон ба худамалисозӣ ба Л.С. Виготский тааллуқ дорад. Дар фарқ аз психологияи хориҷӣ, ки ба омӯзиши олами феноменалии шуур, шуур – образ тавассути таҳқиқи ғояҳои психологӣ ҳамчун олами ботинӣ, яъне субъективӣ равона гардидааст, таърифи Л.С. Виготский дар таъриқи ба воситаҳои сохтори равандҳои психикии шахс ва фаъолияти ӯ барои пайдоиши назарияи рушди ҷамъиятӣ-таърихии психика асос гузошт. Бо дарназардошти ин мавқеъ баҳси илмӣ ду психологи машҳури он давра, яъне Ж. Пиаже ва Л.С. Виготский маъруф шудааст [107].

Қайд кардан муҳим аст, ки фаҳмиши кӯшиши худамалисозӣ ҳамчун мавқеи маърифатии фард ва фаҳмиши худамалисозӣ чун хусусияти яке аз

марҳилаҳои рушди функсияҳои психикӣ, аз ҷумла нутқ, асосҳои гуногуни концептуализиро инъикос менамояд. Вобаста ба ин, пайдарпайии далелҳо баён гардидаанд: Ж. Пиаже - нутқ ва тафаккур, Л.С. Виготский - тафаккур ва нутқ.

Мувофиқи назарияи рушди когнитивӣ кӯшиши худамалисозӣ дар синни аз 13 то 15 солагӣ коэффитсиенти баланд дошта, дар синни 18 солагӣ коҳиш меёбад. Кӯшиши худамалисозиро нутқи иҷтимоишуда ва тафаккури мантиқӣ иваз мекунад. Нутқи иҷтимоишуда вазифаи мушаххаси таъсиррасонии коммуникативиро иҷро мекунад [107].

Л.С. Виготский ба рушди тафаккур диққати махсус додааст. Дар синни наврасӣ равандҳои психикӣ аввалин бор характери шахсӣ пайдо мекунад.

Дар натиҷаи танқиди истилоҳи «худамалисозӣ» Ж. Пиаже пешниҳод кард, ки падидаи кӯшиши худамалисозӣ тавассути мафҳумҳои пурракунандаи «мутамарказият» ва «аз байн рафтани мутамарказият» шарҳ дода шавад, ки аз ҷониби фард аз худ шудани малакаҳои ҳамоҳангсозии қутбҳои субъективӣ ва объективӣ таҷрибаи худашро инъикос менамояд [107].

Ҳамин тавр, омӯзиши падидаи кӯшиши худамалисозӣ дар психологияи рушд идома ёфта, табдилёбии тадриҷии мафҳуми «худамалисозӣ» ҳамчун мавқеи маърифатии инсон ба фаҳмиши «кӯшиши шахсӣ» дар таълифоти муҳаққиқони ватанӣ ва хориҷӣ сурат мегирад.

Консепсияи кӯшиши шахсӣ ба худамалисозиро психологи амрикоӣ Дэвид Элкиндр пешниҳод кард. Бо тақия ба назарияи рушди когнитивии Жан Пиаже ӯ ақидаеро баён кард, ки кӯшиши худамалисозӣ ҳамчун падида дар раванди рушд, дар мувофиқа бо марҳилаҳои рушд сифатан тағйир меёбад ва сабаби он дар навҷавонон метавонад хусусиятҳои синнусолӣ бошад. Дар баробари ин таассуроти эмотсионалии бо рушди худогоҳии шахс алоқаманд нақши асосӣ дорад.

Элкиндр типҳои шахсиятӣ-аффективӣ эгоизми наврасиро тавсиф намуда, ҷузъҳои унсурҳои худамалисозро ба монанди «Аудиторияи тасаввуршаванда» ва «Устураи шахсӣ» фарқ кардааст. Падидаи «Аудиторияи тасаввуршаванда» - мисли наврас дарк кардани худ ҳамчун «дар сахна», ки барои синни

навҷавонӣ хос мебошад, бо он алоқаманд аст, ки навҷавон ба ҳудаш шавку таваҷҷуҳи бештар зоҳир карда, фикр мекунад, ки дигарон низ ба ӯ таваҷҷуҳдоранд. Дар ӯ ҳиссиёте пайдо мешавад, ки гуё ӯ объекти таваҷҷуҳи умум аст ва ӯро аз нигоҳи танқидӣ баҳо медиҳанд.

Унсури шахсиятӣ-аффеқтивии кӯшиши худамалисозӣ - «Устураи шахсӣ» аз ҷониби навҷавонон дарк гардидани нотақрорӣ, осебнопазирии худ ва тасаввур кардани худро ҳамчун шахсияти хосса ифода мекунад.

Мувофиқи концепсияи Д. Элкінд бартараф кардани кӯшиши худамалисозӣ бо рушди тафаккур, азхудкунии амалиёти шаклӣ ва ташаккулдиҳии малакаҳои ҳамкорӣ алоқаманд аст. Минбаъд ин назария мавриди танқид қарор гирифта, робитаи унсурҳои кӯшиши худамалисозӣ бо амалиёти зоҳирӣ-мантиқӣ муқаррар нашуд. Концепсияи Д. Элкінд оид ба унсурҳои шахсиятӣ-эмотсионалии кӯшиши худамалисозӣ то ҳол мубрам аст, зеро тавсифи падидаҳо хусусиятҳои синни навҷавониро шарҳ медиҳанд [239].

Дар доираи амсилаи классикӣ ва бо таъя ба назарияи Ж.Пиаже соли 1985 Д.К. Лэсли ва Мерфи амсилаи иҷтимоию когнитивии омӯзиши кӯшиши шахсиятӣ-эмотсионалии навҷавонро ба худамалисозӣ пешниҳод карданд.

Дар психологияи рус таълифоти Т.И. Пашукова маъруфанд, ки ба таҳқиқи равияи худмеҳварии шахс тавассути бақайдгирии аксуламалҳои рафторӣ ва гуфторӣ, яъне «воҳидҳои худмеҳварӣ» ва методологияи сохтани концепсияи худмеҳварӣ бахшида шудаанд, ки ба тавъамкунонии таълимоти муосир оид ба фаъолият ва иртибот асос ёфтааст.

Оид ба кӯшиши худамалисозӣ аз дидгоҳи динамикаи синну солӣ ва хусусиятҳои шахсии зоҳиршавии он як қатор таҳқиқот ба анҷом расонида шудаанд. Дар натиҷаи таҳқиқи кӯшиши худамалисозӣ ва мутабиқшавии иҷтимою психологӣ А.А. Юрина ба хулосае расидааст, ки бо афзоиши кӯшиши худамалисозӣ майл ба ҳукмфармоӣ ба вучуд меояд. Ҳар қадаре ки кӯшиши худамалисозӣ бештар зоҳир гардад, дараҷаи напазируфтани дигарон ҳамон қадар баланд мешавад. Чӣ қадаре ки нишондиҳандаи кӯшиш барои худамалисозӣ зиёдтар бошад, ҳамон қадар мавқеи узви гурӯҳ поён аст ва

аксари навҷавонони озмудашуда дараҷаи миёнаи кӯшиши худамалисозиро зоҳир карданд. Ҳам барои духтарон ва ҳам барои писарон доштани дараҷаи баланди кӯшиши худамалисозӣ бо мутобиқшавии самараноки иҷтимоию психологӣ алоқаманд аст [13].

А.А. Тинигина қайд кардааст, ки «мутобиқшавии на он қадар бомуваффақият бо кӯшиши баландтари шахсиятӣ барои худамалисозӣ вобаста аст. Мутобиқшавии бештар бомуваффақияти иҷтимоию психологӣ бо сифатҳои барҷастатари ҷомеамарказӣ, яъне таваҷҷуҳ ба дигарон алоқаманд мебошад. Навҷавононе, ки ифодаёбии сифатҳои ҷомеамарказии онҳо ва кӯшиши худамалисозиашон равшантар аст, дараҷаи баландтари мутобиқшавиро нишон доданд» [256, с.28].

Кӯшиши худамалисозиро ҳамчун механизми ҳифзи тасаввурот дар бораи худ байни навҷавонони қачрафтор баррасӣ намуда, А.В. Фокина ба хулосае расид, ки кӯшиши худамалисозӣ дар ин гуна навҷавонон таҳрифи ғайрирефлексию ҷубронкунандаи дарки худ ва ҷомеа мебошад ва зимнан аз ҷониби онҳо радкунии меъёрҳои иҷтимоӣ ба назар мерасад [257]. Е.Ф. Сафутдиярова дар охири давраи навҷавонӣ коҳиш ёфтани дараҷаи кӯшиши худамалисозиро қайд намуда, «дар муносибатҳои байниҳамӣ ба мушкилот дучор шудани навҷавонони дорои дараҷаи баланди кӯшиши худамалисозиро муайян кардааст» [257, с. 156].

Ҳамин тавр, дар хориҷа омӯзиши кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ бо таъяс ба назарияи Ж. Пиаже оид ба рушди когнитивӣ бо назардошти тафаккури шаклӣ-мантиқӣ дар навҷавонон коркард шудааст.

Д. Элкінд назарияи кӯшиши шахсиятӣ-эмотсионалиро барои худамалисозӣ пешниҳод карда, махсусияти соҳаи эмотсионалиро дар синни навҷавонӣ бо унсурҳои кӯшиши худамалисозӣ – «Аудиторияи тасаввуршаванда» ва «Устураи шахсӣ» тавсиф намудааст [239].

Р. Энрайт ва ҳамкорони ӯ ба консепсияи кӯшиши шахсиятӣ-эмотсионалии худамалисозии навҷавонон унсури «мутамаказшавӣ ба худ»-ро илова карда, аҳаммияти «Манфиатҳои шахсӣ»-ро дар сохтори синни

навҷавонӣ қайд намудааст. Бо дарназардошти фаҳмиши кӯшиш ба худамалисозӣ тавассути мафҳумҳои “мутамарказшавӣ – мутамарказ нашудан” Р. Энрайт методикаи омӯзиши кӯшиши навҷавонро барои худамалисозӣ коркард намуд. Ин методика ҷадвалҳои шавқу рағбати ҷомеамарказиро дарбар мегирад, ки ба раванди “мутамарказ нашудан” мувофиқанд. Консепсияи «Нигоҳи нав» ба масъалаи кӯшиши худамалисозӣ, ки Лэсли пешниҳод кардааст, ба фаҳмиши зарурати кӯшиши худамалисозӣ дар ташаккули хувияти худ асос ёфтааст [238].

Олимон-психологҳои рус дар омӯзиши кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ раёфтеро коркард намудаанд, ки дар тавъамкунонии муназами ғайолият ва коммуникатсия асос меёбад. Кӯшиши худамалисозӣ ҳамчун равияи худмеҳварии шахс дар муошират баррасӣ мегардад. Нақши ин падида дар ташаккули хувияти шахсии навҷавонон, инчунин, динамикаи синну солии падидаи кӯшиши худамалисозӣ таҳқиқ гардидааст. Вобастагии мустақими кӯшиши худамалисозӣ дар навҷавонон бо хусусиятҳои мутобиқшавӣ - номутобиқатӣ ошкор нашудааст. Масъалаи таносуби кӯшиши худамалисозӣ ва ҷомеамарказӣ, динамикаи синнусолӣ ва омилҳои рушди онҳо кушода боқӣ мемонад. Дар таҳқиқоти мазкур омӯзиши кӯшиши худамалисозӣ дар навҷавонон ба назарияи шахсиятӣ-эмотсионалии кӯшиши худамалисозӣ асос меёбад, ки Д.Элкинд пешниҳод карда буд.

Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ маромҳои гуногунро ба монанди мароми гирифтани баҳои баланд, аз ҷониби омӯзгор пазируфтани кори анҷомдода ва бомуваффақият иҷро кардани супоришро фаро мегирад. Дар баробари ин, баъзан муносибати мусбат ба ғайолияти таълимӣ дар худбаҳодиҳии номувофиқи хонандагон асос меёбад. Мароми асосии муносибати манфӣ ба таълим мароми гурехтан аз ҷазо аст. «Хонандагон кӯшиш мекунанд, ки аз гирифтани баҳои паст ва воқуниши волидайн ба он гурезанд. Онҳо метарсанд, ки волидайн онҳоро «сарзаниш» карда, аз шуғли дӯстошташон манъ мекунанд (сайругашт, бозӣ ва ғ.)» [5, с. 12].

Дар таҳқиқоти муосир оид ба мароми худамалисозӣ дар фаъолияти таълимӣ манзараи динамикаи маромҳои фаъолияти таълимии навҷавонон пурра ва дақиқ мегардад. Тариқи озмоиш исбот шудааст, ки дар хонандагони синфи ҳаштум шавқу рағбат ба ҷанбаи зоҳирии ҳузур доштан дар мактаб (тарзи дар паси парта нишастан, бурдани ҷузвдон ва ғ.) афзалият дорад. Мувофиқи маълумоти олимон, дар хонандагоне, ки ба синни калони мактабӣ ворид мешаванд, маромҳои густурдаи иҷтимоӣ талаботеро ифода мекунанд, ки дар марҳилаи қаблии инкишоф пайдо мешавад, яъне ишғол кардани мавқеи нав ё худ мавқеи хонандаи синфи болоӣ. Дар баробари ин, сатҳи муайяни инкишофи шавқу рағбати маърифатӣ ба қайд гирифта шуд, ҳарчанд ки онҳо дар оғози таҳсил дар мактаб ҳоло ноустувор, лаҳзавӣ ва вазъиятӣ мебошанд. Ҳар дуи ин маромҳо дар синни навҷавонӣ муносибати бомасъулиятро нисбат ба худамалисозӣ дар таълим таъмин мекунанд.

Тадриҷан дар хонандаи синфҳои боло шавқу рағбат ба ақидаҳои ҳамсинфон пайдо мешавад [132]. Чӣ тавре натиҷаҳои таҳқиқот гувоҳӣ медиҳанд, навҷавон ба мактаб бо маромҳои густурдаи иҷтимоӣ (маромҳои худтакмилдиҳӣ ва худмуайянкунӣ) ворид мешавад, ки омодагии шахс барои худамалисозӣ дар таълим ба вучуд меорад. Чунин мавқеъ ба муносибати мусбати хонандагон ба фаъолияти таълимӣ мусоидат менамояд, гарчанде (чун бо маҳсули бевоситаи фаъолияти таълимӣ вобаста нест) неруву таъсири онро коҳиш медиҳад ва асосан хусусияти даркшуда дорад. Мароми навҷавони мактабхонро одатан ҳадафҳои наздик тақвият медиҳанд, зеро навҷавонон бо назардошти ҳадафҳои имрӯзаи худ зиндагӣ мекунанд. Мароми таълимӣ-маърифатӣ дар соҳаи маромии хонандагони синфи 9-ум мавқеи асосӣ (ӯ ҳадафи фаъолияти таълимиро медонад, ки дар он маромҳои мазкур пайдо мешаванд) дорад. Дар байни онҳо чунин маромҳое бештар дарк мешаванд, ки бо ҳадафҳои таълим алоқаманданд.

Шавқу ҳаваси маърифатӣ дар синни навҷавонӣ дар дараҷаи миёна қарор дошта, маромҳои бо раванди худамалисозӣ бештар хос ба фаъолияти таълимӣ алоқаманд мебошанд. Умуман, дар навҷавонон мароми таълимӣ-маърифатӣ

мароми пешбаранда махсуб намеёбад ва дар шароити таълими анъанавӣ то оғози синни калони навҷавонӣ як навъ «холигии маромӣ» пайдо шуда метавонад.

Ҳамчунин психологҳо қайд мекунанд, ки дар охири синфи 9-ум хомӯшшавии қонуниятдори шавқу рағбати ибтидоии густурда ва сатҳӣ ба худамалисозӣ дар мактаб рӯй медиҳад. Муносибати навҷавон ба омӯзгор дар маҷмӯъ хайрхоҳона мебошад, аммо хафагии хонандагон аз баҳоҳои паст ба назар мерасад, зеро маромҳои мавқеи иҷтимоӣ дар ин синну сол аз хоҳиши сазовор шудан ба таҳсини омӯзгор иборатанд. Дар баробари ин, тадриҷан имконияти ишғол кардани мавқеи муайян дар коллективи ҳамсолон зоҳир мегардад [132].

Афзудани нақши маромҳои маърифатии фаъолияти таълимӣ дар муқоиса бо маромҳои иҷтимоӣ ба ақидаи Н.В. Елфимова «яке аз сабабҳои асосие мебошанд, ки боиси пайдошавии «холигии маромӣ» дар синни навҷавонӣ мегарданд» [185, с.62].

А.И. Раев дар натиҷаи таҳқиқот муайян кард, ки ҳозирбарии ҳаёти мактабӣ дар навҷавон аввал ба тобиши барҷастаи эмотсионалии нишонаҳои зоҳирии он асос меёбад, минбаъд чунин мароми муносибати мусбат ба мактаб аз байн меравад ва дар ҳолати ба вуҷуд наомадани мароми нави муассире, ки онро эмотсияҳои мусбат ҳамроҳӣ менамоянд, «аҳаммияти фаъолияти таълимӣ барои мактаббача коҳиш ёфта, мутаносибан таъсири он ба рушди психикии мактаббачаи хурдсол ҳамчун субъекти фаъолияти таълимӣ кам мешавад» [117, с.123].

Ин масъаларо Л.О. Ефимова таҳқиқ намуда, ба хулосае расидааст, ки «маҷмуан дар хонандагон маром ба худамалисозӣ дар таълим коҳиш намеёбад, балки тасаввуроти онҳо дар бораи ҳудуди раванди таълим як андоза дигаргун мешаванд. Ва ин вақте рӯй медиҳад, ки онҳо бояд мушкилоти хеле ҷиддиро бартараф намоянд, аммо ҳоло бартараф кардани онҳоро ёд нагирифтаанд» [187, с. 102].

Дар таълифоти В.Л. Поплужний қайд шудааст, ки «дар ҳолатҳои вайрон кардани раванди таълим, ки онҳоро омилҳои объективӣ ба миён овардаанд, хонандагон дилгиру зик мешаванд. Ҳадаф гузошта натавонистан, дида натавониستاني дурнамо аз ҷониби хонандагон метавонад боиси беамалӣ (нофаъолӣ) гардад. Ҳамаи ин дилмондагии навҷавонро аз фаъолияти таълимӣ, муносибати манфиро ба он, ҳатто даст кашиданро аз машғулшавӣ бо он ба миён меорад» [26, с. 34-35].

Ба ақидаи А.К. Дусавитский методҳо ва мундариҷаи анъанавии таълим, ки барои раванди азнавҳосилкунии одии дониш пешбинӣ гардидаанд, барои амалишавии маромҳои маърифатии мактаббачаҳо ва дар сатҳи баланд нигоҳ доштани шавқу рағбат ба худамалисозӣ дар фаъолияти таълимӣ мусоидат намеkunанд. Дар синфи 9-ум коҳиш ёфтани шавқу рағбати мактаббачаҳо ба фаъолияти таълимӣ раванди қонуниятдор нест. «Ҳангоми истифодаи усулҳои фаъоли таълим дар хонандагон шавқу рағбати устувор ба мундариҷаи донишҳо, ба худамалисозӣ ва ба воситаҳои фаъолияти маърифатӣ ташаккул меёбад» [47, с.56].

Дар баробари ин, талаботи фаъолияти таълимӣ ба ташаккулёбии амалҳои ихтиёрии хонандагон ҳамчун хусусияти ҳамаи равандҳои психикии ӯ мусоидат меkunанд ва вобаста ба ин, хонанда ҳар рӯз корхоро иҷро меkunад, ки аз мавқеи ӯ ҳамчун хонанда бармеоянд. Тадриҷан хонанда корҳои аз ӯ талабшаванда иҷро меkunад, на хостаҳои худро ва бо ин идоракунии рафторашро меомӯзад. Таҳқиқоти психологҳо нишон медиҳанд, ки дар синни навҷавонӣ ҳадафи иҷро кардани супориш аз ибтидо ҳамон вақт пайдо мешавад, ки агар шахси калонсол дар ташаккули ин ҳадафҳо иштирок намояд.

Тадриҷан дар давоми синни мактабӣ дар бачаҳо «маҳорати мақсадгузориҳои мустақилона ташаккул меёбад, ки дар навбати худ хусусияти устувор пайдо карда, ба фаъолияти худамалисозӣ водор менамояд» [47, с.17]. Олимон чунин мешуморанд, ки маҳз дар ҳамин синну сол дастоварди муҳим афзалияти мароми «Ман бояд иҷро кунам» нисбат ба мароми «Ман мехоҳам» мебошад. Инак, маҳорати омӯзгор аз он бояд иборат бошад, ки қору амали

барои ҷомеа муҳимро сарфи назар накарда, онҳоро барои шахс муҳим гардонад. Ин хеле муҳим аст, зеро маҳз дар синфи ибтидоӣ шавқу рағбати маърифатӣ амиқ гардида, фаҳмидани аҳаммияти ҳаётии таълим оғоз меёбад.

Психологҳо қайд мекунанд, ки таълим барвақттар аз синни калони мактабӣ оғоз меёбад, аммо таълими мактабӣ дар ин давра аз синфҳои ибтидоӣ ва миёна фарқи назаррас дорад. Тавре психологҳо таъкид мекунанд, пайдоиш ва ташаккули талабот ба фаъолияти таълимӣ дар бачаҳои синни калони мактабӣ бо рушди ҳаёл дар доираи фаъолияти бозӣ ва вазифаи рамзӣ алоқаманд аст, ки мавҷудияти онҳо дар ӯ талаботро ба дарки мазмунӣ моҳияти дониш ва маҳорати характери назариявиро ба вуҷуд меорад.

Ташкили таълим дар синфҳои болоӣ дар шакли фаъолияти таълимӣ барои азхудкунии донишу маҳорати назариявӣ мусоидат карда, «дар мактаббачаҳо асосҳои тафаккури назариявӣ ва талаботро ба чунин фаъолият ташаккул медиҳанд» [47, с.с214]. Ба ақидаи аксар олимони таҳлили психологӣ вазъияти иҷтимоӣ тараққиёт дар синни калони мактабӣ минтақаи наздиктарини рушдро муайян мекунад: дархости бачаҳо ба воситаҳои умумӣ самтгирӣ дар дунёи мураккаб нигаронида шудааст, ки фарогирӣ онҳо ҳосил намудани мавқеи муҳаққиқона ва рефлексиро тақозо намуда, ба дурусту мувофиқ баҳо додан ба амалу кирдорҳои худ имкон медиҳад. Дар айни замон бояд асосҳои фаъолияти таълимӣ ҳамчун шаклҳои худинкишофдиҳӣ (маҳорати таҳсил кардан) ташаккул дода шаванд.

Ҳамин тавр, мактаббача ҳамчун субъекти фаъолияти таълимӣ дар доираи ин фаъолият мустақилона ташаккулу инкишоф ёфта, воситаҳои нави ҷамъбасту тасниф ва таҳлилу таснифро фаро мегирад. Истифодаи таълими инкишофдиҳанда дар мактаббачаҳо ба инкишофи тафаккури назариявӣ ва маҳоратҳои мувофиқ мусоидат мекунад. Дар синфҳои 9-10 шавқу рағбат ба воситаҳои умумӣ ҳалли масъалаҳо ва ҷамъбасткунӣ назариявӣ чизи омӯхташаванда тадриҷан хусусияти устувор пайдо карда, ҳамчун мароми муассири фаъолияти таълимӣ ифода меёбад.

Бояд қайд кард, ки ба пайдошавии тағйиротҳо дар соҳаи маром кори мақсадноки ба рушди равандҳои маърифатии мактаббачаҳо равонашуда ва гузариш ба вазъияти таълимӣ таъсир мерасонад, ки «якчоя дар оғози ҳаёти мактабии хонандаи синни калони мактабӣ ҳангоми таҳияи фанҳои таълимӣ муайян мегардад» [47, с.317].

Барои синни мактабӣ мароми бозӣ нақши муҳим дорад, ҳуди маромҳои таълимии мактаббачаҳо ҳам ҷиҳатҳои мусбат (муносибати умумии мусбат ба мактаб, васеии доираи шавқу рағбат, донишдӯстӣ), ҳам ҷанбаҳои манфӣ (муҳимияти нокифоя, ноустуворӣ, огоҳии кам, ҷамъбасткунии заиф, самтгирӣ ба натиҷаи таълим) доранд.

Психологҳо ба мураккабӣ ва тазодияти соҳаи маромнокии хонандагонии синфҳои болоӣ бо тақия ба таҳлили маромҳои маълум ва воқеан муассир таваҷҷуҳи хосса зоҳир намудаанд. Мароми қарз, кӯшиши гирифтани баҳои мусбат, кӯшиш ба ғаъолияти зеҳнӣ эҷодӣ ғаъолияти таълимии хонандагонро таҳрик медиҳанд, ҳарчанд ки дар ибтидо онҳо дарк намешаванд. Маромҳои худмуайянкунӣ ва худтакмилдиҳӣ хуб дарк мешаванд, аммо воқеан амалӣ намешаванд.

Инчунин, олимони қайд мекунанд, ки рушди мароми таълим ба баҳои гузошташудаи муаллимони вобаста мебошад. Ҳар қадар ки муносибати хонанда ба раванду натиҷаҳои таълим мусбат бошад, муносибати баҳодихандаи омӯзгор ҳамон қадар муҳим мегардад, алалхусус, дар хонандаи синфи 9-ум, дар ҳоле ки мароми комёбӣ афзалият дорад. Зимнан дар аълохонҳо ва сеҳонҳо мароми маърифатӣ камтар зоҳир шудаанд (онҳо бештар ба баҳо ва гурез аз нокомӣ, ба худамалисозӣ майл доранд).

Тарзи роҳбарӣ ба синф ва муоширати педагогӣ ба рушди мароми худамалисозии мактаббача бевосита таъсир мерасонанд. Чунончи, «тарзи авторитарии муоширати муаллим ба рушди маромҳои гирифтани баҳои баланд ва таҳсин, гурехтан аз нокомиҳо ва тарзи демократии муошират ба рушди мароми маърифатӣ мусоидат мекунанд» [47, с.92].

Ба ақидаи мутахассисон дар давоми давраи таҳсил дар синфи ибтидоӣ гузариш аз фаъолияти бозӣ ба фаъолияти таълимӣ ва беруназтаълимӣ сурат мегирад. Минбаъд, дар синфи 9-ум миқдори хонандагоне, ки барояшон фаъолияти таълимӣ аҳаммияти шахсиро гум мекунад («холигоҳи маромӣ» ба вучуд меояд) меафзояд. Дар баробари ин, нақши волидайн ҳамчун субъектҳои барои мактаббача шахсан муҳим меафзояд (ин тамоюл дар синфи 8-ум ошкор гардид). Инчунин омӯзгорон ва ҳамсинфон аҳаммият доранд (тамоюл афзун мешавад).

Маромҳои иҷтимоӣ (дар оғози таълим дар синфҳои болоӣ пешбаранда мебошанд) тадричан қувваи худро гум мекунанд, аммо аҳаммияти маромҳои маърифатӣ баланд мешаванд. Тавре олимон таъкид мекунанд, дар мактаббачаҳои имрӯза ҳангоми ба таври нокомил аз сар гузаронидани давраи томактабӣ дар охири ин давраи синну солӣ наваташкилаҳои психологӣ барои гузариш ба давраи минбаъдаи синну солӣ зарур, ба монанди маромҳои иҷтимоӣ омӯзиш, ки бо талаботи кӯдак барои ишғоли мавқеи нав дар низоми муносибатҳои иҷтимоӣ барои ӯ дастрас алоқаманд мебошанд, зоҳир намешаванд.

Ҳамин тавр, таҳлили назариявии масъалаи таҳқиқшаванда барои баровардани чунин хулосаҳо имкон медиҳанд: мароми навҷавонон барои худамалисозӣ дар таълим ба хусусиятҳои наваташкилаҳои дар ибтидои таълим шаклгирифта, хусусиятҳои ташкили тарбияи оилавӣ, муҳити мактаб, алаҳхусус, ба симои омӯзгор, тарзу ташкили фаъолияти таълимӣ-тарбиявӣ вобаста мебошад; рушди маром ба таълим дар синни калони мактабӣ ба муттаҳидшавӣ ва ҳамгироии маромҳои парокандаи худ ба худ рӯйдиханда ба ягонагии маромҳо, ки барои ташкили низоми ягонаву томи маромнокии шахс, тарҳрезии дараҷавӣ (иерархия) маромҳо мусоидат мекунанд, майл дорад. Дар хонандагони имрӯза манзараи ба худ хоси рушди маромҳои таълимӣ: сатҳи пасти омодагии субъективӣ ба таълим дар синфҳои болоӣ, сатҳи пасти мароми худамалисозӣ дар таълим, шакл нагирифтани як қатор маромҳои иҷтимоӣ омӯзиш, тез ҳомӯш гардидани шавқу ҳаваси маърифатӣ дар давоми таълим

муқаррар гардид, ки раванди фаъолияти таълимиро мураккаб мегардонад. Зимнан, агар таълим бо воситаҳои анъанавӣ сураат гирад, ин метавонад боиси пайдошавии «холигии маромӣ» дар лаҳзаи хатми мактаби асосӣ гардад, ки ба зоҳиршавии муносибати манфӣ ва бетарафона ба таълим дар синфҳои болоӣ боис мегардад.

1.3. Кӯшиши худамалисозӣ ва ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ

Ҷомеаи муосир ба ташаккули инкишофи шахсият таваҷҷуҳи зиёд зоҳир мекунад. Дар синни навҷавонӣ инсон ба рушд додани худ шавқу рағбати зиёд дорад, ба фикр кардан дар бораи ояндааш оғоз карда, ба интихоби касб наздик мешавад ва барои худамалисозии иқтисодии шахсияш кӯшиш менамояд. Мутаносибан, яке аз вазифаҳои асосии ҷомеа фароҳам овардани имконият барои амалисозии иқтисодии насли ҷавон аст.

Таълифоти А.Маслоу барои ташаккули психологияи гуманистӣ замина фароҳам оварданд, ки дар он тавсифдиҳандаҳои бунёдии инсон чунин равандро ба худ равонашуда мебошанд: худамалисозӣ, худифодакунӣ, худинкишофдиҳӣ. Дар доираи психологияи хориҷии гуманистӣ дар миёнаи асри XX таҳқиқи падидаи худифшокунии оғоз гардид [91].

Сидни Ҷурард таъкид мекунад, ки рушди шахсият боздошта мешавад, агар ўро инсон дигар ифшо накунад. Вазифаи муҳими коммуникатор, яъне шахсе, ки ифшо мегардад, вазифаи инкишофдиҳӣ мебошад, ки ба рушди худогоҳӣ, худшиносӣ ва идентификатсияи шахс мусоидат менамояд. Дар натиҷаи худифшокунии тағйирёбии ҷанбаҳои гуногуни «Ман» сураат мегирад. «Эҳтимол, яке аз сабабҳои муҳимтарин барои худифшокунии он аст, ки бидуни он мо воқеан дӯст дошта наметавонем» [238, с. 32].

Вобаста ба намуди иртиботи субъекти муошират ва қабулқунанда худифшокунии бевосита ва бавоситаро фарқ кардан мумкин аст. Худифшокунии бевосита: байни коммуникатор ва ҳадафи худифшокунии дар шакли муколама ва шакли гурӯҳӣ, ки метавонад оммавӣ бошад.

Худифшокунии бавосита: вақте ки муошират тариқи телефон ё дар шабакаи интернет сурат гирад. Инчунин, сабтҳо дар рӯзнома низ як навъи худифшокунии бавосита аст. Одатан рӯзномаҳо барои худи шахс мебошанд, ки барои ба тартиб даровардани ҳодисаҳои зиндагӣ, дар хотир сабт кардани онҳоро имкон медиҳад.

Талабот барои худамалисозӣ дар ҳар як инсон вучуд дорад ва он бояд қонеъ гардонида шавад, зеро фурӯ шинондани талаботи изҳори андеша ва таассурот метавонад сабаби пайдо шудани бемориҳои психикӣ ва соматикӣ гардад.

1. Худамалисозӣ ба солимии психикӣ мусоидат мекунад.

2. Шахсро инкишоф медиҳад ва воситаи худшиносию идентификатсия шахсӣ аст. Худамалисозӣ ба рушд ва нигоҳ доштани муносибатҳои байнишахсӣ мусоидат менамояд: барои беҳтар шиноختани субъекти худифшокунӣ ёрӣ мерасонад. Дар баробари ин, касе, ки гӯш мекунад, дарк менамояд, ки ба ӯ бовар доранд, ӯро мусбат баҳогузорӣ мекунанд ва ба ӯ ниёз доранд.

3. Худамалисозӣ воситаи худтанзимкунии шахсият аст, ки ба туфайли механизмҳои зерин сурат мегирад:

– холишавии эмотсионалӣ: дар раванди худифшокунӣ инсон ҳиссиёти худро интиқол медиҳад, ки дар натиҷа коҳиши неру ва шиддати психикӣ сурат мегирад;

– таҳлили шароити муҳим: фаҳмиши вазъияти мураккаб тариқи таҳлили шифохӣ (вербалӣ), зеро маълумотҳоро ба шахси дигар баён карда, инсон онҳоро ба низом медарорад ва, шарҳ медиҳад, ки ин боиси дарки беҳтари вазъият аз ҷониби худи нақлқунанда мегардад;

– механизми муқоисаи иҷтимоӣ: дар мувофиқа бо назарияи Л. Фестингер оид ба муқоисаи иҷтимоӣ (одамон худро тавассути муқоиса бо дигарон дарк мекунанд), худифшокунӣ ба мубодилаи иттилоот дар бораи аттитюдҳо (мақсадгузориҳо)-и худ имкон дода, ба ҳамин васила, талаботро барои худбаҳодиҳӣ ва кӯшиши худтакмилдиҳӣ қонеъ мегардонад.

– назорати ислоҳнамоии амалҳои худ тариқи механизми «оина» сурат мегирад, ки аз чониби қабулкунанда гирифтани баҳо ба салоҳиятнокии худ аст, ки ҳамсухбат ҷавобан ба худифшокунӣ медиҳад;

– дастгирии эмотсионалӣ: шиддати психикий инсон ба таври назаррас хоҳиш ёфта, ҳадафи асосии шаклҳои иқрории худифшокунӣ мебошад. Маҳз ба туфайли ин вазифаи худифшокунӣ онро асоси солимии психикий шахс мешуморанд;

– ёрии воқеӣ: дар гирифтани маслиҳат ё амалҳои мушаххас ифода меёбад, ки ба ҳалли вазъияти мушкил равона гардида, ба худтанзимкунӣ мусоидат менамояд.

Ҳ.А. Зайтметов ишора карда буд, ки «худамалисозӣ моҳиятан хусусиятҳои маромӣ дошта, барои қонё гардонидани як қатор талаботи эмотсионалӣ хизмат мекунад: талаботи экзистенциалӣ танҳо дар муоширати маҳрамона ва амиқ бо дигарон қонё шуда метавонад. Ин метавонад дарки амиқи таҷрибаи худ, дарки Худованд ва ғайра бошад, ки бо талабот барои бартараф кардани раванди дуршавӣ дар ҷомеаи муосир ва ҳифзи одамгарӣ дар инсон алоқаманд аст» [248, с. 189].

Талабот ба муоширати маҳрамона ва бартараф кардани танҳои низ тавассути худифшокунӣ амалӣ мешавад. Ба ақидаи В. Дерлег, надоштани хоҳиш барои ифшокунӣ, метавонад боиси дуршавӣ аз ҷомеа гардад. Р.Ачер ба ҳамбастагии худамалисозӣ ва худогоҳӣ ишора кардааст: «Дар худифшокунии «Ман» чунин соҳаҳо фарқ карда мешаванд: соҳаи ошкоро - «ба худам маълум аст, ба дигарон маълум аст», соҳаи пӯшида - «ба худам маълум нест, барои дигарон маълум нест», соҳаи диданашаванда - «ба худам маълум нест, ба дигарон маълум аст». Соҳаи пӯшида дар раванди худамалисозӣ соҳаи ошкороро низ фаро гирифта, хоҳишҳои соҳаи диданашаванда (тариқи робитаи баръакс) рӯй медиҳад ва имконияти хубтар фаҳмидани худ ба вучуд меояд. Ин бошад, худпазирӣ ва худэҳтиромкуниро бештар мегардонад» [235, с. 55].

Инсони аз ҳад зиёд пӯшида (дарундор) худро дар байни одамон танҳо ҳис мекунад ва инсони аз ҳад зиёд ошкоро метавонад дар вазъияте қарор гирад, ки дигарон аз ӯ дурӣ мечӯянд. Ҳар ду вариант доир ба напазируфтани худ ва нишонаи маҳорат барои ошкор шудан дар назди дигарон гувоҳӣ медиҳанд. Қобилияти худамалисозӣ ва худифшокунӣ ба инсон дар ҳаёт ёрӣ мерасонад, зеро муошират бо одамони дигар ҷузъи муҳимми зиндагии мост. Аммо дарк кардан муҳим аст, ки бо кӣ ва дар бораи чӣ ошкоро суҳбат кардан меарза. Худро дар масофаи зарурӣ аз анбӯҳи одамони шинос нигоҳ дошта, худамалисозӣ дар доираи наздикону дӯстон бениҳоят арзишманд аст. Тадричан ифшо намудани худ метавонад боиси ташаккули муносибатҳои давомдор гардад ва мутаносибан, дар ин ҳолат одатан худифшокунии мутақобил зоҳир мешавад.

Дар психологияи шӯравӣ ба омӯзиши масъалаҳои худамалисозӣ солҳои 80-уми асри гузашта оғоз намуданд. Ба ин масъала олимони Н.В. Амягу (1989), ки худамалисозиро дар партави муоширати субъектҳои раванди педагогӣ дар асоси концепсияи муколамавӣ омӯхтааст, И.П. Шкуратова, ки худмуаррифинамоии шахсро дар муошират таҳқиқ кардааст, Т.П. Скрипкина, ки эътимодро ҳамчун падидаи иҷтимоӣ психологӣ таҳлил намудааст, инчунин, Е.В. Зинченко (2000), М.В. Бородина (2001), Н.В. Перепелитса (2003) ва А.К. Болотова (2010) таваҷҷуҳ зоҳир кардаанд.

Дар таълифоти олимони зикршуда робитаи зич доштани хусусиятҳои худамалисозии шарикон, дастрас будани инсон барои муколамаи ботинӣ ва мавҷудияти фазои боэътимод дар муошират, азсаргузаронии бароҳатии психологӣ аз ҷониби ҳамсуҳбатҳо нишон дода шудааст. Аҳаммияти самимият дар ҷараёни бомуваффақияти раванди тарбия таъкид гардидааст [24]. Самимият ҳамчун сифати муҳимми худифшокунӣ бари фаҳмидани мароми воқеии муошират имкон медиҳад. Маҳз самимият худамалисозиро аз худмуаррифӣ фарқ мекунонад. Самимият сатҳи эътимоду бовариро муайян мекунад. Рушди муносибатҳои байнишахсӣ дар фазои муҳаббат, ғамхорӣ, пазириш ва боварӣ, барои ҳамкорӣ ва ҳамэҷодкорӣ замина фароҳам меорад.

Чунончи, дар концепсияи модернизатсияи таҳсилоти муосир ва дар Стандарти давлатии таҳсилот вазифаҳои фароҳам овардани шароит барои худамалисозии хонандагон, рушди навҷавонони фаъол, ташаббускор ва эҷодкор ба миён гузошта шудаанд. Навҷавонӣ чунин давраест, ки инсон барои худ самтҳои мубрами фаъолияти касбиро муайян мекунад, роҳи рушди худро дар ин самт оғоз карда, пеши худ ҳадафҳои ояндаро мегузорад, бинобар ин, ташаккули мароми ноилшавӣ ва кӯшиш барои худамалисозӣ дар ин давра муҳим мебошад. Дар таҳқиқоти диссертатсионии мазкур мо мароми ноилшавӣ ба комёбиро ҳамчун худводоркунӣ барои худамалисозӣ баррасӣ мекунем. Падидаи худводоркуниро муфассал таҳлил менамоем.

Худводоркунӣ раванди табдилёбии шахс аз воситаи фаъолият ва объекти он ба субъекти бевоситаи фаъолият мебошад. Чунин шахс ҳудаш роҳу воситаҳои ноилшавӣ ба ҳадафҳоро интиҳоб мекунад, ӯ худмухтору мустақил аст. Ин равандро Э.Деси ва Р.Райан васеъ таҳқиқ кардаанд. Онҳо «худводоркуниро сарчашмаи асосии маром шуморида, онро бо кӯшиши худамалисозӣ, талабот барои худмухторӣ ва таъсиррасонӣ ба вазъият алоқаманд мекунанд» [235, с.98].

Дар доираи назарияи худводоркунӣ назарияи самтгирии казуалӣ коркард шуд, ки дар он самтгирии худмухтории казуалӣ муфассал баррасӣ гардидааст. Одамони дорои чунин самтгирӣ соҳиби локуси ботинии казуалнокӣ ва мароми қавии ботинӣ буда, ба онҳо худбаҳодиҳии баланд хос аст, маромҳои худро самаранок идора карда, худводоркунанда буда, ба таҳлили иттилоот, чандирии рафтор, ҳассосӣ ба муҳит майл доранд.

Худводоркунӣ ҳисси озодиро нисбат ба фишору таъсири беруна, зоҳир намудани ирода ва кӯшишро дар роҳи интиҳобшудаи комёбӣ пешбинӣ менамояд. Мувофиқи назарияи худводоркунӣ дар инсон се талаботи бунёдӣ вучуд доранд - худмухторӣ, робита бо одамони дигар ва босалоҳиятӣ. Мавҷудият ва қонеъ гардидани онҳо дар бораи некуаҳволии психикӣ ва рушди солими шахсият гувоҳӣ медиҳад. Талабот ба худмухторӣ аз мавҷудияти худмуайянкунии рафтору мароми ботинӣ гувоҳӣ медиҳад. Ин талабот барои

хис кардани худ ҳамчун ташаббускор ва сабабгори асосии тағйироти ҳаёти худ, амал кардан дар созгорӣ бо «Ман»-и худ аст.

Дар синни навҷавонӣ рушди худмуайянкунӣ ва мароми баланди ботинӣ унсури зарурӣ ва воситаи ташаккулёбии кӯшиш ба худамалисозӣ мегардад. Маҳз ба туфайли майлу хоҳишҳои худводоркунӣ барои ноилшавӣ ба комёбӣ навҷавонон банақшагирии ояндаро оғоз карда, робитаи имрӯз ва ояндаро дарк мекунанд ва барои амалисозии худ дар оянда кӯшиш ба харҷ медиҳанд.

Ба ақидаи Д.И.Фелдштейн шахс роҳи худро ба худмуайянкунӣ аллакай дар синни 14-15 солагӣ оғоз менамояд, ӯ дар бораи ҳаёти минбаъдаи калонсолӣ, инчунин дар он хусус фикр мекунад, ки дар олами калонсолон чӣ гуна амал хоҳад кард ва ин боиси майлу кӯшиши худамалисозӣ ва талабот барои худмуайянкунӣ мегардад. Баъзе психологҳои рус, ба мисли Е.Н. Городилова, Ю.С. Кузнетсов, Е.А. Лопатин, Е.Е. Вахромов бо масъалаҳои худамалисозии шахсият дар давраҳои гуногуни синну солӣ, аз ҷумла, навҷавонӣ машғул шудаанд. Ба андешаи Ю.С. Кузнетсова водоркунандаи кӯшиш ба худамалинамоӣ дар синни навҷавонӣ чунин навташкилаҳо ба монанади дараҷаи баланди инкишофи тафаккур, майл ба худинкишофдиҳӣ дар соҳаи маромнокӣ ва қобилиятҳои маърифатӣ маҳсуб меёбанд.

Раванди худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ ду функсияи ба ҳам алоқамандро иҷро мекунад: тасдиқкунандаи ҳаётӣ ва маромбахш. Функсияи тасдиқкунии ҳаётӣ ба сифат фаъолияти дилкаш баромад мекунад, функсияи маромбахш бошад, ҳамчун таҳриқдиҳанда ба иҷрои ин фаъолият ва бартарафнамоии монеаҳо. Тавре Л.И. Божович қайд мекунад, асоси мароми худамалисозиро аҳаммияти эмотсионалии объекти талабот ташкил медиҳад [176, с. 124].

Ба ақидаи А.А. Деркач арзишҳои худамалисозӣ таҳкурсии муносибатҳои шахсро бо олам, моҳияти маром ва мазмуни ҳаётро ташкил медиҳанд. Дар сохтори шахсият худамалисозӣ ҳамоҳангсозе мебошад, ки рафтору муносибатро муайян менамояд. Ӯ чунин мешуморад, ки «ҳаёт аз инсон дар

ҷавоб ба ҳалли масъалаҳои муайяни ҳаёти рафтори муайяно талаб мекунад» [44, с.65].

Ба ақидаи В.Э. Чудновский «интиҳоби роҳи ҳаёт дар он синнусоле рӯй медиҳад, ки ҳоло инсон таҷрибаву дониши кофӣ надорад. Азбаски дар мактаб раванди таҳсил омодагии инсонро ба интиҳоби стратегияи ҳаёт пешбинӣ намекунад инсон бо номуайянии роҳи ояндаи худ танҳо рӯ ба рӯ мешавад» [156, с. 86]. Тибқи назарияи А.Н.Леонтев арзиши худамалисозӣ дар асоси маромҳои олий ташаккул меёбад. Ин маромҳо воситаҳои муайяни амал ва стратегияҳоро тавлид мекунад, ки барои ноилшавӣ ба ҳадафҳо равона гардидаанд [75]. Вобаста ба ин, мафҳуми мазмунӣ шахсӣ ҳамчун хусусияти асосии шуури инсон ба миён меояд.

Талабот барои салоҳиятнокии ин хоҳиши мустақилона аз уҳдаи ҳалли он масъалаҳои мушкил баромадан аст, ки онро атрофиён ва муҳит пеш мегузоранд. Талабот ба иртибот аз кӯшиши фард барои пазируфта ва фаҳмидашуда будан аз ҷониби одамони барояш муҳим гувоҳӣ медиҳад. Низомии таҳсилот чунон тарҳрезӣ мешавад, ки мароми асосии ноилшавиро ё мароми гурехтан аз нокомӣ ё мароми берунаи водоркунанда ташкил медиҳад.

Масъалаи худамалисозӣ ба ақидаи Л.Н. Бабинсева бо салоҳиятнокии иҷтимоию психологӣ инсон алоқаманд аст. Дар таълифоти худ ӯ муфассал тавсиф кардааст, ки «қобилиятҳои фард дар ҳамкорӣ бо дигарон чӣ тавр зоҳир мешаванд, худро чӣ гуна муаррифӣ бояд кард, имконияти худро чӣ тавр амалӣ сохтан лозим аст. Ба ин саволҳо ҷавоб дода, муаллиф муайян кардааст, ки мафҳуми салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ қобил ба худамалисозӣ кадом унсурҳоро фаро мегирад:

- маҳорати сарфаҳм рафтан ба вазъияти иҷтимоӣ;
- худназоратӣ дар ҷамъият;
- дарки сабаби ин ё он ҳолати эмотсионалӣ;
- доштани қобилияти худтанзимкунӣ, ки ба иҷрои бомуваффақияти ин ё он фаъолият мусоидат менамояд;

- маҳорати дидани мушкилоти иҷтимоӣ-психологӣ дар фаъолияти худ ва бомуваффақият бартараф кардани он;
- доштани қобилиятҳои эмпатикӣ;
- маҳорати вобаста ба вазъият бо одамони дигар дуруст муомила карда тавоништан» [240, с.29].

Х.А. Зайтметов салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ шахси худамалисозандаро ҳамчун омодагии фард барои калонсолӣ баррасӣ кардааст. Ба ғайр аз ин, ба ақидаи муҳаққиқ, «падидаи мазкур дар ҳамаи одамон, новобаста ба ҷинс, синну сол ва касб татбиқшаванда мебошад. Инсоне, ки соҳиби салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ аст, бояд рафтори худро дар ҷамъият дарку идора намуда, бо таъя ба меъёру арзишҳои иҷтимоӣ бо атрофиён ҳамкориҳои самаранок карда тавонад» [192, с.85].

Ҳамчунин, муаллиф ишора менамояд, ки «салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ мавҷудияти ҳамҳиссӣ ва рефлексияро пешбинӣ карда, қобилияти инсонро ба фаҳмидани ҳиссиёти худ атрофиён, маҳорати ба таври мувофиқ воқуниш намуданро ба эмотсияҳои худ ва дигарон, бартараф намудан ё дуруст зоҳир кардани майлҳои худро дар назар дорад. Дар маҷмӯъ, мафҳуми мазкур он хислатҳои шахсро инъикос мекунад, ки барои ба роҳ мондани ҳамкорӣ бо атрофиён ва ба роҳ мондани нигоҳ доштани иртиботи тамос ёрӣ мерасонанд. Дар баробари ин суҳан на танҳо дар бораи мубодилаи одии иттилоот, балки таъсири мутақобили ҳиссиёту андешаҳо меравад, ки дар рафти он инсон ҳам кирдори одами дигар ва ҳам амалу андешаҳои худро таҳлил ва дарк мекунад» [192, с. 86].

Е.С. Кузмин, В.Н. Кунитсина ва М.С. Пономарева салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ шахсияти худамалисозандаро аз нуқтаи назари фарогирии малакаҳои коммуникатсияи самаранок ва ёд гирифтани амсилаи дар ҷомеа қабулшудаи рафтор баррасӣ мекунанд, ки ба тӯфайли таҷрибаи худ, ҳамкорӣ бо атрофиён, андӯхтани таҷрибаи иҷтимоӣ аз одамони дигар аз худ мешаванд. Фард барои омӯхтани воқунишҳои зарурӣ, ки ба фаъолияти самаранок иҷтимоӣ мусоидат менамояд, қобилият дорад [249, 68, 253].

Ин раҳёфт давомдору муттасил будани меъёру қоидаҳои иҷтимоиро пешбинӣ менамояд. Дар натиҷаи он, ки одамон қасдан ё тасодуфан қоидаҳову таҷрибаи муоширатро мубодила мекунад, онҳо дорои салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ мешаванд, ки минбаъд ба муносибатҳои иҷтимоиашон таъсир мерасонад. Ин салоҳиятнокӣ, ҳамчунин, дар натиҷаи раванди аз ҷониби фард аз худ кардани таҷрибаи муошират ҳосил шуда метавонад.

Дар адабиёти хориҷӣ салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ чун қисми таркибии ҳама гуна фаъолияти касбӣ баррасӣ мегардад, ки ҳамкориро бо одамон тақозо менамояд. Дар доираи фаъолияти педагогӣ салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ дар таълифоти муаллифони хориҷӣ асосан инъикоси маҷмуи муайяни дониш, маҳорат ва малақаҳо мебошад.

Аввалин бор мафҳуми «салоҳиятнокӣ» дар адабиёти хориҷӣ аз ҷониби психологи амрикоӣ Р. Уайт соли 1959 истифода шудааст. Ӯ падидаи мазкурро ҳамчун тавсифдиҳандаи шахсии инсон баррасӣ кардааст [239]. Дар психологияи амрикоӣ салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ ҳамчун қобилияти инсон на танҳо барои бомуваффақият иҷро кардани фаъолияти худ, яъне кордони соҳаи муайян будан, балки ҳамчун омили худтакмилдиҳии заруру доимӣ баррасӣ мегардад.

Муҳаққиқи амрикоӣ Г. Бернард дар таълифоти худ менависад, ки салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ ба иҷрои бомуваффақияти фаъолияти касбии худ аз ҷониби педагог мусоидат менамояд. Яъне дар ин маврид падидаи таҳқиқшаванда аз дидгоҳи сифатҳои шахсии фард баррасӣ мешавад, ки ба ӯ дар худамалисозии касбӣ ёрӣ мерасонад.

Г.Бернард чунин хусусиятҳои одамони босалоҳиятро муайян кардааст:

- «1) ҳамеша ҳолати равонии хуб дошта, худро хуб ҳис мекунад;
- 2) илҳоми касбӣ дорад;
- 3) барои беҳтар кардани кори худ кӯшиш мекунад;
- 4) аз ҷиҳати психологӣ ба камолот расидааст, яъне ҳашму ғазабро зоҳир намекунад, «ба шахсият намегузарад»;
- 5) дар барпо кардани муносибатҳо бо одамони дигар ҳунарманд аст;

б) барои рушди касбии худ ғамхорӣ мекунад» [20, с.123].

Яъне ба ақидаи ин муҳаққиқ, салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ шахсияти худамалисозанда аз ғаҳмиши ҳадафи ғаёлияти худ, хоҳиши иҷро кардани он ва маҷмуи хислатҳои муайяни шахс иборат аст, ки ба амалисозии ғаёлияти педагогии бомуваффақият мусоидат мекунад.

Дар доираи раҳёфти гуманистии К. Рочерс салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологиро ҳамчун қобилияти фард барои пайваста андеша кардан дар бораи худу воқеияти атроф ва муносибат бо одамони дигар баррасӣ менамояд. «Зимнан чунин дарккунӣ на ба мушоҳидаи одии воқеият бурда, боиси сарзаниши худ барои хато ё таҳсини барзиёд барои ягон комёбӣ мегардад, балки ба ҳалли ғаёлонаи вазъияти мураккаб мусоидат менамояд, ки ба рушди фард мебарад» [122, с.187].

Дар ин раҳёфт салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ воситаи аз ҷониби фард дарк кардани худ, кирдорҳо, андешаҳо ва ҳиссиёти худ мебошад. Ба ақидаи намояндагони раҳёфти гуманистӣ, аз ҷумла К. Рочерс, фард наметавонад бидуни салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ худро дарк карда, бо шахсияташ созгор бошад ва худро қабул кунад, зеро салоҳиятнокии мазкур ба фард барои дар сатҳи амиқ ҳал кардани мушкилоти роҳи ҳаёташ кумак мекунад.

Дар раҳёфти когнитивӣ мафҳуми салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ аз мавқеи баръакс баррасӣ мешавад: вучуд надоштани салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ. Ба ақидаи тарафдорони ин раҳёфт, аз ҷумла Н. Кэнтор, инчунин, муҳаққиқони рус Л.А. Петровская ва Т.С. Баранова, пеш аз ҳама, ин ноқомии шахс аст. Бесалоҳиятӣ дар натиҷаи воқуниши манфии фард ба ноқомӣ ба миён меояд.

Намояндагони раҳёфти когнитивӣ чунин мешуморанд, ки ин ба худдарккунии инсон ва ба кӯшиши ӯ барои ноил шудан ба комёбӣ таъсири манфӣ расонида, ба ташаккулёбии муносибати мусбат ба худ, азхудкунии таҷрибаи мусбат ва қобилияти сазовор баҳо додан ба дастовардҳои худ монеа мешавад.

Муаллифони мазкур дар рушди салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ ду дараҷаро муайян кардаанд: дараҷаи якум - дарки яклаҳзаинаи воқеият, яъне дар ҳамин ҷо ва ҳозир; дараҷаи дуюм – мақсадгузориҳои бунёдии фитрӣ ва баҳодихӣ ба ҳуду атрофиён. Мақсадгузориҳои мусбати дар мо ба фитран вучуддошта омили водоркунандаи тафаккур ва эътинои некбинона дар тули ҳаёт буда, дар ниҳоят салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологиро муайян мекунанд [233; 104; 172].

Ба ақидаи намоёндагони раҳёфти когнитивӣ салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ нишондиҳандаи худдарккунии инсон аст, зеро маҳз муносибат ба худ ва ба кирдорҳои худ муносибатро бо одамони дигар муайян мекунад. Дарки мувофиқи худ ва амалҳои худ, комёбӣ ва ноқомии худ ба муносибати мусбат бо атрофиён таъсир мерасонад. Ниҳоят, муносибати хуб бо ҳуду атрофиён камолоти эмотсионалии фард ва мутаносибан, салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣро ўро нишон медиҳад.

Ҳамин тавр, дар омӯзишу фаҳмиши падидаи мазкур муносибати ягона вучуд надорад. Дар адабиёти психологӣ рус ин мафҳум дар робитаи ногусастанӣ бо салоҳиятнокӣ ҳамчун унсури таркиби он баррасӣ мегардад.

Дар адабиёти хориҷӣ мафҳуми салоҳиятнокӣ бо фаъолияти психологи амрикоӣ Р. Уайт алоқаманд аст, ки ин истилоҳро солҳои 50-уми асри гузашта ба гардиши илмӣ ворид кард. Дар таҳқиқоти хориҷӣ салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ ҳамчун маҷмуи малақаҳои муайяне баррасӣ шудааст, ки ба амалисозии бомуваффақияти фаъолияти касбӣ мусоидат намуда, омиле ба шумор меравад, ки мутахассисро ба худтакмилдиҳӣ таҳрик медиҳанд.

Аммо ҳам муҳаққиқони хориҷӣ ва ҳам муҳаққиқони русро ин мавқеъ муттаҳид месозад, ки ки онҳо мафҳуми мазкурро ҳамчун шартӣ фаъолияти бомуваффақияти касбӣ баррасӣ намуда, мавҷудияти ҳамҳиссӣ ва рефлексияро таъкид менамоянд.

Л.В. Сюткина зери мафҳуми салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ ноилшавии одамонро ба қобилияти ҳамкорӣ бо одамони дигар, инчунин, танзими рафторро дар муошират бо така ба меъёру арзишҳои иҷтимоӣ дар

лаҳзаи муайяни вақт мефаҳмад [4]. Аммо, ин мафҳум ба ақидаи мо, бештар ба салоҳиятнокии иртиботӣ тааллуқ дорад. Таърифи салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ бошад, васеътар аст, зеро иртибот танҳо як қисми хурди он аст.

Салоҳиятнокии иртиботӣ ва салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологиро баъзан дар як таъриф муттаҳид мекунад. Чунончи, Е.С. Кузмин ва В.С. Семенов салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологиро ҳамчун самтгирӣ дар вазъияти гуногуни муошират, ки дар дониш ва таҷрибаи ҳисси фард асос ёфта, қобилияти ҳамкориҳои самаранокро бо атрофиён ба шарофати фаҳмидани худ ва дигарон ҳангоми тағйирёбии доимии ҳолатҳои психикӣ, муносибатҳои байнишахсӣ ва шароити муҳити дигаргуншавандаи иҷтимоӣ муайян кардаанд [249].

Таърифи мазкур ҳам маҳорати иртиботии фард, ҳам қобилияти ўро барои фаҳмидани худ ва дигарон, инчунин, ҳолатҳои гуногуни психикиро фаро мегирад, ки онҳоро ба малакаҳои психологӣ мансуб дониш мумкин аст. Ба ғайр аз ин, таърифи мазкур ба масъалаи тағйирпазирии шароити муҳити иҷтимоӣ даҳлат мекунад. Ин имкон медиҳад, ки мафҳуми салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ васеътар баррасӣ гардад.

Ба андешаи мо, таърифи пурра ва муфассали салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ дар таҳқиқоти Е.В. Колчадансева ҷой дорад. Ў қайд мекунад, ки «салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ, салоҳиятнокии дар муоширати педагогӣ ин сифати ҳамгироии шахсияти инсон аст, ки дар омодагӣ ва қобилияти ба роҳ мондани муоширати самараноки байнишахсии (аз ҷумла, педагогӣ) дар заминаи пазируфтани талаботи асосии иҷтимоӣ ва касбӣ, арзишҳои башардӯстона ва амалишавии сифатҳои субъект (мустақилӣ, масъулиятшиносӣ, қобилият барои интихоби маромӣ-арзишӣ) зоҳир мегардад» [98, с. 38].

Ин таърифро мо пурра мешуморем, зеро он на танҳо инъикоси ҷизҳоеро фаро мегирад, ки ба онҳо салоҳиятнокии мазкур равона гардидааст, балки ба он ҷузъҳои мундариҷавӣ ва шартҳои ворид карда шудаанд, ки зимни онҳо салоҳияти мазкур зоҳир мешавад. Ин таъриф унсурҳои сершумори шахсиятро

дар бар гирифтааст, ки ба иртиботи бомуваффақият бо назардошти меъёрҳои иҷтимоӣ мусоидат мекунад.

Ба самтгирии салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ ба ҳамкорӣ ва таъсиррасонии субъектҳо ба ҳамдигар, инчунин, ба хоҳиши амалисозии ин таъсирот таваҷҷуҳи хос зоҳир намудан лозим аст.

Дар мавриди муайянкунии ҷузъҳои сохторӣ ва механизмҳои ҳосилшавии салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологӣ низ андешаи ягона вучуд надорад. Е.В.Величко ва С.Г.Минюрова дар таълифоти худ қайд кардаанд, ки «тамоми салоҳиятҳо ба ҷиҳати инфиродӣ-психологӣ вобастаанд ва дар ин замина қисмҳои таркибии салоҳиятнокии иҷтимоӣ-психологиро муайян кардаанд:

а) Шахсӣ:

– психологӣ-иҷтимоӣ, ки аз маҳорату хоҳиши фард барои машғул шудан бо худомӯзӣ, худинкишофдиҳӣ, худамалисозӣ дар соҳаи когнитивӣ ва шахсӣ, инчунин, инкишоф додани малакаҳои иртиботӣ ва иҷтимоии худ иборат аст.

– иҷтимоӣ-мавқеӣ, ки талаботи фардро ба иртиботи иҷтимоӣю фарҳангии навъашон гуногун, баланд бардоштани мавқеи иҷтимоии худ, қобилияти ҳалли мушкилоти худ, инчунин, ҳисси масъулият барои одамони дигар ифода мекунад.

б) Касбӣ. Аз қобилияту хоҳиши фард барои рушд додани малакаҳои касбии худ, андӯхтани донишу таҷрибаи касбӣ, инчунин, татбиқи онҳо дар фаъолияти касбӣ иборат аст» [93, с.154].

Ҷузъҳои таркибии зикршуда ақидаи муҳаққиқонро дар он бобат инъикос менамояд, ки салоҳиятнокии иҷтимоӣю психологӣ сифати шахсе аст, ки худтакмилдиҳии доимӣ ва маҳорати ба дӯш гирифтани масъулият аз худ талаб менамояд. Ҳамаи ин минбаъд дар фаъолияти амалии фард, мушаххасан дар вазъиати иртибот бо одамони дигар зоҳир мешавад.

Е.В. Величко ва С.А. Минюрова ҷузъҳои сохтори салоҳиятнокии иҷтимоӣю психологиро ба таври зайл муайян кардаанд: дониш, маҳорат ва малака (ҷузъи когнитивӣ), дараҷаи инкишофи тафаккур, қобилият ва омодагии

истифодаи таҷрибаи инфиродии касбӣ ва ҳаётии рафтор, фаъолият, муошират (чӯзӣ фаъолиятӣ-рафторӣ). Чӯзҳои мазкур ба салоҳиятнокии иҷтимоӣ психологӣ мувофиқанд, зеро «чӯзӣ когнитивӣ омодагии фардро барои рушди донишҳо, маҳорату малакаҳои шахсии худ инъикос менамояд, чӯзӣ фаъолияти рафторӣ бошад, ифодакунандаи хоҳишу имконияти истифодаи ин дониш, маҳорат ва малакаҳо дар амалияи муошират бо одамон аст» [93, с.154].

Аз нуқтаи назари А.Н. Сухов, салоҳиятнокии иҷтимоӣ психологӣ падидаи гуногунҷанба аст. Он аз «салоҳиятнокии иртиботӣ, когнитивӣ ва донишҳо дар соҳаи ҳамкорӣ ва рафтор шакл мегирад» [138, с.124].

Бо назардошти нуктаҳои зикршуда, ба ақидаи мо, дар салоҳиятнокии иҷтимоӣ психологӣ ду унсурро муқаррар кардан мумкин аст:

1. Унсурӣ шахсиятӣ, яъне дар фард вучуд доштани хислатҳои муайяни шахсият, ки барои барпо намудану нигоҳ доштани иртибот, инчунин, ҳамкорӣ ва таъсиррасонии самаранок дар вазъияти муошират мусоидат мекунад.

2. Унсурӣ амалиётӣ, ки дар истифодаи донишҳо, маҳорату малакаҳо дар амалия, яъне дар вазъияти иртибот ифода меёбад.

Ба ақидаи Н.В. Кузмина салоҳиятнокии иҷтимоӣ психологӣ дар баробари салоҳиятнокии иҷтимоӣ персептивӣ, аутопсихологӣ, психологию педагогӣ ва иртиботӣ зерсохтори салоҳиятнокии психологӣ мебошад. Н.В. Кузмина робитаи мутақобили ин унсурҳоро қайд мекунад, ки «ба иртиботи бомуваффақият бо одамони дигар мусоидат менамояд» [67, с. 37].

Ҳамин тавр, мо муқаррар кардем, ки салоҳиятнокии иҷтимоӣ психологӣ ин сифати шахсият аст, ки дар хоҳишу қобилияти иртиботи байнишахсӣ бо назардошти меъёрҳои дар ҷомеа қабулшуда ва талаботи касбӣ зоҳир мегардад. Ин таърифи пешниҳоднамудаи Е.В. Колчедансеваро мо ҳамчун асоси таҳқиқи салоҳиятнокии иҷтимоӣ психологӣ интихоб кардем, зеро ба андешаи мо он моҳияти падидаи мазкурро пурратар инъикос менамояд.

Назарияю раҳёфтҳои баррасишуда падидаи таҳқиқшавандаро аз мавқеҳои гуногун шарҳ медиҳанд, аммо ҳамчун хулоса метавон гуфт, ки

асосан, худамалисозӣ ба сифати низоми шахсиятсозӣ баромад карда, бо дарки мавқеи «Ман» дар низоми муносибатҳои ҷамъиятӣ алоқаманд аст. Раванди худамалисозии шахсро метавон ҳамчун низоми худмуайянкуниҳои фитрии шахсӣ баррасӣ кард, ки ба сохтори шахсият, мароми рафтор ва ғайрияти ҳаётии инсон дахл доранд. Ба ибораи дигар, ҳулоса баровардан мумкин аст, ки соҳаи арзишӣ ин низоми системаи функционалӣ мебошад, ки мазмуни ташаккулдиҳандаи ҳадафҳои ҳаётии шахсро муайян менамояд. Ин равандест, ки ба муваффақияти иҷтимоӣ ва рушди шахсии инсон таъсир мерасонад.

Ҳамчунин, ба кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ густариши соҳаи коммуникативии шахс, ташаккулёбии робитаҳои устувори иҷтимоӣ, зарурати мансубият ба ягон гурӯҳ, ташаккулёбии самтгириҳои арзишии дар синни наврасӣ оғозшуда, шаклгирии ҳисси масъулиятнокӣ барои ояндаи худ ва ҳалли масъалаи ҳувият дар соҳаи касбӣ таъсир мерасонанд.

Ба ақидаи В.И. Слободчиков наваташкилаҳои синни навҷавонӣ, ки ба кӯшиши шахс барои худамалисозӣ таъсир мерасонанд, худрефлексия, дарки фардияти худ, омодагӣ ба худамалисозӣ, пайдоиши нақшаҳои ҳаётӣ ва рушди малакаҳои ҳадафгузорӣ мебошанд.

Навҷавонӣ ин марҳилаи интиҳоби роҳи ҳаёт аст. Раванди худамалисозиро дар синни навҷавонӣ метавон ҳамчун ҷустуҷӯ, амалишавӣ ва рушди иқтидори шахсӣ, интиқоли иқтидору захираҳо аз ҳолати рушди имконпазир ба ҳолати ошкоршавии пурра ва худамалисозии минбаъда тавсиф кард. Рушди худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ дар инкишофи шахс аҳаммияти бузург дорад, зеро он бо тамоми наваташкилаҳои синни навҷавонӣ бевосита алоқаманд аст. Дар асоси таҳлили адабиёти илмӣ як қатор омилҳои муайян кардан мумкин аст, ки бо рушди кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ алоқамандии зич доранд. Масалан, омилҳои ирсӣ ва суръати балоғати ҷисмонии навҷавон нақши муҳим доранд.

Масъалаи кӯшиши худамалисозиро дар синни навҷавонӣ таҳлил карда, А.И. Донцов онро раванде мешуморад, ки дар рафти он самтгириҳои арзишии шахс ӯро такон бахшида, ба худифшокунии ӯ мусодат мекунанд. Дар

таълифоти Н.Ф.Наумова, Е.А.Климов, В.Ф.Сержантов, В.Д.Шадриков худамалисозӣ дар асоси нақши механизми ҳадафгузорӣ шарҳ дода шудааст. Ба ақидаи онҳо дар раванди худамалисозӣ омилҳои муайянкунандае вучуд доранд, ки аз ҷониби одам интиҳоб шудани ҳадафу воситаҳои аллакай мавҷударо таъмин месозанд ва ҳамин тавр, дар раванди худамалисозии шахс арзишҳо ҳамчун механизми танзимкунандаи фаъолият баромад мекунанд. Ба ақидаи ҷомеашиноси рус А.Г.Здравомислов аз ҳисоби функцияҳои назоратии худамалисозӣ таъсири талабот метавонад маҳдуд ё дигаргун шавад ва ин ба шаклгирии хусусиятҳои худифодакунии шахс имкон медиҳад.

Мувофиқи маълумоти Б.Г.Ананев «авҷи рушди функцияҳои психофизиологӣ, зеҳнӣ ва психикӣ маҳз ба давраҳои охири навҷавонӣ рост меояд, вақте ки дараҷаи тавсифдиҳандаҳои психомоторӣ, тафаккур, хотир ва диққат баланд мешавад. Ба ғайр аз ин, давраи мазкури синнусолӣ марҳилаи сензитивии рушди функцияҳои умумисоматикӣ ва тамоми намудҳои ҳассосӣ мебошад» [9, с.188]. Дар охириҳои навҷавонӣ раванди рушди эмотсияҳои олитарин ба анҷом мерасад: зеҳнӣ, эстетикӣ, ахлоқӣ. Дар ин синну сол аксар вақт инсон кӯшиш менамояд, ки мустақилӣ ба даст оварда, касби навро ёд гирад ва оилаи худро бунёд намояд.

Як қатор таҳқиқоте мавҷуданд, ки робитаи мутақобили байни балоғати физиологӣ ва психикиро исбот мекунанд. Дар ин замина тафовути муҳимми ташаккулёбии шахсиятро метавон дар байни онҳое мушоҳида кард, ки давраи балоғатрасиашон барвақттар фаро мерасад ва мутаносибан кӯшиши худамалисозӣ низ дар онҳо ҳамчун навташкила тезтар инкишоф меёбад. Ҳамчунин омили муҳим муошират бо ҳамсолон ва интиҳоби атрофиён мебошад. Барои наврасон ва навҷавонон муошират бо ҳамсолон манбаи муҳимми иттилоот маҳсуб меёбад. Маълум аст, ки дар ин давра инсон аз муошират бо дӯстону рафиқон иттилооти зиёди ҳаётан муҳимро мегирад. Шахс дар муошират малакаи муоширатро бо типҳои гуногуни одамон ҳосил намуда, ҳифзи ақидаҳои худро меомӯзад, зеро муошират дар «мавқеҳои баробар» сурат мегирад. Инсон дар ин давраи синнусолӣ бояд малакаи

мутобиқшавиро ба гурӯҳи иҷтимоӣ ҳосил намуда, механизми кори иерархияи иҷтимоии шавқ-нақширо фаҳмад ва дар ин радиф шеваи рафтори худро ҳосил кунад.

Омили дигаре, ки ба раванди ташаккули кӯшиши худамалисозӣ таъсир мерасонад, мавҷудияти намуна барои тақлид, шахсияти муътабар ва устод аст, ки барои рушду амалисозии иқтидори шахсӣ маромнок мекунад. Намунаи комёбии шахси дигар мисли азсаргузаронии ҳисси комёбии худ дар ташаккули шавқу ҳавас, интихоби касб ва арзишҳои ҳаётии навҷавон нақши муҳим бозида метавонад. Муҳити таҳсилот дар ташаккули кӯшиши худамалисозӣ нақши муҳим дорад, аз ин лиҳоз, бунёди чунин муҳит яке аз вазифаҳои афзалиятноки низоми муосири маориф аст. Дар раванди таҳсилот истифодаи методу воситаҳои таҳриқдиҳандаи кӯшиш барои худамалисозӣ, ташаккули малакаҳои ҳадафгузорӣ, тарҳрезии дурнамои рушди шахсияти хонандагон зарур аст.

Дар кӯшиш барои худамалисозӣ тарзи тарбияи оилавӣ ҳамчун омили худводоркунӣ ба худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ муҳим аст. Оила падидаи мураккаби иҷтимоӣ мебошад. Ҳамчун «институти иҷтимоӣ он раванди шахсиятсозиро бо ёрии меъёрҳо, низоми махсуси нақшҳо ва шаклҳои созмондиҳӣ танзим менамояд» [132, с. 215]. Ба таъкиди Н. Смелзер оила ин «иттиҳодияи одамон мебошад, ки ба ҳешии хунӣ, издивоҷ, рӯзгори якҷоя ва масъулияти мутақобил барои кӯдакон асос ёфтааст».

Вазифаи асосии низоми тарбияи оилавии шахс дастгирии кӯшиши худамалисозӣ дар ҷанбаҳои гуногуни ҳаёти навҷавонон аст. Ин дар шароити таълими мактабӣ муҳиммияти хосса дорад. Ин вазифа дар кӯшиши таҳсил кардан ба таври барҷаста зоҳир мешавад, зеро ба хонанда донишҳои нав дода, муносибати бошууронаро ба воқеият тарбия мекунад. Дар навбати худ, "оила таҷрибаи амалии ҳаётро таъмин карда, кӯшиши худамалисозӣ ва ноилшавӣ ба комёбиро дар андӯштани донишҳо таҳриқ медиҳад» [132, с. 54].

Кӯшиши худамалисозӣ ва ноилшавӣ ба комёбӣ дар андӯштани донишҳо ҳамчун образ ва худбаҳодиҳӣ зоҳир мешаванд, ки волидайн ба кӯдак аз синни

хурди мактабӣ талқин мекунанд. Онҳо метавонанд мусбат (ба кӯдак меғӯянд, ки ӯ нек, масъулиятшинос, хушзехн, боистеъдод аст) ё манфӣ (сахтдил, беқобилият, бадкор ва ғ. аст) бошанд. Аксар вақт волидайн барои бавучудоварии мароми кӯшиши худамалисозӣ боз як навъи талқин, яъне мистификатсияро истифода мебаранд. Мистификатсия ин аз ҷониби волидайн ба худ талқин кардани он чизи барояшон зарур аст, чизе, ки ба он бовар доранд. Яке аз шаклҳои мистификатсия ин «нисбатдиҳие мебошад, ки метавонад мусбат ва манфӣ бошад» [132, с. 71].

Аз хурдсолӣ иштирок кардани кӯдак дар маҳфилҳои гуногун типӣ ба истилоҳ ҷустуҷӯкунандаи хонандаро ташаккул медиҳад. Дар синни навҷавонӣ хонандагони типӣ ҷустуҷӯкунанда метавонанд «аълохон» бошанд, онҳо доимо хушзехнию қобилиятҳои худро тасдиқ мекунанд, ба онҳо ҳанӯз дар синфҳои ибтидоӣ муошират бо ҳамсолон душвор аст. Фаъолнокии баланди чунин бачаҳо имкон медиҳад, ки дар кӯшиши худамалисозӣ осон муваффақ шаванд.

Ба андешаи психологҳо чунин бачаҳо метавонанд рафтори агрессивӣ зоҳир намоянд, агар натиҷаҳои фаъолияти онҳо қадрдонии мувофиқ нашавад. Зимнан аксари волидайн барои худ тарзи таъсироти оилавино муайян карда, аз ибтидо ба кӯдак озодии пурраи амалҳо, имконияти бо роҳи озмудан андӯхтани таҷрибаи шахси роҳнам меоранд. Ин ба кӯшиши худамалисозӣ таъсир мерасонад.

Дар баробари ин, психологҳо қайд мекунанд, ки муносибати педагогии чунин волидайн додзанӣ, таҳқир ва таънаро истисно менамояд. Дар чунин оилаҳо муносибатҳои нарм ва неку самимӣ шакл мегиранд. Волидайн назорат мекунанд, ки шаъну шарафи кӯдакро ҳеҷ кас поймол накунад. Натиҷаи чунин тарзи таъсироти оилавӣ типӣ сенситивии иҷтимоӣ психологии шахс аст, ки барои пайдоиши кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ замина фароҳам меорад.

Тавре психологҳо қайд мекунанд, тарзи авторитарии тарбияи оилавӣ аксар вақт метавонад боиси осебпазир шудани кӯдак ба бемориҳо гардад. Агар кӯдак тез-тез бемор шавад, волидайн ба бадшавии вазъи саломатии ӯ

вокуниши дарднок зоҳир мекунанд, ба ҳама чиз нобоварона муносибат менамоянд. Кӯдак дар чунин оила аз ғайриноқӣ маҳрум аст, волидайн чунин мешуморанд, ки бояд онҳо доираи шавқу рағбат ва рафтори ӯро муайян кунанд [18]. Дар ҳамин тарзи тарбия «типи изтиробнокӣ шахс ташаккул меёбад» [174, с.158]. Зери таъсири чунин тарзи хусусияти эмпатикидоштаи тарбияи оилавӣ типҳои интровертии шахсият ташаккул меёбад (чунин бачаҳо мушоҳидакор, мутаҷалла, масъулиятшинос мебошанд) ва раванди кӯшиши худамалисозӣ ба таври равшан зоҳир намешавад.

Дар амалияи ташаккули кӯшиши худамалисозӣ ва ноилшавӣ ба қомеъӣ дар андӯштани донишҳо як навъ тарзи хушроҳангӣ тарбияи оилавӣ зарур аст, ки типҳои мутаносибии иҷтимоӣ психологӣ шахсиятро ташаккул медиҳад. Дар чунин оилаҳо кӯдак ҳамеша дилхоҳ аст, дар фазои дӯстона тарбия шуда, ба воя мерасад, волидайн ба ташаккули анъанаву одатҳои оилавӣ зиёд диққат медиҳанд ва худашон онҳоро қатъиян риоя мекунанд.

Баъзе психологҳо мавҷудияти тарзи мусоҳилакоронаи тарбияро қайд мекунанд, ки ба он на назорат хос асту на дастгирӣ. Волидайн, ки кӯдакро бо ин тарз тарбия мекунанд, дар ҳаёти фарзандон иштирок наменамоёнд: баъзан бо сабаби дар хона ҳузур надоштан (машғул будан ба кор), аммо аксар вақт бо сабаби бетарафӣ худбинона [147]. Ин тарз ба рушди кӯшишҳои кӯдак таъсири заиф мерасонад.

Ҳамин тавр, ба ташаккули кӯшиши худамалисозии навҷавон тарзи тарбияи волидайн, бешубҳа, таъсир мерасонад: идоракунанда ё мутаносиб, ҳидояткунанда ё мусоҳилакорона ва ғ. Шакли тарзи хислатҳои шахсияти кӯдак маҳз ба типҳои муносибати волидайн бо ӯ вобаста мебошад: боварӣ ба худ ё изтиробнокӣ, конформизм ё нонконформизм, нерумандӣ ё заифӣ, рафтори хушроҳона ё бадроҳона. Самаранокӣ, муваффақият, қобилияти ноилшавӣ ба ҳадафҳо ва баргараф кардани монеаҳо дар таълим маҳз ба ин сифатҳои шахсият вобастаанд. Он маҷмуи сифатҳои мусбате, ки аз бачагӣ парварида шудаанд заминаи амалисозии шахсӣ ва касбӣ дар калонсолӣ мешаванд, ки аз ҷиҳати иҷтимоӣ асоснок ба мақсад мувофиқ аст. Бинобар ин, нақши тарбияи

оилавӣ дар ташаккули кӯшиши худамалисозӣ ва ноилшавӣ комёбӣ дар синни навҷавонӣ хеле муҳим аст.

Таҳқиқотҳо нишон медиҳанд, ки дар байни тарзи тарбияи оилавӣ ва пешрафти таълимгиранда дар мактаб робитаи мутақобил вучуд дорад. Бачаҳое, ки дар оилаи дорои тарзи авторитарии тарбия ба воя расидаанд, бо мутеъ будану ба қоидаҳои муқарраршуда дақиқ риоя карданашон аз дигар ҳамсолони хеш фарқ мекунанд. Чунин бачаҳо на он қадар донишдӯст буда, ҷаълонокии маърифатии онҳо паст мебошанд, аммо серғайрат буда, муддати зиёд бо ҷаъолияти якрағ ба осонӣ машғул шуда метавонанд.

Аз ин бармеояд, ки сатҳи пешрафти онҳо баланд хоҳад буд. Бачаҳое, ки тарзи тарбияи онҳо демократӣ мебошад, бо худбаҳодиҳӣ ва дараҷаи иддаои мувофиқ фарқ мекунанд. Дар онҳо мароми мусбат ба таълим ташаккул меёбад, зеро волидайн бачаҳоро ба комёбиҳои таълимӣ ҳавасманд менамоянд. Дар онҳо сатҳи баланди ҷаълонокии маърифатӣ ба назар мерасад, ки ба кӯшиши худамалисозӣ барои фарогирии донишҳои нав мусоидат мекунад. Онҳо бо қаноатмандӣ ба мактаб мераванд, зеро ба неруву комёбии худ бовар доранд. Таълимгирандагон аз оилаҳои тарзи тарбияи мусоҳилакорона ва индифферентӣ бо сатҳи пастии интизом, натавоништан ва надоштани хоҳиши риояи қоидаҳои қабулшуда фарқ мекунанд. Дар онҳо «худбаҳодиҳии номувофиқ бартарӣ дошта, метавонад ҳам паст, ҳам баланд бошад. Ҷаълонокии маърифатии онҳо паст аст, зеро волидайн аз онҳо умедҳои калон доранд. Маъмулан, онҳо на он қадар хуб таҳсил мекунанд, зеро волидайн ба пешрафти онҳо дар таҳсил аҳаммият намедиҳанд» [132, с. 86].

Масъалаҳои худамалисозии бачаҳоро таҳлил намуда, бояд қайд кард, ки баъди таҳсил дар мактаб, муассисаи таҳсилоти миёнаи касбӣ ва таҳсилоти олии касбӣ давраи навҷавонӣ, ки ташаккули шахсият рӯй дод, ба анҷом расида, давраи калонсолӣ фаро мерасад, ки дар он инсон ба ҷаъолияти касбӣ шуруъ мекунад. То ин давра дар инсон бояд низоми арзишҳо ва ахлоқ ташаккул ёбад, ӯ бояд дурнамои ҳаёти худро дарк намуда, самтҳои афзалиятноки онро дуруст муайян кунад. Шахсияти калонсоли ташаккулёфта бояд соҳиби малакаҳои

ҳадафгузорӣ, банақшагирӣ, худинкишофдихӣ, худинтанзимкунӣ бошад, бинобар ин, рушди ин малакаҳо дар синни навҷавонӣ муҳим аст.

Худамалисозӣ дар давраи навҷавонӣ навташкилаи зарурии ин марҳилаи синну солӣ маҳсуб меёбад. Ба тӯфайли кӯшиши худамалисозӣ навҷавон барои рушди шахсияти худ дар ҳаёти минбаъда малакаҳои муфидро аз худ мекунад. Баъди анҷом ёфтани давраи навҷавонӣ ба амалисозии худ дар фаъолияти касбӣ наздик шуда, инсон бояд аллакай соҳиби низоми ақидаву арзишҳои худ бошад, ҷиҳатҳои қавӣ ва иқтидори худро дарк намояд, дар ӯ бояд малакаҳои ҳадафгузорӣ, банақшагирӣ ва рефлексия шакл гирифта бошанд. Маҳз дар синни навҷавонӣ инсон барои ноилшавӣ ба комёбӣ кӯшиш мекунад, ба интиҳоби касб наздик шуда, худро амалӣ кардан мехоҳад, аммо ҷигунагии робитаҳои мутақобили мароми ноилшавӣ ва кӯшиши худамалисозиро омӯхтан лозим аст.

Хулосаи боби якум

Ноилшавӣ ба комёбӣ яке аз талаботи асосии инсон аст. Маҳз он шахсро водор мекунад, ки дар пеши худ вазифаҳои нав гузошта, онҳоро иҷро кунад, инкишоф ёбад, ба худамалисозӣ, ошкорсозии иқтидор ва худсобиткунӣ кӯшиш намояд. Раҳёфтҳо доир ба фаҳмиши маром ҳамдигарро пурра карда, ҷиҳатҳои гуногуни як равандро инъикос меkunанд. Бо таъя ба раҳёфтҳои мазкур маромро ҳамчун раванди динамикии водоркунӣ ба ягон фаъолият шарҳ додан мумкин аст, ки ба ташаккули маромҳои рафтори меҳнатӣ зери таъсири маҷмуи омилҳои беруна ва ботинӣ равона гардидааст.

Мароми ноилшавӣ ин ноил шудан ба комёбӣ ва ба натиҷаҳои баланд дар фаъолияти худ аст. Имрӯз дар психология консепсияи ягонаи шарҳдиҳандаи моҳияти худамалисозӣ мавҷуд нест, аммо як қатор консепсияҳои асосие вучуд доранд, ки моҳияту ҷанбаҳои раванди худамалисозиро инъикос менамоянд. Асосгузори ин консепсияҳо К. Голдштейн, Карл Р. Рочерс, А. Маслоу, Г. Олпорт, С.Л. Рубинштейн ва В.И. Слободчиков мебошанд. Худамалисозиро ҳамчун кӯшиши инсон барои ошкорсозӣ ва рушди имконияти шахсияти худ

муайян кардан мумкин аст. Ин равандест, ки ҳадафи асосии он кӯшиши бунёди шароити бехтарину таҳриқҳо барои амалисозии иқтидори худ ва қонё гардонидани талабот дар натиҷаи фаъолият мебошад.

Худводоркунӣ ин раванди табдили шахсият аз объект ва воситаи фаъолият ба субъект аст. Шахс роҳу воситаҳои рушди худ ва ноилшавӣ ба ҳадафҳоро ҳудаш интиҳоб мекунад. Меъёрҳои эмпирикии худводоркунӣ: чунин зухуроти он ба мисли худбахуд рӯйдихӣ креативнокӣ, шавқу ҳавас ва аҳаммияти шахсӣ ҳамчун сабаби амал; ҳиссиёт, эҳсоси озодии худ ва чунин нишондиҳандаҳои психоллингвистӣ, ба монанди бартарии феъли «меҳоҳам» нисбат ба «бояд иҷро намоям» дар нутқ. Ин қобилияти қабули қарорҳо бо тақия меёру арзишҳои худ аст.

Таҳлили адабиёти ватанӣ ва хориҷӣ нишон дод, ки масъалаи кӯшиши худамалисозӣ кам омӯхта шудааст. Дар синни навҷавонӣ унсурҳои асосии шахс, яъне ҷаҳонбинӣ, қобилият ва характер шакл мегиранд. Маҳз ҳамин унсурҳо ҳамчун заминаҳои гузариш ба ҳаёти калонсолӣ хизмат карда, рушди раванди худамалисозиро таъмин мекунанд. Дар маҷмӯъ синни навҷавониро аз мавқеи мавҷудияти кӯшиши худамалисозӣ дар он тавсиф намуда, қайд бояд кард, ки дар ин маврид кӯшиш ба худшиносӣ ва шинохтани қобилияти худ ҷой дошта, зарурати баррасии мавқеъҳои ҳаётии худ дар соҳаи самтгириҳои арзишӣ ва зарурати худсобиткунии шахсияти худ ба миён меояд.

Гузариш аз синни навҷавонии барвақт ба марҳилаи охири он анҷом ёфтани худмуайянкунӣ ва гузариш ба худамалисозӣ мебошад. Навҷавонӣ давраи хеле муҳимми ҳаёти инсон аст. Ба ин давра қадам монда, шахс онро бо воридшавӣ ба давраи калонсолӣ анҷом медиҳад, вақте ки ҳудаш роҳи ҳаёташро муайян мекунад. Аммо бо вучуди тарзи ҳаёти зоҳиран калонсолона бидуни рушди шахсӣ инсони ба давраи калонсолӣ воридшуда метавонад дар мавқеи психологии наврас боқӣ монад. Бинобар ин, азхудкунии арзишҳо ва таҷассуми дурусти самтгириҳои арзишӣ ба ташаккули шахсият дар оянда таъсири мусбат мерасонанд.

Синни навҷавонӣ бо ташаккули мавқеи ғаболонаи ҳаёт, бо муайянкунии ҷойи худ дар ҳаёт ва мавқеи ботинӣ, худмуайянкунӣ, дарки аҳаммияти худ, ташаккули ҳудогоҳии устувор, ташаккули ақидаву арзишҳо, афзоиши худэҳтиромкунӣ ва тағйирёбии дараҷаи мураккабии тасаввурот дар бораи худ алоқаманд аст. Худмуайянкунӣ ва устуворшавии шахсият бо ҳосил намудани ҷаҳонбинӣ нисбат ба худ ва олам, низомии мафҳумҳои дақиқу устувор дар бораи воқеияти атроф ва мавқеи худ дар он алоқаманд мебошанд. Ҳамин тавр, гуфтан мумкин аст, ки кӯшиши худамалисозӣ дар ҳаёти навҷавонон нақши пешбаранда дорад. Аз ин ҷо зарурати таҳқиқи ин падидаҳо бо мақсади равшанӣ андохтан ба масъалаҳои зерин пайдо мешавад: равандҳои худамалисозӣ дар ҷараёни ғаболияти ҳаётии шахс бо ҳам чӣ гуна робита доранд ва ин робитаи мутақобил аз синни барвақти навҷавонӣ то марҳилаи охири ин синну сол чӣ гуна тағйир меёбад.

Худамалисозӣ наваташкилаи зарури ин давраи синни навҷавонӣ махсуб меёбад. Ба туфайли кӯшиш ба худамалисозӣ навҷавон малакаҳои барои рушди шахсияташ муҳимро азхуд мекунад. Баъд аз анҷоми давраи навҷавонӣ, вақте ки инсон ба амалисозии худ дар ғаболияти касбӣ шуруъ мекунад, бояд соҳиби низомии ақидаву арзишҳои худ бошад, ҷиҳатҳои қавию иқтидори худро дарк намояд, дар ӯ бояд малакаҳои ҳадафгузорӣ, банақшагирӣ ва рефлексия ташаккул ёфта бошанд.

Ба туфайли рушди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ, инсон ба рушди касбии худ бошуурона муносибат мекунад ва ин кӯшиши ӯро ба худамалисозӣ муайян менамояд. Ҳамин тавр, мо чунин мешуморем, ки мароми ноилшавӣ ба комёбӣ бо кӯшиши худамалисозӣ робитаи мутақобила дорад ва инро дар рафти таҳқиқот ошкор бояд кард.

БОБИ 2.

ТАҲҚИҚИ РОБИТАИ МУТАҚОБИЛИ МАРОМИ КОМЁБӢ ВА КӢШИШИ ХУДАМАЛИСОЗӢ ДАР СИННИ НАВҶАВОНӢ

2.1. Ташкили тадқиқотӣ, ҳадаф, вазифаҳо ва тавсифи методикаҳо

Тадқиқоти мазкур ба омӯзиши робитаи мутақобили мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ равона карда шудааст. Ба ақидаи Г. Мюррей, мароми комёбӣ – талабот барои худтакмилдиҳӣ, меҳнати босубот, ноилшавӣ ба мақсадҳои оӣ, татбиқи иқтидору истеъдод, ҳамчунин худинкишофдиҳӣ ва эҳтиром ба худ мебошад. Стратегияе, ки инсон дар кӯшиш барои расидан ба мақсадҳои муайян корбаст менамояд, дар раванди худамалисозии шахсият нақши муҳим дорад. Инсони дорои мароми комёбӣ ба рушду камолот кӯшиш менамояд ва мароми ӯ нисбат ба шахси дорои маромӣ канорагирӣ аз нокомӣ, пурқувваттар хоҳад буд. Мафҳумҳои асосие, ки дар тадқиқоти Г. Мюррей истифода мешаванд, инҳоянд:

1. *Мароми комёбӣ (Мароми комёбӣ)* - мароми шахс барои расидан ба натиҷаҳои дилхоҳ дар фаъолиятҳои гуногун, ки бо арзишҳои шахсият ва меъёрҳои иҷтимоӣ мувофиқат мекунад;

2. *Кӯшиши худамалисозӣ* - раванд ва таҷрибаи шахс барои такмил ва рушди малака, қобилият ва дараҷаи шахсият, ки ба худташаққулёбӣ ва худтаҳаққулёбӣ оварда мерасонад;

3. *Синни навҷавонӣ* - давраи тағйирёбии равандҳои психологӣи шахс, ки барои ташаққули худшиносӣ, худбаҳодиҳӣ ва маром муҳим аст;

4. *Робитаи мутақобила* - робитаи функционалӣ ва ҳамоҳангии равандҳои психологӣи мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ, ки дараҷаи тақвиятбахшӣ ё маҳдудсозии байниҳамии ин ду равандро муайян мекунад.

Ҳадафи асосии тадқиқот ин муайян намудани дараҷа ва хусусиятҳои робитаи мутақобили мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ мебошад.

Вазифаҳои тадқиқоти озмоиширо инҳо ташкил мекунад:

1. Омӯзиши адабиёт ва таҳлили тадқиқотҳои психологии мароми комёбӣ ва худамалисозӣ;
2. Муайян кардани хусусиятҳои психологии навҷавонон дар мароми ноилшавӣ ба комёбӣ;
3. Таҳлили робитаи мутақобили мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ;
4. Омода намудани методикаҳои таҳлиси барои арзёбии мароми комёбӣ ва худамалисозӣ;
5. Коркарди барномаи рушди кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ, гузаронидани озмоиши ташаккулдиҳанда;
6. Таҳқиқи динамикаи робитаи мутақобили байни мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ;
7. Таҳлили натиҷаҳои озмоиш ва пешниҳоди тавсияҳо барои рушди равандҳои психологии навҷавонон.

Фарзияи тадқиқотии мо дар муқаррароти зерин ифода меёбад:

- мо чунин мешуморем, ки байни мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ робитаи маънодор вуҷуд дорад, зимнан, агар дараҷаи мароми комёбӣ баланд шавад, ин барои афзудани кӯшиш ба худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ мусоидат мекунад;
- худмуайянкунии рафтор ва худамалисозии шахсият дар синни навҷавонӣ аз ҷиҳати дараҷаҳои зоҳиршавӣ дар марҳалаҳои озмоиши муқарраркунанда ва назоратии тадқиқоти баъди татбиқи барномаи ташаккулдиҳанда фарқ мекунад;
- хусусияти худамалисозии шахсият ба андозаи бештар тавассути рефлексияи фаъолият, ҳамчунин нишондиҳандаҳое ба мисли мустақилӣ, барномарезӣ, баҳодихии натиҷаҳо, чандирӣ ва маром ба комёбӣ, тарсу ҳарос аз нокомиҳо таъйин мегардад.

Барнома оид ба ташаккул додани мароми комёбӣ ҳамчун кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ, ки барои хонандагон ин синну сол пешбинӣ шудааст, аз ҷанбаҳои зерин иборат аст: ташаккули малакаҳои

худтанзимкунӣ, коркарди техникаҳои рефлексия, аз ҷониби ҳар як хонанда ҳосил кардани стратегияи худамалисозӣ, тарҳрезии харитаи инфиродии захираҳо, ташхису ислохнамоии самтгириҳои когнитивии харобиовар.

Бо назардошти мубрамаи ва омӯзиши нокифояи масъала мо тадқиқоте анҷом додем, ки ба муайянкунии робитаи мутақобилаи байни мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ равона гардид. Тадқиқоти аз соли 2019 то соли 2022 гузаронида шуда, чор марҳаларо фаро гирифт:

Дар марҳалаи якуми тадқиқоти мо мафҳумҳои мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозиро дар синни навҷавонӣ омӯхтем.

Дар марҳалаи дувум бо дарназардошти натиҷаҳои тадқиқотии ибтидоӣ мо барномаро оид ба ташаккули кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ коркард ва татбиқ намудем, ки аз машғулиятҳои тренингӣ иборат буд.

Марҳалаи сеюм аз ташхиси тақрории мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ иборат буд.

Дар марҳалаи чорум мо таҳлилу ҷамъбасти натиҷаҳои тадқиқотиро то татбиқи барнома ва баъди он анҷом додем. Робитаҳои байни мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ муқаррар карда шуданд.

Тавсифи пойгоҳи тадқиқотӣ.

Тадқиқот дар муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №23, №24-и шаҳри Хучанд ва интернат мактаби шаҳри Бӯстони вилояти Суғд ($n=240$) гузаронида шуд; синни иштирокчиён - 15-17-сола. Миқдори иштирокчиён - 240 нафар.

Дар тадқиқотии мо методҳои ҷамъоварии маълумоти озмоишӣ истифода гардида, озмоиши ташаккулдиҳанда гузаронида шуд ва сипас мо методи омори математикӣ: таҳлили муқоисавиро анҷом додем.

Барои омӯзиши робитаи байни мароми комёбӣ ва худамалисозӣ дар навҷавонон, маҷмуи методикаҳои мукаммали якдигарро пурракунандаи ташхиси психологӣ ба муайян кардани тавсифдиҳандаҳои маромӣ-шахсӣ ва арзишӣ-маъноии озмудашавандаҳо равонашуда истифода шуданд. Методикаҳо бо дарназардошти вижагиҳои синнусолии озмудашавандаҳо,

ҳадафҳо ва вазифаҳои озмоиши муқарраркунанда ва зарурати ба даст овардани маълумоти миқдорӣ ва сифатӣ интиҳоб карда шуданд.

Тадқиқот дар принципҳои системанокӣ, комплексӣ будан ва эътимоднокии ташҳиси психологӣ асос ёфтааст. Истифодаи якчанд методика ба мо имкон дод, ки на танҳо маълумотро дар бораи ҳар як нишондиҳанда ба даст орем, балки онҳоро муқоиса намуда, робитаҳои пинҳонии байни мароми комёбӣ, дараҷаи худмуайянкунӣ ва дараҷаи устувории ҳаётии шахсро ошкор созем.

Ҳамин тариқ, методикаҳои истифодашуда таҳлили ҳамаҷонибаи мароми ботинӣ, камолоти психологӣ ва майли шахс ба худамалинамоиро, ки шартӣ калидии рушди муваффақ дар наврасӣ мебошад, таъмин намуданд.

1. Методикаи “Тести устувории ҳаётӣ” (С. Мадди, аз ҷониби Д. А. Леонтев ва Э. И. Рассказова мутобиқ карда шудааст).

Тести устувории ҳаётӣ ҳамчун методикаи асосии арзёбии дараҷаи камолоти ботинӣ ва қобилияти шахс барои нигоҳ доштани ғайбӣ, эътимод ва қатъият ҳангоми рӯ ба рӯ шудан бо мушкilotи ҳаётӣ интиҳоб шудааст.

Мафҳуми устувории ҳаётӣ (hardiness) (аз ҷониби Салвадор Мадди ба гардиши илмӣ ворид карда шудааст) он маҷмуи хислатҳои шахсро инъикос мекунад, ки барои бартарафсозии самараноки вазъиятҳои стрессӣ ва нигоҳ доштани мароми ботинӣ ҳатто дар шароити номуайянӣ мусоидат мекунанд. Ба андешаи Мадди, одамони тобовар мушкilotро на ҳамчун таҳдид, балки ҳамчун душворие қабул мекунанд, ки ба онҳо дар амалӣ кардани иқтидори худ кумак мекунад.

Методика се унсури асосиро дар бар мегирад:

1. Ҷалбшавӣ (commitment) - иштироки ғайбӣ шахс дар ҳаёт, эҳсоси аҳаммияти рӯйдодҳо ва шавқ ба ғайбиятҳо;

2. Назорат (control) - боварӣ ба он, ки шахс метавонад ба ҷараёни рӯйдодҳо ва натиҷаҳои ҳаёти худ таъсир расонад;

3. Пазириши ҳавф (challenge) - омодагӣ ба тағйиротҳо ва хоҳиши дарк кардани вазъиятҳои нав ҳамчун имкониятҳои рушд.

Ҳар як унсур ҷанбаи мушаххаси мароми дохилиро инъикос мекунад, ки бо худамалисозӣ зич алоқаманд аст. Шахсоне, ки устувории баланд доранд, ба ғайрифатоӣ ва фатализм майл надоранд; баръакс, онҳо фатолона барои ноил шудан ба ҳадафҳо кӯшиш мекунанд, масъулиятро барои амалҳои худ ба дӯш мегиранд, эътимод ва некбинӣ нишон медиҳанд.

Дар варианти мутобиқнамудаи Д.А. Леонтев, тест дараҷаи баланди эътимоднокиро нишон дод (коэффитсиентҳои α Кронбах дар доираи аз 0.75 то 0.85), ки онро ба як воситаи универсалӣ барои тадқиқоти бо озмудашавандаҳои синни донишҷӯён ва навҷавонӣ табдил дод.

Дар тадқиқоти мо, ин методика имкон дод, ки на танҳо дараҷаи устувории ҳаётиро муайян кунем, балки робитаи ин нишондиҳандаро бо мароми комёбӣ ва дараҷаи худамалисозӣ ошкор созем.

2. Методикаи таҳлили мароми комёбӣ А. Меҳрабян (аз ҷониби М. Ш. Магомед-Эминов модификатсия шудааст).

Барои арзёбии қувва ва самти мароми ноилшавӣ бо комёбӣ, тест-пурсишномаи А. Меҳрабян, ки таҳти роҳбарии М.Ш. Магомед-Эминов мутобиқ ва тағйир дода шудааст, истифода шуд.

Асоси назариявии ин методикаро концепсияи мароми комёбӣ ташкил медиҳад, ки аз ҷониби Ч. Аткинсон ва А. Меҳрабян таҳия шудааст. Мувофиқи ин концепсия дар сохтори шахсият ду қувваи муқобилро муайян кардан мумкин аст:

- талаботи ноил шудан ба муваффақият, ки фатоӣ ва қатъиятро қувват мебахшад;
- талаботи канорагирӣ аз нокомӣ, ки боиси изтироб ва майл ба стратегияҳои рафтори эҳтиёткорона мегардад.

Варианти модификатсиянамудаи М.Ш. Магомед-Эминов хусусиятҳои фарҳангӣ ва синнусолии озмудашавандагонро ба назар мегирад ва имкон медиҳад, ки фарқҳои инфиродӣ дар самти маромнокӣ баҳогузорӣ карда шаванд.

Методика аз маҷмуи изҳорот иборат аст, ки ҳар яки онҳо аз ҷониби озмудашаванда аз рӯйи дараҷаи мувофиқат баҳогузори карда мешаванд. Холҳои ниҳой самти бартаридоштаи шахсро инъикос мекунанд - ба комёбӣ ё ба канорагирӣ аз нокомӣ.

Холҳои баланд дар шкалаи мароми комёбӣ нишон медиҳанд, ки шахс ба ғаъолии баланд майл дошта, ба худ боварӣ дорад, барои такмили худ саъй мекунад ва дар муқобили мушкilot устуворӣ ва қатъият нишон медиҳад.

Баръакс, озмудашавандаҳои дорои дараҷаи пасти мароми комёбӣ бештар вобастагиро ба шароити беруна нишон медиҳанд, аз хатар канорагирӣ мекунанд, аз нокомӣ метарсанд ва ба худамалисозӣ камтар майл доранд.

Тавсифдиҳандаҳои психометрии тест эътимодноӣ ($\alpha = 0.80-0.86$) ва боваринокии кофии онро тасдиқ мекунанд, ки онро барои ташҳиси соҳаҳои маромӣ-арзишии навҷавонон қобили қабул мегардонад.

3. Шкалаи худмуайянкунии шахсият (Б. Шелдон, аз ҷониби Э. Н. Осина мутобиқ ва модификатсия шудааст).

Методикаи сеюм барои чен кардани дараҷаи худмуайянкунӣ, яъне қобилияти шахс барои мустақилона муайян кардани самти рушди худ, қабули қарорҳои бошууроно ва амал кардан дар асоси арзишҳои дохилӣ нигаронида шудааст.

Методика дар асоси назарияи худмуайянкунии Э. Деси ва Р. Райан таҳия гардидааст, ки тибқи он шахс майли фитрӣ ба рушд, худтакмилдиҳӣ ва ҷустуҷӯи маъно доранд. Ба гуфтаи муаллифони назария, талаботҳои асосии психологӣи шахс инҳоянд:

1. Мухторият - озодии интиҳоб ва назорати дохилии рафтор;
2. Салоҳиятноӣ - эҳсоси самаранокии амалҳои худ;
3. Вобастагӣ - талабот ба пазиروي ва дастгирии дигарон.

Шкалаи Б. Шелдон (аз ҷониби Э.Н. Осин мутобиқ карда шудааст) дараҷаи мустақилии маромнокиро чен мекунад ва имкон медиҳад, ки дараҷаи танзим шудани ғаъолияти шахс аз тарафи омилҳои дохилӣ ё беруна муайян карда шавад.

Дараҷаҳои зерини худмуайянкунӣ фарқ карда мешаванд:

- танзими беруна: амалҳо таҳти таъсири фишор ё интизориҳои беруна анҷом дода мешаванд;
- танзими воридшуда: маромҳо қисман фаҳмида шудаанд, аммо ба ҳар ҳол аз андешаҳои дигарон вобастагӣ доранд;
- танзими муайян ва ҳамгирошуда: мустақилии баланд, огоҳӣ ва мутобиқати амалҳо бо арзишҳои шахсӣ;
- рафтори ботинан маромнокшуда: дараҷаи баландтарини худмуайянкунӣ, ки ба худамалисозии пурра мувофиқат мекунад.

Ин методика дорои эътимоднокии баланд аст ($\alpha = 0.83-0.89$) ва дар тадқиқоти оид ба худамалинамоӣ, мароми ботинӣ ва некуахлоқии психологӣ ба таври васеъ истифода мешавад.

4. Методикаи Т. Элерс: "Мароми кӯшиш ба комёбӣ" ва "Мароми канорагирӣ аз нокомӣ". Тести таҳиянамудаи Элерс барои муайян кардани самти соҳаи маромии шахс истифода мешавад. Ҳангоми ташҳиси шахсият барои муайян кардани мароми комёбӣ ба раҳёфти зерини Элерс такя мекунанд: шахсони дорои мароми комёбии бартаридошта, вазъиятҳои дараҷаи миёна ё пасти хатардоштаро, афзалтар медонанд. Онҳо майли канорагирӣ аз вазъиятҳои дорои хавфи баландро доранд. Шахсоне, ки мароми комёбии қавӣ доранд ва онҳоро интизорӣ ва умеди муваффақият роҳнамоӣ мекунад, одатан, нисбат ба шахсони дорои мароми комёбии заиф бардошту тобоварии бештар доранд. Аммо, чунин афрод барои ноил шудан ба муваффақият талошҳои назаррас мекунанд ва ҳадафмандона онро пайгирӣ мекунанд.

Ин пурсишнома аз 41 савол иборат аст, ки ҳар кадоме аз онҳо ҷавоби "ҳа" ё "не"-ро талаб мекунад.

Таҳлили натиҷаҳои Методикаи Эллерс барои таҳҳиси мароми комёбӣ чунин сурат мегирад: аз 1 то 10 ҳол – дараҷаи пасти мароми комёбӣ; аз 11 то 16 ҳол – дараҷаи миёнаи маром; аз 17 то 20 ҳол - дараҷаи аз миёна болотари маром; аз 21 ҳол зиёд – дараҷаи бисёр баланди мароми комёбӣ.

5. Пурсишномаи "Типи рефлексияи тафриқашуда" (Д.А. Леонтев, Е.М. Лаптева, Е.Н. Осин, А.Ж. Салихова). Пурсишнома аз 30 изҳорот иборат аст, ки аз рӯйи шкалаи 4-хола баҳогузорӣ мешаванд. Изҳорот ба се шкала ғуруҳбандӣ шудаанд, ки нуқтаҳои муштарак надоранд:

1. Рефлексияи системавӣ - қобилияти аз худ дур шуда, ба амалу рафтори худ аз канор нигаристан ва ҳамзамон худро ҳам ҳамчун субъекти амалкунанда ва ҳам ҳамчун объекти мушоҳида дарёфтан.

2. Интроспексия – ба худмушоҳида, амиқтар ворид шудан ба худ, мутамарказшавӣ ба ҳолатҳо ва таассуротҳои худ алоқаманд аст.

3. Квазирефлексия – ба объекте нигаронида шудааст, ки ба вазъияти кунунии ҳаётӣ алоқаманд нест ва бо ҷудой аз воқеияти мавҷуда алоқаманд аст.

6. Тести "Дарачаи иддао"-и Гербачевский. Ин пурсишнома барои чен кардани доираи мароми шахс таҳия шудааст. Аз озмудашаванда хоҳиш карда мешавад, ки пас аз анҷоми марҳилаи муайяни иҷрои вазифа саволҳои пурсишномаро бодикқат хонад ва ба онҳо ҷавоб диҳад. Ба озмудашавандаҳо пешниҳод карда мешавад, ки сарфи назар аз ҳалли вазифаҳои марҳилаи аввал, мавҷудияти вазифаҳои минбаъдaro ба назар гирифтани зарур аст. Ҷавобдиҳӣ ба саволҳо пайдарпай ва ботартиб сурат мегирад.

Ба озмудашавандаҳо дастурҳои зерин дода мешаванд: вобаста ба он ки шумо бо изҳорот розӣ ҳастед ё не, шумо бояд яке аз вариантҳои ҷавобро дар шкала ба доира гиред. Ҳангоми интиҳоби ҷавоб, шумо метавонед ишораҳои зеринро истифода баред: комили розиам – +3, розӣ ҳастам – +2, қисман розӣ ҳастам – +1; комили розӣ нестам — -3, Розӣ нестам — -2, қисман розӣ нестам — -1; агар ягон ҷавобро интиҳоб карда натавонед, гузоштани ишораи 0 иҷозат дода мешавад.

Пурсишнома шкалаҳои зеринро дар бар мегирад:

– **мароми ботинӣ** - қобилияти вазифаҳо, мавҷудияти шавқу ҳавас ба вазифаи иҷрошаванда;

– **мароми маърифатӣ** - шавқу ҳаваси озмудашаванда ба натиҷаҳои фаъолияти худ, қаноатмандӣ аз ин натиҷаҳо;

- **мароми канорагирӣ** - хоҳиши дурӣ чӯстан аз натиҷаҳои бад ва ҳолати ноқаноатмандӣ;
- **мароми рақобат** - хоҳиши ба даст овардани натиҷаҳои хубтар нисбат ба дигарон;
- **мароми тағйири фаъолият** - пайдошавии хоҳиши тағйир додани фаъолият, хоҳиши машғул шудан ба фаъолияти дигар;
- **мароми худсобитнамоӣ** - иҷрои қатъии фаъолиятҳо, хоҳиши гузоштан ва иҷро кардани вазифаҳои мураккабтар;
- **аҳаммияти натиҷаҳо** - майл ба принципи муносибатҳои сабабу натиҷа ва шароитҳои муҳим, ки ба натиҷаҳои фаъолият маъноӣ шахсӣ мебахшанд;
- **мураккабии вазифа** - дараҷаи душвории вазифаҳои иҷрошаванда;
- **қувваи иродавӣ** - зоҳиршавии кӯшиши иродавӣ дар иҷрои вазифаҳо;
- **арзёбии дараҷаи натиҷаҳои бадастомада** - баҳодихии субъективии қобилиятҳои худ мувофиқи самти фаъолияти муайян;
- **арзёбии имкониятҳои худ** - арзёбии субъективии захираҳо ва қобилиятҳои шахсии худ;
- **дараҷаи сафарбаркунии кӯшишҳо** - дараҷаи сафарбаркунии қувваҳо барои ноил шудан ба натиҷаҳо;
- **дараҷаи интизории натиҷаҳо** – дараҷаи интизории натиҷаҳои фаъолият;
- **қонуниятмандии натиҷа** – таъсири натиҷа ба сохтори маромнокӣ, омилҳои ба онҳо таъсиррасон, инчунин вобастагии натиҷа аз тасодуф, вазъият ва қобилиятҳои шахсӣ;
- **ташаббускорӣ** – дараҷаи иҷрои вазифа бо ташаббуси худ ё таҳти таъсири роҳнамоии шахси дигар.

Озмудашавандаҳо аз рӯйи принципи иштироки ихтиёрӣ интиҳоб карда шуданд. Пеш аз тадқиқот, ҳадафҳо, вазифаҳо ва шартҳои таҳхис ба ҳар як иштирокчӣ фаҳмонида шуд. Кор мувофиқи стандартҳои ахлоқӣ барои

тадқиқоти психологӣ сураи гирифт: принципҳои махфият, розигии огоҳона ва ихтиёрият риоя карда шуданд.

Таҳхис дар шакли гурӯҳӣ дар синфхонаҳо гузаронида шуд. Давомнокии миёнаи таҳхис тақрибан 50 дақиқа буд. Ба иштирокчиён дастурҳои стандартӣ ва дар ҳолати зарурӣ шарҳи иловагӣ оид ба пур кардани пурсишномаҳо дода шуд.

Маълумоти бадастовардашуда бо истифода аз методҳои математикӣ ва омӯрӣ, аз ҷумла ҳисобкунии қимати миёна, инҳирофҳои стандартӣ ва таҳлили коррелясионӣ коркард шуданд.

Асосноккунии интиҳоби методикаҳо

Интиҳоби ин се методика дар хусусияти якдигарро пурракунандагӣ ва мутобиқати онҳо бо асосҳои назариявии тадқиқотӣ асос ёфтааст.

- Тести устувории ҳаёти имкон медиҳад, ки камолоти ботинӣ, қувваи шахсӣ ва омодагӣ барои бартараф кардани мушкилот - хислатҳои бунёдӣ барои рушди худамалинамоӣ баҳогузорӣ карда шаванд.

- Тести мароми комёбӣ самти фаъолиро ошкор мекунад - хоҳиши муваффақият ё қаноатмандӣ аз ноқомӣ, ки хусусияти рушди шахсиро муайян мекунад.

- Шкалаи худамалинамоӣ манбаъҳои ботинии фаъолӣ ва мустақилиро ошкор мекунад, ки асоси сохтори худамалинамоӣ мебошанд.

Истифодаи ҳамгирошудаи ин методикаҳо имкон дод то шахсият ҳамчун як системаи тоҷикӣ карда шавад, ки дар он мароми комёбӣ, устуворӣ ва худамалинамоӣ сохтори ба ҳам алоқамандро ташкил медиҳанд. Чунин муносибат эътиборнокӣ, эътимодноки ва пуррагии натиҷаҳо таъмин мекунад ва имкон медиҳад, ки амсилаи тоҷикӣ робитаи кӯшиш ба муваффақият ва худамалинамоӣ дар навҷавонон сохта шавад.

2.2. Таҳлили муқоисавии натиҷаҳои тадқиқотӣ оид ба мароми қомеъӣ дар наҷавонон

Таҳлили муқоисавии ифодаёбии нишондиҳандаҳои соҳаи арзишӣ нишон дод, ки қуллаи иерархияи арзишхоро дар наҷавонон маромҳои худамалинамой, ки ба мақоми иҷтимоии шахс ва маҳорати худифоданамой аз тарафи мусбат алоқаманд аст, ташкил медиҳад. Инро метавон бо он шарҳ дод, ки ин давра бо худмуайянкунӣ, банақшагирии ҳаёти оянда, муқаррар кардани ҳадафҳо ва талош барои беҳтарин будан тавсиф дода мешавад. Озмудашавандаҳо ҳаёти худро ҷолиб, моломоли таассуроти эмотсионалӣ тасаввур мекунанд.

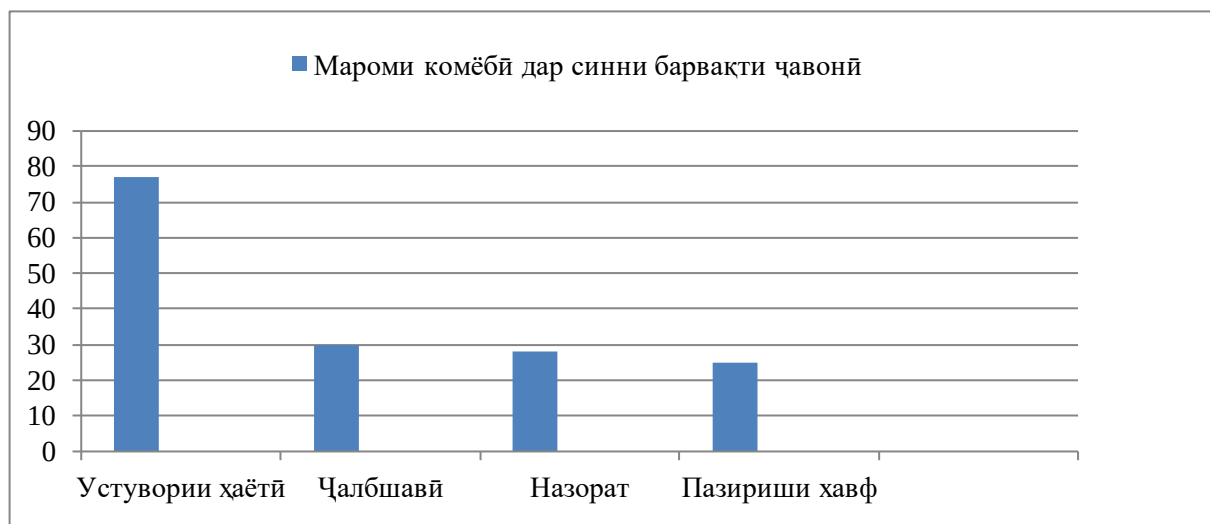
Аммо бояд қайд кард, ки аҳаммият ва ғайоли соҳаи иҷтимоӣ нишондиҳандаҳои паст дорад. Озмудашавандаҳо дар рушди ирода бо мушкилот мубаҷҷеҳ мешаванд. Аз ин лиҳоз, метавон тахмин кард, ки маҳз бо ҳамин сабаб нишондиҳандаҳо ғайолӣ барои ҳама соҳаҳо нисбат ба нишондиҳандаҳои аҳаммиятноки ғойзи қамтар доранд. Инчунин озмудашавандаҳо ба саломатии худ муносибати саҳланқорона доранд, ки ин нишондиҳандаи арзиши худ қамчун шахс нест.

Пас аз таҳлили маълумоти бадастомада, маълум шуд, ки барои озмудашавандагони синни барвақти қавонӣ зебоии симои зоҳирӣ, дараҷаи баланди неқуаҳволӣ, фароғат ва вақтгузаронии хуш муҳимтар аст. Ғайр аз ин, дар фарқ аз қалонсолон, барои онҳо аҳаммиятнокии ин самти нисбат ба ғайолӣ баландтар аст. Дар охири давраи наҷавонӣ, аллақай қўшиши равшан ифодаёфта барои худамалинамой ташаққул меёбад. Барои ин синну сол арзишҳои фарқангӣ муҳимтаранд. Инҳо таҳсилоти хуб, хирадмандӣ, эҳтиром ба дигарон ва эҷоди дунёи худ, дарёфти чизи наҷ ва аслиро дар бар мегиранд.

Ягона арзише, ки барои намоёндагони синни дери наҷавонӣ муҳимтар аст ин саломатӣ ва неқуаҳволӣ мебошад. Дар ҳар як марҳилаи синну солӣ, ки бо тағйирёбии шароит ва рўйдодҳо тавсиф мешавад, ин ё он сохтори иҷтимоӣ омили асосии бартаридошта дар ташаққули системаи арзишҳо маҳсуб меёбад. Дар аввали давраи наҷавонӣ, системаи арзишҳо бо тағйирёбандагиашон

тавсиф дода мешавад: азхудкунии нақшҳои иҷтимоӣ, кӯшиш ба тағйирот, худмуайянкунӣ ва ҷустуҷӯи "Ман"-и худ. Дар охири давраи навҷавонӣ, аллакай нигоҳи равшантар ба арзишҳо ташаккул меёбад. Ин давраи рушд бо устувории бештари арзишҳои шахсӣ тавсиф мешавад.

Мо мароми худамалинамоиро дар давраҳои барвақт ва дери навҷавонӣ тадқиқ намудем. Арзишҳои миёнаи меёриҳои унсурҳои фаъолияти ҳаёӣ дар методика оварда шудаанд. Коркарди маълумоти бадастовардашударо аз таҳлили давраи барвақти навҷавонӣ дида мебароем (Расми 1).



Расми 1. Мароми комёбӣ дар синни барвақти навҷавонӣ

Аз байни ҳамаи унсурҳои устуворӣ ба ҳаёт, ҷалбшавӣ фоизнокии баландтаринро дорад, аммо аз меёр 8% камтар аст. Ин маънои онро дорад, ки навҷавонон дар рӯйдодҳои дар атрофшон бавучудоянда иштироки фаъолона дошта, мекушанд то аз воқеаҳо огоҳ бошанд ва ба осонӣ шиносҳои нав пайдо кунанд. Зиндагии онҳо пурмазмун аст, онҳо аз фаъолият ва машғулиятҳои худ лаззат мебаранд, аз онҳо чизҳои муфид ва ҷолибтаринро барои худ мегиранд ва аҳаммиятнокии худро ҳис мекунанд. Ин ба маром ва кӯшиши ноил шудан ба ҳадафҳои худ таъсири мусбат мерасонад.

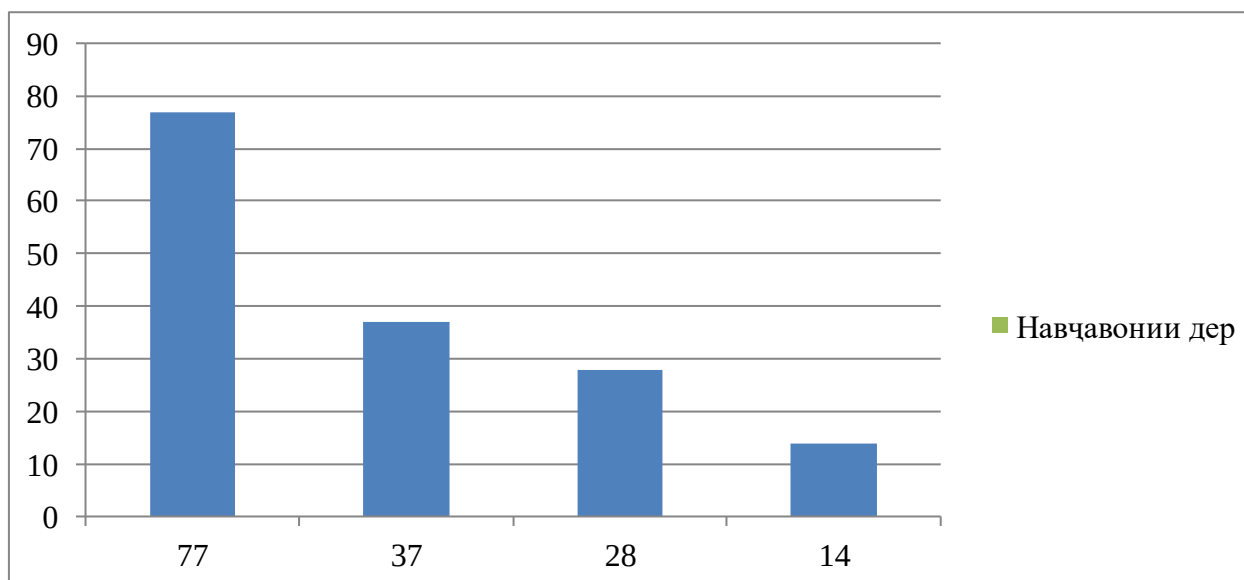
Унсури назорат (аз меёр 4% камтар) ифодакунандаи боварӣ ба он аст, ки мубориза барои таъсир расонидан ба натиҷа имконият медиҳад, ҳатто агар муваффақият кафолат дода нашавад ҳам. Ин ҳолат бо он шарҳ дода мешавад, ки навҷавонон дар ин синну сол қоидаҳои муқарраркардаи ҷомеаро фаъолона

зери суол мебаранд. Онҳо чизҳои навро месанчанд, дар гурӯҳҳо ва ҳаракатҳои дорои самтҳои гуногуни фаъолият иштирок мекунанд. Онҳо меҳоханд худро такмил диҳанд, мустақилона ҳаёти худро идора намуда, қарорҳо қабул кунанд. Ҳамаи ин ба худсобиқнамоӣ равона шудааст.

Унсури пазириши хавф аз меъёри муқаррарӣ 3% баландтар аст. Ин нишон медиҳад, ки ҷавонон барои амал кардан ҳатто дар ҳолати мавҷуд набудани кафолати муваффақият ҳам омодаанд. Онҳо боварӣ доранд, ки ҳама чизи бо онҳо рӯйдиханда, ба рушди шахсиашон мусоидат мекунад. Онҳо донишу таҷрибаи кофӣ надоранд ва на ҳамеша оқибатҳои қарорҳо ва амалҳои худро дарк мекунанд, аммо барои ба даст овардани чизи меҳостаашон, бо ҳар қимате, ки бошад, саъй мекунанд.

Барои навҷавонон дониستاني он муҳим аст, ки атрофиён ба рафтори онҳо чӣ тавр эътино мекунанд. Барояшон доираи муошират хеле муҳим аст, ба қадршиносӣ ва эҳтироми худ эҳтиёҷ доранд. Дар ин синну сол, онҳо одатан якдигарро месанчанд то “ҷойҳои заиф”-ро пайдо кунанд, ба варзишҳои экстремалӣ машғул мешаванд ва дар мусобиқаҳои гуногун иштирок мекунанд. Ҳамаи ин ба онҳо кумак мекунад, ки худро санчанд, тасаввуроташонро дар бораи худ ташаққул диҳанд ва ба мушқилиҳо муқовимат карданро омӯзанд.

Зоҳиршавии мароми комёбӣ дар синни дери навҷавонӣ дар расми 2 оварда шудааст.



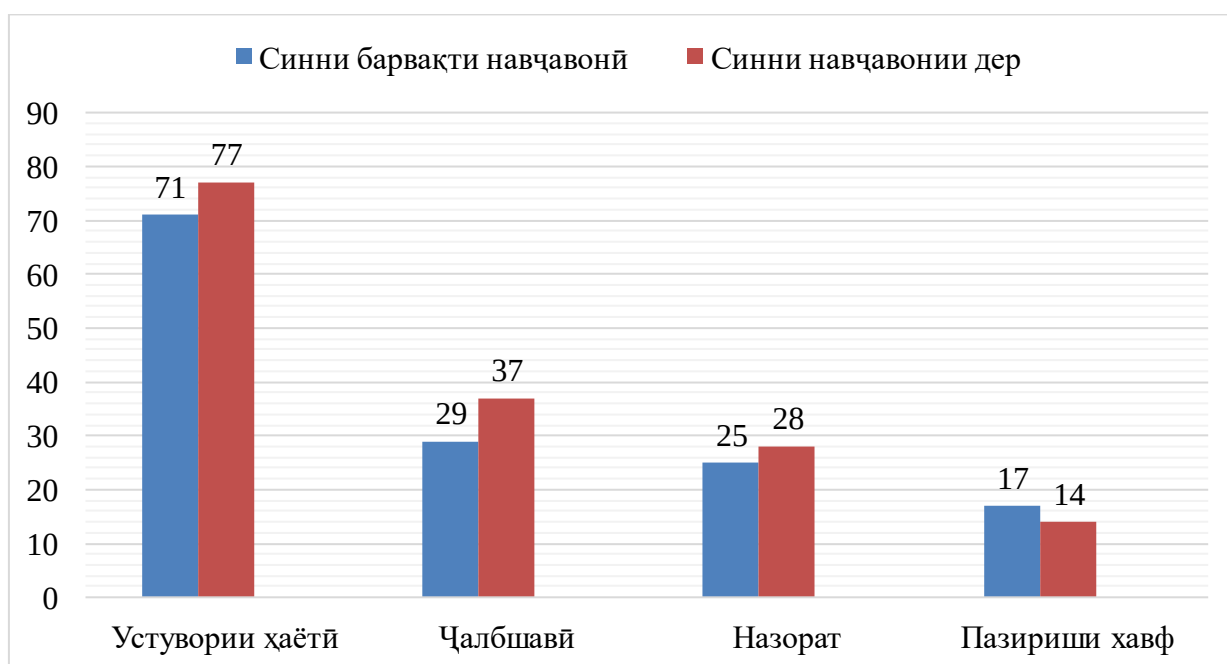
Расми 2. Мароми комёбӣ дар синни дери навҷавонӣ

Дар синни дери навҷавонӣ, унсури ҷалбшавӣ бо нишондиҳандаҳои меъёри миёна мувофиқ аст. Ин ифодакунандаи он аст, ки шахс аллакай ба кадом шуғл машғул шуданашро медонад ва аз қору ғайолиятҳои худ қаноатманд аст. Ӯ дорои дараҷаи баланди маромнокӣ буда, ин имкон медиҳад, ки ба муваффақият ноил шавад ва аҳаммиятнокии худро ҳис кунанд.

Унсури назорат аз меъёри миёна 1% пасттар аст. Ин маънои онро дорад, ки шахс дар назди худ мақсадгузори қарда метавонад, ба қарорҳои худ боварӣ дорад ва аз мушкilot наметарсад. Навҷавонон дар ин синну сол аллакай ба дараҷаи огоҳии бошуурона расидаанд, ба худ ифтихор мекунанд ва ба интиҳоби мустақилонаи оқилона қодиранд.

Унсури пазириши хавф ба меъёри миёна наздик аст. Навҷавонон ба ҳаёти худ ҳамчун воситаи ба даст овардани дониш аз таҷриба менигаранд. Онҳо барои азхудкунии таҷрибаҳои нав, татбиқи ғояҳо ва пайдо кардани шиносҳои нав омодаанд. Ҷаҳонбинияшон ба онҳо кумак мекунад, ки ояндаро ба нақша гиранд ва мушкilotро ҳал кунанд.

Динамикаи рушди мароми қомебиро дар марҳилаи аз давраи барвақти навҷавонӣ то синни дери навҷавонӣ дида мебароем:



Расми 3. Мароми қомебӣ дар синни барвақт ва дери навҷавонӣ

Ин расм нишон медиҳад, ки чӣ гуна мароми комёбӣ дар давраи навҷавонӣ тағйир меёбад. Нишондиҳандаи умумии устуворӣ унсурҳоеро ба монанди чалбшавӣ, назорат ва пазириши хавф дар бар мегирад. Тавре аз расм бармеояд, дар намояндагони синни барвакти навҷавонӣ унсури чалбшавӣ дар дараҷаи пасттар зоҳир шудааст.

Чалбшавӣ имкон медиҳад, ки навҷавонон чизи барояшон арзишманд ва ҷолибро пайдо кунанд. Инро бо он далел шарҳ додан мумкин аст, ки дар синни барвакти наҷавонӣ шахс ҳоло ҳам "худро мечӯяд", зеро ин давраи душвор бояд заминаи ҳаёти ояндаи онҳо гардад.

Дар давраи барвакти навҷавонӣ нисбат ба давраи дери он дараҷаи пасттари назорат ошкор шуд. Ин афрод боварӣ доранд, ки танҳо бо бартараф кардани мушкилот ва истодагарӣ метавонанд вазъияти худро тағйир диҳанд ва ба муваффақият ноил шаванд. Афроде, ки дараҷаи пасти назорат доранд, аксар вақт мақсадгузорӣ намеkunанд, ба ҳадафҳо ноил намешаванд ва агар ноком шаванд, дубора кӯшиш намеkunанд. Чунин афродро танҳо зарурат ба ғайолият водор мекунад ва аксар вақт нақшаҳои худро ба таъхир меандозанд. Дар намояндагони синни дери навҷавонӣ нишондиҳандаҳои пазириши хавф каме пасттар, аммо ба меъёр наздиканд. Навҷавонон аз мушкилот наметарсанд, ба худ эътимод дошта, ба амалӣ кардани ғояҳои нав омодаанд. Онҳо дар муқоиса ба афроде, ки нишондиҳандаи пасттари пазириши хавфро соҳиб гаштаанд ва аз амалӣ кардани ғояҳои худ худдорӣ меkunанд ё агар амал кунад ҳам, хеле эҳтиёткор ё дудилаанд, ҳам аз таҷрибаҳои мусбат ҳам ва ҳам аз таҷрибаҳои манфӣ ғайолана дониш аз худ меkunанд.

Дар марҳилаи асосии тадқиқот, мо рӯовариҳои арзишии навҷавононро таҳқиқ кардем, ки ба андешаи мо, барои муайян кардани хусусиятҳои худамалинамоӣ дар онҳо аҳаммияти хоса доранд.

Барои ин синну сол омодагӣ ба тарзи мустақилонаи ҳаёт ва азхудкунии дониши зарурӣ хос аст. Барои навҷавонон гирифтани маълумоти хуб ва ҷустуҷӯҳои алоқаманд бо касб хеле муҳиманд. Самтгирии касбии навҷавонон

аз бисёр чихатҳо хусусиятҳои рушди психикиро дар ин давра муайян мекунад. Интихоби касб, ё баръакс, номуайяни дар он ба ҳолати психикӣ ва равияи шахс дар навҷавонон таъсир мерасонад. Муносибати онҳо ба касбашон ба муносибати онҳо ба фаъолияти таълимӣ таъсир мерасонидагӣ мешавад. Ба гуфтаи Л.И. Божович, навҷавонон одамони иҷтимоие ҳастанд, ки ба оянда нигаронида шудаанд ва ҳозира ҳамчун заминаи равияи шахс дар онҳо хизмат мекунад [35]. Азбаски худбаҳодихӣ муҳимтарин унсури худшиносии навҷавонон аст, барои онҳо доштани чунин хислатҳо ба монанди эътимод ба худ муҳим буда, ташаккулёбии худбаҳодихиашон ба он вобаста аст, ки дигарон онҳоро то кадом андоза эҳтиром мекунанд. Ҳамаи ин хислатҳо мутобиқшавии иҷтимоии шахсро муайян мекунанд ва рафтор ва фаъолияти ӯро ба танзим мебароранд. Дар онҳо хоҳиши равшан ифодаёфта ба худтакмилдиҳӣ ва худшиносӣ дида мешавад; онҳо мехоҳанд оқил бошанд ва чизҳои воқеан ҳам наву аслий эҷод кунанд. Дар навҷавонон фаъолиии иродавӣ ва истодагарӣ барои расидан ба ҳадаф ҳоло ба қадри кофӣ инкишоф наёфтааст. Инро метавон бо он шарҳ дод, ки навҷавонон ҳанӯз роҳи ояндаи худро дар зиндагӣ муайян накардаанд ва дудилаанд. Вазъияти иҷтимоии рушд дар он ифода меёбад, ки навҷавонон бо вазифаи худмуайянкунии касбӣ рӯ ба рӯ мешаванд. Худмуайянкунии касбӣ дар вазъияти иҷтимоии рушд мавқеи марказиро ишғол мекунад. Шартҳои худмуайянкунӣ метавонанд мавқеи иҷтимоии онҳо дар ҷомеа ва обрӯи иҷтимоии касби интихобшавандаро дар бар гиранд. Аммо, хоҳиши худтасбитнамоӣ навҷавонро водор намекунад, ки худро аз дигарон болотар гузоранд; онҳо барои бартарӣ бар дигарон саъй намекунанд. Дар давраи аввали навҷавонӣ, худмуайянкунии касбӣ як ҷанбаи муҳимми худмуайянкунии шахсӣ мебошад. Дидани худ дар касби оянда нишондиҳандаи пайвастагии шахс бо ҷомеа ва ҳамгироии ӯ бо ҷомеа мебошад.

Муошират дар ин синну сол аҳаммияти калон дорад. Зебоии зоҳирӣ дар ин кор нақши муҳим мебозад. Ҳар қадар ҷавон ба зебоии зоҳирии худ эътимод дошта бошад, ҳамон қадар боварии бештар эҳсос мекунад ва барои ӯ муошират бо ҳамсолон ва пайдо кардани шиносони нав осонтар мешавад. Аммо,

аҳаммияти соҳаи ҳаёти нисбат ба фаъолӣ хеле баландтар аст. Аз ин бармеояд, ки ин нишондодҳо барои озмудашавандаҳо афзалият надоранд. Аз ин рӯ, метавон тахмин кард, ки навҷавонон бо сабаби ҷавонӣ ба саломатии худ камтар аҳаммият медиҳанд. Дар баробари ин, онҳо ҳанӯз ба қадри кофӣ мустақил нестанд, зеро онҳо аксар вақт танҳо пас аз хатми мактаб аз хонаи волидонашон ҷудо мешаванд. Тибқи таҳлили муқоисавии ифодаёбии нишондиҳандаҳои соҳаи арзишҳо қуллаи иерархияи арзишҳоро арзишҳое ишғол мекунанд, ки бо мавқеъ дар ҷомеа ва маҳорати худро аз ҷиҳати беҳтар нишон додан алоқаманданд.

Инро метавон бо он шарҳ дод, ки ин давра бо худмуайянкунӣ, таҳияи дурнамои ҳаёт, муқаррар кардани ҳадафҳо ва талош барои расидан ба камолот тавсиф дода мешавад. Озмудашавандаҳо ҳаёти худро ҷолиб, аз ҷиҳати эмотсионалӣ бой ва пурмазмун меҳисобанд. Аммо, бояд қайд кард, ки аҳаммият ва фаъолиии соҳаи иҷтимоӣ паст аст. Озмудашавандаҳо дар рушди қувваи иродавӣ мушкилӣ мекашанд ва метавон тахмин кард, ки маҳз барои ҳамин нишондиҳандаҳои фаъолӣ дар ҳама соҳаҳо нисбат ба нишондиҳандаҳои аҳаммият пасттаранд. Инчунин озмудашавандаҳо ба саломатии худ муносибати саҳланкорона доранд, ки ин нишондиҳандаи беарзишии худ аст.

Аҳаммияти соҳаи фарҳангӣ низ дар синни дери навҷавонӣ нишондиҳандаи баландтаринро дар байни ҳама соҳаҳо дорои мебошад. Инчунин намоёндагони ин синну сол бо омодагӣ барои тарзи мустақилонаи ҳаёт ва азхудкунии дониши зарурӣ тавсиф дода мешаванд; барои ҷавонон муҳим аст, ки маълумоти хуб гиранд ва касби дилхоҳашонро ҷустуҷӯ кунанд. Дар ин давра омодагӣ барои ҳаёти мустақил, ташаккули ҷаҳонбинӣ, рӯовариҳои арзишӣ ва интиҳоби фаъолияти касбӣ сурат мегирад. Синни дери навҷавонӣ бо муносибати интиҳобӣ нисбат ба манбаъҳои гуногуни иттилоот тавсиф мешавад, ки ба фаъолгардонӣ ва рушди равандҳои психикӣ ва хусусиятҳои шахсият таъсир мерасонад.

Дар ин синну сол тафаккури амалӣ аҳаммияти вижаро касб мекунад ва навҷавонон бо мавҷудияти масъулияти шахсӣ барои кори худ тавсиф

мешаванд. Аҳаммият ва фаъолии соҳаи иҷтимоӣ дар ҳама нишондиҳандаҳо ба таври назаррас пасттар аст. Ҷанбаи иҷтимоӣ дар ҳама шкалаҳо нишондиҳандаи пасттарин дорад. Дар навҷавонон фаъолии иродавӣ ва истодагариӣ барои расидан ба ҳадафҳо кофӣ нест. Камолоти иҷтимоӣ - ин давраи фаъоли фаъолияти меҳнати инсон аст, вақте ки ташаккулёбии шахсият ҳамчун субъекти дониш, муошират ва раванди корӣ сурат мегирад. Таҳлили муқоисавии ифодаёбии нишондиҳандаҳои соҳаи арзишӣ нишон дод, ки арзишҳои баландтарин дар иерархияи арзишҳо он арзишҳое мебошанд, ки бо соҳаи фарҳангӣ алоқаманданд. Дар ин давраи рушди шахсӣ, мақоми иҷтимоӣ, маҳорати худифоданамоии мақбул, таҳсилоти хуб ва омӯзиши касбӣ муҳиманд. Озмудашавандаҳо дар рушди қувваи иродавӣ душворӣ доштанд, аз ин рӯ метавон тахмин кард, ки маҳз барои ҳамин нишондиҳандаҳои фаъолӣ барои ҳамаи соҳаҳо паст мебошанд.

Рӯовариҳои арзишии шахс бештар дар аввали давраи навҷавонӣ ташаккул меёбанд. Ин давраи рушди шахс барои ташаккули ҷаҳонбинӣ ва дарки “Ман”-и худ бениҳоят муҳим аст. Ин синну сол бо зарурати муайян кардани мавқеи худ дар ҷомеа дар заминаи маромҳои ботинӣ тавсиф мешавад. Пас аз таҳлили маълумоти бадастомада, маълум шуд, ки барои синни барвақти навҷавонӣ аҳаммиятнокии соҳаи ҳаётӣ нишондиҳандаи баландтар дорад. Онҳо ба зебоии зоҳирӣ, некуаҳволии баланд, вақтхушӣ ва фароғати хуб афзалият медиҳанд. Илова ба ин, ин дар онҳо нисбат ба калонсолон нишондиҳандаи аҳаммиятнокии ин соҳа нисбат ба фаъолӣ баландтар аст. Дар синни дери навҷавонӣ, нигоҳи равшантар ба арзишҳо аллакай ташаккул меёбад. Барои намояндагони синни дери навҷавонӣ арзишҳои фарҳангӣ муҳимтаранд. Инҳо таҳсилоти хуб, хирадмандӣ, эҳтиром ба дигарон ва эҷоди дунёи худ, дарёфти чизи нав ва аслиро дар бар мегиранд.

Ягона арзиши соҳаи ҳаётӣ, ки барои намояндагони синни дери навҷавонӣ муҳимтар аст, саломатӣ ва некуаҳволӣ мебошад. Дар ҳар як марҳилаи синну солӣ, ки бо тағйирёбии шароит ва рӯйдодҳо тавсиф мешавад, ин ё он сохтори

иҷтимоӣ омили асосии бартаридошта дар ташаккули системаи арзишҳо маҳсуб меёбад.

Дар аввали давраи навҷавонӣ, системаи арзишҳо бо тағйирёбандагиашон тавсиф дода мешавад: азхудкунии нақшҳои иҷтимоӣ, кӯшиш ба тағйирот, худмуайянкунӣ ва ҷустуҷӯи "Ман"-и худ. Дар охири давраи навҷавонӣ, аллакай нигоҳи равшантар ба арзишҳо ташаккул меёбад. Ин давраи рушд бо устувории бештари арзишҳои шахсӣ тавсиф мешавад.

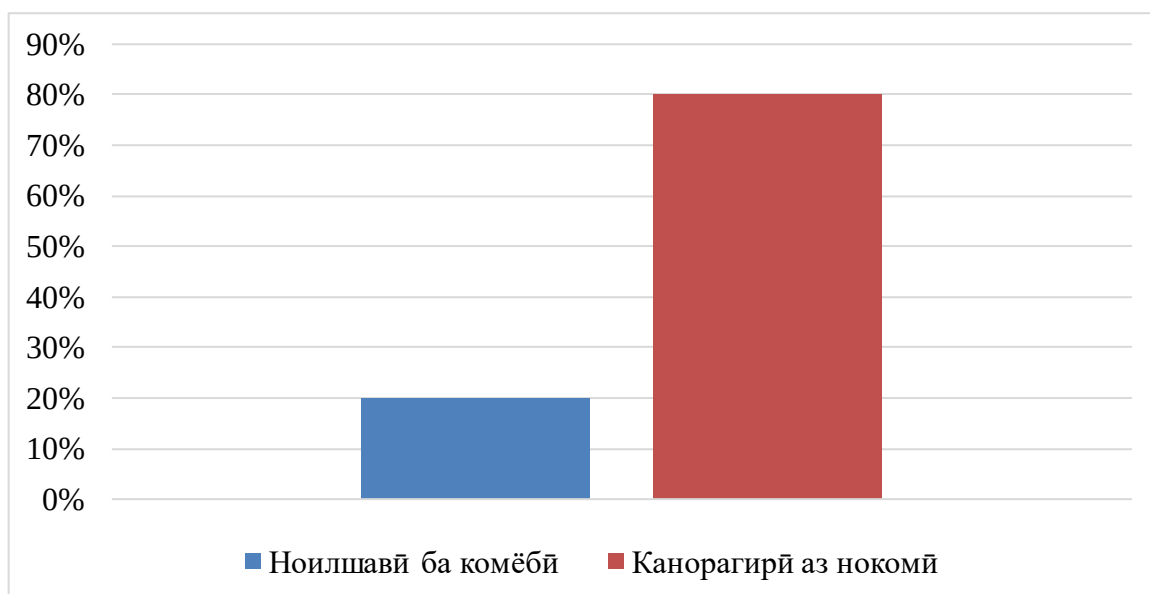
Аз гуфтаҳои боло мо ба хулосае омадем, ки мароми умумии ноил шудан ба комёбӣ дар синни дери навҷавонӣ баландтар ва ба меъёр наздиктар аст. Ин бо он шарҳ дода мешавад, ки шахс аллакай ки чӣ кор карданиашро медонад ва аз шуғлу фаъолиятҳои қаноатманд аст. Онҳо дорои дараҷаи баланди маромнокӣ мебошанд ва ин имкон медиҳад, ки ба муваффақият ноил шаванд ва аҳаммиятнокии худро ҳис кунанд.

Шахси дорои мароми ба дараҷаи баланд инкишофёфта медонад, ки чӣ гуна мақсадгузори кунад, ба қарорҳои худ боварӣ дорад ва аз мушкilot наметарсад. Навҷавонон дар ин синну сол аллакай ба дараҷаи огоҳии бошууруна расидаанд, ба худ ифтихор мекунанд ва ба интиҳоби мустақилонаи оқилона қодиранд. Ҷаҳонбинии онҳо ба онҳо барои таҳияи нақшаҳои ояндаи ҳаёти ва ҳал кардани мушкilot кумак мекунад.

Ҳангоми омӯзиши дараҷаи мароми комёбӣ ва мароми бартаридоштаи шахс барои ноил шудан ба муваффақият дар навҷавонон мо ба натиҷаҳои таҳлили маромнокӣ ба методикаи А. Меҳрабиян таъҷиб кардем. Тадқиқоти дар се марҳила гузаронида шуд:

1. Гузаронидани марҳилаи аввали тадқиқоти оид ба мароми комёбӣ дар навҷавонон. Маълумоти бадастомада дар ҷадвал оварда шудааст.
2. Мо озмоиши ташаккулдиҳанда гузаронидем.
3. Марҳилаи дуюми тадқиқот оид ба мароми комёбӣ дар навҷавонон.

Дар расми 4 тақсими стратегияҳои мароми комёбӣ дар гурӯҳи навҷавонони мувофиқи натиҷаҳои марҳилаи аввал, яъне пеш аз озмоиши ташаккулдиҳанда пешниҳод шудааст:



Расми 4. Хусусиятҳои зоҳиршавии мароми комёбӣ дар навҷавонон

Дар асоси таҳлили натиҷаҳои бадастоварда мо муайян кардем, ки нишондиҳандаи миёнаи ҳолҳои мароми комёбӣ дар гурӯҳи тадқиқотӣ 118.17-ро ташкил медиҳад. Ин нишондиҳанда дараҷаи пасти мароми комёбиро нишон медиҳад, яъне аксари писарон ва духтарон дар гурӯҳ ба гузоштани вазифаҳои дараҷаи мушкилиашон миёна дар назди худ бартарӣ медиҳанд, дар ҳалли вазъиятҳои мураккаб ва душвор ба дастгирӣ ниёз доранд ва машғул шуданро ба корҳои талабкунандаи сарфи ками қувва афзалтар медонанд. Онҳо ба иҷрои вазифаҳои душвори заҳматталаб майл надоранд.

Ин навҷавонон дар фарқ аз иҷрои мустақилонаи вазифа ва гирифтани масъулият ба дӯши худ ҳангоми ба таври равшану фаҳмо пешниҳод кардани вазифаҳо ва таҳти роҳбарии шахси бонуфуз беҳтар кор мекунанд. Муайян карда шуд, ки танҳо дар 20%-и пурсидашудагон мароми комёбӣ ҳамчун мароми бартаридошта арзёбӣ мешавад ва онҳо дараҷаи баланди мароми комёбиро нишон доданд. Ин озмудашавандаҳо ба паси сар намудани монеаю хатарҳо ва нишон додани азму ирода майл доранд. Онҳо барои ноил шудан ба натиҷаҳои дилхоҳашон бештар ҳавасманданд ва аз масъулият ва кори душвори инфироӣ наметарсанд. Ин навҷавонон омодаанд кореро анҷом диҳанд, ки дар он муваффақият номуайян аст ва барои ноил шудан ба натиҷаи ниҳой саъю

кӯшиши зиёд лозим аст. Онҳо суботкору меҳнатдӯст буда, аз рақобат наметарсанд, ки дар онҳо ҷидду ҷаҳдро ба вучуд меорад, на изтироб ё тарс аз нокомиро.

Аксарияти пурсидашудагон, яъне 80%-и писарон ва духтарон дар гурӯҳи тадқиқотӣ, дараҷаи пасти мароми комёбиро нишон доданд, яъне мароми бартаридошта дар он мароми канорагирӣ аз нокомӣ буд. Ин афрод бо қабули қарорҳои эҳтиёткорона, изтироб, бечуръатӣ ва афзалиятдихӣ ба ҳадафҳои ба осонӣ бадастоянда тавсиф дода мешаванд. Агар ин афрод аз уҳдаи иҷрои вазифа набаромада, ба душворӣ мувоҷеҳ шаванд, он гоҳ ба ҷойи саъйю кӯшиш барои расидан ба ҳадаф ба иҷрои вазифаҳои осонтар рӯ меоранд.

Дар рафти тадқиқот озмудашавандагоне ошкор карда шуданд, ки ҳолҳои умумии онҳо аз меъёр хеле пасттар буданд ва мароми бартаридоштаи онҳоро муайян кардан ғайриимкон буд. Ин озмудашавандаҳо 5%-ро ташкил медиҳанд. Ҳамин тариқ, ҳолҳои миёнаи мароми комёбӣ дар гурӯҳи тадқиқотӣ дар марҳилаи аввали тадқиқот танҳо 118,17 ҳолро ташкил доданд, ки нишондиҳандаи дараҷаи пасти мароми комёбӣ мебошанд.

Танҳо 15%-и писарон ва духтарон дараҷаи баланди мароми комёбӣ ва хоҳиши ба даст овардани муваффақиятро нишон доданд. Дар аксарияти кулл, ё аниқтараш 80%-и озмудашавандаҳо мароми бартаридошта мароми канорагирӣ аз нокомӣ буда, мароми комёбии онҳо дар дараҷаи паст аст. Барои 5%-и озмудашавандаҳо, муайян кардани мароми бартаридошта ғайриимкон буд, зеро натиҷаҳо хеле паст буданд.

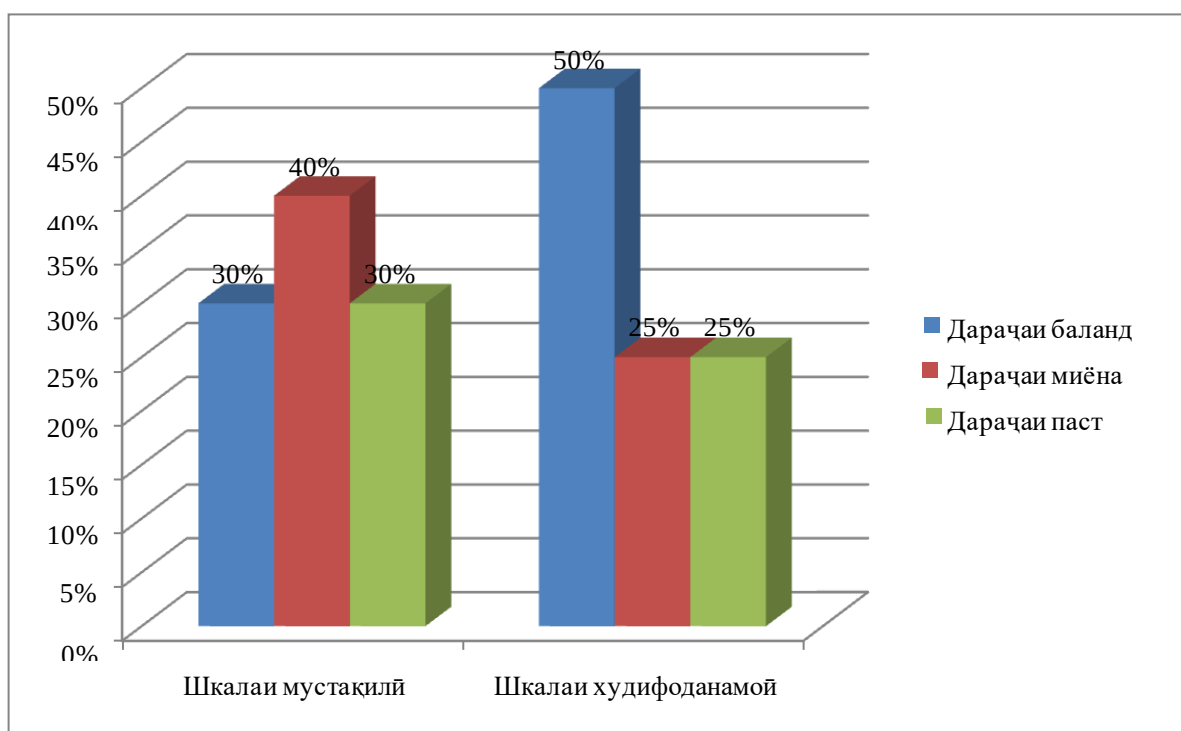
Барои ошкор кардани хусусиятҳои зоҳиршавии худмуайянкунӣ дар навҷавонон, мо методикаи ташҳиси худмуайянкунии К. Шелдон истифода бурдем. Омӯзиши худмуайянкунӣ ва худамалинамоӣ низ дар се марҳила сурат гирифт:

1. Ташҳиси ибтидоии худмуайянкунӣ ва кӯшиш ба худамалинамоӣ.
2. Таҳия ва татбиқи барнома барои ташаккул додани кӯшиш ба худамалинамоӣ.
3. Ташҳиси тақрории худмуайянкунӣ ва кӯшиши худамалинамоӣ.

Худмуайянкунӣ бо ду нишондиҳанда ифода карда мешавад: мустақилӣ ва худифоданамоӣ.

Маълумот дар бораи ин ду нишондиҳандаи худмуайянкунӣ ва хусусиятҳои зоҳиршавии онҳо пеш аз озмоиши ташаккулёбанда дар расми 5 ба таври аёнӣ нишон дода шудаанд.

**Расми 5. Хусусиятҳои зоҳиршавии худмуайянкунӣ дар навҷавонон
пеш аз озмоиши ташаккулдиҳанда**



Таҳлили ташҳиси аввалия нишон дод, ки аксари писарон ва духтарон (40%-и пурсидашудагон) пеш аз озмоиши ташаккулдиҳанда дараҷаи миёнаи мустақилӣ доштанд. Ин афрод баъзан ҳис мекунанд, ки ҳаёташонро худашон идора намеkunанд. Ҳолатҳое мешавад, ки дигарон барои онҳо ҳадаф мегузоранд ва онҳо зери таъсири ҳамин одамон ба он мерасанд. Дар чунин ҳолатҳо онҳо гумон мекунанд, ки имкони интиҳоби мустақилона надоранд ва барои онҳо кумак пурсидан ё масъулиятро ба дӯши каси дигар гузоштан осонтар аст. Аммо бо вуҷуди ин бисёр вақт онҳо мустақилона дар назди худ вазифа мегузоранд, ба фикри дигарон гӯш намедиҳанд ва мефаҳманд: ба ҳар ҳол дар охир интиҳоб аз худӣ онҳост.

Дарачаи баланди мустақилӣ дар 30%-и озмудашавандаҳо ошкор карда шуд. Ин афрод бо эҳсоси назорати мустақилонаи ҳаёти худ зиндагӣ мекунад, роҳҳои рушди худро мустақилона интиҳоб мекунад ва омодаанд барои амалҳои худ масъулиятро ба дӯш гиранд. Онҳо барои машғул шудан ба ягон кор мустақилона қарор қабул мекунад ва он чизи барояшон воқеан арзишмандро худашон интиҳоб мекунад. Онҳо локуси дохилии назорат доранд ва ҳангоми маҳрум шудан аз интиҳоби мустақилона, изтиробро аз сар мегузaronанд.

Дарачаи пасти мустақилӣ дар 30%-и озмудашавандаҳо ошкор карда шуд. Ин нишон медиҳад, ки тарзи ҳаёти ин навҷавонон бо хоҳишу эътиқоду интизориҳояшон мувофиқат намекунад ва онҳо маҷбуранд зери фишори шароити беруна вазъиятро қабул кунанд. Ин афрод аксар вақт наметавонанд мустақилона қарор қабул кунанд, аз шахсони бонуфузтар кумак пурсанд, инчунин аз масъулият метарсанд ва аз таҳияи мустақилонаи нақшаи дурнамои ҳаёгӣ даст мекашанд.

Аз рӯйи шкалаи худифоданамой чунин натиҷаҳо ба даст оварда шуд: 50%-и озмудашавандаҳо ҳолҳои баланд гирифтанд. Ин афрод бо худифоданамой тавсиф шуда, ҳаёташонро мувофиқ бо интизориҳо ва хоҳишҳои худ арзёбӣ мекунад. Онҳо худро мустақил ва ҳаёти худ ҳис мекунад, ҳама чизро мувофиқи принципҳо ва арзишҳои ҳаётиашон тағйир медиҳанд. Рафтор, услуб ва тарзи зиндагии онҳо бо эътиқод ва идеалҳояшон мувофиқ аст ва аз ғайриодӣ ба назар расидан ӯ пазируфта нашудан аз тарафи дигарон наметарсанд.

Озмудашавандаҳо дорои даҷаи миёнаи худифоданамой 25%-и гурӯҳи тадқиқотиро ташкил доданд. Онҳо на ҳамеша итминон доранд, ки идеалҳояшон ва воқеияти ҳаёгӣ мувофиқат мекунад. Аммо, аксар вақт дар атрофашон одамоне ҳастанд, ки метавонанд дар танҳой бо онҳо симои аслии худро нишон диҳанд ва аз содалавҳона ба назар расидан хавотир нашаванд. Дар 25%-и озмудашавандаҳо дараҷаи пасти худифоданамой ошкор карда шуд. Онҳо бо бартарияти ҳисси ноқаноатмандӣ аз ҳаёт ва бегона будан барои худ

тавсиф дода мешаванд. Ин афрод, одатан, эҳсос мекунанд, ки ҳиссиёт ва таассуротҳояшон аз онҳо худашон нест ва намуди зоҳирии онҳо ҳолати ботинии худашонро инъикос намекунад.

Дар ҳолатҳои вижа ин афрод метавонанд эҳсос кунанд, ки гӯё баданашон ба онҳо тааллуқ надорад ё шахси дар оина аксёфта ба онҳо монанд нест.

Ҳамин тариқ, ташҳиси аввалия нишон дод, ки аксарияти озмудашавандагони гурӯҳи тадқиқотӣ, яъне 50% дараҷаи баланди худифоданамой, 25% дараҷаи миёнаи худифоданамой ва 25% дараҷаи пасти худифоданамой доранд. Аз ин бармеояд, ки дараҷаи бартаридоштаи худифоданамой дар озмудашавандаҳо пеш аз озмоиши ташаккулдиҳанда дараҷаи миёна мебошад. Новобаста аз ин, аз рӯйи шкалаи худифоданамой аксари навҷавонони гурӯҳи тадқиқотӣ ҳолҳои баланд гирифтанд. Инро бо хусусиятҳои синнусолии навҷавонии барвақт ва муҳити иҷтимоие, ки онҳо дар он қарор доранд, шарҳ додан мумкин аст. Навҷавонон дар қабули қарор ва интиҳоби фаъолиятҳои худ норасоии мустақилиро эҳсос мекунанд. Таҳсил дар мактаб ба навҷавонон имкони ками интиҳоб медиҳад ва онҳо маҷбуранд, ки ба интизориҳои ҷомеа мутобиқ шаванд. Дар баробари ин, онҳо дар интиҳоби касби оянда ва таҳияи нақшаҳои дурнамои ҳаёти худ мустақилона амал мекунанд.

Яке аз хусусиятҳои давраи наврасӣ ва навҷавонӣ кӯшиш ба худифоданамой ва худсобитнамой аст, ки одатан тавассути хусусиятҳо ва симои зоҳирӣ, инчунин интиҳоби мустақилонаи машғулиятҳо зоҳир мешавад. Хонандагони муассисаи таълимие, ки дар он озмоиш гузаронида шуд, дар маҳфилҳои равияи эҷодӣ ва техникидошта иштирок мекунанд, аз ин рӯ онҳо дар интиҳоби воситаҳои худифоданомӣ худро нисбатан озод ҳис мекунанд.

2.3. Робитаи мутақобилаи мароми комёбӣ ва типҳои рефлексия дар раванди рушди худшиносӣ дар синни навҷавонӣ

Дар заминаи тағйироти муосири иҷтимоӣ ва таълимӣ, омӯзиши механизмҳои психологӣ рушди шахсият дар синни навҷавонӣ муҳимияти

хосса дорад. Ин давраи синну солӣ бо тағйироти шадид дар сохтори худшиносӣ, маромҳо ва танзими рафторӣ тавсиф мешавад, ки ба фаъолияти таълимӣ, худмуайянкунии шахсӣ ва дурнамои рушди ояндаи хонандагон таъсири назаррас мерасонад.

Навҷавонӣ марҳилаи ҳассос дар рушди мароми комёбӣ аст, ки дар он тавозуни байни хоҳиши расидан ба муваффақият ва канорагирӣ аз нокомӣ навсозӣ мешавад. Дараҷаи ифодаёбии ин тамоюлҳои маромнокӣ хусусияти фаъолиии шахс, дараҷаи ташаббуси онҳо, устувории онҳо ба мушкilot ва омодагии онҳоро ба қабули масъулият барои кори худ муайян мекунад. Дар ин замина, мароми комёбӣ ҳамчун захираи муҳим барои рушди шахсӣ хизмат мекунад, дар ҳоле ки бартарӣ пайдо кардани мароми канорагирӣ аз нокомӣ метавонад фаъолияти маърифатиро маҳдуд кунад ва ба таҳияи стратегияҳои рафтории дифоӣ мусоидат намояд.

Механизми дигари ба ҳамин андоза муҳимми психологӣ барои рушди шахсият дар навҷавонӣ ин рефлексия аст, яъне қобилияти шинохтан, таҳлил ва тафсири равандҳои психикии худ. Тадқиқоти муосир хусусияти бисёрунсӯра доштани рефлексияро, ба монанди рефлексияи системавӣ, интроспексия ва квази-рефлексия, ки ҳар яки онҳо дар сохтори худамалинамоӣ вазифаи мушаххасро иҷро мекунанд, таъкид мекунад. Рушди равандҳои рефлексивӣ ба тақвияти танзими рафтории бошуурона, худбаҳодиҳии мувофиқ ва самти устувори маромнокӣ мусоидат мекунад.

Аҳаммияти ин тадқиқоти аз зарурати таҳлили ҳамаҷонибаи фарқҳои вобаста ба синну сол дар зоҳиршавии мароми комёбӣ ва типҳои рефлексияи тафриқавӣ дар навҷавонон бармеояд. Муқоисаи нишондиҳандаҳои хонандагони синфҳои 9 ва 11 ба мо имкон медиҳад, ки қонуниятҳои рушди системаҳои маромнокӣ ва механизмҳои рефлексиякуниро дар давраи навҷавонӣ муайян кунем, инчунин нақши онҳоро дар ташаккули “Ман-консепсия” муайян кунем.

Ҳамин тариқ, ин тадқиқоти ҳадафи баррасии амиқи хусусиятҳои психологӣ мароми комёбӣ, мароми канорагирӣ аз нокомӣ ва механизмҳои

рефлексиякунӣ дар навҷавонӣ мебошад, ки барои психологияи рушд ва психологияи таълим аҳаммияти назариявӣ ва амалӣ дорад.

Барои ноил шудан ба ҳадафи тадқиқотӣ ва санҷиши фарзияҳо, маҷмуи якдигарро пурракунандаи методҳои назариявӣ ва эмпирикӣ барои таҳлили ҳамаҷонибаи хусусиятҳои соҳаи маромнокӣ ва равандҳои рефлексиякунӣ дар сохтори худамалинамоии навҷавонон истифода шуданд.

Дар тадқиқоти методикаҳои стандартишуда бо эътимоднокӣ ва боваринокии кофӣ ҳамчун методикаҳои эмпирикӣ барои ташҳиси психологӣ мавриди истифода қарор гирифтанд.

Барои омӯзиши самти маромнокии шахс, методикаҳои Т. Эллерс, "Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ" ва "Мароми канорагирӣ аз нокомӣ" истифода шуданд.

Ин методикаҳо ба мо имкон доданд, ки дараҷаҳои ифодаи ду майли асосии маромнокӣ - қўшиш ба ноил шудан ба натиҷаи мусбат ва қўшиши ба канорагирӣ аз натиҷаи манфиро - муайян кунем ва хусусиятҳои синну солии онҳоро дар хонандагони синфҳои 9 ва 11 ошкор созем.

Барои омӯзиши равандҳои рефлексиявӣ, пурсишномаи "Типи рефлексияи тафриқашуда", ки аз ҷониби Д.А. Леонтев, Е.М. Лаптева, Е.Н. Осин ва А.Ж. Салихова таҳия шудааст, истифода шуд. Ин методика ба мо имкон дод, ки унсурҳои сохтори рефлексия, яъне рефлексияи системавӣ, интроспексия ва квази-рефлексияро ташҳис кунем ва рефлексияро ҳамчун як падидаи бисёрдараҷаи психологӣ дар заминаи инкишофи худшиносии навҷавонон мавриди таҳқиқ қарор диҳем.

Барои коркард ва таҳлили маълумоти эмпирикӣ усулҳои таҳлили математикӣ ва омӯрӣ истифода шуданд. Барои муайян кардани саҳеҳии фарқҳо дар байни ҳолҳои хонандагони синфҳои 9 ва 11, аз t-меъёри Студент истифода шуд. Коркарди омӯрии маълумот ба мо имкон дод, ки дараҷаи аҳаммиятнокӣ фарқҳои муайяншударо ошкор созем ва эътибори омӯрии онҳоро дар дараҷаи аҳаммиятнокӣ $p \leq 0.05$ тасдиқ кунем.

Методикаҳои назариявии истифодашударо таҳлил, таркиб, ҷамъбаस्तкунӣ ва басистемадарории манбаъҳои илмӣ оид ба мароми комёбӣ, худшиносӣ ва равандҳои рефлексивӣ дар навҷавонон ташкил медиҳанд. Ин методикаҳо асоси назариявӣ ва методологиро барои омӯзиш ва тафсири натиҷаҳои эмпирикӣ фароҳам оварданд.

Ҳамгироии методикаҳои тадқиқотии истифодашуда имконияти бароҳмони муносибати тоҷро барои омӯзиши хусусиятҳои маромнокӣ ва рефлексивии шахсияти навҷавонон фароҳам овард ва имкон дод, ки маълумоти бозғайимии инъикоскунандаи қонуниятҳои инкишофи онҳо ба даст оварда шавад.

Ҷадвали 1.

Нишондиҳандаҳои бо истифода аз методикаҳои Т. Эллерс "Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ" ва "Мароми канорагирӣ аз нокомӣ" ба даст оварда шудаанд, мувофиқи t-меъёри Студент ($n = 240$)

Нишондиҳандаҳо	Синфҳо	N	миёна (C)	σ	T	p
Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ	Синфи 9	140	27.96	5.21	-2.58	0.011*
	Синфи 11	100	29.84	4.88		
Мароми канорагирӣ аз нокомӣ	Синфи 9	140	22.41	4.56	2.36	0.019*
	Синфи 11	100	20.87	4.39		

Дарачаи баланди "мароми комёбӣ" дар хонандагони синфи 11 нишон медиҳад, ки дар давраи навҷавонӣ раванди худшиносӣ, ташаккули ҳадафҳои шахсӣ ва устувории талаботҳои дохилӣ барои амалинамоии онҳо ғайриодатӣ таъсир меёбад ($t = -2.58$; $p = 0.011$). Вақте навҷавонон аз қобилиятҳои худ огоҳтар мешаванд, онҳо эҳсоси амиқтари арзиши воқеии саъю кӯшиши мақсаднокро инкишоф медиҳанд ва ин раванд "Ман-консепсия"-ро ғайриодатӣ ташаккул медиҳанд. Дар хонандагони дорой кӯшиши баланди ба даст овардани муваффақият, механизмҳои муқоисаи иҷтимоӣ ғайриодатӣ мегардад, ки рақобати мусбат ва мароми ботиниро барои рушд таъсир медиҳанд. Васеъ кардани худшиносӣ дар навҷавонӣ хонандагонро водор мекунад, ки муваффақиятро на танҳо ҳамчун баҳодихӣ аз беруна, балки ҳамчун воситаи

тасдиқи салоҳиятнокии худ дарк кунанд. Бо мурури тақвият ёфтани мароми комёбӣ, навчавонон қобилиятҳои психологии худназораткунӣ, банақшагирии ҳадафҳо ва ташкили зина ба зинаи фаъолиятҳоро инкишоф медиҳанд. Хонандаи ба муваффақият нигаронидашуда ҳар як дастовардро ҳамчун далели рушди шахсӣ мешуморад, ки ин, дар навбати худ, раванди худшиносиро боз ҳам тақвият медиҳад. Вақте фаъолияти маърифатӣ ба натиҷаҳои мусбат нигаронида шудааст, навчавонон аз вазифаҳои душвор канорагирӣ намеkunанд, балки онҳоро ҳамчун имконият барои санҷиши худ қабул мекунанд. Сабъи кӯшиш ба муваффақият системаи мароми ботинии шахсро навсозӣ карда, ба қувватгирии кӯшишҳои иродавӣ дар фаъолияти таълимӣ мусоидат мекунад. Вақте хонандагон муваффақиятро ҳамчун асоси тағйироти ҳаёт арзёбӣ мекунанд, онҳо тадриҷан механизмҳои қабули қарорҳои мустақилонаро инкишоф медиҳанд. Мароми қавитар барои муваффақият навчавононро ба фаҳмиши амиқтари фаъолияти зеҳнӣ, ҷустуҷӯи дониш ва муносибати эҷодӣ роҳнамоӣ мекунад. Бо қонун кардани талаботи афзояндаи худ, хонандагон имкон пайдо мекунанд, ки қувваҳои худро эътироф кунанд ва заъфҳои худро ҷуброн намоянд. Навчавононе, ки ба ноил шудан ба муваффақият нигаронида шудаанд, ҳангоми кӯшиши мустаҳкам кардани мавқеи худ дар байни ҳамсолони худ худшиносии фаъолтари иҷтимоиро инкишоф медиҳанд. Онҳо метавонанд фаъолиятшонро оқилона ба роҳ монанд ва стратегияи интихобкардаи худро бо натиҷаҳои воқеӣ муқоиса кунанд. Афроди қадркунандаи муваффақият, худбаҳодиҳии мусбатро инкишоф медиҳанд, ки ин барои устувории психологӣ замина фароҳам меорад.

Дарачаи баланди "мароми канорагирӣ аз нокомӣ" дар байни хонандагони синфи 9 нишон медиҳад, ки дар наврасони ба синни навчавонӣ наздикшаванда, худшиносӣ ҳанӯз ҳам ба қадри кофӣ инкишоф наёфтааст. Бо ин сабаб, эҳтимол онҳо аз хато кардан метарсанд ва дар фаъолият хеле эҳтиёткоранд ($t = 2.36$; $p = 0.019$). Дар шароити шинохти нопурраи имкониятҳои худ, хонандагон ба таври назаррас ба баҳодиҳии атрофиён вобаста мешаванд, ки майли

канорагирӣ аз нокомиро зиёд мекунад. Ба таври равшан ифодаёбии ин навъи маром нишон медиҳад, ки “Ман-концепсия”-и ботинӣ ҳанӯз пухта нарасидааст, аз ин рӯ онҳо ба ҷойи худсобитнамоӣ, аз танқид канорагирӣ карданро афзалтар медонанд. Навҷавононе, ки аз нокомӣ метарсанд, ҳангоми иҷрои вазифаҳои мураккаб дудилагӣ нишон медиҳанд, зеро онҳо ҳама карданро ҳамчун таҳдид ба томияти низоми худшиносии худ арзёбӣ мекунанд. Ин ҳолат кӯшиши иродавино заиф мекунад ва муқаррар кардани ҳадафҳои равшанро душвор мегардонад. Вақте мароми канорагирӣ аз нокомӣ бартарӣ дорад, навҷавонон аксар вақт ба стратегияи "пешгирӣ аз ҳамаи онҳо" таъя мекунанд ва дар натиҷа ба ҷойи муносибати эҷодкорона ба қор, роҳҳои беҳатари иҷрои амалро интихоб мекунанд. Номуайяний дар равиши худшиносӣ вобастагии ҳонандаро ба дастгирии беруна зиёд мекунад, ки ин қобилияти онҳоро барои қабули қарорҳои мустақилона қиш медиҳад. Ин ҳолати маромнокӣ боиси дарк намудани танқид ҳамчун таҳдид мегардад ва барои қиш ёфтани эътимод ба худ ва афзоиши шубҳа ба қобилиятҳои худ мусоидат мекунад. Навҷавононе, ки майли возеҳи канорагирӣ аз нокомӣ доранд, аксар вақт аз иҷрои супоришҳо метарсанд, зеро онҳо эҳтимолияти натиҷаи манфино пешбинӣ мекунанд. Ин равиш инчунин ба худшиносии иҷтимоӣ таъсир мерасонад, зеро ҳонанда дар бораи қишҳои эҳтимолии мақоми худ дар байни ҳамсолон дар ташвиш аст. Бартари мароми канорагирӣ аз нокомӣ дар сохтори ҳудамалинамоӣ боиси паҳншавии механизмҳои ҳимоявӣ мегардад, ки дар натиҷа майли наврасро барои дур шудан аз фаъолият ба вучуд меорад. Ин, дар навбати худ, боиси қишҳои ташаббусқорӣ дар равишҳои маърифатӣ, суст шудани масъулият дар муносибат бо маводди омӯхташаванда ва қишҳои умумии фаъолияти зеҳнӣ мегардад. Дарҷаи баланди канорагирӣ аз нокомӣ аз ташаккулёбии ноқофии механизми ҳуддастгирии психологӣ дар наврас шаҳодат медиҳад ва онҳоро ташвиқ мекунад, ки дар вазъиятҳои таълимӣ мавқеи эҳтиётқор ва дар баъзе мавридҳо ғайрифаволро ишғол кунанд. Ноқобилии дарк кардани ҳамаи онҳо ҳамчун захира барои рушди шахсӣ боиси канорагирӣ аз вазифаҳои мегардад, ки эҳтимолан ҳатари нокомиро дар бар

мегиранд ва ин боиси суишудани суръати рушди шахсӣ мегардад. Гарчанде ин ҳолати психологӣ ба ҳифзи “Ман”- худ нигаронида шудааст, ҳангоми тулонӣ будан ғайбӣ шахсро хоҳиш медиҳад ва имконияти муваффақиятро маҳдуд мекунад.

Ҷадвали 2.

Нишондиҳандаҳое, ки аз пурсишномаи "Типи рефлексияи тавфриқашуда" (Д.А. Леонтев, Е.М. Лаптева, Е.Н. Осин, А.Ж. Салихова) гирифта шудаанд, мувофиқи меъёри Студент (t-меъёр) (n = 240)

Нишондиҳандаҳо	Синфҳо	N	Миёна (C)	σ	t	p
Рефлексияи системавӣ	Синфи 9	140	28,46	4,92	-2,71	0,007*
	Синфи 11	100	30,12	4,68		
Интроексия	Синфи 9	140	26,73	4,57	-2,49	0,014*
	Синфи 11	100	28,19	4,33		
Квази-рефлексия	Синфи 9	140	24,38	4,41	-2,32	0,021*
	Синфи 11	100	25,87	4,26		

Дарҷаи "рефлексияи системавӣ" дар ҳонандагонии синфи 11 нишон медиҳад, ки навҷавонӣ қобилияти шахсро барои таҳлили системавӣ, пайваста ба мантиқии равандҳои тафаккури худ инкишоф медиҳад ($t = -2.71$; $p = 0.007$). Дар ин давра ҳонандагон кӯшиш мекунанд, ки на танҳо андешаҳои худро эҳсос кунанд, балки онҳоро ба сохторҳои зехнӣ табдил диҳанд ва ин имкон медиҳад то механизмҳои сабабу натиҷавии таассуротҳои ботинии онҳо амиқтар дарк карда шаванд. Тақвияти рефлексияи системавӣ мароми дохилии навҷавонро барои худтакмилдиҳӣ, танзими бошууронаи рафтор ва асоснок кардани қарорҳои худ ғайб мекунад. Ҳангоми сохторбандии андешаҳои худ, онҳо аз тарафҳои қавӣ ва заифи худ бештар огоҳ мешаванд, ки ин эътимоди онҳоро ба худ тақвият медиҳад. Навҷавонони дорои қобилияти инкишофёфтаи таҳлили системавӣ ҳангоми ҳалли вазифаҳои мураккаб бартарӣ доштани ташкили мантиқии қорро нисбат ба бахотиргирии одӣ дарк мекунанд. Рушди ин салоҳият хоҳиши ба даст овардани муваффақиятро афзун мекунад, зеро танзими тафаккур ба як захираи муҳимми стратегӣ дар роҳи ба даст овардани

натиҷаҳо табдил меёбад. Бо афзоиши дараҷаи рефлексияи системавӣ, навҷавонон кӯшиш мекунанд, ки ҳар як марҳилаи фаъолияти худро бошуурона назорат кунанд ва ин ба инкишофи сифатҳои иродавӣ мебарад. Қобилияти коркарди таҳлилии андешаҳои худ ба масъулиятро ба омӯзиш тақвият медиҳад, зеро хонанда дар паси ҳар як дастовард интиҳоби бошууронаро эҳсос мекунад. Тафаккури системавӣ ба хонандагон таълим медиҳад, ки дар қабул қарорҳо ба шитобкорӣ роҳ надода, балки оқибатҳоро пешбинӣ кунанд, ки стратегияи дохилии онҳоро барои ноил шудан ба муваффақият ғанӣ мегардонад. Бо тафаккури системавии рушдёфта, навҷавонон метавонанд ҳадафҳои кӯтоҳмуддат ва дарозмуддатро ба нақша гиранд, ки ба рушди устувори психологӣ тақвиятёфта мусоидат мекунад. Таҳлили ҳадоҳои гузашта ба онҳо имкон медиҳад, ки фаъолиятҳои ояндаро дуруст равона кунанд. Ин раванди тафаккур мароми комёбиро тақвият медиҳад, зеро ҳар як натиҷа ҳамчун дараҷаи рушди шахсӣ дарк карда мешавад. Тафаккури системавӣ устувориро ба стрессро афзоиш медиҳад, зеро хонандагон метавонанд ҳатто вазъиятҳои мураккабро ба таври мантиқӣ арзёбӣ кунанд. Ин раҳёфт ба навҷавонон таълим медиҳад, ки ба стратегия диққат диҳанд, на ба шароит. Қобилияти мустаҳкамшудаи идоракунии тафаккури худ дар ҳислатҳои сарварии хонанда дар синф низ зоҳир мешавад.

Дараҷаи баланди "Интроексия" дар хонандагони синфи 11 рушди назарраси қобилияти озмудашавандагонро ба таҳлили амиқи ҳолати ботинӣ, таассуротҳои психологӣ ва ҳолатҳои эмотсионалии худ нишон медиҳад ($t = -2.49$; $p = 0.014$). Навҷавонони дорои маҳорати худмушоҳидакунӣ аксуламалҳои эмотсионалии худро мушоҳида карда, барои дарки моҳияти онҳо кӯшиш мекунанд. Ин амал дараҷаҳои ботинии худшиносиро фаъолон инкишоф медиҳад. Ҳангоми таҳлили таассуротҳои эмотсионалии худ, кӯшиш онҳо барои ноил шудан ба муваффақият ҳадафноктар мешавад, зеро онҳо метавонанд эмотсияҳои худро идора намуда, ба тарзи самаранок амал кунанд. Қувватгирии интроексия ба навҷавонон барои дарк кардани маромҳои ботинии амалҳои худ имкон медиҳад ва ин барои ба таври мақсаднок ташкил

кардани фаъолият мусоидат мекунад. Ҳар қадар навҷавонон ҳиссиёти худро равшантар дарк кунанд, ҳамон қадар дақиқтар муайян мекунанд, ки кадом вазъият онҳоро тақон медиҳад ва кадомаш дар раванди омӯзиш монеа эҷод мекунад. Ин салоҳияти рефлексивӣ кӯшиши ноилшавӣ ба муваффақиятро бо устувории эмотсионалӣ ҷамоҳанг месозад. Дарачаи баланди интроспексия қобилияти навҷавонро барои худтанқидкунӣ афзоиш дода, маҳорати таҳлили оқилонаи дастовардҳо ва ҳатоиҳои худро инкишоф медиҳад. Аз худ кардани назорати эмотсионалӣ тарсро аз вазифаҳои душвор коҳиш медиҳад ва саъю кӯшиши муваффақиятро тақвият мебахшад. Тафаккури интроспективӣ ба шахс имкон медиҳад, ки худро дар вазъиятҳои гуногун мушоҳида карда, симои психологӣ худро воқеъбинона баҳодихӣ намояд. Ин раванд талабот ва интизориҳои навҷавонро ба таври мақсадноктар роҳнамоӣ мекунад. Интроспексия системаи маромҳои ботиниро тақвият медиҳад, зеро навҷавонон сабабҳои амалҳои худ ва таъсири эмотсионалиҳои онҳоро мефаҳманд. Идоракунии бошуурокаи ҳолати ботинии худ таъсири омилҳои берунаро ба раванди ноил шудани муваффақият коҳиш медиҳад. Дарачаи баланди интроспексия масъулияти шахсиро зиёд мекунад, зеро ҳонандагон бошуурокаи оқибатҳои амалҳои худро ба дӯш мегиранд. Гӯш кардани худро омӯхта, навҷавонон на танҳо ҳамчун иҷрокунанда амал мекунанд, балки ба субъекте табдил меёбанд, ки бошуурокаи ҳадафҳои худро идора мекунанд. Интроспексия кӯшиши бадастоварии муваффақиятро бо қувваи ботинӣ ғанӣ мегардонад, зеро навҷавонон ҳолати эмотсионалиҳои худро дарк карда, онро барои самараноктар фаъолият кардан истифода мебаранд.

Дарачаи баланди "квази-рефлексия" дар ҳонандагони синфи 11 нишон медиҳад, ки дар давраи навҷавонӣ раванди таҳайлот, худбаҳодихии тахминӣ ва фаҳмиши рамзии таассуротҳои ботинӣ қувват мегиранд ($t = -2.32$; $p = 0.021$). Ҳонандагони дорои квази-рефлексия равандҳои зехнии худро ба таври интуитивӣ эҳсос мекунанд, гарчанде на ҳамеша онҳоро ба таври дақиқ шарҳ дода метавонанд. Ин ҳассосияти ботинӣ мароми муҳиммеро барои рушди кӯшиши ноилшавӣ ба муваффақият эҷод мекунад. Тақия кардан ба

тасаввуротҳои дохилӣ қобилияти онҳоро барои пешбинӣ кардани натиҷаҳои эҳтимолӣ, дидани худ дар вазъиятҳои гуногун ва арзёбии қаблӣ афзоиш медиҳад. Чунин раванди рефлексивӣ кӯшиши ба даст овардани муваффақиятро тақвият медиҳад, зеро навҷавонон дастовардҳои ояндаи худро аз ҷиҳати зехнӣ тасаввур мекунанд. Бо афзоиши квази-рефлексия, хонандагон бештар ба эҳсосоти дохилӣ таъя мекунанд ва ин ба онҳо кумак мекунад, ки ба таври интуитивӣ қарорҳои дуруст қабул кунанд. Худро дар нақшҳои гуногун тасаввур карда, навҷавонон фарқи байни "Мани идеалӣ" ва "Мани воқеӣ"-и худро мефаҳманд ва заруратро ба худтакмилдиҳӣ дарк мекунанд. Квази-рефлексия навҷавононро водор мекунад, ки сценарияҳои муваффақияти ояндаро тасаввур кунанд ва мароми дохилиро тақвият диҳанд. Бо рефлексияи ҳаёлии инкишофёфта навҷавонон ҳадафҳои худро ҷолибтар меҳисобанд ва барои ғайбӣ пайгирӣ кардани онҳо кӯшиш мекунанд. Равандҳои квази-рефлексия тафаккури эҷодиро таҳрик медиҳад ва стратегияҳои муваффақиятро ҷандиртар мегардонанд. Бо огоҳ шудан аз ҳолати психологӣ худ тавассути таҳайюлот, навҷавонон метавонанд эмотсияҳои худро дуруст равона кунанд то ба муваффақияти таълимӣ таъсири мусбат расонад. Квази-рефлексияи қавӣ ба хонандагон имкон медиҳад, ки бо таҳлили сатҳии вазъият маҳдуд нашуда, онро тавассути образҳои ботинӣ тафсир кунанд, зеро ин қабули қарорҳои оқилонаро тақвият медиҳад. Рефлексияи ҳаёли мутобиқшавии психологиро афзоиш медиҳад, зеро навҷавонон сценарияҳои гуногуни имконпазирро пешакӣ баррасӣ мекунанд. Тақвияти квази-рефлексия захираҳои дастгирии психологӣ ботиниро ғайб мегардонад ва заминаи қавитарии психологиро ҷиҳати талош барои муваффақият фароҳам меорад. Навҷавонони дорои маҳорати ранамоии тасаввуротҳои ботинӣ худ барои ноил шудан ба муваффақият ба таври мақсаднок саъй мекунанд ва аз нокомӣ наметарсанд. Хонандагони дорои квази-рефлексияи рушдёфта худбаҳодиҳии нозуктар, ҷандиртар ва динамикро соҳибанд.

Ҳамин тариқ, тадқиқоти эмпирӣ хусусиятҳои психологӣ соҳаи маромнокӣ ва равандҳои рефлексияро дар сохтори худамалинамоии

навҷавонон ошкор ва таҳлил кард. Таҳлили муқоисавии нишондиҳандаҳои хонандагони синфҳои 9 ва 11 фарқҳои синну солии аз ҷиҳати омӯри аҳаммиятнокро нишон дод, ки қонуниятҳои рушди шахсиятро дар давраи навҷавонӣ инъикос мекунад.

Натиҷаҳои бо истифода аз методикаҳои Т. Эллерс бадастовардашуда мавҷудияти дараҷаи баланди мароми кӯшиши бадастоварии муваффақиятро дар хонандагони синфи 11 нишон доданд. Дар хонандагони синфи 9 бошад, мароми канорагирӣ аз нокомӣ ба таври равшан ифода ёфтааст. Ин нишон медиҳад, ки шахс оҳиста-оҳиста аз рафтори муҳофизакорона, ки бештар ба гурехтан аз ҳатоқо равона шудааст, ба стратегияҳои ғайри рафтор мегузарад, ки ҳадафшон ба даст овардани натиҷаи дилхоҳ аст. Чунин динамика инъикоскунандаи раванди тақвияти худшиносӣ, ташаккули "Ман-концепсия"-и устувор ва афзоиши эътимоди озмудашавандагон ба қобилиятҳо мебошад. Муайян карда шудааст, ки бартарӣ доштани кӯшиши ноил шудан ба муваффақиятро дар хонандагони синни навҷавонӣ рушди худтанзимкунӣ, банақшагирии ғайрият ва муносибати бошуурона ба вазифаҳои таълимӣ ҳамроҳӣ мекунад. Баръакс, бартарӣ доштани хоҳиши канорагирӣ аз нокомӣ дар онҳо бо вобастагии афзоида ба баҳодиҳии атроф, коҳиши ташаббускорӣ ва майл ба стратегияҳои рафтории беҳатар алоқаманд аст, ки метавонад иқтисоди рушди шахсӣ ва зехиро маҳдуд кунад.

Таҳлили натиҷаҳои пурсишномаи "Типи рефлексияи тафриқашуда" нишон дод, ки дар хонандагони синфи 11 нишондиҳандаҳои рефлексияи системавӣ, интроспексия ва квази-рефлексия хеле баландтар аст. Ин аз афзоиши сифатии мураккабии механизмҳои рефлексивӣ дар навҷавонӣ шаҳодат медиҳад, ки дар қобилияти таҳлили бошуурунаи равандҳои тафаккури худ, ҳолатҳои эмотсионалӣ ва стратегияҳои рафторӣ зоҳир мешавад. Рушди рефлексияи системавӣ ба ташаккули тафаккури мантиқӣ, афзоиши масъулият барои иҷрои кор ва устуворӣ ба вазиятҳои стрессӣ мусоидат мекунад.

Муайян карда шуд, ки тақвияти равандҳои квази-рефлексия вазифаи муҳимми мутобикшавиро иҷро мекунад ва дастгирии психологӣ дохило ба шахс тавассути амсиласозии ҳаёлии дастовардҳои оянда ва сценарияҳои имконпазирӣ фаъолият таъмин мекунад. Ин намуди рефлексия ба рушди тафаккури эҷодӣ, ҷандирии рафтор ва мароми комёбии мусбат мусоидат мекунад.

Дар маҷмӯъ, натиҷаҳои тадқиқот тасдиқ мекунанд, ки мароми комёбӣ ва равандҳои рефлексиявӣ механизмҳои психологӣ ба ҳам алоқаманд дар рушди худшиносии навҷавонон мебошанд. Бо гузашти синну сол унсурҳои маромнокӣ ва рефлексиякунандаи шахсият муттаҳид мешаванд ва гузаришро аз рафторҳои ба баҳодиҳии беруна вобастабуда ба фаъолияти ботинӣ даркшуда, мақсаднок ва мустақил имконпазир мегардонанд.

Маълумоти дастрасшуда аҳамияти назарраси назариявӣ ва амалӣ доранд, зеро онҳоро дар таҳияи барномаҳои психологӣ ва педагогӣ, ки ба ташаккули мароми комёбӣ, рушди қобилиятҳои рефлексивӣ ва тақвияти худамалинамоӣ дар навҷавонон нигаронида шудаанд, истифода бурдан мумкин аст.

Хулосаи боби дуюм

Таҳқиқи ҳамаҷонибаи эмпирикӣ оид ба хусусиятҳои мароми комёбӣ ва хоҳиши худамалинамоӣ дар давраи навҷавонӣ гузаронидашуда ва вижагиҳои муносибати онҳо вобаста ба синну сол ва хусусиятҳои шахсияти озмудашавандаҳо ошкор гардида, ба мо имкон дод, ки як қатор хулосаҳои умумӣ барорем.

Пеш аз ҳама, муайян карда шуд, ки мароми комёбӣ дар навҷавонӣ бо гуногунрангӣ ва тағйирёбии равшан ифодаёфта тавсиф дода мешавад. Давраи барвақти навҷавонӣ одатан бо бартарӣ доштани талабот ба худамалинамоӣ, зебоии зоҳирӣ, эътирофи иҷтимоӣ ва аз ҷиҳати эмотсионалӣ рангин будани ҳаёт тавсиф дода мешавад, дар ҳолате, ки ҳанӯз механизмҳои иродавии худтанзимнамоӣ ва мақсадгузориҳои устувор ба қадри кофӣ инкишоф

наёфтаанд. Ҳамзамон, дар давраи дери навҷавонӣ чунин раванд мушохида мешавад: онҳо бештар дар бораи ҳадафҳои зиндагии худ фикр мекунанд, масъулияти интихоби шахсии худро бештар эҳсос мекунанд ва сохтори устувортари маромнокӣ дар онҳо ташаккул меёбад, ки ба худмуайянкунии касбӣ ва шахсӣ равона шудааст.

Ошкор карда шуд, ки хоҳиши худамалинамоӣ дар навҷавонӣ бо хусусиятҳои соҳаи арзишӣ-маъноии шахс зич алоқаманд аст. Дар давраи барвақти навҷавонӣ, системаи арзишҳои инсон ноустувор ва ҷузъ-ҷузъ аст. Ин боис мегардад, ки дар байни чизҳое, ки шахс барои худ муҳим мешуморад ва амалҳои воқеан анҷомдодаи ӯ номувофиқатҳо ба вучуд меоянд. Дар охири навҷавонӣ, самтҳои арзишӣ сохтори иерархӣ ва устувории бештар пайдо мекунанд ва аҳаммияти арзишҳои фарҳангӣ, таълимӣ ва касбӣ афзуда, заминаи психологиро барои худшиносии бошууруна фароҳам меорад.

Таҳлили муқоисавии нишондиҳандаҳои устуворӣ нишон дод, ки унсурҳои сохтори он (ҷалбшавӣ, назорат ва пазириши хатар) дар марҳилаҳои гуногуни навҷавонӣ ба таври гуногун зоҳир мешаванд. Намояндагони давраи барвақти навҷавонӣ бо дараҷаи баланди пазириши хатар ва ҳисси сусти назорат тавсиф дода мешаванд, ки аз мавҷудияти майли озмоиш ва санҷиши сарҳади қобилиятҳои худ бидуни баҳодихии оқибатҳо дарак медиҳад. Дар охири навҷавонӣ, нишондиҳандаҳои устуворӣ нисбатан баробаранд, ки аз рушди стратегияҳои комили рафтор ва афзоиши устувории ботинӣ шаҳодат медиҳанд.

Маълумоти эмпирикӣ мавҷудияти робитаи аз ҷиҳати омӯрӣ арзишмандро дар байни мароми комёбӣ ва нишондиҳандаҳои худмуайянкунӣ тасдиқ карданд. Навҷавонони дорои майли равшан ифодаёфтаи ноилшавӣ ба муваффақият дараҷаи баланди мустақилӣ, танзими дохилии рафтор ва қобилияти интихоби бошуурунаи ҳадафҳо ва усулҳои ноилшавӣ ба онҳоро нишон медиҳанд. Баръакс, мароми бартаридоштаи канорагирӣ аз нокомӣ, бо қоҳиши ташаббускорӣ, майл ба интихоби вазифаҳои сабуктар ва сустшавии фаъолӣ дар худинкишофдиҳӣ алоқаманд аст.

Таҳлили равандҳои рефлексивӣ нишон дод, ки мароми комёбӣ бо рефлексияи системавӣ ва интроспексия алоқамандии мусбат дорад. Ин алоқамандӣ нақши равандҳои рефлексивиро ҳамчун механизмҳои психологӣ барои банақшагирии оқилона, худназораткунӣ ва худтанзимкунии фаъолият нишон медиҳад. Дар баробари ин, мароми канорагирӣ аз нокомӣ бо квази-рефлексия алоқаманд аст. Ин ҳолат бартарияти шаклҳои маҷозии ҳимоявии худшиносиро, ки ба канорагирӣ аз хавфҳо ва номуайяний нигаронида шудаанд, инъикос мекунад.

Ҳамин тариқ, натиҷаҳои боби дуюм нишон медиҳанд, ки мароми комёбӣ дар навҷавонон муҳимтарин омили психологии муайянкунандаи самт ва дараҷаи талош барои худамалинамоӣ мебошад.

БОБИ 3.

ОЗМОИШИ ТАШАККУЛДИҲАНДА ОИД БА РУШДИ МАРОМИ КОМЁБӢ ҲАМЧУН ОМИЛИ ХУДАМАЛИСОЗӢ ДАР СИННИ НАВҶАВОНӢ

3.1. Таҳия ва асосноккунии барномаи рушди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ

Дар асоси натиҷаҳои марҳалаи якуми таҳқиқоти озмоишӣ, ки ба ошкор намудани дараҷа, хусусиятҳо ва омилҳои ташаккулёбии мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ равона гардида буд, барномаи махсуси психологию педагогӣ барои навҷавонон таҳия карда шуд. Зарурати таҳияи чунин барнома аз он бармеояд, ки натиҷаҳои аз ташхис бадастомада дараҷаи нокифояи ташаккулёбии унсурҳои маромӣ-маъноӣ ва амалии худамалисозиро дар қисми муайяни озмудашавандаҳо ошкор карданд.

Соҳаи маромнокии шахс дар шароити ҷомеаи муосир яке аз омилҳои калидии муваффақияти шахсӣ ва касбӣ ба шумор меравад. Раванди ҷаҳонишавӣ, афзоиши рақобат дар бозори меҳнат ва талаботи рӯзафзуни иҷтимоӣ аз инсон ғаёлӣ, ташаббускорӣ, қобилияти худидоракунии ва омодагӣ ба худинкишофдиҳии доимиро талаб менамоянд. Дар чунин шароит ташаккулдиҳии мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ ҳамчун заминаи рафтори ғаёл ва созандаи шахс аҳаммияти хос касб мекунад.

Ташаккулдиҳии кӯшиши худамалисозӣ дар раванди шаклгирии шахсият аҳаммияти калон дорад. Барои инсон рушди малакаҳои банақшагирии ҳаёти минбаъда ва ҳадафгузорӣ, кӯшиш ба худинкишофдиҳӣ ва худтакмилдиҳӣ ва арзёбии мувофиқи иқтидори шахсӣ хеле муҳим аст, зеро бидуни ин малакаҳо тасаввур намудани инсони муваффақ ғайриимкон аст. Ин малакаҳо қисми симои психологии шахсияти худамаликунанда мебошанд.

Кӯшиши худамалисозӣ бо мароми ноилшавӣ ба комёбӣ алоқамандии зич дорад, аммо ҳамзамон дар сохтори маромии шахсият таъсири мароми канорагирӣ аз нокомӣ низ нақши муайян мебозад. Тадқиқоти озмоишӣ собит

месозад, ки муҳити оилавӣ ва хусусиятҳои муносибати волидайн ба комёбӣ ва нокомиҳои фарзандон, инчунин ба ташаккули соҳаи маромнокии онҳо таъсири чиддӣ мерасонад. Дар оилаҳое, ки волидайн нисбат ба фарзандон на танҳо саҳтгиранд, балки барои дастгирии онҳо ҳамеша омодаанд, кӯшиши худамалисозӣ дар навҷавонон ба дараҷаи баландтар ташаккул меёбад. Баръакс, дар оилаҳое, ки волидайн бо фарзандон бо шеваи хушунатомез муносибат мекунанду боз чунин муносибатро маъмулӣ мешуморанд, саҳтгирӣ карда, ба дастгирии фарзандон майл надоранд, дар фарзандон мароми канорагирӣ аз нокомӣ ташаккул ёфта, ғаёлоӣ ва ташаббускориҳои онҳо коҳиш меёбад.

Синни навҷавонӣ ҳамчун марҳалаи ҳассоси рушди шахсият тавсиф дода мешавад, зеро маҳз дар ин давра интиҳоби равияи касбӣ, ташаккули нақшаҳои ҳаётӣ, муайянсозии мақсадҳои дарозмуддат ва худмуайянкунии иҷтимоӣ сурат мегирад. Аз ин рӯ, ташаккули кӯшиши худамалисозӣ дар ин синну сол хусусият ва наваташкилаи марказӣ муҳим ба шумор меравад.

Барномаи таҳияшуда ба ташаккулдиҳии кӯшиши худамалинамоӣ дар синни навҷавонӣ, рушди мароми комёбӣ ва худмуайянкунӣ, инчунин истифодаи самараноки вақти холӣ ва неруи шахсӣ, ташаккулдиҳии малакаҳои банақшагирӣ, ҳадафгузорӣ ва муайян кардани ҳадафу арзишҳои касбӣ равона шудааст.

Мақсади барнома: ташаккул додани кӯшиш ба худамалинамоӣ дар синни навҷавонӣ.

Барои расидан ба ҳадафи зикршуда иҷрои вазифаҳои зерин пешбинӣ гардидааст:

1. Ташаккул додани кӯшиши худамалисозӣ ҳамчун талаботи дохилии рушди шахсият дар синни навҷавонӣ;
2. Рушди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва коҳиш додани майли канорагирӣ аз нокомӣ;
3. Омӯзонидани малакаҳои банақшагирӣ ва тарҳрезии ҳаёти шахсӣ ва касбӣ;

4. Ташаккул додани қобилияти мустақилона мақсадгузорӣ кардан;
5. Ташаккул додани тасаввуроти мусбат дар бораи хусусиятҳои мусбат ва иқтидори ҷавонон.

Пойгоҳи таҳқиқотро гурӯҳи интихобии хонандагони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии №23, №24-и шаҳри Хучанд ва интернат-мактаби шаҳри Бӯстони вилояти Суғд (n=240) ташкил доданд, ки синну солшон 15-17 сола мебошад.

Шаклҳои кор: гурӯҳӣ, инфиродӣ, мубоҳиса, кори муштарак, иштирок дар машқҳои тренингӣ.

Методҳо: иттилоотӣ-маърифатӣ, машқҳои машқҳои психотехникӣ, методҳои худтаҳлилнамоя ва худрефлексия, суҳбат, мубоҳиса, бозӣ ва ғ.

Давомнокии барнома: 1 ҳафта. Миқдор ва давомнокии машғулиятҳо: 4 машғулият, давомнокии ҳар як машғулият - 1 соат.

Дар ҷадвали №7 мундариҷаи асосии машғулиятҳои ба барнома воридшуда пешниҳод мегардад. Машғулиятҳо бо риояи мантиқи марҳилавӣ таҳия гардида, гузариши пайдарпайро аз худшиносии ибтидоӣ ба худамалисозии ғаёол таъмин менамоянд.

Ҷадвали 7.

Мундариҷаи асосии машғулияти барнома

	Мавзӯи машғ-ят	Мақсади машғулият	Мундариҷаи машғулият
	Марҳалаи муқаддимаӣ	1.Шиносоӣ бо гурӯҳ; 2.Муҳокимаи қоидаҳои рафтор дар тренинг; 3.Бандубасти мақсадҳои тренинг; 4.Шиносоӣ бо асосҳои худамалисозӣ ва мароми ноилшавӣ ба қомеъӣ; 5.Ташаккули тасаввурот дар бораи инсонии муваффақ.	Суҳбатҳо, мубоҳисаҳо, лексияи хурд, ҳалли вазифаҳои муаммой, машқ-бозӣҳо, масаловарӣ.

	Марҳалаи захиравӣ	1. Ошкор кардани низоми рӯовариҳои арзишӣ-маъноии иштирокчиёни тренинг; 2. Муайян кардани сифатҳои шахсият, ки барои ноилшавӣ ба мақсадҳо мусоидат мекунанд ё монеа мешаванд.	Бозиҳо, суҳбатҳо, мубоҳисаҳо, техникаҳои арт-терапевтӣ.
	Марҳалаи маромбахшӣ	1. Рушди соҳаи маромӣ-маъноии иштирокчиёни тренинг; 2. Ташаккул додани малакаҳои мақсадгузорӣ, банақшагирӣ ва тарҳрезии ҳаёт.	Машқҳои ташхисӣ, машқҳо барои рушди маром, малакаҳои мақсадгузорӣ, мубоҳиса, кори гурӯҳӣ, супориши хонагӣ.
	Марҳалаи ҳудамалисозӣ	1. Баланд бардоштани дараҷаи ҳудамалисозии иштирокчиёни тренинг; 2. Рушди ҷасорат ва бодикқатӣ; 3. Ташаккул додани ҳадафҳои ҳаётӣ; 4. Муҳокимаи мафҳумҳои ҳудамалисозӣ ва комёбӣ.	Машқҳо оид ба рушди кӯшиш барои ҳудамалисозӣ, тарҳрезии ҳаёт, ҷасорат, мубоҳисаҳо, кори гурӯҳӣ, муҳокима, робитаи баръакс.

Барномаи рушди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши ҳудамалисозӣ ҳамчун низоми мукаммали таъсиррасонии психолого-педагогӣ таҳия гардида, ба ғаёлсозӣ ва рушди захираҳои дохилии шахсият равона карда шудааст. Сохтори барнома ба принсипҳои системанокӣ, пайдарпайӣ, ғаёлноки, шуурноки ва инфиродӣ-шахсиятӣ таъя намуда, гузариши марҳилавии шахсиятро аз дараҷаи худшиносии ибтидоӣ ба дараҷаи ҳудамалисозии устувор таъмин менамояд.

Барнома аз чор марҳалаи ба ҳам алоқаманд иборат буда, ҳар яке вазифаи муайяни рушддиҳандаро иҷро мекунад ва барои ташаккули унсурҳои маърифатӣ, арзишӣ-маъноӣ, маромӣ ва амалии шахсият заминаи мусоид фароҳам меорад.

Марҳалаи муқаддимаӣ марҳалаи ибтидоии барнома ба ҳисоб рафта, вазифаи асосии он фароҳам овардани фазои психологии мусоид ва боэътимод

барои ҳамкориҳои фаъол дар гурӯҳ мебошад. Дар ин марҳала бартарафсозии шиддати ибтидоӣ, коҳиш додани изтироб ва ташкили фазои бехатарии психологӣ амалӣ мегардад, ки барои иштироки фаъолонани озмудашавандаҳо дар марҳалаҳои минбаъда аҳамияти калидӣ дорад.

Дар чараёни машғулиятҳо шиносоии иштирокчиён бо ҳамдигар, муҳокимаи қоидаҳои фаъолияти гурӯҳӣ, меъёрҳои муошират ва масъулияти шахсӣ сураат мегирад. Иштирокчиён бо мақсад, вазифа ва сохтори тренинг шинос шуда, интизориҳои инфиродӣ ва гурӯҳии худро ифода менамоянд. Ин раванд ба ташаккули мавқеи огоҳона ва фаъоли иштирокчиён нисбат ба барнома мусоидат мекунад.

Дар доираи марҳалаи муқаддимаӣ шиносоии назариявӣ бо мафҳумҳои асосӣ, аз ҷумла «мароми ноилшавӣ ба қомеъӣ», «худамалисозӣ», «муваффақият», «иктидор» ва «рушди шахсӣ» анҷом дода мешавад. Машқҳо ва бозиҳои психологӣ-таълимӣ («Ман дар қадом зина қарор дорам?», «Расми шахшуда», «Сифатҳои шахсияти муваффақ») ба фаъолшавии худшиносӣ, худбаҳодиҳӣ ва тафаккури рефлексивӣ равона карда шудаанд.

Истифодаи маводди рамзӣ ва масалҳо, аз ҷумла баррасии масали «Се қадам ба қомеъӣ», имконият медиҳад, ки иштирокчиён робитаи байни кӯшиш, ирода, масъулият ва натиҷаи ниҳоиро дар сатҳи маъноӣ дарк намоянд. Марҳала бо муҳокимаи ҷамъбасти, таҳлили таҷрибаи бадастомада ва ифодаи интизориҳои минбаъда анҷом меёбад.

Марҳалаи захиравӣ ба ошкор, арзёбӣ ва фаъолсозии захираҳои шахсият нигаронида шуда, унсури арзишӣ-маъноии сохтори шахсиятро ҳадаф қарор медиҳад. Дар ин марҳала диққати асосӣ ба муайян намудани самтҳои арзишӣ-маъноии иштирокчиён, муносибати онҳо ба худ, дигарон ва фаъолияти ҳаётӣ равона мегардад.

Бо истифода аз машқҳо ва техникаҳои махсус («Олами арзишҳои ман», «Низоми рӯовариҳои арзишӣ», «Ба ман маъқул аст, ки ту...», «Нишони шахсии ман») иштирокчиён арзишҳои асосии ҳаётӣ, маромҳои ботинӣ ва омилҳои ҳавасмандкунандаи худро дарк менамоянд. Дар раванди машғулиятҳо

хамчунин сифатҳои шахсият ошкор карда мешаванд, ки барои ноилшавӣ ба ҳадафҳо мусоидат мекунанд (масъулиятпазирӣ, устуворӣ, худбоварӣ) ё, баръакс, монеа мегарданд (тарс аз нокомӣ, худбаҳодиҳии паст, ноустувории ирода).

Истифодаи техникаҳои арт-терапевтӣ ба ифодаи таассуроти ботинӣ, ҳиссиёт ва муносибатҳои шахсӣ дар шакли рамзӣ мусоидат намуда, раванди худшиносии амиқро таъмин менамояд. Марҳалаи захиравӣ барои гузариш ба рушди маромнокӣ заминаи мустаҳками психологӣ ва маъноӣ фароҳам меорад.

Марҳалаи маромбахшӣ ба рушди соҳаи маромӣ-маъноии шахсият равона гардида, дар он механизмҳои асосии ташаккулдиҳии мароми ноилшавӣ ба комёбӣ фаъол мегарданд. Дар чараёни лексияҳои хурд иштирокчиён моҳият, сохтор ва навъҳои маром, инчунин робитаи он бо комёбӣ, худтанзимкунӣ ва худидоракуниро меомӯзанд.

Машқҳои амалии марҳала («Мақсадҳои ман», машқҳои таҳлили маром ва мақсадгузорӣ, «Қорбарӣ барои ислоҳи ҳатоҳо») ба ташаккули малакаҳои мақсадгузорию воқеӣ, банақшагирии фаъолият ва арзёбии имкониятҳои шахсӣ равона шудаанд. Иштирокчиён муносибати худро ба нокомӣ бозбинӣ намуда, онро ҳамчун омил рушд ва таҷрибаи омӯзишӣ қабул менамоянд.

Тақсими маводди методӣ (11 маслиҳат барои ноилшавӣ ба мақсад) ба таҳкими ҷанбаи маърифатии марҳала мусоидат карда, супориши ҳонагӣ дар шакли тамошои филми «Одержимость» (2014) имконият медиҳад, ки иштирокчиён маром, ирода ва худсобитнамоиро дар мисоли таҷрибаи бадеӣ таҳлил намоянд.

Марҳалаи худамалисозӣ марҳалаи ҷамъбасти ва интегратсионии барнома буда, ба татбиқи амалии захираҳо, арзишҳо ва маромҳои ташаккулёфта равона карда шудааст. Дар ин марҳала кӯшиши иштирокчиён барои амалисозии иқтидорҳои шахсӣ, ташаккули мавқеи фаъоли ҳаётӣ ва омодагӣ ба худинкишофдиҳии доимӣ тақвият меёбад.

Машқҳо («Баъди се сол», «Панҷ қадам», «Қуттичаи сеҳрнок», «Иҷозатнома барои хушбахтӣ») ба тарҳрезии ҳаёти шахсӣ ва касбӣ, рушди

часорат, масъулият ва устувории ирода равона шудаанд. Муҳокимаи чамъбастии филм, робитаи акс ва таҳлили тағйироти дохилии иштирокчиён имконият медиҳад, ки натиҷаҳои барнома дар сатҳи инфиродӣ ва гурӯҳӣ арзёбӣ гарданд.

Мундариҷаи машғулиятҳои барнома бо риояи мантиқ ва пайдарпайии илмӣ таҳия гардида, рушди мутавозини унсурҳои асосии шахсиятро таъмин менамояд. Барнома на танҳо ба баланд бардоштани дараҷаи мароми ноилшавӣ ба комёбӣ, балки ба ташаккули кӯшиши устувори худамалисозӣ ҳамчун омили рушди шахсӣ ва касбӣ равона карда шудааст.

Барномаи пешниҳодшуда дорои аҳаммияти назариявӣ ва амалӣ буда, метавонад дар низоми таҳсилоти оӣ ва курсҳои рушди шахсият самаранок истифода гардад.

Ҳамин тариқ, барномаи психолого-педагогии таҳияшуда, ки ба ташаккул ва рушди кӯшиши худамалисозӣ дар робитаи зич бо мароми ноилшавӣ ба комёбӣ равона гардида буд, дар ҳаҷми пурра татбиқ карда шуд. Раванди татбиқи барнома бо риояи принципҳои системанокӣ, пайдарпайӣ, фаъолинокӣ ва мутобиқати синнусолӣ амалӣ гардида, гузариши марҳилавии иштирокчиёно аз дараҷаи худшиносии ибтидоӣ ба дараҷаи худамалисозии бошуурона ва фаъол таъмин намуд.

Дар чараёни машғулиятҳои тренингӣ таваҷҷуҳи асосӣ ба ташаккули кӯшиши худамалисозӣ ҳамчун талаботи ботинии рушди шахсият, рушди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ, инчунин ба ташаккули малакаҳои мақсадгузорӣ, банақшагирӣ ва тарҳрезии ҳаёти шахсӣ ва касбӣ равона карда шуд. Илова бар ин, дар доираи барнома ба ошкорсозӣ ва рушди иқтидорҳои инфиродии ҷавонон, баланд бардоштани худшиносӣ ва худбаҳодиҳии мусбат аҳаммияти махсус дода шуд.

Татбиқи барнома хусусияти чандир дошта, вобаста ба руҳияи умумии гурӯҳ, сатҳи фаъолиятнокӣ ва омодагии психологии иштирокчиён тағйироти муайян ворид карда мешуд. Аз ҷумла, иваз ё истисно гардидани баъзе машқҳо дар машғулиятҳои алоҳида имконпазир буд, аммо дар айни замон ҳамин

машқҳо дар гурӯҳҳои дигар самаранок истифода шуданд. Ин ҳолат, аз як тараф, мутобикати баланди барнома ба хусусиятҳои инфиродӣ ва гурӯҳии иштирокчиёно нишон диҳад ва аз ҷониби дигар, ҷандирии методии онро ҳамчун бартарии муҳим тасдиқ менамояд.

Таҳлили робитаи баръакси иштирокчиёни тренинг нишон дод, ки мундариҷа ва шаклҳои кори пешниҳодшуда ба категорияи синнусолии навҷавонон мувофиқ буда, ба онҳо таъсири мусбати психологӣ ва рушддиҳанда расонид. Иштирокчиён беҳбудии малакаҳои мақсадгузори ва тарҳрезии ҳаётро қайд намуда, баланд шудани дараҷаи худбаҳодиҳӣ, эътимод ба нерӯҳои шахсӣ ва омодагӣ ба ҳудинкишофдиҳии минбаъдаро зоҳир карданд. Ҳамзамон, беҳтар гардидани руҳияи умумӣ ва муносибатҳои мутақобила дар гурӯҳҳо, ғаёлшавии муоширати созанда ва ҳамкории гурӯҳӣ ба мушоҳида расид.

Дар маҷмӯъ, натиҷаҳои татбиқи барнома нишон медиҳанд, ки барномаи пешниҳодшуда ҳамчун воситаи самараноки ташаккулдиҳии кӯшиши худамалисозӣ ва рушди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ қобили истифода ва аҳаммиятнок мебошад. Он ба ғаёлсозии захираҳои дохилии шахсият, ташаккули мавқеи ғаёли ҳаётӣ ва омодагӣ ба рушди пайваस्ताи шахсӣ ва касбӣ мусоидат менамояд.

Бо вуҷуди натиҷаҳои мусбат, таҳлили раванди татбиқи барнома зарурати такмили минбаъдаи онро нишон медиҳад. Аз ҷумла, зиёд намудани миқдори соатҳои барои татбиқи барнома пешбинишуда метавонад таъсири рушддиҳандаи онро тақвият бахшида, имконияти амиқтар коркарди унсурҳои маромӣ-маъноӣ ва амалии худамалисозиро фароҳам оварад. Ин ҳолат дурнамои истифода ва густариши барномаро дар муассисаҳои таҳсилотӣ ва марказҳои рушди шахсият боз ҳам васеъ мегардонад.

Ҳамин тариқ, барномаи таҳияшуда мутобик ба ҳадаф ва вазифаҳои гузошташуда буда, аҳаммияти назариявӣ ва амалии ҳудро исбот намуда, метавонад ҳамчун асос барои таҳияи барномаҳои минбаъдаи психологӣ-педагогӣ дар самти рушди шахсияти ҷавонон истифода шавад.

3.2. Татбиқ ва арзёбии самаранокии озмоиши ташаккулдиҳанда

Дар тақия ба натиҷаҳо, мо барои ташаккул додани кӯшиши худамалинамоӣ дар навҷавонон барномаеро таҳия ва амалӣ кардем, ки фарогирандаи машқҳои ба рушди маромнокӣ нигаронидашуда, инчунин мини-лексияҳо дар бораи мароми ноил шудан ба комёбӣ ва методикаҳои амалии таҳриқдиҳандаи маром комёбӣ мебошад.

Пас аз он ки гурӯҳи таҳқиқшаванда барномаро бомуваффақият ба итмом расонд, марҳилаи дуҷуми ташхисро бораи муайян кардани дараҷаи зоҳиршавии мароми комёбӣ анҷом додем. Аз рӯйи натиҷаҳои ташхис динамикаи мусбат дар рушди мароми комёбӣ ва тағирёбии водоркунандаи пешбарандаро барои баъзе навҷавонон мушоҳида кардем. Пас аз анҷоми барномаи ташаккулдиҳии кӯшиш ба худамалинамоӣ, ҳолҳои миёнаи мароми комёбӣ дар гурӯҳи тадқиқотӣ аз 118.17 то 129.6 ҳол афзоиш ёфтанд, аммо ин нишондиҳанда ҳамоно ҳамчун нишондиҳандаи дараҷаи пасти мароми комёбӣ боқӣ мемонад. Бо вуҷуди ин, дар баъзе озмудашавандаҳо тағйироти назаррас дар соҳаи маромнокӣ дида мешавад. Миқдори иштирокчиёни тадқиқот, ки стратегияи онҳо мароми комёбӣ мебошад, аз 20% то 30%-и шумораи умумии озмудашавандаҳо афзоиш ёфт, яъне пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда, шумораи ҷавононе, ки дар назди худ вазифаҳои душвор мегузоранд, масъулиятро ба дӯш мегиранд, аз рақобат ва хатар наметарсанд, аз пирӯзиҳо шод мешаванд ва барои такрор кардани онҳо кӯшиш мекунанд, афзоиш ёфт.

Ин тамоюли мусбат ба шарофати машқҳои амалии омӯзишӣ, ки ба рушди мароми комёбӣ ва васеъ кардани дониши ҷавонон дар бораи маромҳо нигаронида шудаанд, ба даст омад. Дар навбати худ, шумораи озмудашавандаҳое, ки стратегияи онҳо канорагирӣ аз нокомӣ буд, аз 80% то 70%-и шумораи умумии озмудашавандаҳо коҳиш ёфт.

Ҳамчунин, дар марҳилаи аввали ташхис, бо сабаби гирифтани ҳолҳои хеле паст муайян кардани мароми пешбаранда барои 5%-и озмудашавандаҳо имконнопазир буд. Пас аз иштирок дар озмоиши ташаккулдиҳанда, ҳолҳои

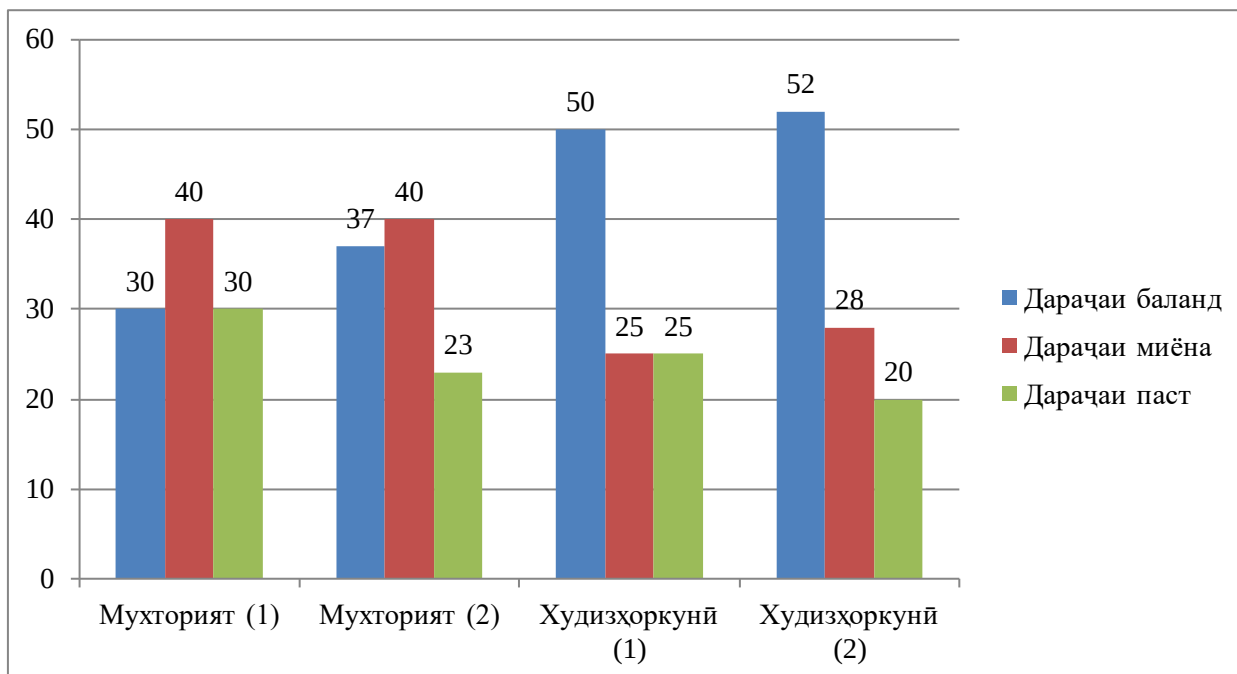
онҳо афзоиш ёфтанд ва ҳоло онҳоро метавон ҳамчун гурӯҳе тасниф кард, ки мароми пешбарандашон канорагирӣ аз нокомӣ аст. Ҳамин тариқ, мароми пешбаранда дар гурӯҳи навҷавонон ҳамоно мароми канорагирӣ аз нокомӣ боқӣ мемонад. Ин навҷавонон ё дараҷаи пасти хавф ё баръакс, дараҷаи хеле баланди хавфро интиҳоб мекунанд, ки Ҳангоми ноком шудан шарм надоранд.

Шояд дараҷаи пасти худбаҳодиҳӣ ва дараҷаи иддао, эътимоди паст ба қувваи худ боис шуда бошад, ки онҳо аз нокомӣ метарсанд ва ё иҷрои қорро ба дӯш намегиранд ё қори осонро интиҳоб мекунанд ё иҷрои қорро бо дастгирӣ ё роҳнамоии дигарон ба дӯш мегиранд.

Ҳамин тариқ, мо мебинем, ки озмоиши мо оид ба ташаккул додани кӯшиш ба худамалинамоӣ дар синни навҷавонӣ ба дараҷаи мароми қомеъӣ дар гурӯҳи омӯзишии ҷавонон таъсири мусбат расонидааст. Ҳоли миёнаи маромнокӣ аз 118.17 то 129.6 ҳол афзоиш ёфт, таносуби афроде, ки стратегияи мароми ноил шудан ба қомеъӣ доранд, 10% афзоиш ёфт, дар ҳоле ки таносуби афроди қорро стратегияи канорагирӣ аз нокомӣ 5% қоҳиш ёфт. Ҳангоми ташҳиси тақрорӣ ягон озмудашавандае ошқор қарда нашуд, ки муайян қардани амсилаи мароми ӯ аз сабаби хеле паст будани ҳолҳо имқоннопазир бошад.

Ба андешаи мо, ин динамика ба шарофати машқҳои омӯзишӣ, ки ба рушди маром ва эътимод ба худ нигаронида шудаанд, муҳокимаҳои умумӣ, ки дар онҳо навҷавонон метавонистанд нуқтаи назари худро баён ва ҳимоя қунанд, инчунин лексияҳои қурд дар қорай мароми ноил шудан ба қомеъӣ ва машқҳои, ки дар онҳо озмудашавандаҳо қавонистанд муваффақиятро «эхсос қунанд», ба амал омаданд. Пас аз таҷриба ягон қавоюли манфӣ муайян қарда нашуд.

Сипас, мо барномаеро қарой ташаккул додани кӯшиш ба худамалинамоӣ қатбиқ қардем, ки дар он ҳамай озмудашавандаҳо иштирок қарданд. Пас аз анҷоми барнома, мо ташҳиси дуқорро қарой муайян қардани динамика ва ҳусусияти тағйиротҳо анҷом додем. Маълумотҳо дар расми 7 ба қаври аёни пешниҳод шудаанд:



Расми 7. Хусусиятҳои зоҳиршавии худмуайянкунӣ дар синни навҷавонӣ пеш аз ва баъд аз озмоиши ташаккулдиҳанда

Натиҷаҳо чунин буданд: дараҷаи мустақилӣ ба таври назаррас афзоиш ёфт, гарчанде ки аксарияти озмудашавандаҳо (40%) то ҳол дар дараҷаи миёна қарор доранд. Шумораи озмудашавандаҳо бо дараҷаи баланди мустақилӣ 7% афзоиш ёфт, дар ҳоле ки шумораи озмудашавандаҳо бо дараҷаи паст мустақилӣ 7% коҳиш ёфтааст.

Аз рӯйи шкалаи худифоданамой тағйиротҳо камтар назаррасанд. Шумораи озмудашавандаҳо бо дараҷаи баланди худифоданамой 2%, озмудашавандаҳо бо дараҷаи миёнаи худифоданамой 3% афзоиш ёфт ва дар ниҳоят, шумораи озмудашавандаҳои дорои дараҷаи паст худифоданамой 5% кам шуд. Ҳамин тариқ, мо мебинем, ки дараҷаи умумии худмуайянкунӣ дар гурӯҳ хеле баланд аст. Аз рӯйи шкалаи мустақилӣ аксарияти озмудашавандаҳо дар дараҷаи миёна қарор доранд (40%), дар ҳоле ки шумораи озмудашавандаҳои дорои дараҷаи баланди мустақилӣ каме камтар бошад ҳам, назаррас аст (37%).

Аз рӯйи шкалаи худсобишнамоӣ аксарияти озмудашавандаҳо дар дараҷаи баланд қарор доранд (52%). Озмоиши ташаккулдиҳанда ба рушди мустақилӣ

ва худифоданамой дар писарон ва духтарон таъсири мусбат расонд. Ба шарофати машқҳо, хонандагон барои ояндаи худ мустақилӣ ва масъулиятнокии бештарро ҳис карданд, дар бораи чӣ гуна будани ҳаёти минбаъдашон ҳулосаҳо бароварданд, таҳлил карданд, ки ақидаҳои кӣ ба амалҳои онҳо таъсир мерасонанд ва оё онҳо аз мавқеи кунунии худ розӣ ҳастанд ё не.

Чадвали 7.

Таҳлили муқоисавии натиҷаҳои (аз рӯйи t-меъёри Студент) методикаҳои «Мароми комёбӣ» ва «Мароми канорагирӣ аз нокомӣ»-и Т. Элерс (n=240)

	Омилҳо	Гурӯҳ	N	М-и ибтидоӣ	М-и интиҳоӣ	σ	t	p
	Мароми комёбӣ	Озмоишӣ	80	27.84	30.12	4.83	-2.72	0.007*
		Назоратӣ	160	27.91	28.34	4.79	-1.11	0.268
	Мароми канорагирӣ аз нокомӣ	Озмоишӣ	80	22.36	20.41	4.52	2.58	0.011*
		Назоратӣ	160	22.29	21.93	4.49	1.07	0.287

Афзоиши «мароми комёбӣ» дар гурӯҳи озмоишӣ нишон медиҳад, ки раванди амиқтар шудани худшиносӣ дар навҷавонон ба омилҳои калидии психологӣ табдил ёфта, талабот ба муваффақиятро тақвият медиҳад ($t=-2.72$; $p=0.007$). Вақте ки навҷавонон ба шинохт ва эътирофи қобилиятҳои худ шуруъ мекунанд, онҳо ҳар як вазифаро ҳамчун имконият барои тасдиқи “Ман”-и худ мебинанд. Кӯшиши афзоянда барои муваффақият фаъолияти хонандаро системанок, мақсаднок ва бо раванди худбаҳодиҳӣ мувофиқ мегардонад. Дар ин синну сол, шахс барои натиҷаҳои қору амали худ масъулият ҳис мекунад, ки заминаро барои рушди устувори мароми ботинӣ фароҳам меорад. Вақте ки хонандагон муваффақиятро ҳамчун нишондиҳандаи рушди шахсӣ қабул мекунанд, онҳо аз вазифаҳои мураккаб наметарсанд, балки онҳоро ҳамчун як санҷиш барои худ арзёбӣ мекунанд. Афзоиши эътимод ба худ ва амали мақсаднок мароми ботиниро барои ноил шудан ба муваффақият афзоиш

медихад. Ин раванд ба арзёбии фаъоли рефлексивӣ дар дохили системаи худамалинамоӣ мусоидат мекунад. Хоҳиши муваффақият навҷавононро барои идоракунии вақти худ, банақшагирии оянда ва қабули огоҳонаи масъулият ташвиқ мекунад. Муқоисаи дастовардҳои худ бо дастовардҳои ҳамсолонашон талабот ба рақобат ва хоҳиши инкишофёбиро таъвият медиҳад. Таъвияти мароми комёбӣ ба навҷавонон барои назорат кардани амалҳои худ кумак мекунад, ки ин иродаи онҳоро афзоиш медиҳад. Хонандагон мушкilotи муваққатиро ҳамчун монеаҳое дарк мекунанд, ки бояд барои ноил шудан ба ҳадафҳои худ бартараф карда шаванд. Афзоиши арзиши дастовардҳо онҳоро ба ҷустуҷӯи мустақилона ва омӯзиши амиқтар водор мекунад. Афроде, ки барои муваффақият талош мекунанд, метавонанд худро маромнок кунанд ва ба омилҳои беруна камтар вобастаанд. Бо таъвияти консепсияи ботинии “Ман”, навҷавонон қобилиятҳои худро ба таври воқеӣ баҳодихӣ мекунанд, ки ин ҳадафҳоро мушаххастар ва дастрастар мегардонад. Амиқтар шудани худшиносӣ хонандагонро ба сӯи дастовардҳои шахсии оянда роҳнамоӣ мекунад.

Коҳиши якбораи «Мароми канорагирӣ аз нокомӣ» дар гурӯҳи озмоишӣ нишон медиҳад, ки устувор шудани худшиносии навҷавонон бо коҳиш ёфтани тарс аз хатоӣҳо зич алоқаманд аст ($t=2.58$; $p=0.011$). Вақте ки навҷавонон ба баҳодихии воқеии қобилиятҳои худ шуруъ мекунанд, онҳо хатоӣҳоро ҳамчун як раванди табиӣ қабул мекунанд. Дар ин синну сол, омодагӣ барои омӯختан аз хатоӣҳо ба ҷойи канорагирӣ аз онҳо меафзояд. Бо таъвият ёфтани раванди худшиносӣ, хонандагон амалҳои худро бошуурона ба нақша мегиранд ва мавқеи устувори психологӣи натарсидан аз нокомиро инкишоф медиҳанд. Онҳо қабул кардани нокомиро на ҳамчун камбудии шахсӣ, балки ҳамчун марҳилаи рушд меомӯзанд. Кам шудани тарс аз хатоӣҳо иштироки фаъол ва озмоишҳои ошкороро ташвиқ мекунад. Дарки ботинии нокомии муболиғашуда тадриҷан суст мешавад ва хонанда ба баҳодихии объективӣ вазъияти воқеӣ шуруъ мекунад. Бо афзоиши худшиносӣ вобастагии хонанда ба арзёбиҳои дигарон камтар мешавад, ки изтиробро коҳиш медиҳад. Коҳиш

ёфтани изтироб кабули қарорҳои масъулиятнокро тақвият медиҳад. Бо суст шудани стратегияи канорагирӣ, ҳонанда бо боварӣ ба вазифаҳои мураккаб наздик мешавад ва ба рушди ботинии худ суръат мебахшад. Набудани тарс аз ҳамоиш тафаккури эҷодиро инкишоф медиҳад ва хоҳиши муваффақиятро тақвият медиҳад. Афзоиши дараҷаи худшиносии иҷтимоӣ эътимодро ба мавқеи худ дар гурӯҳ мустаҳкам мекунад ва тарси номуайяниро коҳиш медиҳад. Рушди муносибати мусбат ба худтакмилдиҳӣ дар устувории ҳонанда дар қори худ зоҳир мешавад.

Ҷадвали 8.

Таҳлили муқоисавии нишондиҳандаҳо, ки бо истифода аз пурсишномаи «Типи рефлексияи тафриқавӣ» аз рӯи меъёри Студент (n=240) (Д.А. Леонтев, Е.М. Лаптева, Е.Н. Осин, А.Ю. Салихова) ба даст оварда шудаанд

№	Омилҳо	Гурӯҳ	N	М-и иҷтимоӣ	М-и индивидуалӣ	σ	t	p
1	Рефлексияи системавӣ	Озмоиш	80	28,44	30,73	4,81	-2,69	0,008*
		Назорат	160	28,51	28,92	4,77	-1,03	0,304
2	Интроексия	Озмоиш	80	26,68	28,41	4,53	-2,47	0,015*
		Назорат	160	26,74	27,06	4,49	-0,98	0,329
3	Квази- рефлексия	Озмоиш	80	24,36	25,89	4,38	-2,31	0,022*
		Назорат	160	24,42	24,81	4,35	-1,01	0,316

Афзоиши назарраси нишондиҳандаи «Рефлексияи системавӣ» дар гурӯҳи озмоишӣ аз тақвияти қобилияти навҷавонон барои таҳлили бошууронаи амалҳои фикрии худ шаҳодат медиҳад ($t=-2.69$; $p=0.008$). Вақте ҳонанда қодир аст таҷрибаҳо, ҳамоиш ва натиҷаҳои қори амали худро мунтазам баҳогузорӣ кунад, раванди худшиносӣ амиқтар мешавад. Афзоиши рефлексияи системавӣ низоми дохилиро тақвият медиҳад ва шарҳ додани ҳар як вазъиятро тавассути робитаҳои сабабу натиҷагӣ ташвиқ мекунад. Навҷавонон оқибатҳои амалҳои худро пешбинӣ карда, стратегияи устуворро барои ноил шудан ба муваффақият таҳия мекунад. Беҳтар кардани сохтори мантиқии тафаккур

имкон медиҳад, ки қарорҳои оқилона қабул карда шаванд. Ин тағйирот дар банақшагирии ҳадафҳо ва пайдарпайии амалҳои барои ноил шудан ба онҳо нақши калидӣ мебозанд. Беҳтар кардани малакаҳои таҳлили системавӣ ба хонандагон кумак мекунад, ки ҷиҳатҳои қавӣ ва заифи фаъолиятҳои худро одилона баҳодиҳӣ кунанд. Бо васеъ шудани дониш дар бораи худ, хонандагон ба баҳодиҳиҳои беруна камтар ва ба стандартҳои дохилӣ бештар таъя мекунанд, ки ин қабули бошууронаи масъулиятро осон мекунад. Ташаккули мушоҳидаи рефлексивӣ барои бароҳмонии муносибати созгор ба вазъиятҳои иҷтимоӣ мусоидат мекунад. Тафаккури системавӣ ба хонандагон барои дарк кардани муваффақият на ҳамчун тасодуф, балки ҳамчун натиҷаи саъю кӯшиши пайваста кумак мекунад. Қобилияти дидани вазъият ба таври васеътар истодагарию суботкориро афзоиш медиҳад. Чунин муносибат ба ташаббускорӣ ва қобилияти ҳимояи оқилонаи мавқеи худ таъият мебахшад. Афзоиши рефлексияи системавӣ ба таҳияи стратегияҳои коркарди иттилооти инфиродӣ мусоидат карда, ба афзоиши худтанзимкунӣ мебарад.

Афзоиши дараҷаи «Интроексия» дар гурӯҳи озмоишӣ нишон медиҳад, ки дар синни навҷавонӣ таваҷҷуҳ ба олами ботинии худ меафзояд ($t=-2.47$; $p=0.015$). Ҳангоми инкишоф додани дарки амиқтари эмотсияҳо, ҳолатҳои ботинӣ ва маромҳои шахсии худ аз тарафи хонандагон, стратегияҳои худидоракунии дар онҳо таъият меёбанд. Таъияти таҳлили интроективӣ имкон медиҳад, ки сабабҳои дохилии амалҳо дарк карда шаванд ва ин ба идоракунии бошууронаи рафтор оварда мерасонад. Васеъ кардани қобилияти мушоҳидаи ботинӣ назоратро аз болои эмотсияҳо таъмин карда, хоҳиши муваффақиятро тавассути арзёбии воқеии имкониятҳои худ пурзӯр мекунад. Интроексия қобилияти омӯхтан аз хатоихоро беҳтар месозад. Афроди ба таҳлили ботинии “Ман”-и худ машғулбуда ба андешаҳои дигарон камтар вобастаанд ва истиқлоли психологиро инкишоф медиҳанд. Бо амиқтар шудани худмушоҳидакунӣ сифати иштирок дар равандҳои иҷтимоӣ беҳтар мешавад. Қувватгирии тафаккури интроективӣ барои таври дақиқ фарқ кардани

тарафҳои қавӣ ва заиф имкон медиҳад, ки ин барои банақшагирии ҳадафҳои шахсӣ муҳим аст. Дарки талаботи ботинӣ табиатан ба афзоиши мароми комёбӣ мебарад. Интроспексия барои фаҳмидани таассуротҳо мусоидат мекунад ва устувории дохилиро афзоиш медиҳад. Бо ташаккул ёфтани одати таҳлили ботинӣ, раванди қабули қарор равшан ва оқилона мегардад, ки раванди мутобиқшавиро беҳтар мекунад ва интихоби дурустро дар вазъиятҳои душвор осон мегардонад. Муносибати интроспективӣ навҷавононро ба масъулиятшиносӣ водор мекунад.

Баланд шудани нишондиҳандаи “Квази-рефлексия” дар гурӯҳи озмоишӣ нишон медиҳад, ки навҷавонон бештар мекӯшанд то вазъиятро на рӯякӣ, балки моҳиятан фаҳманд ($t=-2.31$; $p=0.022$). Квази-рефлексия шакли ибтидоӣ ва на он қадар амиқи рефлексия буда, афзоиши он аз тақвиятёбии рушди тафаккури таҳлилӣ шаҳодат медиҳад. Афзоиши ин нишондиҳанда гувоҳи кӯшиши афзоянда барои назорат кардани амалҳои худ аст. Гарчанде раванди худшиносӣ дар навҷавонон ҳанӯз ба низоми муайян надаромадааст, талаботи ботинӣ ба таҳлил меафзояд. Бо афзоиши квази-рефлексия кӯшиши хонанда барои муайян кардани сабабҳои амалҳои худ меафзояд, ки ин ба рушди масъулияти шахсӣ мебарад. Гузариш аз таҳлили сатҳӣ ба моҳиятӣ боиси рушди васеии тафаккури хонанда мегардад. Хонанда хатоҳоро пай мебарад, гарчанде наметавонад ҳамеша онҳоро пурра шарҳ диҳад. Ин хусусияти ҳоси дарвраи навҷавонӣ маҳсуб меёбад. Ин раванд заминаро барои рушди шаклҳои олии рефлексия фароҳам меорад. Бо тақвияти квази-рефлексия, қобилияти арзёбии вазъиятҳои иҷтимоӣ тадриҷан инкишоф меёбад. Хонандагон фаъолият ва натиҷаҳои қору амали худро тавассути саволҳои худроҳнамоикунанда баҳодиҳӣ мекунанд. Ин марҳила қисми табиӣ худшиносии навҷавонон ва яке аз механизмҳои ибтидоии рушди шахсӣ мебошад. Тақвияти квази-рефлексия барои дарки босуръати баҳодиҳиҳои беруна ва рушди кӯшишҳо барои хулосабарорӣ аз онҳо мусоидат мекунад.

Озмоиши ташаккулдиҳанда, ки ба инкишоф додани кӯшиш ба худамалинамӣ дар навҷавонон равона шудааст, самаранокии худро нишон

дод ва зарурати истифодаи барномаҳои маҷмуавии психологӣ ва педагогиро барои кор бо соҳаҳои маромнокӣ ва шахсии навҷавонон тасдиқ кард. Татбиқи барномаи таҳияшуда динамикаи мусбатро ҳам дар сохтори мароми комёбӣ ва ҳам дар системаи худмуайянкунӣ ва равандҳои рефлексивии шахс нишон дод.

Таҳлили натиҷаҳои таҳлили такрорӣ нишон дод, ки дар гурӯҳи озмоиши дараҷаи миёнаи мароми комёбӣ боло рафтааст. Ин аз қувватгирии равияи ботинии шахс барои ба даст овардани ҳадафҳои муҳим ва ба дӯш гирифтани масъулият барои натиҷаҳои кори худ гувоҳӣ медиҳад. Афзоиши шумораи озмудашавандаҳои дорони стратегияи мароми комёбӣ ва ҳамзамон коҳиш ёфтани шумораи онҳое, ки стратегияи бартаридоштаи канорагирӣ аз нокомӣ доранд, аз табдилёбии сохтори маромнокӣ ба рафторҳои фаъолтар, самараноктар ва шаклан комилтар шаҳодат медиҳад.

Натиҷаҳои бадастоварда тасдиқ мекунад, ки иштирок дар машқҳои омӯзишии ба баланд бардоштани эътимод ба худ, дарки захираҳои ботинии худ ва азсаргузаронии таассуроти аз муваффақият бавучудоянда нигаронидашуда, ба коҳиш додани изтиробӣ марбут ба нокомии эҳтимолӣ ва ташаккули муносибати мусбат ба вазифаҳои мураккаб ва рақобатпазир мусоидат мекунад. Илова ба ин, коҳиш ёфтани мароми канорагирӣ аз нокомӣ инъикоскунандаи коҳиш ёфтани тарс аз хатоӣҳо ва афзоиши омодагӣ барои қабули мушкilot ҳамчун марҳилаи табиӣ рушди шахсӣ мебошад.

Натиҷаҳои тадқиқот оид ба нишондиҳандаҳои худмуайянкунӣ тағйироти мусбатро дар дараҷаи мустақилӣ ва худифоданамой нишон медиҳанд. Азоиши мустақилӣ нишон медиҳад, ки ҷавонон дар интихоби ҳадафҳои зиндагӣ ва роҳҳои расидан ба онҳо бештар мустақил, огоҳ ва масъул мешаванд. Тағйирот дар шкалаи худифоданамой аз таҳкими қобилияти ба таври ошкор баён кардани фикри худ, ҳимояи мавқеи худ ва қабули қарорҳо мувофиқ ба арзишҳои ботинии худ шаҳодат медиҳанд. Дар маҷмӯъ, ин аз афзоиши дараҷаи умумии худмуайянкунӣ дар натиҷаи таъсири таъшакулдиҳанда шаҳодат медиҳад.

Тафовутҳои аз ҷиҳати оморӣ арзишноки аз рӯйи t-меъёри Студент дар гурӯҳи озмоишӣ ошкоршуда тасдиқ мекунанд, ки тағйиротҳо дар соҳаҳои маромнокӣ ва рефлексивӣ тасодуфӣ нестанд, балки натиҷаи таъсиррасониҳои мақсадноки психологӣ мебошанд. Афзоиши нишондиҳандаҳои рефлексияи системавӣ, интроспексия ва квази-рефлексия аз амиктар шудани равандҳои худшиносӣ ва рушди қобилияти таҳлили амалу таассуротҳои худ ва оқибатҳои онҳо шаҳодат медиҳанд. Тақвияти механизмҳои рефлексивӣ заминаи психологиро барои банақшагирии оқилона, худтанзимкунӣ ва рушди устувори шахсӣ фароҳам меорад.

Ҳамин тариқ, озмоиши ташаккулдиҳанда тасдиқ кард, ки кӯшиши худамалинамоиро дар навҷавонон метавон тавассути таъсиррасониҳои мақсаднок ба соҳаҳои маромнокӣ, рефлексивӣ ва арзишӣ-маъноии шахс бомуваффақият инкишоф дод. Барномаи таҳияшуда ба рушди мароми ботинӣ, коҳиши майл ба канорагирӣ аз нокомӣ ва рушди рафтори худмуайянкунанда таъсири мусбати ҳамаҷониба расонид. Натиҷаҳои бадастовардашуда аҳаммияти муҳимми назариявӣ ва амалӣ доранд ва метавонанд дар тарҳрезии барномаҳои роҳнамоии психологӣ навҷавонон дар муҳити таълимӣ истифода шаванд.

3.3. Омӯзиши робитаи байни мароми комёбӣ ва кӯшиши худамалинамоӣ

Дар рафти тадқиқот мо таҳлили коррелятсионии маълумоти аз се методика бадастовардари (Методикаи ташҳиси мароми комёбӣ, ки аз ҷониби А. Мехрабян таҳия шудааст; Методикаи ташҳиси худаммуайянкунӣ – варианти ба забони руси мутобиқшудаи шкалаи худмуайянкунии К. Шелдон) бо мақсади муайян кардани робитаи байни мароми комёбӣ ва худмуайянкунии кӯшиш ба худамалинамоӣ анҷом додем.

Дар асоси таҳлили марҳилаи аввали тадқиқот мо якчанд коррелятсияҳои муҳимро байни мароми комёбӣ ва унсурҳои сохтори худмуайянкунӣ ва худамалинамоӣ ошкор кардем.

Пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда ва марҳилаи дуҷуми тадқиқот бо мақсади муайян кардани динамикаи муносибатҳо дар байни мароми комёбӣ, худмуайянкунӣ ва худамалинамӯй дар навҷавонон таҳлили коррелятсионии такрорӣ гузаронидем. Ҳангоми муқоисаи нишондиҳандаҳои робитаҳо, мо баъзе тағйиротхоро дар робитаҳои мавҷуда ва инчунин пайдоиши робитаҳои навро муайян кардем. Натиҷаҳои таҳлил дар Ҷадвали 3 - пеш аз озмоиши ташаккулдиҳанда ва 4 - пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда оварда шудаанд:

Ҷадвали 3.

Хусусияти робитаҳои байниҳамӣ пеш аз озмоиши ташаккулдиҳанда

	Мароми комёбӣ	Мавқеъгирӣ дар вақт	Дастгирӣ	Рӯварихҳои арзишӣ	Чандинпазирӣ	Худҳаётимкунӣ	Худпазирӣ	Робитапазирӣ	Талаботи маърифатӣ	Креативноӣ
Мароми комёбӣ									0,41	0,61
Мустақилӣ	0,43		0,58							
Худифоданамӯй	0,48						0,34			

Ҷадвали 4.

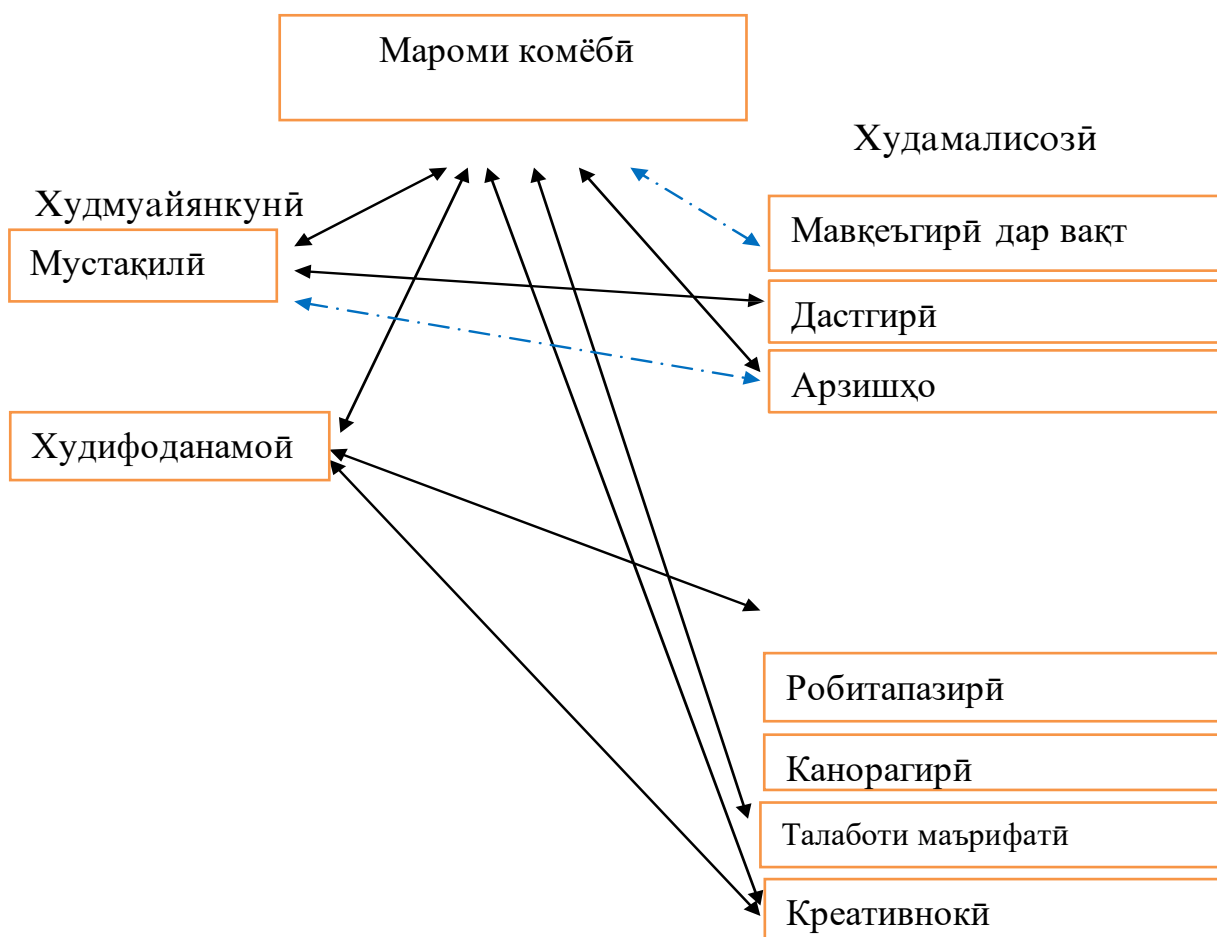
Хусусияти робитаҳои байниҳамӣ пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда

	Мароми комёбӣ	Мавқеъгирӣ дар вақт	Дастгирӣ	Рӯварихҳои арзишӣ	Чандинпазирӣ	Худҳаётимкунӣ	Худпазирӣ	Робитапазирӣ	Талаботи маърифатӣ	Креативноӣ
Мароми комёбӣ		0,35							0,41	0,68
Мустақилӣ	0,77		0,58	0,38						
Худифоданамӯй	0,54						0,34			

Натиҷаҳои таҳлил нишон доданд, ки пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда шумораи робитаҳои байниҳамӣ байни мароми комёбӣ ва унсурҳои сохтории

худмуайянкунӣ кӯшиш ба худамалисозӣ афзоиш ёфтааст. Барои ба таври аёнӣ нишон додан, натиҷаҳо дар расми 6 оварда шудаанд.

Бо тавсифи динамикаи робитаи байни мароми комёбӣ ва худамаликунӣ дар навҷавонӣ, метавон гуфт, ки бо рушди кӯшиш ба худамалинамоӣ, шумора ва қувваи ин робитаҳо меафзояд. Таҳлили маълумоти бадастомада робитаҳои мусбати назаррасро дар байни мароми комёбӣ ва унсурҳои сохтори худамаликунӣ, ба монанди талаботи маърифатӣ ва креативнокӣ ошкор кард. Озмоиши ташаққулдиҳанда инчунин робитаи дигареро бо мавқеъгирӣ дар вақт ошкор кард. Робитаҳои мусбати назаррас дар байни мароми комёбӣ ва унсурҳои сохтори мустақилӣ, худифоданамой, канорагирӣ, талаботи маърифатӣ, дастгирӣ, арзишҳо, худэҳтиромкунӣ, худпазирӣ, мавқеъгирӣ дар вақт, чандирпазирӣ, мароми комёбӣ, робитапазирӣ, креативнокӣ ва худмуайянкунӣ - бо мустақилӣ ва худифоданамой ошкор карда шуданд.



Расми 6. Хусусияти робитаи байни мароми дастовардҳо

Дар унсури мустақилии худмуайянкунии робитаи мусбат бо унсури дастгирии худамалинамоӣ ошкор карда шуд ва пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда як робитаи мусбати дигар бо самтҳои арзишӣ пайдо шуд. Дар унсури худпазироии худмуайянкунӣ робитаи мусбат бо ҳамин унсури худмуайянкунӣ ошкор карда шуд.

Робитаи баландтарин пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда байни мароми комёбӣ ва унсури мустақилии худмуайянкунӣ пайдо шуд ($r_2=77$), пеш аз озмоиши ташаккулдиҳанда, низ ин робита ошкор шуда буд, аммо ба таври назаррас пасттар буд ($r_1=43$). Ин маънои онро дорад, ки бо афзоиши мустақилий дар навҷавонӣ, мароми комёбӣ ва баръакс, ҳангоми паст будани дараҷаи мароми комёбӣ ва интиҳоби стратегияи канорагирӣ аз нокомӣ, мустақилий коҳиш меёбад. Бисёре аз муҳаққиқон дар бораи робитаи байни мустақилий ва мароми комёбӣ изҳори андеша кардаанд ва таъсири мароми ботиниро ба мустақилий шахс дар интиҳоби ҳадафҳо ва воситаҳои амалисозии онҳо таъкид намудаанд. Шахсе, ки мустақилона амал мекунад ва аз ҷониби мароми дохили роҳнамоӣ мешавад, худро ҳамчун ташаббускор ва танзимгари ҳаёти худ ҳис мекунад, ба дигарон вобаста нест ва аз ин рӯ, мустақил аст.

Вақте ки фаъолияти шахсро мароми канорагирӣ аз нокомӣ танзим мекунад, ӯ ба осонӣ ба фишори беруна гирифтور мешавад, рафтор ва интиҳоби ӯ зери таъсири дигарон сурат мегирад ва ӯ мустақилии паст дорад. Як робитаи мусбати дигари назаррас дар байни мароми комёбӣ ва унсури креативнокии худамалинамоӣ пайдо шуд. Ин робита пеш аз озмоиши ташаккулдиҳанда ($r_1 = 0.61$) арзишноктарин буд ва пас аз озмоиш боз ҳам афзоиш ёфт ($r_2 = 0.68$). Ин маънои онро дорад, ки ҳар қадар дараҷаи мароми комёбӣ баландтар бошад, дараҷаи креативнокӣ низ ҳамон қадар баландтар аст. Аз ин бармеояд, ки ҷавонони дорои дараҷаи баланди мароми комёбӣ, эҷодкориро инкишоф медиҳанд ва онро барои ноил шудан ба муваффақият фаъолона истифода мебаранд. Дар ҳолати баръакс, вақте ки дараҷаи мароми комёбӣ паст аст ва стратегияи канорагирӣ аз нокомӣ бартарӣ дорад, эҷодкорӣ коҳиш меёбад.

Ба таври озмоишӣ исбот карда шуд, ки ҷавонони дорой дараҷаи пасти мароми комёбӣ аз ангеҷаҳои беруна маромнок мешаванд ва вазифаҳоро нисбат ба онҳое, ки мароми комёбии ботинӣ доранд, камтар эҷодкорона иҷро мекунанд. Робитаи байни нишондиҳандаи унсури мустақилӣ худмуайянкунӣ ва нишондиҳандаи унсури дастгирии худамалинамоӣ низ яке аз ҷавитарин робитаҳои мусбат аст ($r_{1;2}=0.58$).

Озмоиш ба ин робита ҳеҷ таъсире нарасонд ва он бетағйир монд. Ин нишон медиҳад, ки ҳар қадар нишондиҳандаи дастгирӣ баландтар бошад, дараҷаи мустақилӣ ҳамон қадар баландтар аст. Ин бо он шарҳ дода мешавад, ки гарчанде ин хусусиятҳо ба равандҳои гуногуни психикӣ тааллуқ доранд, онҳо ба якдигар монанд буда, навҷавонро ҳамчун шахси мустақил ва аз фикри дигарон озод нишон медиҳанд. Ў меҳодад зиндагии худро худ идора кунад, ҳадафҳо гузорад ва роҳҳои расидан ба онҳоро муайян кунад. Ба таъсири беруна камтар дода мешавад.

Агар мустақилӣ паст бошад, нишондиҳандаи дастгирӣ низ паст хоҳад буд. Мароми ба даст овардани комёбӣ бо худифоданамоӣ зич алоқаманд аст; ин робитаи мусбат пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда ($r_1=48$), ($r_2=54$) боқӣ монд ва мустаҳкам шуд. Ҳар қадар мароми комёбӣ баландтар бошад, хоҳиши худифоданамоӣ дар навҷавонӣ ҳамон қадар ҷавитар хоҳад буд. Ин бо он шарҳ дода мешавад, ки шахси барои рушди пурраи қобилияту иқтидори худ саъю талошкунанда, пайваستا имкониятҳоро барои амалӣ кардани нақшаҳои худ меҷӯяд. Ў аз истифодаи роҳҳои гуногуни худифоданамоӣ намеҳаросад, ҳоҳ татбиқи ғояҳои эҷодӣ бошад, ҳоҳ нишон додани худ дар як кори нав. Чунин шахс ғайилона таҷриба мекунад, ҳудуди имкониятҳои худро васеъ месозад, аз нокомӣ наметарсад ва барои муваффақ шудан дар корҳои худ саъй мекунад. Байни мароми комёбӣ ва унсури талаботҳои маърифатии худамалинамоӣ ($r_{1;2}=0.41$) робитае пайдо шуд, ки ифодакунандаи тағйир наёфтани нишондиҳандаҳо пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда мебошад. Ҳар қадар мароми комёбӣ баландтар бошад, талаботҳои маърифатии ҷавон ҳамон қадар возеҳтар мешаванд. Ин ду нишондиҳанда махсусан дар навҷавонӣ, вақте ки

ҷавонон таҳсилоти худро дар мактаб ба итмом мерасонанду барои имтиҳонҳо ва қабул ба донишгоҳ омода мешаванд, бо ҳам алоқамандии зичтар пайдо мекунанд.

Бо гузашти солҳо, талаботи маърифатӣ умуман коҳиш меёбад. Дар навҷавонӣ мароми комёбӣ ба талаботи маърифатӣ вобаста аст, зеро дохил шудан ба донишгоҳ як раванди мураккаб ва душвор аст, ки бисёре аз навҷавонро барои рушди қобилиятҳои маърифатии худ бо мақсади ноил шудан ба ин ҳадаф маромнок мекунад. Инчунин робитаи камтар арзишнок дар байни нишондиҳандаи унсури худифоданамоии худмуайянкунӣ ва унсури худпазирии худамалинамоӣ муайян карда шуд. Ин робита пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда бетағйир монд ($r_{1;2} = 0.34$). Худифоданамоӣ дар навҷавонӣ нақши махсус дорад. Ин нишондиҳандаҳо бо ҳам алоқаманданд ва ҳар қадар хоҳиши худпазирӣ қавитар бошад, ҳамон қадар худифоданамоӣ дар навҷавонӣ бештар хоҳад буд. Аз сабаби хусусиятҳои синну соли худ ва мавҷудияти комплексҳо, ҷавонон ва навҷавонон аксар вақт бо пазириши худ мубориза мебаранд, аммо худифоданамоӣ воситаи пуриқтидор барои рафъи ин мушкилот аст.

Пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда, робитаҳои қаблан номаълум муайян карда шуданд. Аввалин робитаи мусбат дар байни унсури мустақилии худмуайянкунӣ ва унсури рӯовариҳои арзишии худифоданамоӣ ошкор карда шуд ($r_2 = 0.38$). Ҳамин тариқ, ҳар қадар дараҷаи мустақилӣ баландтар бошад, ҳамон қадар шахс дар интихоби роҳи зиндагии худ мустақилӣ ҳис мекунад ва ба системаи арзишҳои худ таъяс мекунад. Мувофиқан, ҳар қадар дараҷаи мустақилӣ паस्तтар бошад, ҳамон қадар шахс ба андешаҳои дигарон вобаста аст ва кӯшиш мекунад, ки дар чашми дигарон хуб ба назар расад. Дар давоми барнома, мо машғулиятҳои гузаронидем, ки ба ошкорсозӣ ва танзими самтҳои арзишӣ-маъноии шахс, ташаккулёбии тасаввурот дар бораи оянда ва банақшагирии он нигаронида шуда буданд. Дар ҳонандагон тасаввурот дар бораи оянда ташаккул ёфт, ки онро мустақилона бо дарназардошти хусусиятҳо, шавқу ҳавасҳо ва арзишҳои шахсии худ сохтаанд. Ба андешаи мо,

махз ҳамин чиз ба пайдоиши ин робитаи мусбат таъсир расонд. Робитаи дигари мусбате, ки пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда пайдо шуд, робитаи байни мароми комёбӣ ва унсури мавқеъгирӣ дар вақти худмуайянкунӣ мебошад ($r^2=0.35$).

Ин нишон медиҳад, ки дар давраи навҷавонӣ мароми комёбӣ ба мавқеъгирӣ дар вақт таъсири мусбат мерасонад ва ҳар қадар мароми комёбӣ баландтар бошад, ҳамон қадар шахс пайвастагии гузашта, оянда ва ҳозираро қавитар дарк мекунад. Яке аз ҳадафҳои барнома рушди малакаҳои банақшагирии ҳаёт ва тарҳрезии он буд. Дар давоми машқҳо, аз навҷавонон интизор мерафт, ки ҷудонашавандагии гузашта, ҳозира ва ояндаро дарк кунанд, зеро ҳама амалҳо ва орзуҳои ҳозира ба ташаккули ояндаи онҳо таъсир мерасонанд.

Ҳамин тариқ, бо назардошти он, ки ин робита пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда пайдо шуд, метавон хулоса кард, ки ҳадафи озмоиши ташаккулдиҳанда ба даст омадааст. Таҳлилҳо нишон доданд, ки дар ҳақиқат, бо афзоиши дараҷаи мароми комёбӣ, худмуайянкунӣ ва хоҳиши худамалинамоӣ низ меафзояд. Пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда, ин робитаҳо боқӣ монданд ва илова бар ин, робитаҳои нав пайдо шуданд. Ҳамин тариқ, эътимоднокии ва объективияти фарзияи мо бо истифода аз омори математикӣ тасдиқ карда шуданд.

Ғайр аз ин, дар доираи тадқиқоти эмпирикӣ, таҳлили коррелятсионӣ барои муайян кардани хусусият ва самти муносибатҳои байни нишондиҳандаҳои маромнокӣ ва шахсӣ-рефлексивӣ гузаронида шуд. Барои коркарди омории маълумот, методикаҳои таҳлили коррелятсионии байни нишондиҳандаҳое истифода шуданд, ки бо истифода аз методикаҳои «Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ» ва «Мароми канорагирӣ аз нокомӣ»-и Т. Эллерс аз пурсишномаи «Типи рефлексияи тафриқашуда» (Д. А. Леонтев, Е. М. Лаптева, Е. Н. Осин, А. Ж. Салихова) ба даст оварда шуданд. Шумораи озмудашавандаҳо 240 нафарро ташкил дод ($n = 240$).

Таҳлили робитаҳои коррелятсионӣ дар байни методикаҳои «Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ» ва «Мароми канорагирӣ аз нокомӣ»-и Т. Эллерс ва пурсишномаи «Типи рефлексияи тафриқашуда» (Д.А. Леонтев, Е.М.

Лаптева, Е.Н. Осин, А.Ч. Салихова) (n=240)

Нишондиҳандаҳо	Рефлексияи системавӣ	Интроексия	Квази- рефлексия
Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ	0,34*	0,28*	-0,12
Мароми канорагирӣ аз нокомӣ	-0,19	0,16	0,32*

Робитаи мусбати байни «маром комёбӣ» ва «рефлексияи системавӣ» нишон медиҳад, ки дар навҷавонӣ қобилияти таҳлили системавии тафаккури худ ба механизми асосии психологӣ табдил меёбад, ки пешрафтро ба сӯйи муваффақият афзоиш медиҳад ($r = 0.34$; $p < 0.05$). Ҳар қадар навҷавонон ба ҳадафҳои худ пайваста наздик шаванд, ҳамон қадар онҳо банақшагирӣ, назорат ва таҳлили натиҷаҳо ро табиитар дарк мекунанд. Тафаккури системавӣ таҳияи стратегияҳо ро, ки ба муваффақият оварда мерасонанд, осон мекунад ва хонандагонро ба корҳои зехнӣ фаъолтар ҷалб мекунад. Навҷавононе, ки ҳадафмандона ба сӯйи ҳадафҳои худ ҳаракат мекунанд, оқибатҳои қарорҳои худро пешакӣ арзёбӣ мекунанд, ки ин эътимоди ботинии онҳо ро ба муваффақият таъвият медиҳад. Таъвияти тафаккури системавӣ имкон медиҳад, ки ҳамаи онҳо ва дастовардҳо дар фаъолият таҳлил карда шаванд ва раванди худамалинамоӣ амиқтар шавад. Тафаккури мақсаднок механизмҳои худтанзимкунии дохилиро фаъол мекунад ва иродаро афзоиш медиҳад. Мароми комёбӣ, ки бо тафаккури системавӣ таъвият дода мешавад, хонандагонро барои иҷрои вазифаҳои мураккаб бо истодагари бештар ташвиқ мекунад. Шахсе, ки ба таври системавӣ фикр мекунад, вазифаҳо ро ба қисмҳои хурдтар тақсим карда, онҳо ро пайдарпай анҷом медиҳад, ки ин эътимодро ба худ афзоиш медиҳад. Навҷавоне, ки хоҳиши қавӣ барои муваффақият дорад, ба тафаккур на танҳо ҳамчун воситаи таҳлилий, балки

ҳамчун раванди стратегии ба ҳадаф роҳнамоикунанда, менигарад. Қобилияти ташкили мантиқии фаъолиятҳо имкон медиҳад, ки муваффақият на ҳамчун тасодуф, балки ҳамчун натиҷаи амали бошууро на дарк карда шавад. Мулоҳизаҳои системавӣ барои муайян кардани роҳи расидан ба ҳадаф ва эътироф кардани аҳаммияти ҳар як қадам кумак мекунад. Мураттабсозии пайдарпайи андешаҳо эҳсоси масъулияти шахсиро тақвият медиҳад. Тафаккури системавии рушдёфта ба навҷавонон худдорӣ, идоракунии вақт ва омӯзиши самаранокро меомӯзонад. Афроди дорои равиши системавӣ воқеӣ ва дастрас будани ҳадафҳои худро қафолат медиҳанд.

Робитаи мусбати байни «мароми комёбӣ» ва «хуdamалинамоӣ» нишон медиҳад, ки дараҷаи огоҳии наврас аз ҳолати эмотсионалии худ омодагии дохилии ӯро барои ноил шудан ба муваффақият афзоиш медиҳад ($r=0.28$; $p<0.05$). Афроди қодир ба дарки ҳиссиёти худ, идоранамоии монеаҳои эмотсионалиро дар роҳи расидан ба комёбӣ меомӯзад. Шахси худмушоҳидакор дарки амиқтари сабабҳо ва маромҳои ботинии ноил шудан ба ҳадафро инкишоф медиҳад, ки ин талоши ӯро барои расидан ба муваффақият бештар ҳадафнок мекунад. Қобилияти мушоҳидаи эмотсияҳои худ ба навҷавонон имкон медиҳад то шароитҳоро дарк кунанд, ки фаъолиятшон дар онҳо самараноктар аст. Тақвият бахшидан ба интроспексия механизмҳои худдастгирии ботиниро инкишоф дода, ба захираи психологӣ табдил меёбад ва ба муваффақият оварда мерасонанд. Афроди таҳлилкунандаи ҳиссиёту эмотсияҳои худ аз нокомӣ наметарсанд, балки онро ҳамчун воситаи рушд қабул мекунад. Интроспексия устувории эмотсионалиро дар қабули қарорҳо таъмин намуда, сифат ва давомнокии кӯшиши расидан ба ҳадафро беҳтар мекунад. Қобилияти гӯш кардани худ ба навҷавон имкон медиҳад, ки қобилиятҳои воқеии худро ба таври кофӣ баҳодихӣ карда, дар асоси ин баҳодихӣ ҳадафҳоро муқаррар кунанд. Интроспексияи қавӣ ба онҳо имкон медиҳад то муоширати монологии худро идора кунанд ва ин барои фаъолона амал намудан дар роҳи расидан ба муваффақият мусоидат мекунад. Ҳангоми аз аксуламалҳои эмотсионалии худ

огоҳтар шудани навчавон, омодагии ботинии ӯ барои ҳалли вазифаҳои мураккаб афзоиш меёбад. Интроспексия чандирии психологиро дар ноил шудан ба муваффақият афзоиш медиҳад ва ба онҳо имкон медиҳад, ки аз ҷиҳати эмотсионалӣ ба дилхоҳ вазъият мутобиқ шаванд. Одатӣ худмушоҳидакунӣ ба идоракунии стресс мусоидат мекунад ва дастовардҳои таълимиро бештар месозад. Афроди худмушоҳидакор ҳамоҳангҳои худро на аз мавқеи воқуниши эмотсионалӣ, балки ҳамчун омилӣ рушд баҳогузорӣ мекунад. Худтаҳлилнамоя ба рушди ҳисси ботинии масъулият мусоидат мекунад.

Робитаи мусбати байни «мароми канорагирӣ аз нокомӣ» ва «квази-рефлексия» нишон медиҳад, ки бо афзоиши равандҳои таҳайюлӣ-рефлексивӣ, навчавонон ба таҳияи стратегияи эҳтиёткорӣ бартарӣ медиҳанд ва эҳтимолияти нокомиро дар вазъиятҳои номуайян тасаввур мекунанд ($r = 0.32$; $p < 0.05$). Ҳангоми квази-рефлексияи баланд, хонандагон сабабҳои аниқӣ ҳодисаҳоро таҳлил накарда, бо таъя ба ҳиссиёти дохилии худ хавфро пешбинӣ мекунанд. Навчавонон ҳангоми арзёбии вазъият ба таври маҷозӣ эҳтимолияти нокомиро аз будаи зиёд баҳодихӣ мекунанд ва аз амалкарди ғайбӣ канорагирӣ мекунанд. Равандҳои квази-рефлексияи навчавононро водор мекунанд, ки вазъиятҳои номуайяно ба тахминҳои субъективӣ пурра кунанд, ки ин тарси интуитивиро зиёд мекунад. Хонандагони дорои майли зиёди канорагирӣ аз нокомӣ худро заиф меҳисобанд, ки эътимоди дохилии онҳоро ба ноил шудан ба муваффақият коҳиш медиҳад. Квази-рефлексия навчавононро ташвиқ мекунад, ки дастовардҳои шахсиро тавассути призмаи хавфи тасаввуршуда арзёбӣ кунанд. Чӣ қадаре ки хонанда дар вазъиятҳои гуногун натиҷаи манфиро тасаввур кунад, ҳамон қадар бештар стратегияи дифоиро нисбат ба амали ғайбӣ интихоб мекунанд. Кор ба тахминҳои дохилӣ эътимодро коҳиш медиҳад ва равандҳои иродаро суст мекунад. Бо афзоиши квази-рефлексия, наврас ба ҷойи гузоштани қадамҳои қатъӣ ба сӯйи ҳадаф, амалҳои худро бо эҳтиёткорӣ маҳдуд мекунад. Худмушоҳидакунӣ ҳаёли кӯшиши ноил шудан ба муваффақиятро маҳдуд мекунад, зеро хавфи ботинӣ аз ҳад зиёд назаррас

арзёбӣ мешавад. Ҳассосият ба вазъиятҳои номуайян дараҷаи пешгирӣ аз нокомиро зиёд мекунад. Ҳар қадар наврас ба тахминҳои ботинӣ бештар таъя кунад, ҳамон қадар имкони ба даст овардани муваффақият камтар воқеӣ мешавад.

Илова ба ин, таҳлили робитаҳои коррелятсионии байни нишондиҳандаҳои мароми комёбӣ ва мароми канорагирӣ аз нокомӣ (бо истифода аз методикаи Т. Элерс) ва нишондиҳандаҳои дараҷаи иддаои шахс (бо истифода аз санчиши «Дараҷаи орзуҳо»-и Г. Гербашевский) гузаронида шуд. Натиҷаҳои ин таҳлил дар Ҷадвали 6 оварда шуда, ба мо имкон медиҳанд, ки дараҷаи мутобиқати байни мақсадгузориҳои маромнокии шахс ва дараҷаи иддаои онҳоро дар фаъолияти таълимӣ-касбии онҳо муайян кунем.

Ҷадвали 6.

Таҳлили робитаҳои коррелятсионии байни методикаҳои «Мароми комёбӣ» ва «Мароми канорагирӣ аз нокомӣ»-и Т. Эллерс ва тести «Дараҷаи иддао»-и Г. Гербашевский (n=240)

Нишондиҳандаҳо	Мароми маърифатӣ	Мароми канорагирӣ	Мароми рақобат	Душвории масъала	Кӯшиши иродаӣ	Ташаббускорӣ
Мароми комёбӣ	0,33*	-0,11	0,16	0,19	0,31*	0,11
Мароми канорагирӣ аз нокомӣ	-0,14	0,38*	-0,18	-0,27*	-0,12	-0,19

Робитаи мусбати байни «мароми комёбӣ ва «мароми маърифатӣ» нишон медиҳад, ки кӯшиши наҷавонон ба дониш ва шавқи ботинии ба даст овардани маълумоти нав омилҳои асосии психологӣ таҳрикдиҳандаи пешрафти онҳо мешаванд ($r=0.33$; $p<0.05$). Бо афзоиши шавқ ба омӯзиш, хонандагон ба ҳар як вазифаи омӯзишӣ ҳамчун имконият барои рушди шахсӣ менигаранд. Хоҳиши омӯзиш низоми мароми ботинии наҷавононро тақвият бахшида, ба яке аз механизмҳои асосии ба даст овардани муваффақият мубаддал мегардад.

Қаноатмандӣ аз азхудкунии маводди нав хонандагонро барои ба даст овардани натиҷаҳои баландтар ҳавасманд мекунад. Шавқу ҳаваси азхудкунии дониш муносибати мусбати эмотсионалиро нисбат ба омӯзиш ташаккул медиҳад ва ба онҳо кумак мекунад, ки донишро ҳамчун роҳи муваффақият дарк кунанд. Бо афзоиши маром ба омӯзиш, навҷавонон ҳадафҳои васеътари таълимӣ мегузоранд. Вақте ки мароми омӯзиш бо мароми комёбӣ якҷоя мешавад, хонандагон барои тафаккури эҷодӣ ва мустақилона омода мешаванд. Хоҳиши азхудкунии дониш навҷавононро водор мекунад, ки аз вазифаҳои душвор натарсанд, балки онҳоро ҳамчун як санҷиш ва як имконият қабул кунанд. Талаботи ботинӣ барои омӯхтани маълумоти нав фаъолият иродавии шахсро афзоиш медиҳад. Аз раванди донишазхудкунӣ илҳом гирифта, хонанда муваффақияти таълимиро ҳамчун як дастоварди шахсӣ қабул мекунад. Чунин ҳамоҳангии маромнокӣ худшиносии навҷавононро таҳким дода, онҳоро ба назорати бошуурона дар фаъолияти таълимӣ водор мекунад. Ҷустуҷӯи доимии донишҳои нав ба рушди зеҳнии навҷавонон, ки барои ноил шудан ба муваффақият нигаронида шудааст, суръат мебахшад. Афзоиши мароми омӯзиш хонандаро барои татбиқи дониши бадастоварда ва анҷом додани таҳлили амиқтар ташвиқ мекунад. Хонандае, ки барои муваффақият талош мекунад, донишро на ҳамчун натиҷа, балки ҳамчун раванд арзёбӣ мекунад. Дар ниҳоят, ин муносибат тасдиқ мекунад, ки шавқу ҳавас ба азхудкунии дониш дар ҳаракати наврас барои ноил шудан ба муваффақият нақши муҳим мебозад.

Робитаи мусбати байни «мароми комёбӣ» ва «қувваи иродавӣ» нишон медиҳад, ки дар навҷавонон қобилияти ба сабр ва истодагарӣ таъякунандаи ҳаракати устувор ба сӯи ҳадафро ифодаёфта буда, хоҳиши онҳо барои ноилшавӣ ба муваффақият қавӣ аст ($r=0.31$; $p<0.05$). Хонандаи дорои иродаи қавӣ аз мушкилот наметарсад; баръакс, онҳо онҳоро ҳамчун санҷише дарк мекунанд, ки ба муваффақият оварда мерасонад. Хонандаи дорои мароми баланди комёбӣ, ба омилҳои беруна, ки метавонанд омили ҳалалрасонанда бошанд, камтар вобаста аст. Ирода асоси қабули қарорҳои мустақилона ва

худидоракуниро ташкил медиҳад. Хонандагон бошууруна корҳои заруриро барои ноил шудан ба ҳадафҳои худ анҷом медиҳанд. Қувваи иродавӣ асоси равандҳои қабули мустақилонаи қарор ва худидоракуниро ташаккул медиҳад. Навҷавон бошуурунаи кори барои ба ҳадафрасиаш заруриро иҷро мекунад. Навраси ба мушкilot тободар, қувваи ботиниро эҳсос мекунад, ки эътимодро барои ноил шудан ба ҳадаф афзоиш медиҳад. Устуворӣ дар амалҳо огоҳии наврасро таъмин медиҳад. Қувваи иродавӣ қобилияти шахсро барои худмаромбахшӣ инкишоф медиҳад. Шахсе, ки барои муваффақият талош мекунад, аз худтакмилдиҳӣ канорагирӣ намекунад, зеро мефаҳмад, ки натиҷаҳо таваҷҷути саъю кӯшиш ба даст меоянд. Омодагии иродавӣ дар ҳалли вазифаҳои мураккаб эътимодро ба худ афзоиш медиҳад. Вақте хонандагон қувваи иродавии худро эҳсос мекунанд, бочурияти барои расидан ба ҳадафҳои муҳим кӯшиш мекунанд. Устувории психологӣ ва кӯшиши расидан ба ҳадафҳо дараҷаи баланди фаъолияти зеҳниро дар навҷавонон нигоҳ медорад.

Робитаи қавии мусбат дар байни «мароми канорагирӣ аз нокомӣ» ва «мароми канорагирӣ» нишон медиҳад, ки навҷавонон ба эҳтимолияти нокомӣ аз ҷиҳати психологӣ таваҷҷуҳи аз ҳад зиёд медиҳад, ки ин майли онҳоро барои канорагирӣ аз фаъолиятҳо зиёд мекунад ($r=0.38$; $p<0.05$). Навҷавон аз ҳамаиҳо барои худ фоҷиа месозад ва ин боиси зиёд шудани дараҷаи эҳтиёткорӣ пеш аз огоҳии фаъолият мегардад. Стратегияи канорагирӣ барои хонанда ҳамчун механизми худмуҳофизатӣ инкишоф меёбад. Бо паст будани эътимод ба худ, хонанда ҳатари нокомиро шадидтар дарк мекунад. Ин боиси канорагирӣ аз фаъолиятҳо ва муваққатан даст кашидан аз масъулият мегардад. Тарс аз номуайянии майли канорагириро аз иҷрои вазифаҳо зиёд мекунад. Тафаккури, ки ба канорагирӣ аз нокомӣ равона шудааст, ҳатари ҳаёлиро аз вазъияти воқеӣ афзалтар медонад. Бо қувватгирии мароми канорагирӣ, хонанда захираҳои иродавиро истифода намебарад. Муоширати монологии навҷавон ба фикри «хато накардан» нигаронида шудааст. Ин мавқегирии ғайрифаволеро ба вучуд меоварад, ки ба ҷойи рушд ба беҳатарӣ нигаронида шудааст. Хонанда аз вазъиятҳои душвор канорагирӣ мекунад ва оромии

муваққати ро афзалтар медонад. Дар ниҳоят, ин стратегияи канорагирӣ эътимоди навҷавонро ба худ коҳиш медиҳад. Онҳо аз таҳлили ҳатоиҳои худ худдорӣ мекунанд, на ин ки аз онҳо сабақ мегиранд.

Робитаи манфии байни «мароми канорагирӣ аз нокомӣ» ва «мушкилии вазифа» нишон медиҳад, ки тарс аз вазифаҳои душвор ғайри навҷавонро дар раванди таҳсил маҳдуд мекунад ($r=-0.27$; $p<0.05$). Хонандагон вазифаҳои душворро ҳамчун манбаи нокомӣ баҳо медиҳанд. Ҳангоми рӯ ба рӯ шудан бо вазифаи душвор, дараҷаи стресс меафзояд ва дар навҷавонон майли канорагирӣ аз иҷрои он пайдо мешавад ва боиси коҳиш ёфтани эътимоди онҳоро ба худ мегардонад. Майли канорагирӣ аз душвориҳо имкониятҳоро барои ҳудамалинамоӣ ва рушд маҳдуд мекунад. Тарс аз нокомӣ истифодаи пурраи иқтидори шахсро бозмедорад. Навҷавонони дорои дараҷаи баланди мароми канорагирӣ аз нокомӣ, ба ҷойи рӯ овардан ба таҳлили вазифаҳои душвор, варианти осону беҳатарро интихоб мекунанд. Ин раванд тафаккури онҳоро ғайи нақарда, баръакс, онро маҳдуд мекунад. Канорагирӣ аз вазифаҳои душвор рафтори ҳимоявиро дар системаи ҳудамалинамоӣ тақвият дода, бо гузашти вақт, ин мавқеи ҳимоявӣ ба ноғайри табдил меёбад. Бо дур шудан аз вазифаҳои душвор, навҷавонон суръати рушди худро суст мекунанд. Нокомӣ дар иҷрои вазифаҳои душвор имкониятҳоро барои рушди шахсӣ маҳдуд месозад.

Таҳқиқот барои баррасии ҳамаҷонибаи робитаҳо дар байни мароми комёбӣ, худмуайянкунӣ, ҳудамалинамоӣ, равандҳои рефлексивӣ ва дараҷаи иддао дар навҷавонон имконият фароҳам овард. Натиҷаҳои бадастомада хусусияти системавӣ доштани рушди маромнокӣ-шахсиро тасдиқ мекунанд ва нишон медиҳанд, ки мароми комёбӣ ҳамчун механизми марказии интегративӣ хизмат карда, унсурҳои маърифатӣ, иродавӣ, рефлексивӣ ва арзишӣ-маъноии шахсиятро муттаҳид месозад.

Таҳлили коррелясионии маълумоти пеш аз ва пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда бадастомада нишон дод, ки мароми комёбӣ бо унсурҳои калидии сохтории худмуайянкунӣ ва ҳудамалинамоӣ робитаҳои мусбати

устувор ва аз ҷиҳати оморӣ арзишнок дорад. Пас аз таҷрибаи ташаккулдиҳанда, на танҳо муносибатҳои қаблан муайяншуда тақвият ёфтанд, балки муносибатҳои нав низ пайдо шуданд, ки аз бозсозии сифатан муҳимми сохтори маромнокии шахсияти навҷавонон шаҳодат медиҳанд.

Робитаи динамикии муайяншуда дар байни мароми комёбӣ ва мустақилӣ махсусан назаррас аст. Афзоиши назарраси коэффитсиенти коррелятсионӣ пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда ин андешаро тасдиқ мекунад, ки рушди мустақилӣ ҳамчун унсури худмуайянкунӣ мустақиман бо афзоиши мароми ботинии комёбии алоқаманд аст. Ҳар қадар шахс аз амалҳои худ бештар қудратмандӣ ҳис кунад, ҳамон қадар таваҷҷуҳи ӯ ба ноил шудан ба муваффақият баландтар мешавад ва стратегияҳои канорагирӣ аз нокомӣ заифтар мегардад. Ин натиҷа бо консепсияҳои мароми ботинӣ ва худмуайянкунӣ, ки нақши мустақилиро дар ташаккулёбии мавқеъгирии фаъолонии ҳаётӣ таъкид мекунанд, мувофиқат мекунад.

Таҳлили робитаҳои мутақобилаи байни мароми комёбӣ ва унсурҳои худамалинамой нишон дод, ки робита бо эҷодкорӣ, талаботи маърифатӣ, мавқеъгирӣ дар вақт, худэҳтиромкунӣ ва худпазирӣ робитаҳои нисбатан устувортар ва муҳимтар мебошанд. Ин нишон медиҳад, ки мароми комёбӣ дар навҷавонӣ бо иқтисоди эҷодии шахс, талабот ба худшиносӣ ва рушди огоҳонаи ҳадафҳои ҳаётӣ зич алоқаманд аст. Тақвияти ин робитаҳо пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда самаранокии муҳолиҳои мақсадноки психологӣ ба рушди худамалинамой нигаронидашударо, нишон медиҳад.

Натиҷаҳои таҳлили коррелятсионӣ дар байни нишондиҳандаҳои мароми комёбӣ ва типҳои рефлексияи тафриқавӣ барои ошкор кардани вижагиҳои механизмҳои рефлексивӣ, ки рафтори маромнокро миёнаравӣ мекунанд, имконият дод. Муайян карда шуд, ки мароми комёбӣ бо рефлексияи системавӣ ва интроспексия робитаи мусбат дорад ва нақши онҳоро ҳамчун захираҳои психологӣ барои фаъолияти мақсаднок, бошуурона ва худтанзимшаванда тасдиқ мекунад. Баръакс, робитаи мусбат дар байни мароми канорагирӣ аз нокомӣ ва квази-рефлексия аз бартарии шаклҳои образӣ-интуитивӣ ва

химоявии худшиносӣ, ки ба пешбининомаи хавф ва канорагирӣ аз номуайяни нигаронида шудаанд, гувоҳӣ медиҳад.

Таҳлили робитаҳои дар байни мароми комёбӣ ва нишондиҳандаҳои дараҷаи иддао нишон дод, ки рӯоварӣ ба муваффақиятро мароми баланди таълимӣ ва кӯшишҳои иродавии рашан ифодаёфта ҳамроҳӣ мекунад. Ин нишон медиҳад, ки дар навҷавонӣ кӯшиши ба даст овардани муваффақият бо шавқу ҳаваси ботинӣ ба омӯзиш, истодагарӣ ва омодагӣ барои бартараф кардани мушкилот зич алоқаманд аст. Ҳамзамон, мароми канорагирӣ аз нокомӣ бо мураккабии вазифаҳои интиҳобшуда ва ташаббускорӣ алоқамандии манфӣ дорад, ки таъсири маҳдудкунандаи онро ба фаъолияти шахсӣ тасдиқ мекунад.

Умуман, натиҷаҳои тадқиқот ба таври боварибахш нишон медиҳанд, ки мароми комёбӣ дар навҷавонӣ омили калидӣ дар рушди худмуайянкунӣ ва худамалинамоӣ маҳсуб меёбад. Озмоиши ташаккулдиҳанда имконпазирии тақвияти мақсадноки ин робитаҳоро тасдиқ кард, ки аз ҷандирии сохтори маромнокӣ ва ҳассосияти он ба таъсири психологӣ гувоҳӣ медиҳад.

Ҳамин тариқ, фарзияи мавҷудият ва тақвияти робита дар байни мароми комёбӣ ва хоҳиши худамалинамоӣ дар давраи навҷавонӣ ба таври эмпирикӣ тасдиқ шуд. Натиҷаҳои бадастоварда аҳаммияти баланди назариявӣ ва амалӣ дошта, метавонанд дар таҳияи барномаҳои роҳнамоии психологӣ, ки ба рушди мароми ботинӣ, мустақилӣ, қобилиятҳои рефлексивӣ ва камолоти шахсии навҷавонон нигаронида шудаанд, истифода шаванд.

Хулосаи боби сеюм

Дар боби сеюми рисола барномаи муҳолилаи психологӣ-педагогӣ таҳия шуда, аз ҷиҳати назариявӣ асоснок ва аз ҷиҳати озмоишӣ санҷида шуд. Барнома ба рушди мароми комёбӣ ҳамчун омили пешбар дар рушди худамалинамоӣ дар давраи навҷавонӣ нигаронида шудааст. Татбиқи озмоиши ташаккулдиҳанда ба мо имкон дод, ки тағйироти миқдорӣ ва сифатиро дар сохтори маромнокӣ-шахсиятии озмудашавандаҳо муайян кунем.

Натиҷаҳои озмоиши ташаккулдиҳанда ба таври боварибахш нишон доданд, ки рушди мақсадноки мароми ноил шудан ба комёбӣ ба тақвияти назарраси худмуайянкунӣ мусоидат мекунад, ки дар афзоиши мустақилӣ, рафтори огоҳона ва танзими дохилии фаъолият зоҳир мешавад. Пас аз татбиқи барнома дар озмудашавандаҳо афзоиши қувва ва шумораи робитаҳои мусбат дар байни мароми комёбӣ ва унсурҳои калидии худмуайянкунӣ ошкор карда шуд, ки гузаришро аз шаклҳои фаъолияти аз берун таҳриқшаванда ба рафтори водоркунандааш мароми ботинӣ нишон медиҳад.

Муқаррар карда шуд, ки тағйироти мусбати намоёнтарин дар соҳаи мустақилии шахс ба амал омадаанд. Афзоиши назарраси коэффитсиенти коррелятсия дар байни мароми комёбӣ ва мустақилӣ пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда тасдиқкунандаи ин фарзия аст, ки мароми ботинӣ заминаи психологии мустақилӣ, ташаббускорӣ ва субъективӣ будани мавқеъ дар навҷавонон аст. Афзоиши мустақилӣ боиси коҳиш ёфтани майл ба стратегияҳои канорагирӣ аз нокомӣ мегардад ва омодагии ба дӯш гирифтани масъулиятро барои интиҳоб ва фаъолияти худ афзоиш медиҳад.

Озмоиши ташаккулдиҳанда инчунин тақвияти назарраси робитаи байни мароми комёбӣ ва унсурҳои худамалинамоӣ, пеш аз ҳама, креативнокӣ, талаботи маърифатӣ, мавқеъгирӣ дар вақт, худэҳтиромкунӣ ва худпазириро нишон дод. Ин тағйирот нишон медиҳанд, ки рушди мароми комёбӣ захираҳои дохилии шахсро фаъол карда, ба густариши қобилиятҳои маърифатӣ ва эҷодӣ мусоидат мекунад ва биниши қулли ҳаётро дар асоси робитаи пурмазмун байни гузашта, ҳозира ва оянда тақвият медиҳад.

Робитаҳои наवे, ки пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда муайян карда шуданд, махсусан дар байни мароми комёбӣ ва мавқеъгирӣ дар вақт, инчунин дар байни мустақилӣ ва рӯовариҳои арзишӣ, самаранокии машқҳои дар барнома ҷойшударо, ки ба рушди малакаҳои банақшагирии ҳаёт, муқаррар кардани ҳадафҳо ва дарки маъноҳои шахсӣ нигаронида шудаанд, тасдиқ мекунанд. Ин аз таҷдиди сифатии сохтори соҳаи маромнокӣ-маъноии ҷавонон ва гузариш ба шаклҳои комилтари худамалинамоӣ шаҳодат медиҳад.

Таҳлили механизмҳои рефлексивӣ нишон дод, ки таъсиррасонии ташаккулдиҳанда ба тақвияти рефлексияи системавӣ ва интроспексия ҳамчун захираҳои психологӣ барои худтанзимкунӣ ва рушди шахсӣ мусоидат мекунад. Тақвияти робитаи байни мароми комёбӣ ва рефлексияи системавӣ аз рушди қобилияти ҷавонон барои таҳлили бошууронаи ғаъолият, пешгӯии натиҷаҳо ва танзими рафтори худ шаҳодат медиҳад. Ҳамзамон, коҳиш ёфтани бартарии равандҳои квази-рефлексивӣ аз коҳиш ёфтани стратегияҳои ҳимоявӣ, ки бо пешгирӣ аз номуайяни ва ноқомӣ алоқаманданд, шаҳодат медиҳад.

Натиҷаҳои таҳлили дараҷаи иддао тасдиқ намуданд, ки пас аз озмоиши ташаккулдиҳанда, мароми комёбӣ бо маромнокии баланди донишандӯзӣ, кӯшишҳои иродавии равшан ифодаёфта ва омодагӣ барои интиҳоби вазифаҳои душвортар мувофиқат мекунад. Ин аз афзоиши устуворӣ, ташаббускорӣ ва қобилияти бартараф кардани мушкилот шаҳодат медиҳад. Дар айни замон, мароми пешгирӣ аз ноқомӣ робитаи манфиро бо душвории вазифа ва ғаъолӣ нигоҳ медорад, ки зарурати ба роҳ мондани корҳои ислоҳномаии минбаъдaro бо ин категорияи ҷавонон таъкид мекунад.

Умуман, натиҷаҳои боби сеюм тасдиқ мекунанд, ки барномаи таҳияшуда барои рушди мароми комёбӣ воситаи самарабахши ташаккул додани кӯшиш ба худамалинамоӣ дар навҷавонон мебошад. Озмоиши ташаккулдиҳанда чандирӣ сохтори маромнокӣ-шахсиятии навҷавонон ва имкони ҳадафмандона тағйир додани онро тавассути таъсиррасонии системавии психологӣ ва педагогӣ нишон дод.

Ҳамин тариқ, фарзияи тадқиқот дар бораи он, ки рушди мароми комёбӣ ба тақвияти худмуайянкунӣ ва худамалинамоӣ дар синни навҷавонӣ мусоидат мекунад, аз ҷиҳати эмпирӣ пурра тасдиқ шуд. Натиҷаҳо дорои аҳамияти баланди назариявӣ ва амалӣ буда, метавонанд дар таҳияи барномаҳои роҳномаии психологӣ, ки ба рушди мустақилӣ, мақсаднокӣ ва камолоти шахсии навҷавонон нигаронида шудаанд, истифода шаванд.

ХУЛОСАИ УМУМӢ

Дар таҳқиқоти диссертатсионӣ мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ҳамчун омили муҳимми ташаккул ва рушди кӯшиши худамалисозии шахсият дар синни навҷавонӣ аз ҷиҳати назариявӣ асоснок гардида, бо усулҳои эмпирикӣ тасдиқ карда шуд. Масъалаи худамалисозии шахсият дар шароити муосири рушди иҷтимоӣ, тағйирёбии арзишҳо ва афзоиши талабот ба ғаёлнокии шахсӣ аҳаммияти махсус касб менамояд. Ҷомеаи имрӯза аз навҷавон на танҳо мутобиқшавӣ ба муҳити иҷтимоӣ, балки ташаккули маромнокии устувор, масъулият, мустақилӣ ва қобилияти амалӣ намудани имкониятҳои шахсиро тақозо мекунад. Дар ин замина, омӯзиши мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ҳамчун анғезаи пешбарандаи худамалисозии шахсият аҳаммияти муҳимми илмӣ ва амалӣ дорад.

Таҳқиқоти мазкур дар асоси таҳлили амиқи назариявӣ ва таҷрибавии мафҳумҳои маромнокӣ, худводоркунӣ ва худамалисозии шахсият амалӣ гардида, нишон дод, ки мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дорои нақши калидӣ дар ғаёлгардонии захираҳои дохилии шахсият мебошад. Мароми комёбӣ ҳамчун системаи анғезиши дохили рафтор, ғаёлият ва равиши ҳаётии навҷавонро танзим намуда, ба ташаккули худшиносӣ, мақсадгузорӣ ва масъулияти шахсӣ мусоидат мекунад.

Натиҷаҳои таҳқиқот собит намуданд, ки баланд будани дараҷаи мароми ноилшавӣ ба комёбӣ бо афзоиши сатҳи кӯшиши худамалисозӣ, ғаёлнокии шахсӣ, мустақилӣ ва устувории равонӣ робитаи мутақобилаи маънодор дорад. Қисмати таҷрибавии таҳқиқот, ки дар байни навҷавонон дар марҳилаҳои муқарраркунанда, ташаккулдиҳанда ва назоратӣ гузаронида шуд, самаранокии татбиқи барномаи инкишофдиҳандаи рушди худамалисозиро тасдиқ намуд. Дар натиҷа, иштирокчиёни гурӯҳи озмоишӣ дар муқоиса бо гурӯҳи назоратӣ болоравии назарраси нишондиҳандаҳои худводоркунӣ, маромнокӣ, рефлексияи ғаёлият ва кӯшиши худамалисозиро нишон доданд.

Таҳқиқ нишон дод, ки робитаи мутақобилаи мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва худамалисозии шахсият хусусияти бисёрсатҳӣ дошта, тавассути чунин

нишондихандаҳо, аз қабилӣ рефлексияи фаъолият, мустақилӣ, барномарезӣ, арзёбии натиҷаҳо, чандирии рафтор ва таносуби маром ба комёбӣ ва тарс аз нокомӣ амалӣ мегардад. Ин нишон медиҳад, ки худамалисозии шахсият дар синни навҷавонӣ раванди худҷӯш нест, балки дар натиҷаи ташаккули ангезаи устувори комёбихоҳӣ ва худтанзимнамоии рафтор ба вучуд меояд.

Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ на танҳо ҳамчун омиле, ки ба натиҷаҳои беруна равона шудааст, балки ҳамчун механизми дохилии рушди шахсият, худшиносӣ ва худтакмилдиҳӣ баромад мекунад. Таҳқиқи мазкур нишон дод, ки маҳз мароми дохилӣ ба комёбӣ барои ташаккули кӯшиши худамалисозии устувор ва фаъоли навҷавон аҳамияти аввалиндараҷа дорад.

Ҳамин тариқ, мувофиқи мақсад ва вазифаҳои гузошташудаи таҳқиқ ҳулосаҳои зерин таҳия гардиданд, ки дурустии фарзияҳои пешниҳодшударо пурра тасдиқ менамоянд:

1. Исбот гардид, ки байни мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозии шахсият дар синни навҷавонӣ робитаи мутақобилаи мусбати маънодор вучуд дорад [5-М].

2. Муайян карда шуд, ки татбиқи барномаи инкишофдиҳандаи равонӣ ба болоравии сатҳи худводоркунӣ, маромнокӣ ва худамалисозии навҷавонон оварда мерасонад [8-М].

3. Муқаррар гардид, ки рефлексияи фаъолият, мустақилӣ, барномарезӣ ва арзёбии натиҷаҳо ҳамчун омилҳои миёнарав робитаи маром ба комёбӣ ва худамалисозиро тақвият мебахшанд [3-М].

4. Натиҷаҳои озмоиши ташаккулдиҳанда нишон доданд, ки тағйироти бадастомада хусусияти қонуниятнок дошта, тасодуфӣ нестанд ва самаранокии барномаи пешниҳодшударо тасдиқ мекунанд [6-М].

Ҳамин тавр, таҳқиқоти мо имкон дод, ки дар асоси **вазифаҳои** гузошташуда чунин ҳулосаҳоро пешниҳод намоем:

1. Барои иҷрои **вазифаи** **якум** таҳлили ҳамаҷонибаи адабиёти илмӣ, манбаъҳои классикӣ ва таҳқиқоти муосири ватанӣ ва хориҷӣ оид ба масъалаи мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва худамалисозии шахсият дар синни навҷавонӣ

анҷом дода шуд. Таҳлил нишон дод, ки мароми комёбӣ ҳамчун ҷузъи муҳимми системаи ангеизиши шахсият баромад намуда, дар равандҳои худтанзимнамоӣ, худшиносӣ ва рушди шахсият нақши калидӣ мебозад. Муайян гардид, ки дар илми равоншиносӣ масъалаи робитаи маромнокӣ ва худамалисозӣ ҳанӯз ниёз ба таҳқиқоти мукаммали эмпирикӣ дорад [1-М].

2. Дар рафти иҷрои **вазифаи дуҷум** хусусиятҳои психологӣ мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ муайян карда шуданд. Муқаррар гардид, ки мароми комёбӣ дар ин марҳилаи синнӣ бо ташаккули худшиносӣ, мақсадгузорӣ, арзёбии имкониятҳои шахсӣ ва тамоюл ба мустақилӣ алоқаманд буда, ҳамчун ангезаи пешбарандаи фаъолияти шахсӣ баромад мекунад [2-М].

3. Дар доираи иҷрои **вазифаи сеҷум** таҳхис ва таҳлили сатҳи кӯшиши худамалисозӣ ва мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар навҷавонон анҷом дода шуд. Натиҷаҳои таҳхис нишон доданд, ки сатҳи ин нишондиҳандаҳо дар навҷавонон яксон нест ва навҷавононе, ки дорои мароми баланди комёбӣ мебошанд, сатҳи баландтари худводоркунӣ, мустақилӣ ва фаъолиятнокии шахсиро зоҳир менамоянд [4-М].

4. Барои иҷрои **вазифаи чорум** барномаи инкишофдиҳандаи рушди кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ таҳия, татбиқ ва дар ҷараёни озмоиши ташаккулдиҳанда санҷида шуд. Натиҷаҳои бадастомада нишон доданд, ки барномаи пешниҳодшуда ба таври назаррас ба баланд гардидани сатҳи маромнокӣ, худтанзимнамоӣ, рефлексияи фаъолият ва кӯшиши худамалисозии иштирокчиён мусоидат мекунад [7-М].

5. Дар ҷараёни иҷрои **вазифаи панҷум** динамика ва хусусиятҳои робитаи мутақобилаи байни мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ дар марҳилаҳои гуногуни таҳқиқот таҳлил карда шуданд. Муайян гардид, ки ин робита дорои хусусияти рушдбанда буда, пас аз татбиқи барномаи инкишофдиҳанда устувортар ва аз ҷиҳати омӯрӣ маънодор мегардад [9-М].

Дар маҷмуъ, таҳқиқоти мазкур имкон дод, ки мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ҳамчун омилҳои системасозии рушди кӯшиши худамалисозии шахсият дар синни навҷавонӣ аз ҷиҳати илмӣ асоснок карда шавад. Маълумоти бадастомада

аҳаммияти назариявӣ ва амалӣ дошта, метавонанд дар фаъолияти психологию педагогӣ, хадамоти равоншиносии муассисаҳои таълимӣ ва барномаҳои рушди шахсият истифода шаванд.

Тавсияҳо оид ба истифодаи амалии натиҷаҳои таҳқиқот

1. Пажӯҳиши муаммои мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ҳамчун омили рушди шахсият дар синни навҷавонӣ дар илми равоншиносии ватанӣ ба таври низомманд густариш дода шавад, то ки имконияти ташхис, пешгирӣ ва рушди ин маром дар муҳити таълимӣ фароҳам гардад.

2. Дар муассисаҳои таҳсилоти умумӣ ва миёнаи касбӣ барномаҳои ташхисии равонӣ ҷорӣ карда шаванд, ки ба муайян намудани сатҳ ва хусусиятҳои мароми ноилшавӣ ба комёбӣ, худбаҳодиҳӣ, мақсадгузорӣ ва кӯшиши худамалисозии навҷавонон равона гардидаанд.

3. Барномаҳои инкишофдиҳандаи равонӣ таҳия ва амалӣ карда шаванд, ки ба ташаккули мароми ноилшавӣ ба комёбӣ, баланд бардоштани фаъолнокии шахсӣ, масъулиятшиносӣ ва худидоракунии рафтор дар синни навҷавонӣ мусоидат намоянд.

4. Ташкил намудани машғулиятҳои гурӯҳии равонӣ-педагогӣ бо иштироки навҷавонон, ки дар онҳо малакаҳои мақсадгузорӣ, худтаҳлилӣ, худтанзимнамоӣ ва банақшагирии фаъолият инкишоф дода мешаванд, ҳамчун омили таҳкими кӯшиши худамалисозӣ тавсия дода мешавад.

5. Дар фаъолияти психологҳои мактаб истифодаи усулҳои машваратӣ ва тренингӣ, ки ба рушди мароми комёбӣ, коҳиш додани тарси нокомӣ ва таҳкими эътимод ба қувваҳои шахсӣ равона шудаанд, мувофиқи мақсад шуморида мешавад.

6. Бо волидайнӣ навҷавонон корҳои фаҳмондадиҳӣ ва машваратии равонӣ роҳандозӣ карда шаванд, то муҳити дастгирии оилавӣ ҳамчун омили муҳими рушди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ва кӯшиши худамалисозӣ тақвият ёбад.

7. Дар раванди таълим усулҳо ва шаклҳои фаъоли омӯзиш (лоихаҳо, супоришҳои эҷодӣ, корҳои мустақилона) ки барои зоҳир намудани имкониятҳои шахсӣ ва эҳсоси комёбӣ дар навҷавонон замина фароҳам меоранд васеъ истифода шаванд.

8. Барои омӯзгорон ва психологҳои муассисаҳои таълимӣ тренингҳо ва семинарҳои омӯзишӣ ташкил карда шаванд, ки ба масъалаҳои ташаккули мароми ноилшавӣ ба комёбӣ, дастгирии равонии худамалисозии навҷавонон ва пешгирии пассивият бахшида шудаанд.

9. Таҳия ва татбиқи дастурҳои методӣ оид ба ташҳис ва рушди мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ имкон медиҳад, ки фаъолияти психологию педагогӣ дар ин самт ба таври илмӣ асоснок ва ҳадафманд ба роҳ монда шавад.

10. Натиҷаҳои таҳқиқот метавонанд дар таҳияи барномаҳои таълимӣ, курсҳои интиҳобӣ ва маводди омӯзишӣ барои ихтисосҳои равоншиносӣ ва педагогӣ истифода шаванд, ки ба рушди шахсият ва худамалисозии наврасон ва навҷавонон нигаронида шудаанд.

Дар амал татбиқ намудани ин тавсияҳо имкон медиҳад, ки мароми ноилшавӣ ба комёбӣ ҳамчун омили калидии рушди шахсият ва кӯшиши худамалисозӣ дар синни навҷавонӣ ба таври самаранок ташаккул ёфта, сатҳи фаъолнокии шахсӣ, худбоварӣ ва мутобиқшавии иҷтимоии навҷавонон баланд бардошта шавад.

МАЗМУН ВА МУҚАРРАРОТИ АСОСИИ ДИССЕРТАТСИЯ ДАР ИНТИШОРОТИ ЗЕРИН ИНЪИКОС ЁФТАНД:

I. Мақолаҳои илмие, ки дар маҷаллаҳои тақризшавандаи бонуфузи аз ҷониби КОА-и назди Президенти Ҷумҳурии Тоҷикистон тавсияшуда нашр шудаанд:

[1-М] Ахмедова, Ф.В. Хусусиятҳои психологӣ зоҳиршавии консепсияи “Ман” дар ҷавонон ва таъсири он ба худтасдиқкунӣ [Матн] / Ф.В. Ахмедова // Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон. – Душанбе, 2023. – №5. – С. 223-228. (ISSN 2074-1847).

[2-М] Ахмедова, Ф.В. Консепсияҳои назариявии худамалисозӣ дар синни ҷавонӣ [Матн] / Ф.В. Ахмедова // Паёми Пажуҳишгоҳи рушди маориф ба номи Абдурахмони Ҷомӣ. – Душанбе, 2023. – №4(44). – С. 72-77. (ISSN 2617-5320).

[3-М] Зайтметов, Ҳ.А., Ахмедова, Ф.В. Кӯшиши худамалисозӣ ва ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни ҷавонӣ [Матн] / Ҳ.А. Займетов, Ф.В. Ахмедова // Паёми донишгоҳи омӯзгории Тоҷикистон. – Душанбе, 2023. №3(17) – С. 226-231. (ISSN 2708-5759).

[4-М] Ахмедова, Ф.В., Усмонов, Д.А. Проблемы самоактуализации учащихся в теоретических концепциях психологической науки [Матн] / Ф.В. Ахмедова, Д.А. Усмонов // Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон. – Душанбе, 2022. – №12. – С. 192-199. (ISSN 2074-1847).

б) Мақола ва маводҳое, ки дар нашрияҳои дигар ба таъб расидаанд:

[5-М] Ахмедова, Ф.В. Мотивация достижений успехов в юношеском возрасте [Матн] / Ф.В. Ахмедова // Сборник научных статей по итогам работы Международного научного форума “Наука и инновации-современные концепции”. Том-1. – Москва, 2025. – С. 122-125.

[6-М] Ахмедова, Ф.В. Самодетерминация и стремления к самоактуализации в юношеском возрасте [Матн] / Ф.В. Ахмедова // Маводди конференсияи ҷумҳуриявии илмӣ-амалӣ дар мавзӯи “Муаммоҳои муосири педагогӣ таълим ва тарбияи кӯдакони синни томақтабӣ”. Бахшида ба “35-солагии Истиқлоли давлатии Ҷумҳурии Тоҷикистон”, тибқи “Барномаи

давлатии рушди таҳсилоти томактабӣ дар Ҷумҳурии Тоҷикистон барои солҳои 2020-2025”. – Хучанд, 2025. – С. 181-183.

[7-М] Ахмедова, Ф.В. Кӯшиши худамалисозӣ ва ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни навҷавонӣ [Матн] / Ф.В. Ахмедова // Донишгоҳи байналмилалӣ забонҳои хориҷии Тоҷикистон ба номи Сотим Улуғзода. Конференсияи ҷумҳуриявӣ илмӣ-амалӣ дар мавзӯи “Истифодаи мероси педагогии мутафаккирони тоҷику форс дар тарбия ва ташаккули хислатҳои ахлоқию маънавии омӯзгорони оянда”. – Душанбе, 2024. – С. 143-145.

[8-М] Ахмедова, Ф.В. Консепсияҳои назариявӣ худамалисозӣ дар ҷавонон [Матн] / Ф.В. Ахмедова // Психология ва педагогика “Муаммоҳои муосири назария ва амалия”. Қисми 2. – Хучанд, 2023. – С. 118-124.

[9-М] Ахмедова, Ф.В. Мотивация достижения на успех в юношеском возрасте [Матн] / Ф.В. Ахмедова // Маводди конференсияи ҷумҳуриявӣ илмӣ-амалии ҳайати профессор ва омӯзгорон бахшида ба 30-солагии Иҷлосияи 16-уми Шӯрои Олии Ҷумҳурии Тоҷикистон таҳти унвони “Ҷанбаҳои педагогӣ-психологии тарбияи кӯдакон” (29 ноябри соли 2023). – Душанбе, 2023. – С. 192-196.

[10-М] Ахмедова, Ф.В. Мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар психология [Матн] / Ф.В. Ахмедова // Педагогика ва психология “Муаммоҳои муосири назария ва амалия” (Маҷмуи мақолаҳо). Қисми 1. – Хучанд, 2022. – С. 277-279.

Рӯйхати адабиёти истифодашуда:

Санадҳои меъёрии ҳуқуқӣ:

1. Стандартҳои давлатии таҳсилоти миёнаи умумӣ дар Ҷумҳурии Тоҷикистон. – Душанбе, 2009.
2. Стратегияи миллии рушди маорифи Ҷумҳурии Тоҷикистон барои давраи то соли 2030. – Душанбе, 2016.

Захираҳои электронӣ:

3. Гордеева, Т.О. Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 1: Проблемы развития теории [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. – №4(12). URL: psystudy.ru
4. Сюткина, Л.В. Обзор научных подходов к проблематике социально-психологической компетентности [Электронный ресурс] // (<https://cyberleninka.ru/article/n/obzor-nauchnyh-podhodo-k-problematike-sotsialno-psihiologicheskoy-kompetentnosti>).
5. Федеральные государственные образовательные стандарты [Электронный ресурс]. – Сетевой режим доступа: <https://fgos.ru> Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социальнопсихологическая диагностика развития личности и малых групп. – М. 2002. – 490 с.
6. Enright, R.D. Psychological Science of Forgiveness: Implications for Psychotherapy and Education. Presented at the Conference, Neuroscience and Moral Action: Neurological Conditions of Affectivity, Decisions, and Virtue. Pontificia Universita della Santa Croce. Rome, Italy. February 28, 2011 [Электронный ресурс] // URL: www.couragerc.net/Courage_Home_Page/Santa%20Croce%20p

Монографияҳо, китобҳои дарсӣ, васоити таълимӣ:

7. Абабков, В.А., Перре, М. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии: Учебное пособие / В.А. Абабков, М. Перре. – СПб.: Речь, 2004. – 166 с.
8. Айсмонтас, Б.Б. Педагогическая психология: Хрестоматия: Учебное пособие для студентов / Б.Б. Айсмонтас. – М: МГППУ, 2004. – 374 с.

9. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания: Учебное пособие / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
10. Асеев, В.Г. Мотивация поведения и формирование личности: Учебное пособие / В.Г. Асеев. – Издательство «Мысль», 1976. – 160 с.
11. Атахонов, Р. Луғати мухтасари истилоҳоти психология ва тавсифи баъзе мафҳумҳо: Воситаи таълимӣ / Р. Атахонов Душанбе, 2017. – С. 69.
12. Бабайцева, В.Ю. Личностно-ориентированный тренинг в процессе подготовки будущих учителей к воспитательной работе с трудными детьми: Учебное пособие по технологии воспитательной работы для студентов, педагогов и учителей / В.Ю. Бабайцева. – М.: Российское педагогическое агентство, 1997. – 56 с.
13. Багадирова, С.К., Юрина, А.А. Материалы к курсу "Психология личности" (раздел "Теории личности"): учебное пособие: [в 2 ч.] / С. К. Багадирова, А. А. Юрина. Ч. 1. – Москва: Директ-Медиа, 2014, 2014. – 163 с.
14. Бадмаев, Б.Ц. Психология: как ее изучить и усвоить: Учебно-методическое пособие для студентов вузов / Б.Ц. Бадмаев. – М.: Учебная литература, 1997. – 256 с.
15. Бакшаева, Н.А. Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов: Учебное пособие / Н.А. Бакшаева. – М.: 2000. – 200 с.
16. Безменова, И.К., Гулевич, О.А. Аттитюды и их взаимосвязь с поведением: Реферативный обзор: Учебное пособие / И.К. Безменова, О.А. Гулевич. – М.: Российское психологическое общество, 1999. – 144 с.
17. Безрукова, В.С. Основы духовной культуры (энциклопедический словарь педагога): Учебное пособие / В.С. Безрукова. – Екатеринбург, 2000. – 410 с.
18. Белинская, Е.П. Социальная психология личности: Учебное пособие / Е.П. Белинская. – М.: «Академия», 2009. – 304 с.
19. Бердникова, Д.В. Исследование взаимосвязи мотивации достижения с учебной мотивацией и другими личностными характеристиками // ВКР

(департамент психологии УрФУ): Учебное пособие / Д.В. Бердникова. – Екатеринбург. 2013. – 59 с.

20. Бернгард, Г. Психология помешательства: Учебное пособие / Г. Бернгард; Пер. с англ. С.Г. Займовского. – Москва: Современ. пробл., 1914. – 199 с.

21. Бодалев, А.А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения: Учебное пособие / А.А. Бодалев. – М.: Флинта-Наука, 1998. – 165 с.

22. Бодров, В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление: Учебное пособие / В.А. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2006. – 528 с.

23. Большаков, В.Ю. Психотренинг. Социодинамика. Упражнения. Игры: Учебное пособие / В.Ю. Большаков. - СПб.: Социально-психологический центр, 1996. – 381 с.

24. Большой психологический словарь: Учебное пособие / Под общ. ред. Б. Мещерякова, В. Зинченко. – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2004. – 672 с.

25. Братусь, Б.С. Аномалии личности: Учебное пособие / Б.С. Братусь. – М.: Смысл, 1988. – 453 с.

26. Васильев, И.А., Поплужный, В.Л., Тихомиров, О.К. Эмоции и мышление: коллектив. моногр. / И.А. Васильев, В.Л. Поплужный, О.К. Тихомиров. – Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1980. – 192 с.

27. Вачков, И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие / И.В. Вачков. – М.: Издательство «Ось-89», 1999. – 176 с.

28. Вачков, И.В. Психологический тренинг: методология и методика проведения: Учебное пособие / И.В. Вачков. – М.: Эксмо, 2010. – 560 с.

29. Вачков, И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие / И.В. Вачков. – М.: Издательство «Ось-89», 1999. – 176 с.

30. Вебер, М. Избранные произведения: Учебное пособие / М. Вебер. – М.: Прогресс, 1990. – 808 с.

31. Вербицкий, А.А. Развитие мотивации студентов в контекстном обучении: Монография / А.А. Вербицкий, Н.А. Бакшаева; М-во образования Рос. Федерации. Исслед. центр проблем качества подготовки специалистов Моск. гос. ин-та стали и сплавов (технол. ун-та), Каф. психолого-пед. и соц.-филос. проблем образования. – Москва: Исслед. центр проблем качества подгот. специалистов, 2000. – 200 с.

32. Волков, Б.С. Психология юности и молодости: Учебное пособие / Б.С. Волков. – М.: Академический проект: Трикста, 2006. – 256 с.

33. Выготский, Л.С. Собрание сочинений: в 6-ти томах. Т.3: Учебное пособие / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1982. – 367 с.

34. Гаджиева, Н.М. Основы самосовершенствования: Тренинг самосознания: Учебное пособие / Н.М. Гаджиева, Н.Н. Никитина, Н.В. Кислинская. – Екатеринбург: Деловая книга, 1998. – 144 с.

35. Гальперин, П.Я. Психология как объективная наука: Избранные психологические труды: Учебное пособие / П.Я. Гальперин / Под ред. А. Подольского. – М.: Институт практической психологии, 1998. – 480 с.

36. Гозман, Л.Я. Самоактуализационный тест: Учебное пособие / Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская. – М.: Рос.пед. агентство, 1995. – 43 с.

37. Головаха, Е.И., Хроник А.А. Психологическое время личности: Учебное пособие / Е.И. Головаха, А.А. Хроник. – К.: Научная мысль, 1984. – 207 с.

38. Гордеева, Т.О. Психология мотивации достижения: Учебное пособие / Т.О. Гордеева. – М.: Смысл, 2006. – 333 с.

39. Горянина, В.А. Психология общения: Учебное пособие для студентов вузов: Учебное пособие / В.А. Горянина. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 416 с.

40. Давлатов, М., Юнусова, Н.М., Давлатшоев, И. Маҷмуаи бозӣ ва машқҳои психологӣ: Воситаи таълимӣ / М. Давлатов, Н.М. Юнусова, И. Давлатшоев. – Душанбе, 2013. – 128 с.

41. Давлатов, М.Т., Расулов, С.Х. Психологияи мактаби оӣ: Китоби

дарсӣ / М.Т. Давлатов, С.Х. Расулов. - Душанбе, ЭР-Граф, 2019. – 288 с.

42. Даниленко, И.М. Моральные критерии социальной зрелости личности: Учебное пособие / И.М. Даниленко. – М.: Знание, 1980. – 64 с.

43. Дёкина, Е.В. Введение в психолого-педагогическую деятельность: Учеб-метод. пособие для студентов и преподавателей пед. вузов / Е.В. Дёкина. – Тула: изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л.Н.Толстого, 2005. – 119 с.

44. Деркач, А.А. Акмеологические основы развития профессионализма: Учебное пособие / А.А. Деркач. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института, 2004. – 752 с.

45. Диденко, Е.В. Все, что нужно знать тренеру: Учебное пособие / Е.В. Диденко. – СПб.: Речь, 2007. – 160 с.

46. Динамика ценностей населения реформируемой России: Учебное пособие / Отв. ред. Н.И. Лапин, Л.А. Беляева. М.: Едиториал УРСС, 1996. – 224 с.

47. Дусавицкий, А.К. Развитие личности в учебной деятельности: Учебное пособие / А. К. Дусавицкий. – Москва : Дом педагогики, 1996. – 203 с.

48. Дюркгейм, Э. Ценностные и «реальные» суждения: Учебное пособие / Э. Дюркгейм // Социология: Ее предмет, метод, предназначение: пер. с фр. М.: Канон, 1995. – 352 с.

49. Ерчак, Н.Т. Психология профессиональной речи: Учебное пособие / Н.Т. Ерчак – М.: Издательство деловой и учебной литературы, 2009. – 196 с.

50. Зимняя, И.А. Педагогическая психология: Учебник для вузов / И.А. Зимняя. - М.: Логос, 2003. – 384 с.

51. Зинь, Ф.Я. Приближение старости, осмысление жизни и жизненные ориентации в пожилом возрасте. Практика применения социологических исследований пожилых людей: Учебное пособие / Ф.Я. Зинь. – МГУ. Курс лекций. – М., Изд-во. МГУ. – 2000. – 332 с.

52. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы: Учебное пособие / Е.П. Ильин – СПб.: Питер, 2003. – 512 с.

53. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы: Учебное пособие / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2006. – 512 с.
54. Йоас, Х. Возникновение ценностей: Учебное пособие / Х. Йоас / Пер. с нем. К.Г. Тимофеевой. СПб.: Але-тейя, 2014. – 311 с.
55. Калмыкова, З.И. Продуктивное мышление как основа обучаемости: Учебное пособие / З. И. Калмыкова. – Москва: Педагогика, 1981. – 200 с.
56. Карандашев, В.Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство: Учебное пособие / В.Н. Карандашев. – СПб.: Речь, 2004. – 70 с.
57. Карандашев, В.Н. Методика преподавания психологии: Учебное пособие / В.Н. Карандашев. – СПб.: Питер, 2009. – 250 с.
58. Карпинский, К.В. Психология жизненного пути личности: Учебное пособие / К.В. Карпинский. – Учреждение образования «ГрГУ имени Янки Купалы», Гродно, 2002. – 167 с.
59. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Е.А. Климов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 304 с.
60. Ковалев, В.И. Мотивы поведения и деятельности: Учебное пособие / В.И. Ковалев. – М.: Наука, 1988. – 191 с.
61. Кон, И.С. Социальная психология: Учебное пособие / И.С. Кон. – М.: Воронеж. 1999. – 554 с.
62. Кон, И.С. Психология ранней юности. Кн. для учителя / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.
63. Костюк, Г.С. Учебно-воспитательный процесс и психическое развитие личности: Учебное пособие / Г.С. Костюк / Под ред. Л.М. Проколиенко; Ред. В.В. Андриевская, Г.А. Балл, А.Т. Губко, А.В. Проскура. – М.: Сов. школа, 1989. – 608 с.
64. Краткий психологический словарь: Учебное пособие / Ростов-на-Дону: «ФЕНИКС». Л.А. Карпенко, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. 1998. – 203 с.

65. Ксенчук, Е.В., Киянова, М.К. Технология успеха: Учебное пособие / Е.В. Ксенчук, М.К. Киянова. – М.: Дело ЛТД, 1993. – 192 с.
66. Кубышкина, М.Л. Психологические особенности мотивации социального успеха: Учебное пособие / М.Л. Кубышкина. – СПб., 1997. – 222 с.
67. Кузьмина, Н.В. Психологическая структура деятельности учителя [Текст]: (тексты лекций) / Н. В. Кузьмина, Н. В. Кухарев; Гомельский гос. ун-т. Кафедра педагогики и психологии. – Гомель: ГГУ, 1976. – 57 с.
68. Куницына, В.Н. Межличностное общение: Учеб. для вузов / В.Н. Куницына, Н.В. Казаринова, В.М. Погольша. - СПб. [и др.]: Питер, 2001. – 544 с.
69. Купер, К., Дейв, Ф., О’Драйеколл, М. Организационный стресс. Теории, исследования и практическое применение: Учебное пособие / К. Купер, Ф. Дейв, М. О’Драйеколл. – Х.: Гуманитарный центр, 2007. – 336 с.
70. Кутейников, А.Н. Математические методы в психологии: Учебное пособие / А.Н. Кутейников. – СПб.: Речь, 2008. – 172 с.
71. Қодиров, С., Давлатов, М. Психология: Китоби дарсӣ / С. Қодиров, М. Давлатов. – “Сино”, 2002. – С. 41.
72. Леонтьев, А.Н. Лекции по общей психологии: Учебное пособие / А.Н. Леонтьев. – М., 2000. – 509 с.
73. Леонтьев, Д.А. Рассказова, Е.И. Тест жизнестойкости: Учебное пособие / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 638 с.
74. Леонтьев, Д.А. Тест смысложизненных ориентации: Учебное пособие / Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2000. – 18 с.
75. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность: Учебное пособие / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2005. – 352 с.
76. Лидерс, А.Г. Групповой психологический тренинг со старшеклассниками и студентами: Учебное пособие / А.Г. Лидерс. – М.: Этерна, 2009. – 416 с.
77. Лингарт, Й. Процесс и структура человеческого учения: Учебное

пособие / Й. Лингарт. – М.: Прогресс, 1970. – 685 с.

78. Лэнгле, А. Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия: Учебное пособие / А. Лэнгле. – М.: Генезис, 2003. – 128 с.

79. Ляудис, В.Я. Методика преподавания психологии: Учебное пособие / В.Я. Ляудис. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.

80. Лях, Т.И. Опыт экспериментального формирования личностно значимого мотива учения: Учебное пособие / Т.И. Лях. – Тула: изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л.Н. Толстого, 2004. – 133 с.

81. Лях, Т.И. Педагогическая психология: Учебное пособие для студентов, обучающихся по специальности 031900 - Специальная психология / Т.И. Лях. – Тула: изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л.Н. Толстого, 2005. – 295 с.

82. Магические метафоры. 77 историй для учителей, терапевтов и думающих людей: Учебное пособие / Пер. с англ. Е. Вачковой. – М.: Изд-во Эксмо, 2002. – 320 с.

83. Мадди Сальваторе, Р. Теории личности: сравнительный анализ: Учебное пособие / Пер. с англ. – СПб., 2002. – 221 с.

84. Майнина, И.Н. Адаптация Шкалы экзистенции А. Лэнгле, К. Орглер к русскоязычной выборке: дипломная работа. – М.: МГУ, 2007.

85. Макаренко, А.С. Педагогические сочинения: В 8 т.: Учебное пособие / А.С. Макаренко / Сост. М. Д. Виноградова, Л. Ю. Гордин, А. А. Фролов; Редкол.: М. И. Кондаков (гл. ред.), В.М. Коротов и др.; Т. 1-8. М.: Педагогика, 1983 – 331 с.

86. Макарова, И.В. Педагог-психолог: основы профессиональной деятельности: Учебное пособие / И.В. Макарова, Ю.Г. Крылова. – Самара: Изд. Дом «Бахрах», 2004. – 288 с.

87. Макклелланд, Д. Мотивация человека: Учебное пособие / Д. Макклелланд. – СПб.: Питер, 2007. – 672 с.

88. Маклаков, А.Г. Общая психология: Учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психологических дисциплин / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.

89. Мансурова, А.Р. Влияние мотивации на успешность обучения аудированию: Учебное пособие / А.Р. Мансурова. – Худжанд, 2023. – С. 12.
90. Маркова А.К., Матис Т.А., Орлов А.Б. Формирование мотивации учения: Кн. для учителя / А.К. Маркова, Т.А. Матис, А.Б. Орлов. – М.: Просвещение, 1990. – 192 с.
91. Маслоу, А. Мотивация и личность: Учебное пособие / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2009. – 352 с.
92. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы: Учебное пособие / А. Маслоу. – М.: Смысл, 1999. – 425 с.
93. Минюрова, С.А. Психология саморазвития человека в профессии: Учебное пособие / С.А. Минюрова. – М.: «Компания Спутник +», 2008. – 304 с.
94. Мудрик, А.В. Социальная педагогика: учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений / А. В. Мудрик; [под ред. В. А. Сластенина]. – 5-е изд., доп. – Москва: «Academia», 2005. – 198 с.
95. Мустафокулов, Т., Нарзуллоева, М. Асосҳои психологияи синнусоӣ: Китоби дарсӣ / Т. Мустафокулов, М. Нарзуллоев. – Кулоб. – С. 220.
96. Мустафокулов, Т. Асосҳои психологияи умумӣ: Китоби дарсӣ / Т. Мустафокулов. – Душанбе: «Империял групп», 2011. – С. 15.
97. Немов, Р.С. Психология: учебник для студ. высш. пед. учебн. заведений: В 3 кн. Кн. 1: Общие основы психологии: Учебное пособие / Р.С. Немов. – М.: Владос, 2007. – 687 с.
98. Неумоева-Колчеданцева, Е.В. Возрастная психология и педагогика, семейное консультирование: учебник для среднего профессионального образования / Е.В. Неумоева-Колчеданцева. – 2-е изд., стер. – Москва: Издательство Юрайт, 2025. – 229 с.
99. Никандров, В.В. Экспериментальная психология: Учебное пособие / В.В. Никандров. – СПб.: Речь, 2008. – 512 с.
100. Осипова, А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов / А.А. Осипова. – М.: ТЦ «Сфера», 2007. – 512 с.

101. Осухова, Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: Учебное пособие / Н.Г. Осухова. – М., 2005. – 320 с.
102. Парсонс, Т. Американская социология // Перспективы, проблемы, методы: Учебное пособие / Т. Парсонс / Под ред. Г.В. Осипова. М.: Прогресс, 1972. – 392 с.
103. Парсонс, Т.О структуре социального действия: Учебное пособие / Т.О. Парсонс. – М.: Академический проект, 2000. – 880 с.
104. Петровская, Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга: Учебное пособие / Л.А. Петровская. – Москва: Изд-во МГУ, 1982. – 168 с.
105. Петровский, В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности: Учебное пособие / В.А. Петровский. – Ростов н/Д: Феникс, 1996. – 512 с.
106. Петровский, В.А. Психология неадаптивной активности: Учебное пособие / В.А. Петровский. – М.: Горбунок, 1992. – 224 с.
107. Пиаже, Ж. Избранные психологические труды: Учебное пособие / Ж. Пиаже / пер. с англ. и фр. / Ж. Пиаже; вступ. ст. В.А. Лекторского, В.Н. Садовского, Э.Г. Юдина. – Москва: Междунар. пед. акад., 1994. – 674 с.
108. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: Учебное пособие / Ред-сост. Д.Я. Райгородский. – Самара.: Изд. Дом «Бахрах», 2002. – 672 с.
109. Практическая психология образования: Учебное пособие / Под ред. И.В. Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. – М.: ТЦ «Сфера», 2000. – 528 с.
110. Прутченков, А.С. Тренинг личностного роста: Методические разработки занятий социально-психологического тренинга: Учебное пособие / А.С. Прутченков. – М.: НМО «Творческая педагогика, МП «Новая школа», 1993. – 62 с.
111. Психогимнастика в тренинге: Учебное пособие / Под ред. Н.Ю. Хрящевой. СПб.: Речь, Институт тренинга, 2000. – 256 с.
112. Психологические тесты: Учебное пособие / Под ред. А.А. Карелина:

В 2-х томах. Т.1.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2007. – 312 с.

113. Психологический практикум. Межличностные отношения: Методические рекомендации: Учебное пособие / И.Б. Дерманова, Е.В. Сидоренко. – СПб.: Издательство «Речь», 2003. – 41 с.

114. Психология педагогического взаимодействия: Учебное пособие / Под ред. Я.Л. Коломинского. – СПб.: Речь, 2007. – 240 с.

115. Психолого-педагогическая поддержка студента-первокурсника в процессе обучения в педагогическом вузе: Дневник профессионального становления будущего психолога: Учеб.-метод. пособие / Авт.-сост. Е.В. Дёкина. – Тула: изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л.Н. Толстого, 2007. – 40 с.

116. Пузиков, В.Г. Технология ведения тренинга: Учебное пособие / В.Г. Пузиков.- СПб.: Речь, 2007. – 224 с.

117. Раев, А.И. Избранные труды по педагогической психологии: Учебное пособие / А.И. Раев; Российский гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2006. – 410 с.

118. Расулов, С.Х., Саидзода, А.Р., Каримиён, Қ.М. Психология шарҳи нақшавӣ ва тафсири кӯтоҳ: Воситаи таълимӣ / С.Х. Расулов, А.Р. Саидзода, Қ.М. Каримиён. – Душанбе, 2020. – 115 с.

119. Раҳмонов, З.П., Раҳмонова, Д.З. Асосҳои олигофренопедагогика: Китоби дарсӣ / З.П. Раҳмонов, Д.З. Раҳмонова. – Хучанд: «Меъроҷ», 2014. – 39 с.

120. Реан, А.А. Психология развития. Полный жизненный цикл человека: от юждения до смерти: Учебное пособие / А.А. Реан. – СПб: Питер, 2001. – 656 с.

121. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека: Учебное пособие / К. Роджерс / Общ. ред. Е.И. Есениной. М.: Прогресс; Универс., 1994. – 480 с.

122. Роджерс, К. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы: Учебное пособие / Пер. с англ. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 464 с.

123. Розенова, М.И. Отношения любви в контексте обыденного сознания, извита, обучения, воспитания и социализации личности: Монография / – М.: Изд-во МГУП, 2006. – 528 с.
124. Ромек, В. Тренинг уверенности в межличностных отношениях: Учебное пособие / В. Ромек. – СПб.: Речь, 2007. – 175 с.
125. Рубинштейн, С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир: Учебное пособие / С.Л. Рубинштейн. – СПб.и др.: Питер: Питер принт, 2003. – 512 с.
126. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии: Учебное пособие / С.Л. Рубинштейн. – М, 1946. – 704 с.
127. Сартан, Г.Н. Психотренинги по общению для учителей и старшеклассников: Учебное пособие / Г.Н. Сартан. – М.: Изд-во «Смысл», 1993. – 34 с.
128. Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки в психологии: Учебное пособие / Е.В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2008. – 400с.
129. Сидоренко, Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в межличностном взаимодействии: Учебное пособие / Е.В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2007. – 208 с.
130. Слободчиков, В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе: Учебное пособие для вузов / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. – М.: Школьная пресса, 2000. – 414 с.
131. Слободчиков, В.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе: Учебное пособие для вузов / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. – М.: Школьная Пресса, 2000. – 416 с.
132. Смелзер, Н. Социализация: основные проблемы и направления исследований // Социальная психология: Хрестоматия: Учебное пособие для студентов вузов / Сост. Е. П. Белинская, О. А. Тихомандрицкая. — М: Аспект Пресс, 2003. – С. 327-349.
133. Смирнов, С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от

деятельности к личности: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / С.Д. Смирнов. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 256 с.

134. Смысл жизни и акме: 10 лет поиска: В 2 ч./ Под ред. А. А. Бодалева, Г. А. Вайзер, Н. Л. Карповой, В. Э. Чудновского. – М.: Смысл, 2004. – 244 с.

135. Сонин, В.А. Психодиагностическое познание профессиональной деятельности: Учебное пособие / В.А. Сонин. – СПб.: Речь, 2004. – 61 с.

136. Столин, В.В. Самосознание личности: Учебное пособие / В.В. Столин. – М.: Издательство МГУ, 1983. – 284 с.

137. Столяренко, Л.Д. Педагогическая психология: Учебное пособие для студентов вузов / Л.Д. Столяренко. – Ростов н / Д: Феникс, 2006. – 542 с.

138. Сухов, А.Н. Социальная психология: учебное пособие для студентов бакалавриата, обучающихся по гуманитарным специальностям / А. Н. Сухов, М. Г. Гераськина; под ред. А. Н. Сухова. - 8-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юнити, 2017. – 367 с.

139. Успенский, В.Б. Введение в психолого-педагогическую деятельность: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В.Б. Успенский, А.П. Чернявская. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 176 с.

140. Феномен и категория зрелости в психологии: Учебное пособие / Под редакцией А.Л. Журавлева, Е.С. Сергиенко. – М.: ИП РАН, 2007. – 231 с.

141. Философский энциклопедический словарь: Учебное пособие. – М.: Сов. Энциклопедия, 1983. – 840 с.

142. Фопель, К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: Практическое пособие / К. Фопель / Пер. с нем. Е.Ю. Патяевой. – М.: Генезис, 2001. – 256 с.

143. Фопель, К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения: Учебное пособие / К. Фопель / Пер. с нем. Е.Ю. Патяевой. – М.: Генезис, 2005. – 336 с.

144. Франкл, В. Доктор и душа: Учебное пособие / В. Франкл. – СПб:

Ювента, 1997. – 242 с.

145. Франкл, В. Человек в поисках смысла: Учебное пособие / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

146. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Теории личности и личностный рост: Учебное пособие / Р. Фреджер, Д. Фейдимен. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2004. – 608 с.

147. Фромм, Э. Анатомия человеческой деструктивности: Учебное пособие / Э. Фромм / пер. с англ. М.: Республика, 1994. – 447 с.

148. Фромм, Э. Психоанализ и этика: Учебное пособие / Э. Фромм. – М.: Республика, 1993. – 415 с.

149. Фромм, Э. Иметь или быть?: Учебное пособие / Э. Фромм / Пер. с англ. Н.И. Войскунской, И.И. Каменкович. – М.: Прогресс, 1986. – 238 с.

150. Хайдеггер, М. Время и бытие: Учебное пособие / М. Хайдеггер. – М.: Республика, 1993. – 447 с.

151. Хекхаузен, Х. Психология мотивации достижения: Учебное пособие / Х. Хекхаузен. – СПб.: Речь, 2001. – 256 с.

152. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность: Учебное пособие / Х. Хекхаузен. – СПб.: Смысл, 2003. – 860 с.

153. Холодная М.А. Когнитивные стили: О природе индивидуального ума: Учебное пособие / М.А. Холодная. – СПб.: Питер, 2004. – 384 с.

154. Хьелл, Л., Зиглер, Д. Теории личности: Учебное пособие / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер, 2006. – 607 с.

155. Ҳакимова, М.Б. Саволу ҷавоб аз ҷанни психология: Восити таълимӣ / М.Б. Ҳакимова. – Хучанд, 2015. – 39 с.

156. Чудновский, В.Э. Смысл жизни как психологическая реальность; Смысл жизни и судьба человека: Учебное пособие / В.Э. Чудновский // Психолого-педагогические и философские аспекты смысла жизни. – М., 1997. – 331.

157. Шаров, А.С. Жизненный кризис в развитии личности: Учебное пособие / А.С. Шаров. – Омск: Изд-во ОмГТУ, 2005. – 166 с.

158. Шаров, А.С. Ограниченный человек: значимость, активность, рефлексия: Учебное пособие / А.С. Шаров. – Омск: Изд-во ОмГПУ, 2000. – 358 с.
159. Шаров, А.С. Психология культуры, образования и развития человека: Учебное пособие / А.С. Шаров. – Омск: Изд-во ОмГПУ, 2005. – 166 с.
160. Шаропова, Н.М. Психологияи умумӣ, синнусолӣ ва тиббӣ: Воситаи таълимӣ / Н.М. Шаропова. – Душанбе: Матбааи ДДТТ ба номи Абуалӣ ибни Сино, 2012. – 228 с.
161. Шнейдер, Л.Б. Психологическое консультирование: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Л.Б. Шнейдер, Г.В. Вольнова, М.Н. Зыкова. – М.: Ижица, 2002. – 224 с.
162. Эльконин, Д.Б. Избранные психологические труды: Учебное пособие / Д.Б. Эльконин / под ред. В. В. Давыдова, В. П. Зинченко; [авт. вступ. ст. и коммент. В. В. Давыдов]; АПН СССР. – Москва: Педагогика, 1989. – 554 с.
163. Эриксон, Э.Г. Детство и общество: Учебное пособие / Э. Г. Эриксон; пер. с англ. и науч. ред. А. А. Алексеева. – 2-е изд., перераб. и доп. – Санкт-Петербург: Летний сад, 2000. – 415 с.
164. Юркевич, В.С. Методическое руководство по работе с психологическими рекомендациями для учащихся, направленными на повышение уровня эффективности обучения, воспитания и нормализации учебной нагрузки: для классных руководителей, учителей, педагогов групп продленного дня и школьных психологов: Учебное пособие / В.С. Юркевич. – Москва: Академия педагогических наук СССР, 1985. – 78 с.
165. Якунин, В.А. Педагогическая психология: Учебное пособие / В.А. Якунин. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А.: Изд-во «Полиус», 2000. – 349 с.
166. Яницкий, М.С. Ценностные ориентации личности как динамическая система: Учебное пособие / М.С. Яницкий. – Кемерово: Кузбассвуиздат, 2000. – 204 с.

167. Яшин, Ф.Б. Структура и динамика ценностных ориентаций: Учебное пособие / Ф.Б. Яшин. – М., 2006. – 244 с.

168. Ammon, Stefanie. Commitment, Leistungsmotivation, Kontrollüberzeugung und erlebter Tätigkeitsspielraum von Beschäftigten in Unternehmen und Behörden im Vergleich. LIT Verlag Münster. 2006. – 200 p.

169. Heckhausen, H. Hofiung und Furcht in der Leistungsmotivation. Meisenheim, 1963. – 269 p.

Мақолаҳо ва маърузаҳо:

170. Аверьянов, А.И. Коучинг как новое направление профессиональной деятельности психолога [Текст] / А.И. Аверьянов // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки, 2003. – №3. – С. 141-147.

171. Андрееenkova, А.В. Материалистические / постматериалистические ценности в России [Текст] / А.В. Андрееenkova // Социологические исследования. 1994. – №11. – С. 73-81.

172. Баранова, Т.С. Девиантное поведение подростков -трудности социализации [Текст] / Т.С. Баранова // Психология и школа: ежеквартальный научно-практический журнал: издается с января 1998 года / ред. В.Г. Колесников, А.Г. Лидерс. – 2005. – №3. – С. 3-21.

173. Бердникова, Д.В., Виндекер, О.С. Исследование взаимосвязи мотивации достижения с учебной мотивацией и другими личностными характеристиками [Текст] / Д.В. Бердникова, О.С. Виндекер // Психол. вестн. Урал.фед. ун-та. 2013. Вып. 10. – С. 6-14.

174. Битянова, М. Я строю свою работу или работа «строит» меня [Текст] / М. Битянова, Т. Беглова // Школьный психолог. 2008. – №11. – С. 39-43.

175. Богословская, О. Тренинг как обучающая технология [Текст] / Богословская, О. Павлова // Almamater. 2007. – №5. – С. 8-11.

176. Божович, Л.И. Проблемы развития мотивационной сферы ребенка [Текст] / Л.И. Божович // Изучение мотивации поведения детей и подростков / Под ред. Л.И. Божович, Л.В. Благонадежиной. – М.: Педагогика, 1972. – С. 7-

177. Бугрименко, А.Г. Внутренняя и внешняя мотивация у студентов педагогического вуза [Текст] / А.Г.Бугрименко // Психология в вузе. – 2006. – №3. – С. 15-28.

178. Бутенко, И. Что привлекает студентов в учебном процессе? [Текст] / И. Бутенко // Almamater. 2000. – №1. – С. 21-25.

179. Бухарева, С. Давайте познакомимся [Текст] / С. Бухарева // Школьный психолог. 2000. – №22-25. – С. 16-19.

180. Васильева С.В. К проблеме ценностей в психологии [Текст] / С.В. Васильева // Материалы научнопрактической конференции «Ананьевские чтения-2005». – СПб.: Изд-во СПб университета, 2005. – С. 9-11.

181. Виндекер, О.С., Бердникова, Д.В. Мотивационные особенности студентов-психологов с разными имплицитными теориями интеллекта и личности [Текст] / О.С. Виндекер, Д.В. Бердникова // Изв. Урал.гос. ун-та. Серия 1. 2014. – №2. – С. 140-148.

182. Гончарова, Е.Б. Формирование мотивации учебной деятельности подростков [Текст] / Е.Б. Гончарова // Вопросы психологии. 2000. – №6. – С. 132-135.

183. Далгатов, М.М. Мотивация деятельности достижения в теориях каузальной атрибуции [Текст] / М.М. Далгатов // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. 2006. – № 1. – С. 71-81.

184. Диагностика мотивации достижения (А. Мехрабиан) [Текст] / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. // Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., 2002. – С. 98-102.

185. Елфимова, Н.В. Пути исследования мотивации в когнитивной психологии: сравнительный анализ [Текст] / Н.В. Елфимова // Вопросы психологии. 1985. – №5. – С. 162-168.

186. Епифанова, С. Формирование учебной мотивации [Текст] / С. Епифанова // Высшее образование в России. 2000. – №3. – С. 106-107.

187. Ефимова, Л.О., Батыршина, Г.И. Коммуникативное развитие

младших школьников с расстройствами аутистического спектра средствами цифровых музыкально-игровых технологий [Текст] / Л.О. Ефимова, Г.И. Батыршина // Социально-культурная деятельность: векторы исследовательских и практических перспектив: материалы Международной научно-практической конференции, Казань, 23 мая 2025 г. / науч. ред.: Р.Ш. Ахмадиева, П.П. Терехов, Р.С. Гарифуллина. Казань, 2025. – С. 515-518.

188. Зиневич, О.В., Петрова, Э.Д. Коучинг как средство саморазвития личности [Текст] / О.В. Зиневич, Э.Д. Петрова // Сибирский педагогический журнал. 2012. – №8. – С. 172-177.

189. Зайтметов, Ҳ.А., Ахмедова, Ф.В. Масъалаи омӯзиши мароми ноилшавӣ ба комёбӣ дар психология [Матн] / Ҳ.А. Зайтметов, Ф.В. Ахмедова // Паёми Донишгоҳи давлатии Бохтар ба номи Носири Хусрав (қисми 2.). Бохтар, 2023. – №1/4(116). – С. 43-48.

190. Зайтметов, Ҳ.А., Ахмедова, Ф.В. Кӯшиши худамалисозӣ ва ноилшавӣ ба комёбӣ дар синни ҷавонӣ [Матн] / Ҳ.А. Зайтметов, Ф.В. Ахмедова // Паёми донишгоҳи омӯзгорӣ бахши илмҳои педагогӣ ва психологӣ. Душанбе, 2023. – №3(17). – С. 226-231.

191. Зайтметов, Х.А. Мансурова, А.Р. Развитие познавательного интереса на уроках иностранного языка [Текст] / Х.А. Зайтметов, А.Р. Мансурова // Вестник Академии образования Таджикистан. Душанбе, 2024. – №2(51). – С. 90-96.

192. Зайтметов, Х.А., Садиров, М.Ш. Влияние мотивации на развитие мнемонических способностей личности [Текст] / Х.А. Зайтметов, М.Ш. Садиров // Вестник Академии образования Таджикистана. Душанбе, 2024. – №4(54). – С. 83-87.

193. Зайтметов, Ҳ.А. Иртиботи маромнокӣ ва қобилиятҳои маърифатии шахс [Матн] / Ҳ.А. Зайтметов // Паёми Академияи таҳсилоти Тоҷикистон. Душанбе, 2025. – №1(55). – С. 379-384.

194. Зайтметов, Ҳ.А. Роҳҳои баланд бардоштани маромнокии шахс ба мутолиаи адабиёти бадеӣ [Матн] / Ҳ.А. Зайтметов // Паёми Донишгоҳи

омӯзгорӣ. Душанбе, 2025. – №1/23. – С. 220-227.

195. Иванников, В.А. Проблемы подготовки психологов / В.А. Иванников // Вопросы психологии. 2006. – №1. – С. 48-52.

196. Исурина, Г. Личностный тренинг и его значение в подготовке психологов-практиков [Текст] / Г.Исурина // Журнал практического психолога. 1998. – №2. – С. 26-31.

197. Кардашина, О.В. Проблемы подготовки специалистов по социальной и психосоциальной работе. Методика проведения профессиональных тренингов с социальными педагогами [Текст] / О.В. Кардашина // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. 2006. – №4. – С. 3-14.

198. Кларин, М.В. Новая развивающая практика – коучинг. Новая профессия – коуч [Текст] / М.В. Кларин // Образовательные технологии (Москва). 2014. – №1. – С. 71-80.

199. Колябин, С.В., Крохин, И.П. Смысловая сфера личности как фактор полимотивированности деятельности: проблемы и перспективы изучения [Текст] / С.В. Колябин, И.П. Крохин // Журнал прикладной психологии. 2006. – №4. – С. 23-25.

200. Корнилова, Т.В., Смирнов, С.Д., Чумакова, М.А., Корнилов, С.А., Новотоцкая Власова, Е.В. Модификация опросника имплицитных теорий [Текст] / К. Двек // Психол. журнал. 2008. – №29(3). – С. 106-120.

201. Кривцова, С.В., Лэнгле, А., Орглер, К. Шкала экзистенции (Existenzskala) [Текст] / С.В. Кривцова, А. Лэнгле, К. Орлер // Экзистенциальный анализ, 2009. – №1. – С. 141-170.

202. Крюкова, Т.Л., Сапоровская В.Д. Молодежь, стресс и копинг: изучение психологического совладания в социальном поведении личности [Текст] / Т.Л. Крюкова, В.Д. Сапоровская // Личность и общество: актуальные проблемы современной психологии: Матер. Всерос. симпоз. – Кострома: КГУ, РПО, 2000. – С. 95-98.

203. Леонтьев, Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как

основа самодетерминации [Текст] / Д.А. Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Вып. 1 / Под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2002. – С. 56-65.

204. Леонтьев, Д.А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу [Текст] / Д.А. Леонтьев // Вопросы психологии. 1987. – №3. – С. 150-158.

205. Леонтьев, Д.А. Самоактуализация как движущая сила личностного развития: историко-критический анализ [Текст] / Д.А. Леонтьев // Современная психология мотивации. – М.: Смысл, 2002. – С. 13-46.

206. Леонтьев, Д.А. Симбиоз и адаптация или автономия и трансценденция: выбор личности в непредсказуемом мире [Текст] / Д.А. Леонтьев // Личность в современном мире: от стратегии выживания к стратегии жизнотворчества. Кемерово: Графика, 2002. – С. 3-34.

207. Логинова, И.О., Сердюк, Т.И., Живаева, Ю.В. Исследование самоактуализационного потенциала личности во взаимосвязи с проявлением мотивации достижения у студентов медицинских и психологических специальностей [Текст] / И.О. Логинова, Т.И. Сердюк, Ю.В. Живаева // Совр. пробл. науки и образования. 2014. – №6. – С. 349-357.

208. Майнина, И.Н., Васанов, А.Ю. Стандартизация опросника «Шкала экзистенции» А. Лэнгле, К. Орглер [Текст] / И.Н. Майнина, А.Ю. Васанов // Психол. журнал. 2010. – № 1. – С. 87-99.

209. Мильман, В.Э. Внутренняя и внешняя мотивация учебной деятельности [Текст] / В.Э. Мильман // Вопросы психологии. 1987. – №5. – С. 129-139.

210. Наливайко, Т.В. К вопросу осмысления концепции жизнестойкости [Текст] / Т.В. Наливайко // Вестник интегративной психологии, 2006. – №4. – С. 45-54.

211. Неврюев, А.Н. Особенности мотивации будущих психологов на ранних этапах профессионального становления [Текст] / А.Н. Неврюев // Вестник Московского гос. областного ун-та. Серия: Психологические науки. 2011. – №4. – С. 95-98.

212. Никитина, Т.А. Коучинг: условия применения и перспективы развития [Текст] / Т.А. Никитина // Известия Академии управления: теория, стратегии, инновации. 2011. – № 3. – С. 60-64.
213. Олпорт, Г. Личность: проблема науки или искусства? [Текст] / Г. Олпорт // Психология личности. М.: Изд. МГУ, 1982. – С. 208-218.
214. Петрова, Н.И. Динамика самоактуализации у студентов творческих специальностей [Текст] / Н.И. Петрова // Вопросы психологии, 2005. – №1. – С. 45-50.
215. Сатаева, Е.И. Развитие мотивации достижения и познавательной активности студентов-психологов в процессе обучения [Текст] / Е.И. Сатаева // Известия Волгоградского гос. педагогического университета. 2012. – Т. 71. – №7. – С. 106-109.
216. Сергиенко, Е.С. Субъектная регуляция совладающего поведения [Текст] / Е.С. Сергиенко // Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / Под редакцией А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой. – М.: ИП РАН, 2008. – С. 67-83.
217. Сосновская, Н.В. Эффективное профессиональное общение: программа тренинга [Текст] / Н.В. Сосновская, Л.Я. Камусиди // Психология зрелости и старения. 2002. – №1(17). – С. 80-101.
218. Сурикова, Я.А. Взаимосвязь ценностных ориентаций и значимых событий в построении субъективной картины жизненного пути личности [Текст] / Я.А. Сурикова // Высшее образование сегодня. 2007. – №12. – С. 62-66.
219. Тельнова, Л. Формулирование цели. Цикл занятий по целеполаганию для педагогов [Текст] / Л. Тельнова // Школьный психолог. – 2003. – №23. – С. 13-14.
220. Тихомиров, А.В. Метод дифференциации профессиональных выборов в практике профконсультирования [Текст] / А.В. Тихомиров // Персонал-profi. 2001. Вып. 2., Ч. 1. – С.41-46
221. Тощенко, Ж.Т. Ценности и ценностные ориентации [Текст] /

Тезаурус социологии: темат. слов.-справ. / Под ред. Ж.Т. Тощенко. М.: ЮНИТИДАНА, 2013. – С. 103-107.

222. Тышкова, М. Исследование устойчивости личности детей и подростков в трудных ситуациях [Текст] / М. Тышкова // Вопросы психологии. 1987. – №1. – С. 27-34.

223. Улановский, А.М. Коучинг с оглядкой на науку: практики позитивной жизни [Текст] / А.М. Улановский // Журнал Высшей школы экономики, 2012. Т. 9. – №4. – С. 59-80.

224. Филипченкова, С.И. Совладающее поведение как механизм преодоления стресса [Текст] / С.И. Филипченкова // Проблемы психологии и эргономики. 2001. – №2(12). – С. 86-90.

225. Хлебодарова, О.Б. Общая характеристика ценностей человека, их роль и место в структуре личности [Текст] / О.Б. Хлебодарова // Молодой ученый. 2012. – №6. – С. 357-361.

226. Цветкова, И.В. Образовательный коучинг в развитии профессионального самосознания и профессиональной компетентности студентов [Текст] / И.В. Цветкова // Теория и практика общественного развития. 2013. – №12. – С. 57-60.

227. Цветкова, Р.И. Мотивационная сфера личности студента: условия и средства ее формирования [Текст] / Р.И. Цветкова // Психологическая наука и образование. – 2006. – №4. – С. 76-80.

228. Шумский, В.Б. Онтологическое и персоналистическое направления в экзистенциальной психологии: сравнительный анализ [Текст] / В.Б. Шумский // Экзистенциальный анализ. 2009. – №1. – С. 181-191.

229. Шумский, В.Б., Орлов, А.Б. Ноэтическое измерение человека: вклад Виктора Франкла в психологию и психотерапию [Текст] / В.Б. Шумский, А.Б. Орлов // Журнал Высшей школы экономики. 2005. Т. 2. – № 2. – С. 65-80.

230. Ядов, В.А. Социальная стратификация в кризисном обществе [Текст] / В.А. Ядов // Социологический журнал. 1994. – №1. – С. 35-52.

231. Якобсон, П.М. Психологические компоненты и проекции

становления зрелой личности [Текст] / П.М. Якобсон // Психология личности в трудах отечественных психологов. Хрестоматия. Составитель Л.В. Куликов. – СПб.: Изд-во «Питер», 2000. – С. 188-193.

232. Ященко, Е.Ф. Особенности самоактуализации студентов с разной профессиональной направленностью [Текст] / Е.Ф. Ященко // Психол. журнал, 2006. Т. 27. – №3. – С. 31-41.

233. Bucher Anton, A. (Hg.): Erziehung - Therapie - Sinn [Text] / A. Anton Bucher // Festschrift für Heinz Rothbucher, Salzburg 2004, LIT-Verlag Münster 2004. S.265.

234. Cantor, N. Perceptions of situations: Situation prototypes and person-situation prototypes. In D. Magnusson (Ed.) [Text] / N. Cantor // Toward a psychology of situations: An interactional perspective. 1981. – Pp. 229-244.

235. Deci, E.L., Ryan, M. Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health [Text] / E.L. Deci, M. Ryan // Canadian Psychology. 2008. Vol.49. – No.3. – Pp. 18-185.

236. Frankl, V.E. Self-transcendence as a Human Phenomenon [Text] / V.E. Frankl // Journal of Humanistic Psychology. 1966. – № 6. – Pp. 97-107.

237. Maslow, A. The Farther Reaches of Human Nature [Text] / A. Maslow // N.Y.: Viking Press, 1975. – Pp. 280-299.

238. Sidney, M. Jourard. To be or not to be ... existential-psychological perspectives on the self [Text] / M. Sidney // University of Florida monographs. Social sciences. University of Florida monographs. 1966. – No34. – p.67-70.

239. White, R.A., Roth, R.A. Synthesis lectures on information concepts, retrieval, and services [Text] / R.A. White, R.A. Roth. 2009. – No 1(1). – Pp. 1-98.

Диссертация в автореферате:

240. Бабинцева, Л.Н. Специфика взаимосвязи социально-психологической компетентности и индивидуального стиля саморегуляции студентов-психологов в зависимости от различий в уровне образования / Л.Н. Бабинцева // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. –

Ярославль, 2019. – 25 с.

241. Бобоева, С.Б. Формирование толерантности студенческой молодёжи в процессе изучения гуманитарных наук [Текст]: дис. канд. педагогических наук: 13.00.01 / Бобоева Сайёра Бобораджабовна. – Душанбе, 2015. – 187 с.

242. Брантова, Ф.С. Представление о психологически зрелой личности в сознании людей разного возраста / Ф.С. Брантова // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – М., 2011. – 38 с.

243. Верхова, Ю.Л. Формирование личностной и профессиональной направленности студентов в контекстном обучении / Ю.Л. Верхова // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – М., 2007. – 30 с.

244. Виндекер, О.С. Структура и психологические корреляты мотивации достижения / О.С. Виндекер // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – Екатеринбург, 2010. – 24 с.

245. Воронкова, Н.Ю. Динамика развития профессиональной мотивации студентов новых специальностей в процессе вузовской подготовки / Н.Ю. Воронкова // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – М., 2008. – 25 с.

246. Двойнин, А.М. Ценностно-смысловые ориентации личности в контексте религиозной веры / А.М. Двойнин // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – М., 2007. – 30 с.

247. Зенина, С.Р. Психологические факторы становления учебно-профессиональной деятельности студентов вуза / С.Р. Зенина // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – М., 2009. – 23 с.

248. Зайтметов, Ҳ.А. Хусусиятҳои психологӣ истифодаи адабиёти бадеӣ дар рушди қобилиятҳои маърифатӣ ва шахс [Матн]: дисс. баҳои дарёфти дараҷ. илмӣ докт. илмҳои психологӣ аз рӯи ихтисоси 19.00.01 / Зайтметов Ҳусан Аваҷонович. – Хучанд, 2025. – 498 с.

249. Кузьмин, Е.С. Вопросы сознания в свете трудов И.В. Сталина / Е.С. Кузьмин // Автореферат диссертации ... кандидата педагогических наук (по

психологии). – 1952. – 20 с.

250. Курдюкова, Н.А. Оценивание успешности учебной деятельности как психолого-педагогическая проблема / Н.А. Курдюкова // Автореферат диссертации ... канд. психол. наук. – 1997. – 26 с.

251. Магомед-Эминов М.Ш. Мотивация достижения: структура и механизмы [Текст]: Дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Магомед-Эминов Мадруддин Шамсуддинович. – М., 1987. – 343 с.

252. Овчинников, М.В. Динамика мотивации учения студентов педагогического вуза и ее формирование / М.В. Овчинников // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – Екатеринбург, 2008. – 26 с.

253. Пономарева, М.С. Возрастно-половые особенности эмоциональности школьников 9-17 лет и ее восприятие учителями [Текст]: дисс ... кандидата психологических наук: 19.00.13 / Пономарева Марина Сергеевна. – Санкт-Петербург, 2005. – 159 с.

254. Попова, А.Ю. Психологические условия развития мотивации профессионального учения студентов-психологов / А.Ю. Попова // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – М., 2004. – 30 с.

255. Самофалова, О.В. Психологическая модель развития профессиональной мотивации курсантов-психологов (на примере Академии ФСИН России) / О.В. Самофалова // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – М., 2008. – 31 с.

256. Тинигина, А.А. Взаимосвязь личностного эгоцентризма и социально-психологической адаптации подростков / А.А. Тинигина // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – Москва, 2015. – 28 с.

257. Фокина, А.В. Роль личностного эгоцентризма в структуре подростковой девиантности / А.В. Фокина // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – Москва, 2008. – 22 с.

258. Чебыкин, А.Я. Особенности эмоциональной устойчивости спортсменов и психологические средства ее формирования / А.Я. Чебыкин // Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук. – Москва, 1979. – 25 с.

259. Goldstein, Kurt; Scheerer, Martin.(1941): Abstract and Concrete Behavior: An Experimental Study With Special Tests. In: Psychological Monographs, ed. by John F. Dashed, Vol. 53/1941, No. 2 (whole No. 239), S. 1-151.

**Саволномаи тестии А. Мехрабиан, барои чен кардани маром ба комёбӣ
пешбинӣ шудааст (модификатсияи М. Ш. Магамедэминов)**

Дастур барои озмудашавандагон

Пеш аз оғози таҳқиқот ба озмудашавандагон чунон дастур дода мешавад: «Ба шумо тесте пешниҳод карда мешавад, ки аз як қатор муҳокимаҳои ифодакунандаи ҷанбаҳои алоҳидаи характер, инчунин, фикру ҳиссиёт дар бораи баъзе вазъиятҳои ҳаёт иборат аст. Барои баҳодихии дараҷаи ба ҳар як муҳокима розӣ будан ё набуданатон, аз ҷадвали зерин истифода баред:

- +3 - қомилан розиям;
- +2 - розӣ ҳастам;
- + 1 – аз норозигӣ дида, розигиям бештар аст;
- 0 - бетараф;
- 1 - аз розигӣ дида, норозигиям бештар аст;
- 2 - розӣ нестам;
- 3 - қомилан розӣ нестам.

Муҳокимаи тестро ҳонед ва сатҳи розӣ будан (ё розӣ набудан)-и ҳудро баҳо диҳед. Дар ин ҳолат, дар варақаи ҷавобҳо дар паҳлуи рақами муҳокима рақамро гузоред, ки ба дараҷаи розигии Шумо мувофиқ бошад (+3, +2, +1, 0, -1, -2, -3). Ҳамон ҷавобро пешниҳод кунед, ки аввалин шуда ба саратон меояд. Бари фикр кардан вақти зиёд сарф накумед».

Тартиби кор

Озмоиш ба таври гурӯҳӣ гузаронида мешавад. Озмоишгар (муаллим) озмудашавандагон (донишҷӯён)-ро бо дастур шинос мекунад: «Тест аз як қатор муҳокимаҳои ифодакунандаи ҷанбаҳои алоҳидаи характер, инчунин, фикру ҳиссиёт оид ба вазъиятҳои муайяни ҳаётӣ иборат аст. Барои баҳодихии дараҷаи ба ҳар як муҳокима розӣ будан ё набуданатон, аз ҷадвали зерин истифода баред:

- +3 - қомилан розиям;

- +2 - розӣ ҳастам;
- + 1 – аз норозигӣ дида, розигиам бештар аст;
- 0 - бетараф;
- 1 - аз розигӣ дида, норозигиам бештар аст;
- 2 - розӣ нестам;
- 3 - комилан розӣ нестам.

Муҳокимаи тестро хонед ва сатҳи розӣ будан (ё розӣ набудан)-и худро баҳо диҳед. Дар ин ҳолат, дар варақаи ҷавобҳо дар паҳлуи рақами муҳокима рақамро гузоред, ки ба дараҷаи розигии Шумо мувофиқ бошад (+3, +2, +1, 0, -1, -2, -3). Ҳамон ҷавобро пешниҳод кунед, ки аввалин шуда ба саратон меояд. Барои фикр кардан вақти зиёд сарф накунад».

Баъд озмоишгар хотиррасон мекунад, ки озмудашавандаҳо бояд мустақилона кор кунанд ва онҳоро ба кор даъват менамояд.

Матни саволнома (шакли А)

1. Ман бештар дар бораи гирифтани баҳои хуб фикр мекунам, назар ба он ки аз гирифтани баҳои бад метарсам.
2. Агар ба ман иҷрои кори душвори бароям ношинос лозим ояд, нисбат ба он ки онро дар танҳои иҷро кунам, иҷрои онро якҷоя бо каси дигар афзалтар медонам.
3. Ман ҳатто ҳангоми боварӣ надоштан ба имконияти ҳалли масъала бештар ба ҳалли масъалаҳои душвор даст мезанам, нисбат ба масъалаи осоне, ки роҳи ҳалашонро медонам.
4. Маро бештар назар ба кори душворе, ки дар он пеш омадани ҳолатҳои ғайриинтизор имконпазир аст, коре ба худ ҷалб мекунад, ки шиддатро талаб намекунад ва ба иҷрои бомуваффақияти он боварӣ дорам.
5. Агар ба иҷрои коре комёб нашавам, тамоми неруямро равона мекунам, то ба иҷрои он комёб шавам ва ба иҷрои корҳои осон рӯ намеорам.
6. Ман нисбат ба кори дорои маоши миёна, ки дар он бояд нақши худамро худам муайян кунам, кореро афзалтар медонам, ки дар он вазифаҳои

ман дақиқ муайян карда шуда бошанд ва ҳаҷми маошам аз ҳисоби миёна болотар бошад.

7. Ман аз мутолиаи адабиёти бадеӣ дида, барои мутолиаи адабиёти махсус зиёдтар вақт сарф мекунам.

8. Ман нисбат ба иҷрои кори муҳимму осон, иҷрои кори муҳимми душворро афзалтар медонам, гарчанде ки эҳтимолияти нокомӣ дар он баробар ба 50% аст.

9. Ман нисбат ба омӯхтани бозиҳои нодире, ки маҳорати махсусро талаб мекунанд ва доираи ками одамон доир ба онҳо маълумот доранд, беҳтараш бозиҳои фароғатиро аз худ мекунам, ки барои аксари мардум маълуманд.

10. Барои ман то ҳадди имкон хуб иҷро кардани корам бисёр муҳим аст, ҳатто агар барои ин бо рафиқонам ихтилоф ба вучуд ояд ҳам.

11. Агар ман кортбозӣ карданӣ мешудам, он гоҳ нисбат ба бозиҳои душвори талақунандаи фикр, беҳтараш ба бозиҳои шавқоварро рӯ меовардам.

12. Ман мусобикаҳоеро афзалтар медонам, ки дар онҳо аз дигарон ғулубваттарам, нисбат ба мусобикаҳое, ки ҳамаи иштирокчиён тақрибан қувваи баробар доранд.

13. Дар вақти фориғ аз кор ман техникаи ягон бозиро, на барои истироҳату фароғат, балки барои рушди маҳоратам аз худ мекунам.

14. Нисбат ба иҷрои кор бо тавсияи дигарон, ман иҷрои корро бо тарзи бароям мувофиқ афзалтар медонам, ҳатто агар хатари хато кардан 50% бошад ҳам.

15. Агар бароям интиҳоб кардан лозим меомад, он гоҳ кореро интиҳоб мекардам, ки дар он ҳаҷми ибтидоии маош 100 доллар буда, дар ҳамин ҳаҷм ба муддати номуайян боқӣ мемонад, нисбат ба коре, ки дар он ҳаҷми ибтидоии маош 80 доллар буда, метавонад баъд аз 5 сол ба 180 доллар баробар шавад.

16. Ман аз рақобати як ба як дида, бозиҳои даставиро афзалтар медонам.

17. Ман аз кӯшиши зудтар ва бо заҳмати камтар анҷом додани кор дида, то ба даст овардани натиҷаи дилхоҳ бо сарфаи пурраи неру кор карданро афзалтар мешуморам.

18. Ман дар имтиҳон саволҳои мушаххасро доир ба маводди дарсӣ афзалтар медонам, ки дар ҷавоб ба онҳо пешниҳод намудани андешаи худ лозим меояд.

19. Ман назар ба коре, ки дар он вазъи ман бадтар намешавад, аммо ба таври назаррас беҳтар ҳам нахоҳад шуд, кореро интиҳоб мекардам, ки дар он баъзе эҳтимолиятҳои ноком шудан вучуд дорад, аммо имкони ба даст овардани натиҷаи беҳтар низ мавҷуданд.

20. Пас аз ҷавоби бомуваффақият дар имтиҳон, ман нафаси сабақ мекашам, ки “гузаштаам”, назар ба он, ки аз гирифтани баҳои хуб шодӣ кунам.

21. Агар ман метавонистам ба яке аз ду кори нотаом баргардам, он гоҳ ба кори нотаоми душвор бармегаштам на ба кори осон.

22. Ҳангоми иҷрои супориши назоратӣ, аз андешаи дуруст иҷро кардани кор дида, манро беҳтар роҳ надодан ба хатой ташвиш медиҳад.

23. Агар аз уҳдаи иҷрои коре набароям, аз аз ҷустуҷӯи мустақлонаи роҳи ҳал дида, беҳтараш барои кумак ба дигарон муроҷиат мекунам.

24. Ҳангоми нокомӣ хоҳиши идома додани кор дар ман кам намешавад, балки ман беҳтар боғайрату неруманд мешавам.

25. Агар дар муваффақ шудан ба иҷрои ягон кор шубҳа дошта бошам, ба ҷойи он ки дар иҷрои он иштироки ғаъл дошта бошам, беҳтараш таваккал намекунам.

26. Вақте ба иҷрои ягон кори душвор даст мезанам, аз умедвории иҷрои бомуваффақи кор дида, тарси набаромад аз уҳдаи кор дар ман беҳтар аст.

27. Ман таҳти роҳбарии шахси дигар самараноктар кор мекунам, назар ба он, ки масъулияти иҷрои корро худам ба дӯш мегирам.

28. Ман иҷрои вазифаи мураккаби ношиносро аз иҷрои кори шиносе, ки ба муваффақияти он боварӣ дорам, афзалтар мешуморам.

29. Кореро, ки тарзи иҷрои онро ба ман мушаххас мефаҳмонанд, босамартар иҷро мекунам, назар ба он ки супориш танҳо ба таври умумӣ дода мешавад.

30. Агар ба ҳалли ягон масъала бо муваффақият даст ёбам, аз ин хушҳол мешавам ва ба ҳалли масъалаи дигар нагузаша, бо қаноатмандӣ ба ҳалли масъалаи ҳамсон даст мезанам.

31. Вақте рақобат кардан лозим мешавад, дар ман аз ташвишу нооромӣ дида, бештар шавқу ҳаяҷон ба вучуд меояд.

32. Ман дар бораи нақшаҳои ояндаи худ бештар орзу мекунам, нисбат ба он ки барои амалӣ сохтанашон кӯшиш кунам.

Матни саволнома (шакли Б)

1. Ман бештар дар бораи гирифтани баҳои хуб фикр мекунам, назар ба он ки аз гирифтани баҳои бад метарсам.

2. Ман ҳатто ҳангоми боварӣ надоштан ба имконияти ҳалли масъала бештар ба ҳалли масъалаҳои душвор даст мезанам, нисбат ба масъалаи осоне, ки роҳи ҳалашонро медонам.

3. Маро бештар назар ба кори душворе, ки дар он пеш омадани ҳолатҳои ғайриинтизор имконпазир аст, коре ба худ ҷалб мекунад, ки шиддатро талаб намекунад ва ба иҷрои бомуваффақияти он боварӣ дорам.

4. Агар ба иҷрои коре комёб нашавам, тамоми неруямро равона мекунам, то ба иҷрои он комёб шавам ва ба иҷрои корҳои осон рӯ намеорам.

5. Ман нисбат ба коре, ки маоши миёна дорад ва дар он бояд нақши худамро худам муайян кунам, кореро афзалтар медонам, ки дар он вазифаҳои ман дақиқ муайян карда шуда бошанд ва ҳаҷми маошам аз ҳисоби миёна болотар бошад.

6. Аз умед ба комёбӣ дида, тарс аз нокомӣ манро бештар ба ҳаяҷон меоварад.

7. Аз адабиёти илмӣ-оммавӣ дида, адабиёти хусусияти фароғатидоштаро афзалтар мешуморам.

8. Ман нисбат ба иҷрои кори муҳиму осон, иҷрои кори муҳимми душворро афзалтар медонам, гарчанде ки эҳтимолияти нокомӣ дар он баробар ба 50% аст.

9. Ман нисбат ба омӯхтани бозиҳои нодире, ки маҳорати махсусро талаб мекунам ва доираи ками одамон доир ба онҳо маълумот доранд, беҳтараш бозиҳои фароғатиро аз худ мекунам, ки барои аксари мардум маълуманд.

10. Барои ман то ҳадди имкон хуб иҷро кардани қорам бисёр муҳим аст, ҳатто агар барои ин бо рафиқонам ихтлоф ба вучуд ояд ҳам.

11. Пас аз ҷавоби бомуваффақият дар имтиҳон, ман нафаси сабак мекашам, ки “гузаштаам”, назар ба оне, ки аз гирифтани баҳои хуб шодӣ кунам.

12. Агар ман қортбозӣ карданӣ мешудам, он гоҳ нисбат ба бозиҳои душвори талақунандаи фикр, беҳтараш ба бозиҳои шавқовар рӯ меовардам.

13. Ман мусобиқаҳоро афзалтар медонам, ки дар онҳо аз дигарон ҷаҳлваттарам, нисбат ба мусобиқаҳое ҳамаи иштирокчиён тақрибан қувваи баробар доранд.

14. Ҳангоми ноқомӣ хоҳиши идома додани қор дар ман қам намешавад, балки ман бештар боғайрату неруманд мешавам.

15. Аз хушҳолии овардаи қомебиҳо дида, дар ҳаёти ман таъсири нохушии дар натиҷаи ноқомӣҳо ба вучудодам бештар аст.

16. Дар вазъиятҳои нави қароём ношинос, дар ман аз қунҷқобию шавқу ҳавас дида, ҳаҷқону нооромӣ бештар ба вучуд меояд.

17. Ман қӯшиш мекунам то аз омода кардани ҳӯроқе, ки одатан мепазаму аз уҳдааш ҳубмеқароём дида, беҳтараш ягон ҳӯроқи нави аҷиб омода мекунам, ҳарчанд аз уҳдааш ҳуб нақароём ҳам.

18. Ман аз иҷрои қори арзанда, вале шавқоварнабуда дида, ба иҷрои қоре даст мезанам, ки қароём гуворо ва осон аст.

19. Ман беҳтараш вақти ҳудро барои иҷрои як қор сарф мекунам, нисбат ба он, ки дар ҳамин муддати вақт ду-се қорро тез ба анҷом расонам.

20. Агар бемор шавам дар ҳона бимонам, он гоҳ вақтро барои истироҳату фароғат сарф мекунам, на барои мутолиа ва қор.

21. Агар ман бо якчанд духтар дар як хучра зиндагӣ мекардам ва мо тасмим мегирифтем, ки шабнишинӣ кунем, ман афзалтар медонам то онро худам ташкил кунам, аз он ки каси дигар ин корро мекунад.

22. Агар аз уҳдаи иҷрои коре набароям, аз аз ҷустуҷӯи мустақлонаи роҳи ҳал дида, бехтараш барои кумак ба дигарон мурочиат мекунам.

23. Вақте ки рақобат кардан лозим мешавад, дар ман аз ташвишу нооромӣ дида, бештар шавқу ҳаяҷон ба вучуд меояд.

24. Вақте ба иҷрои кори мушкил даст мезанам аз умед ба комёбӣ дида, тарс аз нокомӣ маро бештар ташвиш медиҳад.

25. Ман таҳти роҳбарии шахси дигар самараноктар кор мекунам, назар ба он ки масъулияти иҷрои корро худам ба дӯш мегирам.

26. Аз иҷрои кори шиносе, ки ба муваффақияти он боварӣ дорам дида, барои ман иҷрои вазифаи мураккаби ношинос бештар маъқул аст.

27. Агар ба ҳалли ягон масъала бо муваффақият даст ёбам, аз ин хушҳол шуда, ба ба ҳалли масъалаи дигар намегузарам ва бо қаноатмандӣ ба ҳалли масъалаи ҳамсон даст мезанам.

28. Ман корро хубтар иҷро мекунам, агар дар наздам вазифаро ба таври умумӣ гузоранд, нисбат ба он ки тарзи иҷрои корро аниқ нишон диҳанд.

29. Агар дар иҷрои кори муҳим ба хатоӣ роҳ диҳам, ба ҷойи худро ба даст гирифта, ислоҳ кардани вазъият, худро гум карда, ба ҳолати ноумедӣ меафтам.

30. Ман дар бораи нақшаҳои ояндаи худ бештар орзу мекунам, нисбат ба он ки барои амалӣ сохтанашон кӯшиш кунам.

Коркарди натиҷаҳо (ҳисоб кардани ҳолҳои умумӣ)

Қадами 1. Мувофиқи калидҳои арзёбӣ, ки дар зер оварда шудаанд, маълумотро барои ҳар як муҳокимаи саволнома ба ҳол табдил диҳед.

Барои муайян кардани ҳоли умумии ҷавобҳои озмудашавандагон ба муҳокимаҳои мустақими саволнома (дар калид бо аломати “+” ишора шудааст) аз рӯйи чунин таносуб ҳол дода мешавад:

-3	-2	-1	0	+ 1	+2	-13
1	2	3	4	5	6	7

Ба ҷавобҳои озмудашавандагони дар қисмҳои баръакси саволнома (дар калид бо аломати «-» ишора карда шудааст) аз рӯи чунин таносуб ҳолҳо дода мешаванд:

	-2	-1	0	+ 1	+2	+3
	6	5	4	3	2	1

Калид барои шакли мардона

+ 1, 3, 5, 7, 8, 10, 13, 14, 17, 19, 21, 24, 28, 31_____

- 2, 4, 6, 9, 11, 12, 15, 16, 18, 20, 22, 23, 25, 26, 27, 29, 30, 32

Калид барои шакли занона

+ 1, 2, 4, 7, 8, 10, 14, 17, 19, 21, 23, 26, 28_____

- 3, 5, 6, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 18, 20, 22, 24, 25, 27, 29, 30

Қадами 2: Натиҷаҳоро шарҳ диҳед. Дар асоси ҳолҳои умумӣ муайян кунед, ки кадом самти маромнокӣ дар ин озмудашаванда бартарӣ дорад.

Агар ин миқдор дар ҳудуди аз 165 то 210 ҳол бошад, пас, дар мароми ноил шудан ба комёбии озмудашавандаи мазкур кӯшиш ба комёбӣ ҳукмфармо аст.

Одамони дорои маром ба комёбӣ, одатан ҳангоми фаъолият дар назди худ ягон ҳадафи мусбат мегузоранд, ки ноил шудан ба он ҳамчун муваффақият арзёбӣ мешавад. Онҳо кӯшиши мекунанд, ки бо ҳар роҳе ба комёбиҳо муваффақ шаванд, чунин фаъолиятро ҷустуҷӯ намуда, фаълоне ба иҷрои он даст мезанад, он воситаю амалҳоро интихоб мекунад, ки барои расидан ба ҳадаф мусоидат менамоянд. Дар соҳаи маърифатии чунин одамон интизории

комёбӣ мавҷуд аст, яъне онҳо ба иҷрои яғн кор шуруъ карда, ҳатман интизори муваффақият ҳастанд ва онро ба даст меоваранд. Онҳо интизоранд, ки амалҳои барои ноил шудан ба ҳадафҳо нигаронидаашон дастгирӣ меёбанд.

Шахсони дорои майли ноил шудан ба комёбӣ метавонанд қобилият, муваффақият ва нокомии худро дурусттар арзёбӣ кунанд ва одатан касбҳои интихоб мекунанд, ки ба дониш, малака ва қобилияти онҳо мувофиқат мекунанд.

Шахсони дорои майл ба комёбӣ дар ноил шудан ба ҳадафҳои худ устувории бештар нишон медиҳанд. Ҳангоми хеле осон ё хеле душвор будани вазифаҳо рафтори онҳо аз рафтори шахсони ба нокомӣ майлдошта фарқ мекунад. Ҳангоми ҳукмфармо будани мароми ноил шудан ба комёбӣ, шахс вазифаҳои дараҷаи душвориашон миёна ё каме бештар аз миёнаро афзалтар медонад.

Барои шахси дар фаъолият ба муваффақият майл дошта, қобилияти баъзе масъалаҳо ва таваҷҷуҳ ба он пас аз нокомӣ дар ҳалли он меафзояд. Ба ибораи дигар, одамони ба муваффақият майлдошта ҳангоми дар ҳалли масъала ба нокомӣ дучор шудан ба ҳали дубораи он бармегарданд ва одатан дар ин ҳолат натиҷаҳои бештарро ба даст меоранд.

Агар ҷамъи ҳолҳо дар доираи аз 76 то 164 бошад, пас метавон хулоса кард, ки майли гурехтан аз нокомӣ ҳукмфармой дорад.

Одамони дорои мароми гурехтан аз нокомӣ ба худ боварӣ надошта, ба имконияти бадастоварии комёбӣ шубҳа мекунанд ва аз танқид метарсанд. Дар онҳо ҳангоми кор, махсусан, агар якчанд бор ба нокомӣ дучор шаванд азсаргузаронии эмотсияҳои манфӣ дида мешавад.

Одамони ба нокомӣ майлдошта, аксар вақт бо худмуайянкунии номувофиқи касбӣ тавсиф дода мешаванд ва касбҳои хеле осон ё хеле душворро афзал медонанд. Дар баробари ин, онҳо аксар вақт маълумоти воқеиро дар бораи қобилиятҳои худро сарфи назар мекунанд, худбаҳодиҳии баланд ё паст ва дараҷаи иддаои ғайривоқеӣ доранд. Ҳангоми бартарӣ доштани мароми гурехтан аз нокомӣ одатан вазифаҳои интихоб карда

мешаванд, ки ё бисёр осононанд ё бисёр душвор. Дар одамони ба нокомӣ майлдошта баъд аз ноком шудан дар иҷрои ягон кор шавқу ҳавас ба иҷрои он паст мешавад. Ҳамин тариқ, одамони ба нокомӣ майлдошта аз иҷрои вазифаҳое, ки дар як кӯшиш аз уҳдаи ҳалашон намебароянд дурӣ, меҷӯянд.

Агар чамъи холҳо дар ҳудуди аз 30 то 75 бошад, пас дар бораи ба яқдигар бартарӣ доштани маром ба комёбӣ ё мароми гурехтан аз нокомӣ ҳулосаи дақиқ баровардан мумкин нест.

Холҳои ҳамаи гурӯҳчини озмудашавандагонӣ дар таҷриба иштироккунанда ба ду гурӯҳи муқобил ҷудо карда мешаванд: 27%-и болоии озмудашавандаҳо (вобаста ба дараҷабандӣ) бо мароми кӯшиш ба комёбӣ тавсиф дода мешаванд ва 27%-и поёни бошад, бо мароми гурехтан аз нокомӣ.

**Тести устувории ҳаётӣ (методикаи С. Мадди, ки аз тарафи Д.А. Леонтев
мутобиқ гардонида шудааст).**

Муҳокима	Не	Шояд не	Шояд ҳа	ҳа
1. Ман аксар вақт ба қарорҳои худам боварӣ надорам.				
2. Баъзан ман ҳис мекунам, ки ҳеҷ кас ба ман аҳаммият намедиҳад.				
3. Аксар вақт, ҳатто пас аз хоби хуб, ман бо душворӣ худамро маҷбур мекунам то аз бистар бархезам.				
4. Ман ҳамеша банд ҳастам ва ин ба ман маъқул аст.				
5. Ман аксар вақт ба мақоли “бел бо равиши об” бартарӣ медиҳам.				
6. Вобаста ба вазъият нақшаҳои маро тағйир медиҳам.				
7. Аз рӯйдодҳои, ки маро барои тағйир додани речай ҳаррӯзаам маҷбур мекунанд, асабонӣ мешавам.				
8. Мушкилоти ғайриҷашмдошт баъзан маро саҳт ҳаста мекунанд.				
9. Ман ҳамеша вазъиятро ба қадри зарурӣ назорат мекунам.				
10. Баъзан ман чунон ҳаста мешавам, ки дигар чиз маро ба худ ҷалб карда наметавонад.				

11. Баъзан ҳар коре, ки ман мекунам, бароям бефоида менамояд.				
12. Ман кӯшиш мекунам, ки аз ҳама чизи дар атрофам рӯйдиханда огоҳ бошам.				
13. Аз гӯшти насия дида, шуши нақд беҳ.				
14. Аксар вақт бегоҳ худро тамоман хастаю беҳол ҳис мекунам.				
15. Дар назди худ гузоштани ҳадафҳои душвор ва расидан ба онҳоро афзалтар медонам.				
16. Баъзан фикрҳо дар бораи оянда маро метарсонанд.				
17. Ман ҳамеша боварӣ дорам, ки нақшаҳои кашидаамро амалӣ карда метавонам.				
18. Ба назарам чунин менамояд, ки бо тамоми ҳастиям зиндагӣ накарда, балки танҳо нақш мебозам.				
19. Ба назарам, агар дар гузашта ба ноумедию мусибатҳо камтар дучор мешудам, ҳоло дар дунё зиндагӣ кардан бароям осонтар мешуд.				
20. Ба назарам аксар мушкилоти бамиёномада ҳалнашаванда менамоянд.				
21. Мағлубиятро аз сар гузаронида, кӯшиш мекунам, ки қасос гирам.				
22. Ман бо одамони нав шинос шуданро дӯст медорам.				

23. Вақте ки касе аз дилгиркунанда будани ҳаёт шикоят мекунад, ин маънои онро дорад, ки ӯ маҳорати дидани зебоию шириниҳои ҳаётро надорад.				
24. Ман ҳамеша ба коре машғул ҳастам.				
25. Ман ҳамеша метавонам ба натиҷаи чизи дар атрофам рӯйдиханда таъсир расонам.				
26. Ман аксар вақт аз корҳои аллакай анҷомшуда пушаймон мешавам.				
27. Агар ҳали мушкилӣ саъю кӯшиши зиёдро талаб кунад, то давраи беҳтар гузоштани онро афзалтар медонам.				
28. Барои ман наздик шудан бо одамони дигар душвор аст.				
29. Одатан одамони гирду атроф маро бодикқат гӯш мекунанд.				
30. Агар метавонистам, бисёр чизҳои гузаштaro дигар мекардам.				
31. Ман бисёр вақт корҳои душвор ё чизҳоеро, ки ба онҳо боварӣ надорам ба фардо мегузорам.				
32. Ман ҳис мекунам, ки ҳаёт маро нодида мегузарад.				
33. Орзуҳои ман хеле кам амалӣ мешаванд.				
34. Чизҳои ғайриинтизор (ногаҳонӣ) шавқу рағбати маро ба зиндагӣ зиёд мекунанд.				
35. Баъзан ман ҳис мекунам, ки тамоми кӯшишҳоям беҳудаанд.				

36. Баъзан ман ҳаёти орому осоишта доштанро орзу мекунам.				
37. Ман тоқат надорам, ки кори оғозкардаамро ба анҷом расонам.				
38. Баъзан зиндагӣ ба назари ман дилгиркунанда ва беранг менамояд.				
39. Ман қобилияти таъсир расонидан ба мушкилоти ғайриҷашмдоштро надорам.				
40. Атрофиён маро қадр намекунанд.				
41. Чун қоида ман бо қаноатмандӣ кор мекунам.				
42. Баъзан ман ҳатто дар ихотаи дӯстон худро одами зиёдатӣ ҳис мекунам.				
43. Баъзан бароям он қадар мушкилиҳо пеш меоянд, ки таслим мешавам.				
44. Дӯстон маро барои матонат ва устувориам эҳтиром мекунанд.				
45. Ман омодаам, ки ғоя (идея)-ҳои навро амалӣ созам.				

Бандҳои мустақим ва баръакс барои ҳар як шкала

	Бандҳои мустақим	Бандҳои баръакс
Ҷалбшавӣ	4, 12, 22, 23, 24, 29, 41	2, 3, 10, 11, 14, 28, 32, 37, 38, 40, 42
Назорат	9, 15, 17, 21, 25, 44	1, 5, 6, 8, 16, 20, 27, 31, 35, 39, 43
Пазириши хатар	34, 45	7, 13, 18, 19, 26, 30, 33, 36

Шарҳи мухтасари шкалаҳо:

Устувории ҳаётӣ (hardiness) ин як низоми эътиқод дар бораи худ, дар бораи олам, дар бораи муносибатҳо бо олам аст. Ин як диспозитсияест, ки се Унсури нисбатан мустақилро дар бар мегирад: ҷалбшавӣ, назорат ва пазириши хатар. Ифоданокии ин унсурҳо ва умуман устувории ҳаётӣ аз пайдошавии шиддати дохилӣ дар ҳолатҳои стресс пешгирӣ мекунад, зеро дар ҳолат одам вазъиятро бардошт мекунад (hardy coping) ва ба он камтар аҳаммият медиҳад. аз сабаби муборизаи доимӣ бо стресс ва дарк кардани онҳо ҳамчун аҳаммияти камтар пешгирӣ мекунад.

Ҷалбшавӣ (commitment) бо чунин маъно шарҳ дода мешавад: "Боварӣ ба он, ки иштирок дар рӯйдодҳо барои дарёфти чизи арзанда ва ҷолиб барои шахс имкони бештар медиҳад". Шахси дорои унсури инкишофёфтаи ҷалбкунӣ аз ғаъолиятҳои худ лаззат мебарад. Баръакс, набудани чунин эътиқод эҳсоси радшудагӣ ва «беғонагӣ аз ҳаёт»-ро ба вучуд меорад. "Агар ба худ ва ба олиҳиммати олам боварӣ доред, пас, ҷалбшавӣ хоси шумо аст."

Назорат (control) ифодакунандаи эътиқод ба он аст, ки мубориза барои таъсир расонидан ба рафти ҳодисаҳо имкон медиҳад, агар мутлақо онро дигар накунад муваффақият кафолат дода нашавад ҳам. Баръакс ин ҳисси нотагонӣ аст. Шахси дорои унсури назорати рушдёфта, ғаъолият ва роҳи ҳаёташро худаш интихоб мекунад.

Пазируфтани ҳавф (challenge) ин эътиқоди шахс дар бораи он аст, ки ҳама чизи бо ӯ рӯйдиханда боиси рушду такомули ӯ мегарданд, зеро ӯ аз онҳо сабақи зиндагӣ меомӯзад (новобаста аз он, ки ин таҷриба манфӣ аст ё мусбат). Шахсе, ки ҳаётро як роҳи андӯхтани таҷриба медонад, ҳатто дар сурати набудани кафолатҳои боэътимоди муваффақият ҳам, барои бехтар гардонидани сатҳи зиндагӣ ва таъмини некуаҳволии худ таваккал мекунад.

Унсурҳои устувории ҳаётӣ асосан дар давраи кӯдакӣ ва қисман дар давраи наврасӣ инкишоф меёбанд, ҳарчанд онҳоро дар марҳилаҳои минбаъдаи ҳаёт низ инкишоф додан имконпазир аст. Инкишофи онҳо ба муносибати байни волидон ва кӯдак вобастагии қавӣ дорад. Махсусан, пазириш ва дастгирӣ, муҳаббат ва маъқул дониш аз тарафи волидон барои рушди

унсури ҷалбшавӣ муҳим аст. Барои рушди унсури назорат, дастгирии ташаббуси кӯдак, хоҳиши ӯ барои мубориза бо мушкilotи барояш душвор муҳим мебошад. Барои рушди таваккал таассуроти бой, тағйирпазирӣ ва гуногунрангии муҳити зист аҳаммияти муҳим дорад.

Мадди аҳаммияти ҳар се унсурро барои нигоҳ доштани саломатӣ ва сатҳи оптималии коршоямӣ ва фаъолӣ дар шароити стресс таъкид мекунад. Инчунин, метавон доир ба хусусияти инфиродӣ доштани ин се унсур дар таркиби устувории ҳаётӣ ва ҳам дар бораи зарурати мувофиқати онҳо бо ҳамдигар ва бо ченаки умумии устувории ҳаётӣ сухан гуфт.

Ҷадвали 1.2. Дуршавии миёна ва стандартии нишондиҳандаи умумӣ

Меъёрҳо	Устувории ҳаётӣ	Ҷалбшавӣ	Назорат	Пазириши хатар
Миёна	80,72	37,64	29,17	13,91
дуршавии стандартӣ	18,53	8,08	8,43	4,39

Замимаи 3.

Шкалаи худводоркунии шахс (Б. Шелдон; мутобиқнамоӣ ва модификатсияи Е.Н. Осина)

Дастур: Хоҳишмандам ҳар як ҷуфти муҳокимаҳоро бодикқат хонед ва фикр кунед, кадоме аз ин муҳокимаҳо бештар ба ҳаёти ҳозираи Шумо мувофиқ аст. Дараҷаи мавҷудияти ҳолати дар ин ё он муҳокима овардашударо бо истифодаи баҳодиҳии 5-хола ифода кунед.

А	1	2	3	4	5	Б
	Танҳо А дуруст аст.	Шояд А дурусттар аст.	Ҳар ду муҳокима қисман дурустанд.	Танҳо В дуруст аст.	Шояд В дурусттар аст.	

1.	Одатан ман чизи меҳостаамро озодона иҷро мекунам.	1 2 3 4 5	Ман аксар вақт қорхоро иҷро мекунам, ки худам интиҳоб накардам.
2.	Аксар вақт ҳис мекунам, ки кори иҷромекардам пурра ба ман мувофиқат намекунад.	1 2 3 4 5	Аксар вақт ҳис мекунам, ки кори иҷромекардам пурра ба ман мувофиқат мекунад.
3.	Ман доимо худам қарор қабул мекунам, ки бояд ҷӣ қорро иҷро кунам ва чизи шахсии худам будани ин қарорро ҳис мекунам.	1 2 3 4 5	Ман аксар вақт қорхоро иҷро мекунам, ки бояд иҷро кунам, аммо интиҳоби худам набудани онро ҳис мекунам.

4.	Ман ҳис мекунам, ки танҳо аҳён-аҳён худамро ба таври воқеӣ нишон медиҳам.	1 2 3 4 5	Ман ҳис мекунам, ки дар корҳои иҷронамудаам воқеан худро нишон медиҳам.
5.	Ақсар вақт корҳоро иҷро мекунам, ки бароям шавқоваранд.	1 2 3 4 5	Ақсар вақт корҳоро иҷро мекунам, ки бояд иҷро кунам.
6.	Ман ҳис мекунам, ки корҳои дар ҳаёт иҷромекардаам бароям воқеан арзишноканд.	1 2 3 4 5	Ман ақсар вақт ҳис мекунам, ки корҳои дар ҳаёт иҷромекардаам бароям ягон арзише надоранд.
7.	Тарзи либоспӯшию рафторам бо эҳсоси ҳолати ботиниям мувофиқат намекунанд.	1 2 3 4 5	Одатан, тарзи либоспӯшию рафторам бо эҳсоси ҳолати ботиниям пурра мувофиқат мекунанд.
8.	Бештар ман корҳоро иҷро мекунам, ки худам меҳонам.	1 2 3 4 5	Бештар корҳоро иҷро мекунам, ки дигарон аз ман меҳонанд.
9.	Дар ҳаёти ман одамоне вучуд надоранд, ки ҳангоми муошират бо онҳо ман худамро ба таври табиӣ нишон диҳам.	1 2 3 4 5	Дар ҳаёти ман одамоне вучуд доранд, ки ҳангоми муошират бо онҳо ман худамро ба таври табиӣ нишон медиҳам.
10.	Ман ҳис мекунам, ки ақсар вақт бо одамони писандида (меҳоста)-и худам муошират намекунам.	1 2 3 4 5	Ман ҳис мекунам, ки ақсар вақт бо одамони воқеан писандида (меҳоста)-и худам муошират мекунам.
11.	Ақсар вақт ман аз рӯйи қарорҳои баровардаи худам амал мекунам.	1 2 3 4 5	Ақсар вақт ман аз рӯйи талаботи пешниҳодшуда амал мекунам.

12.	Аксар вақт ҳис мекунам, ки гӯё ҳаёти шахси дигар (бегона)-ро аз сар гузаронида истодаам.	1 2 3 4 5	Чун қоида ҳис мекунам, ки ҳаёти азсармегузаронидаам воқеан ҳам аз худам аст.
-----	---	-----------	--

Калид: барои ҳар як шаклаи ҷамъии ҳолҳо ҳисоб карда мешавад.

Шкалаҳо	Бандҳо
Аслият	7,9,10,12
Худифоданамой	2,4,6 (банди баръакс)
Интиҳоби даркшуда	1,3,5,8,11 (ҳамаи бандҳо баръаксанд)

Методикаи Т. Эллерс "Муайян кардани мароми ноил шудан ба комёбӣ"

Дастур: Дар зер 41 савол оварда шудааст; бо ишораҳои "ҳа" ё "не" ҷавоб диҳед.

1. Агар ғавран иҷро кардани аз ду як кор ё интиҳоб кардан дар байни онҳо зарур ояд бехтар аст, бехтар аст, ки дарҳол ба кор шуруъ кард ва корро иҷро кард.

2. Агар ҳис кунам, ки вазифаро 100% хуб иҷро карда наметавонам, хеле ҳавотир мешавам.

3. Ҳангоми кор, ман чунон ба кор дода мешавам, ки гӯё ҳама чиз ба он вобаста аст.

4. Дар вазъиятҳои душвор ман барои қабули қарорҳо саросема намешавам.

5. Агар ду рӯз бекор монам, оромиамро аз даст медиҳам.

6. Баъзан муваффақиятҳои ман аз миёна пасттаранд.

7. Ман нисбат ба дигарон дида, нисбат ба худам серталабтарам.

8. Ман нисбат ба дигарон шахси саховатмандтар ва меҳрубонтар ҳастам.

9. Вақти аз иҷрои вазифаи душвор саркашӣ кардан, одатан худро маломат мекунам, зеро медонам, ки онро иҷро карда метавонистам.

10. Ҳангоми кор, ман аксар вақт заруратро ба танаффус ҳис мекунам.

11. Устуворӣ ва истодагарӣ - хислатҳои асосии ман нестанд.

12. Дастовардҳои ман дар кор на ҳамеша яксонанд.

13. Ба ман бештар дигар намуди корҳо писанданд, нисбат ба коре ки мустақиман анҷом медиҳам.

14. Аз ситоиш дида, танқид маро бештар ба кор водор мекунад.

15. Барояи писанд аст, вақте ки ҳамкорон маро меҳнатдӯст меҳисобанд.

16. Мушкилот дар кор қарорҳои маро қатъитар мекунанд.

17. Шахсияти ман дорои осебпазирии баланд аст.

18. Дигарон пай мебаранд, ки ман бе илҳом ва ташаббус кор мекунам.
19. Ҳангоми кор ба кӯмакӣ дигарон така намекунам.
20. Баъзан ман кореро, ки ҳоло метавонистам анҷом диҳам, ба таъхир меандозам.
21. Одам бояд танҳо ба ҳудаш бовар кунад.
22. Дар зиндагӣ қариб ҳеҷ чиз аз пул муҳимтар нест.
23. Вақте ки ман бояд вазифаи муҳимеро анҷом диҳам, пурра ба он таваҷҷуҳ мекунам ва ҳама чизро аз мади назар дур мекунам.
24. Ман нисбат ба аксари одамон худписандии камтар дорам .
25. Одатан дар охири рухсатии меҳнатӣ, ман аз фикри ба зудӣ баргаштан ба кор лаззат мебарам.
26. Агар кор ба ман писанд бошанд, онро нисбат ба дигарон беҳтар иҷро мекунам.
27. Ман бо одамоне, ки фавран ба кор шуруъ мекунанд, беҳтар муносибат мекунам.
28. Ҳангоми бекор мондан, худро нотаъвоҷ ҳис мекунам.
- 29 Нисбат ба дигарон аксар вақт вазифаҳои масъулиятноктарро ман иҷро мекунам.
30. Агар ба ман барои қароре масъулият дода шавад, ман кӯшиш мекунам, ки онро беҳтар иҷро кунам.
31. Дӯстонам баъзан манро танбал меҳисобанд.
32. Муваффақияти ман то андозае, аз ҳамкоронам вобаста аст.
33. Такрори андешаи сардор ягон маъно надорад.
34. Баъзан ман намедонам, ки чӣ тавр кори худро иҷро кунам.
35. Вақте ки кор хуб пеш намеравад, ман ноором ва асабонӣ мешавам.
36. Ман одатан ба дастовардҳои худам кам аҳаммият медиҳам.
37. Ҳангоми кори якҷоя, дастовардҳои ман нисбат ба дигарон намоёнтар ва назаррастанд.
38. Ман бисёре аз вазифаҳоро, ки ба дӯш мегирам, то охир иҷро намекунам.

39. Ман ба одамоне, ки кори камтар доранд, ҳасад мебарам.

40. Ман ба одамони қудратталабу мансабчӯ ҳасад намекунам.

41. Агар ман ба дурустии роҳи худ боварӣ дошта бошам, новобаста аз он ки чӣ мешавад, онро амалӣ мекунам.

Саволномаи "Типи рефлексияи тафриқашуда" (Д. А. Леонтев, Е. М. Лаптева, Е. Н. Осин, А. Ж. Салихова).

Пурсишнома аз 30 изҳорот иборат аст, ки аз рӯйи шкалаи 4-хола баҳогузорӣ мешаванд. Изҳорот ба се шкала гурӯҳбандӣ шудаанд, ки нуқтаҳои муштарак надоранд:

1. **Рефлексияи системавӣ** - қобилияти аз худ дур шуда, ба амалу рафтори худ аз канор нигаристан ва ҳамзамон худро ҳам ҳамчун субъекти амалкунанда ва ҳам ҳамчун объекти мушоҳида дарёфтан.

2. **Интроексия** – ба худмушоҳида, амиқтар ворид шудан ба худ, муттмарказшавӣ ба ҳолатҳо ва таасуротҳои худ алоқаманд аст.

3. **Квазирефлексия** – ба объекте нигаронида шудааст, ки ба вазъияти кунунии ҳаётӣ алоқаманд нест ва бо ҷудодӣ аз воқеияти мавҷуда алоқаманд аст.

Дастур: Лутфан изҳороти пешниҳодшударо бо интиҳоби ҷавобе, ки андешаи шуморо беҳтар инъикос мекунад, баҳогузорӣ кунед.

	Не	Эҳтимол не	Эҳтимол ҳа	Бале
1. Ман одатан дар бораи сабабҳои ҳодисаҳое, ки бо ман рӯй медиҳанд, фикр мекунам.				
2. Баъзан таваҷҷуҳ ба эмотсияҳоям маро аз кор дур мекунад.				
3. Бароям орзӯ кардан дар бораи чизҳое, ки дар ҳаётам нестанд, хеле писанд аст.				
4. Амалҳоям таҳлил намуда, дар бораи худам чизи наvero ошкор мекунам.				
5. Ман ба нигаронии тулонӣ аз ҳодисаҳои рӯйдода майл дорам				

6. Ман метавонам ба орзӯҳо ғарқ шавам ва ҳама чизро фаромӯш кунам.				
7. Омӯзиши дигарон ба ман кӯмак мекунад, ки худро беҳтар дарк кунам.				
8. Агар ягон хато шавад, фаромӯш кардани он барои ман душвор аст.				
9. Ман ҳаёл карданро дӯст медорам.				
10. Баъзан барои беҳтар фаҳмидани вазъият таваққуф кардан ва фикр кардан муфид аст.				
11. Бароям аз фикрронӣ ба кори амалӣ гузаштан душвор аст.				
12. Бароям тасаввур кардани худ дар вазъиятҳои гуногун хеле ҷолиб аст.				
13. Ҳангоми низоъ, кӯшиши нигаристан ба вазъият аз нигоҳи рақиб муфид аст.				
14. Пеш аз оғози коре, ман муддати тӯлонӣ аз натиҷаи эҳтимоли ҳавотир мешавам.				
15. Бароям тасаввур кардани вохӯриҳои тасодуфиро писанд аст.				
16. Худшиносӣ барои беҳтар дар кардани дигарон кумак мекунад.				
17. Агар ман пай барам, ки аз чизе нигарон ҳастам, нигарониам боз ҳам бештар мешавад.				
18. Ягон корро иҷро карда истода, ман аксар вақт худро дар ҷои дигар тасаввур мекунам.				

19. Барои фаҳмидани вазъият, бояд ҳиссиёти худро бо омилҳои бавучудоварандаи онҳо муқоиса кард.				
20. Ман аксар вақт наметавонам аз фикр дар бораи мушкилоти кунунии худ даст кашам.				
21. Барои тасаввур кардани сафар ба ҷойҳое, ки ба он ҷо ҳеҷ гоҳ нарафта будам, хеле писанд аст				
22. Бо таҳлили амалҳо ё кори ҳоло иҷрокардаам, дар бораи худам бисёр чизҳоро меомӯзам.				
23. Баъзан ман дар бораи хатогиҳоям чунон фикр мекунам, ки барои ислоҳи онҳо коре карда наметавонам.				
24. Ман аксар вақт фикр мекунам, ки зиндагиям метавонист дигар хел бошад				
25. Мувофиқ наомадани андешаи дигарон бо андешаи ман бароям ба манбаи арзишманди иттилоот табдил меёбад.				
26. Ман пайваста дар бораи камбудии худ фикр мекунам.				
27. Ман ба осонӣ ба андешаҳои дигарон дода мешавам.				
28. Ман ба муносибати худ нисбат ба одамон ва рӯйдодҳо диққат медиҳам.				
29. Вақте ки дар ҳаётам чизи ғайриоддӣ рӯй медиҳад, ман онро ҳамчун баҳона барои андеша дарк мекунам.				

30. Дар бисёр ҳолатҳо хуб аст, ки аввал хоҳишу ҳиссиёти худро дуруст фаҳмӣ				
--	--	--	--	--

Калиди саволнома: арзиши шкала ба ҷамъи ҳолҳои дар ин шкала дохилшуда баробар аст.

Шкала	Бандҳо	М (Миёна)	σ (Дуршавии стандартӣ)
Инъикоси системавӣ	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 29, 30	39,58	5,15
Худшиносӣ	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26	25,11	5,68
Қвази-инъикос	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27	27,39	5,69

Тести "Дарачаи саъю кӯшиш" -и Гербачевский

Дастур: Саволҳои пурсишномаро, ки ба анҷом додани марҳилаи ҷорӣ вазифа алоқаманданд, бодикқат хонед ва ҷавобҳо диҳед. Агар марҳилаи аввали вазифа иҷро шуда бошад, аммо вазифаҳо ҳамоно идома доранд, ҳангоми ҷавоб додан инро ба назар гиред. Ба ҳар як савол пайдарпай ва бонизом ҷавоб диҳед.

Розигӣ ё норозигии худро ба изҳорот бо истифода аз шкалаҳои зерин баҳогузорӣ кунед:

+3 – комилан розям

+2 – розия

+1 – қисман розиям

0 – на розму ва на норозӣ

-1 – қисман норозия

-2 – норозям

-3 – комилан норозия

Шумо метавонед ҳангоми ҷавоб додан дараҷабандии пешниҳодшударо ҳамчун истифода кунед.

№	Изҳороти тест	Шкала
1.	Ман аз раванди тадқиқот дилгир шудам	-3-2-1 0+1+2+3
2.	Ман дар доираи қобилиятҳои худ кор мекунам	-3-2-1 0+1+2+3
3.	Ман меҳоҳам қобилиятҳои худро нишон диҳам	-3-2-1 0+1+2+3
4.	Ман хоҳиши ба даст овардани натиҷаҳои баландро дорам	-3-2-1 0+1+2+3
5.	Бароям ноил шудан ба чизе шавқовар аст	-3-2-1 0+1+2+3

6.	Вазифаҳо аз ҳад зиёд мураккабанд	-3-2-1 0+1+2+3
7.	Амалҳои ман барои касе лозим нестанд	-3-2-1 0+1+2+3
8.	Ман ба он таваҷҷӯҳ дорам, ки натиҷаҳои ман то кадом андоза аз дигарон беҳтар ё бадтаранд	-3-2-1 0+1+2+3
9.	Ман зуд ба кор шурӯъ мекунам	-3-2-1 0+1+2+3
10.	Ман чунин меҳисобам, ки натиҷаҳои ман баланд хоҳанд буд	-3-2-1 0+1+2+3
11.	Ин вазъият маро нороҳат мекунад.	-3-2-1 0+1+2+3
12.	Ман кӯшиш мекунам, ки натиҷаҳоро дар асоси сифати кор баланд бардорам	-3-2-1 0+1+2+3
13.	Ман барои рушд талош мекунам	
14.	Ман меҳнатдӯст ҳастам	-3-2-1 0+1+2+3
15.	Натиҷаҳои хуб тасодуфӣ нестанд	-3-2-1 0+1+2+3
16.	Вазифаҳо он қадар ҷолиб нестанд	-3-2-1 0+1+2+3
17.	Ман дар назди худ вазифа мегузорам	-3-2-1 0+1+2+3
18.	Хулосаҳо дар бораи натиҷаҳо маро асабонӣ мекунанд.	-3-2-1 0+1+2+3
19.	Ман саҳми саъю кӯшишҳоямро эҳсос мекунам	-3-2-1 0+1+2+3
20.	Дастовардҳо ба ман таъсир намерасонанд	-3-2-1 0+1+2+3

21.	Вазъияти кунунӣ барои ман муҳим аст.	-3-2-1 0+1+2+3
22.	Ман меҳоҳам вазифа ва супоришҳои душворро қабул кунам	-3-2-1 0+1+2+3
23.	Ман ба натиҷаҳо бепарвоёна муносибат мекунам	-3-2-1 0+1+2+3
24.	Ҳар қадар бештар кор кунам, ҳамон қадар шавқ пайдо мекунам.	-3-2-1 0+1+2+3
25.	Ман барои иҷрои ин вазифаҳо шитоб намекунам.	-3-2-1 0+1+2+3
26.	Ман чунин меҳисобам, ки натиҷаҳои ман паст хоҳанд буд.	-3-2-1 0+1+2+3
27.	Новобаста аз кӯшишҳои ман, натиҷаҳо бад мешаванд.	-3-2-1 0+1+2+3
28.	Айни замон ба кори дигар машғул шуданро афзалтар мешуморам.	-3-2-1 0+1+2+3
29.	Вазифаҳо беҳад осонанд	-3-2-1 0+1+2+3
30.	Ман қодирам ба натиҷаҳои хуб ноил шавам	-3-2-1 0+1+2+3
31.	Ҳар қадар ҳадаф душвортар бошад, ҳамон қадар хоҳиши расидан ба он бештар мешавад.	-3-2-1 0+1+2+3
32.	Ман метавонам дар роҳи расидан ба ҳадафам душворихоро паси сар кунам.	-3-2-1 0+1+2+3
33.	Барои ман муқоиса кардани натиҷаҳои худ бо натиҷаҳои дигарон шавқовар аст	-3-2-1 0+1+2+3
34.	Барои ман аз боли супоришҳо кор кардан шавқовар аст	-3-2-1 0+1+2+3

35.	Ман нигаронам, ки натиҷаҳо метавонанд паст бошанд.	-3-2-1 0+1+2+3
36.	Ман худро мустақил ҳис мекунам	-3-2-1 0+1+2+3
37.	Ба назарам менамояд, ки вақт ва қувватамро беҳуда сарф мекунам.	-3-2-1 0+1+2+3
38.	Ман бо нисфи иқтидор кор мекунам.	-3-2-1 0+1+2+3
39.	Ман ба донишгари ҳадди имкониятҳои худ шакл дорам	-3-2-1 0+1+2+3
40.	Ман меҳорам, ки натиҷаҳоям беҳтарин бошанд.	-3-2-1 0+1+2+3
41.	Ман кӯшиш мекунам, ки барои расидан ба ҳадаф талош кунам.	-3-2-1 0+1+2+3
42.	Ман ҳис мекунам, ки ҳеҷ коре карда намешавад.	-3-2-1 0+1+2+3
43.	Ман тестро як навъ лотерея мешуморам	-3-2-1 0+1+2+3

Калид

№	Унсурҳои сохтори маромнокӣ	Рақамҳои мувофиқи изҳорот
1	Мароми ботинӣ	15, 23, 33
2	Мароми илованамоӣ/беҳтарсозӣ:	11,17,34
3	Мароми рақобат	8,32 ₀ ,39
4	Душвории вазифа	6,28 ₀
5	Қувваи ирода	2,13,37 ₀
6	Баҳодирӣ ба имкониятҳои худ	18,31,41 ₀
7	Дараҷаи интизории натиҷаҳо	10, 25 ₀

Қоидаҳои баҳогузори чавобҳои иштирокчиён дар самтҳои рост ва баръакс:

Самт	Нуқтаҳои миқёс						
	-3 +3	-2	- 1	0	+1 +2		
Рост	1 7		2 3		4 5 6		
Баръакс	7	6 5		4 3 2		1	

Нишондиҳандаҳои натиҷаҳо:

1–7 — дараҷаи паст;

8–14 — дараҷаи миёна;

15–21 — дараҷаи баланд.

Мазмуни маромҳо:

Унсурҳои сохтори маром	Мазмуни маромҳо
Мароми ботинӣ	Ҷолибияти вазифаҳо, мавҷудияти шавқ ба онҳо
Мароми канорагирӣ	Кӯшиши канорагирӣ аз натиҷаҳои бад ва норозии
Мароми рақобат	Хоҳиши беҳтар будан аз дигарон
Душвории вазифа	Душвории вазифаҳои иҷрошаванда
Қувваи ирода	Зохир кардани қувваи иродавӣ ҳангоми иҷрои вазифаҳо
Баҳодихӣ ба имкониятҳои худ	Баҳодихӣ ба имкониятҳои худ
Дараҷаи интизории натиҷаҳо	Интизории натиҷаҳои фаъолият