

---

# PSIXOLOGİYA

# JURNALI

---

*Elmi-praktik jurnal*

1999-cu ildən nəşr olunur

**2018 №3**

3 ayda bir dəfə nəşr olunur

---

## ÜMUMİ PSIXOLOGİYA

**Əliyev B.H.**

İdrak fəaliyyətinə və təlim motivlərinin təşəkkülünə  
emosiyaların təsirinin bəzi cəhətləri.....3

**Əliyev B.H.**

Təlim fəaliyyətində tələbələrin emosional intellektinin  
inkişaf xüsusiyyətləri.....13

**Əhmədova G.Ş.**

«Mən obrazı» konsepsiyası və qadınlarda bədən  
qavrayışının bəzi xüsusiyyətləri .....22

## SOSIAL PSIXOLOGİYA

**Əliyev B.H., Əliyeva K.R., Mustafayev M.H., Bunyatova A.R.**

Məcburi köçkün yeniyetmələrin sosial-psixoloji  
uyğunlaşmasının qiymətləndirilməsi.....29

**Mustafayev M.H., Hüseynova S.N., Aslanova G.M.**

Şəxsiyyətin sosial adaptasiyasının tədqiqi istiqamətləri .....37

**PEDAQOJİ PSIXOLOGİYA**

***Bəylərova-Ələkbərova B.E.***

Musiqi – öyrənmə prosesini səmərəli edən psixoloji təsir vasitəsi kimi.....48

***Quliyeva R.E.***

Təxəyyülü inkişaf etdirən üsulların səciyyəvi xüsusiyyətləri .....57

---

## İDRAK FƏALİYYƏTİNƏ VƏ TƏLİM MOTİVLƏRİNİN TƏŞƏKKÜLÜNƏ EMOSİYALARIN TƏSİRİNİN BƏZİ CƏHƏTLƏRİ

*Bəxtiyar Əliyev,  
AMEA-nın müxbir üzvü, professor*

### ABSTRAKT:

Məqalədə təhsilalanların idrak fəaliyyətinin emosiyalarla qarşılıqlı münasibəti və bunun təlim fəaliyyətinə təsirinin psixoloji xüsusiyyətləri araşdırılır. Təlim fəaliyyəti prosesində idrak fəallığının artırılmasına təsir edən psixoloji amillər, təhsilverənlə təhsilalanın qarşılıqlı münasibətləri, dərslər münasibət, iddia səviyyəsi, uğur və uğursuzluğun təlim idrak maraqlarının təşəkkülünə təsiri təhlil edilir. Emosiya fəaliyyətdə həm onun gedişatını, həm də nəticəsinin qiymətləndirilməsi funksiyasını yerinə yetirir. Bununla da emosiya ilkin motivləşdirici amil kimi fəaliyyəti təşkil edir, stimullaşdırır və istiqamətləndirir.

*Açar sözlər: idrak fəaliyyəti, emosiya, motiv, təlim motivasiyası, emosional intellekt*

*Ключевые слова: познавательная деятельность, эмоции, мотивы, учебная мотивация, эмоциональный интеллект*

*Key words: cognitive activity, emotion, motive, learning motivation, emotional intelligence*

### GİRİŞ

Müasir dövrdə təhsilin keyfiyyətinin artırılması, təlim fəaliyyətinin təşkili, yaradıcı şəxsiyyətin, tənqidi təfəkkürün formalaşdırılması və digər məsələlər geniş müzakirə edilməkdədir. Müzakirələrin əsas məqsədi bütün şagirdlərin dərin biliyə, bacarıq və vərdislərə yiyələnməsini təmin edəcək təlim fəaliyyətini təşkil et-

məkdir. Təlim necə təşkil edilməlidir ki, hər bir təhsilalan öz potensial imkanları aşkar edə bilsin və aşkar etdiyi imkanlarını uğurla da gerçəkləşdirsin. Şəxsiyyətin özünəgerçəkləşdirməsinin təmin edilməsi müəllimdən və geniş mənada onun həyata keçirdiyi tərbiyədən asılıdır. Ənənəvi təhsil bu məqsədə tam nail olmağa imkan vermir ona görə ki, burada təlimin mərkəzində dayanan əsas fəal

subyekt müəllimdir. Müəllim öz bilik, bacarıq və vərdişlərini sanki lövhəyə köçürürmüş kimi təhsilalanların beyninə köçürməyə və bu işi yaxşı görməyə çalışır. Belə bir təəssürat yaranır ki, uşaq beyninin “ağ lövhə” olması ideyası təlim fəaliyyətinin mahiyyətini təşkil edir. Halbuki təlim fəaliyyəti aparıcı fəaliyyətə çevrilərək təhsilalanın idrak tələbatını və imkanlarını təmin edərək onun özünü-inkişafına yönəlməlidir. Xüsusilə də ibtidai sinif şagirdlərinin ixtiyari hərəkətlərinin hələ kifayət qədər möhkəmlənmədiyini nəzərə alaraq, onları “sözəbaxan”, “sakit oturan”, “müşahidə edən iştirakçıdan” fəal yaradıcıya, yeniliyi özü kəşf edən tədqiqatçıya çevirmək lazımdır. Burada Konfusinin bir kəlamını da xatırlamaq yerinə düşərdi: “Mən eşitdiyimi unuduram. Gördüyümü yadda saxlayıram. Etdiyimi başa düşürəm”. Bu kəlamın hikməti, həm də ondan ibarətdir ki, insan fəal surətdə özünün əldə etdiyini, yaşadığını dərk edərək, sosiallaşır və kamilləşir.

### **İDRAK FƏALİYYƏTİ VƏ TƏLİM MOTİVİ**

Təlim fəaliyyəti təlim prosesi və onun məzmunu ilə bağlı olaraq idrak, dərkətmə motivi yaradır. Təlim öz-özlüyündə gerçəkliyin qanunauyğunluqlarının, əlaqə və asılılıqlarının aş-

kar edilərək dərkinə yönəlmiş fəaliyyətdir. Bu fəaliyyət zamanı subyekt obyektə qarşılıqlı təsirə digər subyekt vasitəsilə daxil olur. Bununla bağlı rus psixoloqu Lev Semyonoviç Vıqotskinin bir fikrini vurğulamaq istərdik. O, hesab edirdi ki, uşağın mədəni inkişafında hər bir ali psixi funksiya iki dəfə səhnədə görünür. Birinci dəfə sosial, yəni insanlar arasında interpsixoloji kateqoriya kimi, sonra isə psixoloji-daxildə intrapsixoloji kateqoriya kimi özünü biruzə verir. İnsanın psixi fəaliyyətinin inkişafı onun cəmiyyətdə toplanmış və konkret mədəniyyətlə şərtlənmiş təcrübəni mənimsəməsi nəticəsində mümkündür. Təcrübənin mənimsənilməsi şəxsiyyətin fəal münasibətini tələb edir və zahirdə mövcud olan fəaliyyət prosesində formalaşaraq daxilə keçməklə idrak fəallığını formalaşdırır. Məsələ burasındadır ki, qavrama prosesi daxilən şərtlənərək mənimsəmə prosesinin məzmun və səviyyəsini müəyyən edir. Bu daxili şərtlənmə fizioloji əsaslara malik olsa da, mahiyyətcə onlardan fərqlidir. Qavrama prosesində qavranılan cisim və hadisə qavrayan tərəfindən mənalandırılaraq yaşanmalıdır. Qavranılan zaman obyekt maraq doğurmursa, emosional rəng kəsb etmirsə, onun dərk edilməsi çətinləşir. Bu prosesdə dərk edənin, öyrənin motivasiyası xüsusi əhəmiyyətə malikdir.

İdrak motivasiyasını səciyyələndirən xüsusiyyət ondan ibarətdir ki, şəxsiyyətin idrak maraqları yeni biliklərin, yeni məlumatın əldə edilməsinə, yeni bir şeyin özü üçün kəşfinə yönəlidir. Burada heç bir məcburiyyət yoxdur və iradi səy qarşıya qoyulmuş məqsədə nail olmaq üçün bütün imkanları səfərbər edir. Subyekt bu fəaliyyətdən zövq alır, mənəvi rahatlıq tapır.

Sosial motivasiya şəxsiyyətin cəmiyyətdə, öz sosial mühitində müəyyən sosial mövqə əldə etməsinə yönəlmişdir. Çünki həm subyektin özünün cəmiyyətdən, ətrafdakı insanlardan müəyyən gözləntiləri var, həm də dərk edir ki, ətrafındakı insanların da ondan müəyyən gözləntiləri var. Bu gözləntiləri doğrultmaq üçün əsas vasitə cəmiyyətdə müəyyən sosial mövqeyə malik olmaqdır. Sosial mövqə özünə-hörmətin, ətrafdakıların insana hörmətinin səviyyə və xarakterini şərtləndirən psixoloji amillərdəndir.

Emosiyalar psixi proses və psixi vəziyyət kimi şəxsiyyətin tələbatları, motivasiya sahəsi ilə əlaqəlidir. Subyekt öz hərəkətlərinə, davranışına xarici və daxili amillərin təsirinə emosiyaların tənzimləyici funksiyası əsasında nəzarət edir. Edvard Stouns yazır ki, “öyrənmə öyrənənin emosional və ya affektiv vəziyyətindən çox asılıdır” (8, s.64). Onun fikrincə, öyrənənin emosional vəziyyəti təlim prosesində ona ya həvəsləndirici, möh-

kəmləndirici, ya da cəzalandırma təsiri göstərir. O, həmçinin qeyd edir ki, təlim və öyrənmənin uğurlu olması ilk növbədə müəllim və şagird arasında qarşılıqlı hörmətdən asılıdır. E.Stouns fikirlərini ümumiləşdirdikdə belə bir nəticəyə gəlmək olar ki, təlim fəaliyyəti və bu fəaliyyətdə təhsilalanın idrak fəallığını şərtləndirən daha iki mühüm amil var. Bunlar aşağıdakılardır:

- təhsilalanın emosional vəziyyəti və onun keçirdiyi hisslər,
- təhsil mühitinin emosional fonu və ya sosial-psixoloji iqlim.

Bu iki amil bir-biri ilə sıxı bağlıdır və təlim motivasiyasının möhkəmləndirilməsində mühüm əhəmiyyətə malikdir.

Təlim prosesindəki müşahidələr və sorğuların nəticələri göstərir ki, tələbənin və ya şagirdin dərəcə münasibəti, konkret fənnə münasibəti və mənimsəmənin səviyyəsi əksər hallarda şagirdin müəllimə olan münasibətindən asılıdır. Belə ki, müəllimə olan müsbət münasibət və hörmət təhsilalanda təlimə həvəs, pozitiv münasibət yaradır və onu möhkəmləndirir. Dərslərə yaxşı hazırlaşmaqla, yeni biliklərə yiyələnməklə təhsilalan müəllimə və onun tədris etdiyi fənnə rəğbətini nümayiş etdirir. Digər tərəfdən isə, müəllimin şəxsiyyətinə bəslənən hörmət, məhəbbət, onun kimi olmaq hissləri təlimdə uğur qazanmağın əsas səbələrindəndir.

Muxtar Həməzəyev yazır: “Əvvəla bunu qeyd etmək lazımdır ki, şagirdləri oxumağa məcbur etmək olar, lakin onları idraki fəallığa, dərk etməyə məcbur etmək olmaz. İdrak fəaliyyəti zamanı şagirdlərin bilikdən aldığı sevinc hissi, özünəinam idrak fəallığının motivinə çevrilir” (2, s.141). Əlbəttə, idrak fəallığının səviyyəsi təhsilalanın təlimə münasibəti, yaşadığı hisslərlə şərtlənir. Ona görə də ilk növbədə təlimə, biliyə müsbət münasibətin yaradılmasının yol və vasitələri düzgün seçilməlidir. Bunu etmədən idrak fəallığının səmərəli təşkili və idarə edilməsi mümkün deyil. Burada idarəetmə dedikdə, təlim fəaliyyəti prosesində müəllimin həyata keçirdiyi idarəetmə və nəzarət funksiyasının təhsilalanın özünüidarə və özünənəzarət mexanizminə keçməsinə nəzərdə tuturuq. İdrak fəaliyyətinin fəallaşdırılması dedikdə, məhz şəxsiyyətin dərk edən subyekt kimi özünü fəallaşdırması başa düşülməlidir.

Təlim fəaliyyətinin uğurlu təşkili bütün amillərin vəhdətinin nəzərə alınmasını tələb edir. Amma əsas amil şəxsiyyətin özünün fəallığıdır. Gerçəkliyin səmərəli dərk, onun qavranılması, münasibətin bildirilməsi üçün şəxsiyyət ilk növbədə idrak obyektinə maraq göstərməlidir.

Qeyd etdiyimiz kimi, idrak maraqlarının təşəkkülü, təlimə müsbət münasibət müəllim-tələbə qarşılıqlı

münasibətlərindən, emosional vəziyyətdən əhəmiyyətli dərəcədə asılıdır. Müəllimin tələbəyə qarşı diqqətçil olması, bərabər hüquqlu şəxsiyyət kimi münasibəti, xoş-əhval ruhiyyəsi, eyni zamanda tələbkarlığı müsbət əhval-ruhiyyə yaradır, stenik hissləri fəallaşdırır, gerçəkliyin dərkinə, biliyə ehtiyacı artır və təlimə müsbət münasibət yaradır. Təsadüfi deyil ki, humanist pedaqoqikanın nümayəndəsi Şalva Amonaşvili hesab edir ki, idrak fəallığı intellektual-emosional və əxlaqi-iradi komponentlərin qarşılıqlı əlaqəsi çərçivəsində formalaşa bilər (4, s.17-22).

Emosiyanın insan həyatında mühüm əhəmiyyət kəsb etdiyini, ətraf aləmin dərk edilməsinin əsas mexanizmlərindən olduğunu bəzi eksperimentlərin nəticələri də təsdiq edir (3, s.128). Həmin eksperimentlərdə 4 gündən 5 aya qədər olan uşaqlara insanın sifətinin təsviri olan iki şəkil göstərilir və onlardan hansının üzərində uşağın öz baxışını daha çox saxlamasının müddəti ölçülür. Eksperimentdə üç sifət forması istifadə edilmişdi: 1) “real” təsvirin (insan sifətinin əsas elementlərinin təsviri: gözlər, qaşlar, burun və ağız), 2) təhrif edilmiş təsvir (üzdəki əsas elementlərin təbii yerləşməsi dəyişdirilmiş), 3) heç bir əlamət olmayan sifət (gözlər, qaşlar, burun və ağız yoxdur). Eksperimentin nəticələri göstərdi ki, uşaqlar öz qavrayışlarını daha çox “real” təsvir üzərində

saxlayırlar. Buradan da belə nəticəyə gəlinmişdi ki, körpələrdə forma qavrayışı qismən anadangəlmə xarakter daşıyır. Çünki 4 gün kifayət deyil ki, körpədə perseptiv təcrübə əmələ gəlsin. Digər eksperimentlərin də nəticələri göstərdi ki, hətta 1 saat əvvəl doğulmuş körpələr “real” təsvir üzərində baxışlarını daha uzun müddətə saxlayırlar, nəinki digər təsvirlərin. Bütün bu tədqiqatların nəticələri belə şərh edilirdi ki, insanın görmə qavrayışının bəzi cəhətləri anadangəlmədir və bioloji meyillidir. Amma bu fikirlər yalnız analizatorların fəaliyyəti baxımından qismən görmə qavrayışının əsasını təşkil edən fizioloji proseslərə şamil edilə bilər. Ona görə ki, insan bioloji varlıq kimi fərd olsa da, heyvan fərdindən tamamilə fərqlidir. İnsan bioloji deyil, biososial varlıqdır və o, tək-cə bioloji təkamülün yox, həm də mədəni-tarixi təkamülün məhsuludur. Bu baxımdan da bioloji instinktiv davranışla yanaşı, yeni anadan olmuş körpə həm də artıq sosial çalarlı davranış nümayiş etdirir. Bizim bu fikrimiz həm də ona əsaslanır ki, fərdin istənilən fəallığı onun emosiyaları ilə müşayiət olunur və tələbatın ödənilməsinə yönəlmiş davranış və psixi fəaliyyətin tənzimləmə mexanizmi kimi çıxış edir. Tələbatların ödənilməsi zamanı signal funksiyasını yerinə yetirən emosiyalar ya müsbət münasibəti inikas etdirərək ona olan

təsiri möhkəmləndirməklə fərdə təcrübə qazandırır və yaxud da ona təsir edən cisim və hadisələrə mənfi münasibət yaradaraq həmin təsirlərdən qaçmağa kömək edir. Beləliklə də emosiya fərdin ətrafa ələmlə qarşılıqlı təsir prosesində müsbət və mənfi möhkəmləndirmə funksiyasını yerinə yetirərək onun özünü və ətraf ələmi dərk etməsinə və səmərəli, uğurlu uyğunlaşmasına imkan verir. Emosiya həm fəaliyyətin gedişatını, həm də nəticəsinin qiymətləndirilməsi funksiyasını yerinə yetirəcə fəaliyyəti təşkil edir, stimullaşdırır və istiqamətləndirir.

Deyilənlərin əsasında belə bir fərziyyə irəli sürmək olar ki, yeni doğulmuş körpələr onlara təqdim edilən insan sifətini forma kimi qavramır, əslində üzdəki ifadə vasitəsilə ətraf ələmlə bilavasitə qarşılıqlı əlaqəyə girərək yeni mühiti dərk edir, ona uyğunlaşır və orqanizmlə mühit arasındakı müvazinəti tənzimləyir.

Atkinson və Mak-Klellandın frustasiya və təxəyyül arasındakı asılılığın tədqiqinə yönəlmiş eksperimentlərinin nəticələri də böyük maraq doğurur (3,13). Onlar eksperiment iştirakçılarını ac qalmağa məcbur edirlər. Sonra onlara müxtəlif yeməklər təsvir edilmiş şəkillər təqdim edərək bu şəkillərin onların fantaziyalarına necə təsir etdiyini araşdırırlar. İlk günlər onlar şəkllə baxaraq orada təsvir edilmiş müxtəlif yeməklər haqqında söhbət

edir və bu zaman zəngin təxəyyül nümayiş etdirirlər. Lakin sonrakı günlər yemək təsvir edilmiş şəkilləri gördükdə onlar nəinki yemək haqqında danışmır və xəyallarında yeməkləri canlandırır, əksinə, güclü aqressivlik nümayiş etdirirlər. Bütün bunlar belə bir faktı təsdiq edir ki, orta dərəcəli frustrasiya fantaziyanı fəallaşdırdığı halda, güclü frustrasiya təxəyyül prosesini ləngidir və bunu aqressivliklə əvəzləyir. Bu eksperimentdə də emosiya ilə idrak prosesi arasında əlaqənin və bütövlükdə idrak proseslərinin fəallaşdırılmasında emosiyanın müstəsna əhəmiyyətə malik olduğu müəyyənləşdirilmişdir.

Tamara Dembo tərəfindən frustrasiya və ona olan reaksiyanın motivasiyaya təsiri araşdırılmışdır. Eksperimentin iştirakçısı asandan çətinə doğru tərtib edilmiş tapşırıqları həll etməlidir. Məlumdur ki, çətin tapşırıq həyəcan və narahatlığı artırır. Tapşırığın yerinə yetirildiyi şərait daxilində onun həllinə yönəlmiş cəhdlər uğursuzluqla nəticələndikdə subyektin narahatlığı artmağa başlayır və bəzi hallarda aqressiv davranışla nəticələnir. Sonralar belə vəziyyət subyektə qorxu hissi yaradır və o, çətin məsələlərin həllindən “yayınmağa” çalışır. Belə vəziyyətdə subyektədən mürəkkəb məsələnin həllinin tələb edilməsi onda qəzəb, nevroitik hallar yarada bilər. Çünki müvəffəqiyyətsizlik özünüqiymətləndirmənin aşağı düşməsinə, insanın öz imkan-

larını qeyri-adekvat qiymətləndirməsinə, özünə inamsızlığa və özünəhürmətin zəifləməsinə gətirib çıxarır.

Təlim fəaliyyəti prosesində təhsilalan ardıcıl surətdə sadədən mürəkkəbə doğru tapşırıqları yerinə yetirməklə nəzəri biliklərə yiyələnir və bununla da özünün psixi inkişafının fəal təşkilatçısına çevrilir. Müəllim bu prosesdə yalnız köməkçidir. Daxili motivasiya, daxili təkanverici güc isə subyektin özüdür və inkişafın hərəkətverici qüvvəsi şəxsiyyətdən kənar da mövcud deyil. Təlim prosesində emosiya fəaliyyətin tənzimləyici və motivasiyaedici mexanizmi kimi çıxış edir. Subyektin emosional vəziyyəti, hadisələrin və obyektlərin emosional-şəxsi mənalandırılması motivasiyanı müəyyənləşdirən qüvvədir.

Təlim prosesində yaranan ən böyük problemlərdən biri də ondan ibarətdir ki, fərdi-psixoloji xüsusiyyətləri və idrak imkanları nəzərə alınmadan təhsilalan mütəmadi olaraq çətin didaktik materiallarla yükləndirilir, məsələn həll etmədiyi, mənimsəməni başa çatdırma bilmədiyi halda, yeni və daha çətin tapşırıqlar alır. Verilmiş tapşırıqları həll edə bilmədiyi və yeni çətinliklərlə üzləşdiyi üçün təhsilalan frustrasiya vəziyyətinə düşür. Frustrasiya koqnitiv fəaliyyətin ləngiməsinə və təlimə mənfi münasibətin möhkəmləndirilməsinə səbəb olur. Akademik göstəricələrin pisləşməsi eyni



zamanda şəxsiyyətin özünüaktuallaşdırmasına və özünügerçəkləşdirməsinə də ciddi xələl gətirir. Bir çox hallarda isə belə bir vəziyyət “uğursuz şəxsiyyətin” formalaşmasına səbəb olur.

Mühüm bir cəhəti də diqqətdə saxlamaq lazımdır. Məsələ həlli zamanı mənfi emosiyalar ən xırda incəliklərə də diqqəti yönləndirdiyi halda, müsbət emosiyalar xırda cəhətlərə deyil, ümumi cəhətlərə diqqəti cəlb edir. Müsbət emosiyaların əsas funksiyası şəxsiyyətin koqnitiv imkanlarının möhkəmləndirilməsi və kreativliyin artırılmasından ibarətdir. Amma yadda saxlamaq lazımdır ki, müsbət, pozitiv emosiya və ya emosional vəziyyət, yuxarıda qeyd etdiyimiz kimi, müəyyən həddə öz müsbət nəticəsini verir. Bəzi hallarda isə onun intensivliyinin, gücünün artması əks təsirlərə səbəb ola bilər. Məsələn, sabahkı dərstdə yüksək qiymət almaq istəyi müəyyən dərəcədə narahatlıq yaradaraq tələbənin idrak fəaliyyətini səfərbər edir və o, ciddi-cəhdlə hazırlaşır. Lakin bu həyəcan, narahatlıq artarsa, fərdi dözümlülük həddini keçərsə, onda idrak fəaliyyətinin səmərəli təşkili pozulacaq və nəhayət, hazırlaşmaqdan imtina ediləcəkdir. Başqa sözlə desək, qarşılaşdığımız çətinlik bizi öz arzumuzu, tələbatımızı gerçəkləşdirməkdən imtinaya sövq edir. Deməli, məcburi qaydada tələbatın ödənilməsindən imtina frustrasiyadır. Lakin heç də həmişə tələbatın

ödənilməməsi frustrasiya yaratmır. Həmçinin frustrasiyaya dözümlüyün aşağı və yuxarı hədləri də var ki, bunlar da dəyişə bilər. Təlim fəaliyyətində fərdi yanaşma bu fərdi xüsusiyyəti nəzərə almağı zəruri edir.

Emosiyalar özümüzə və ətraf aləmdə baş verənlərə subyektiv bir rəng verir ki, bu da fərqli insanlar tərəfindən eyni hadisəyə tamamilə fərqli reaksiyaların göstərilməsi deməkdir. Məsələn, sevdikləri komanda uduzanda azarkeşlərdə xəyal qırıqlığı müşahidə edildiyi halda, rəqib komandanın pərəstişkarlarının sevinc hissi yaşadıklarının şahidi oluruq. Bəzi hallarda yaşanan emosiyalar davranışın idarə edilməsini çətinləşdirir və hətta aqressiv davranışa da səbəb olur. Müəyyən bir sənət əsəri də müxtəlif insanlarda fərqli emosiyalar yaradır.

Hisslər keçmiş və ya mövcud hadisələrlə yanaşı gələcəkdə baş verəcəyi ehtimal olunan hadisələrin də proqnozlaşdırılmasına (vaxtı olmadığına və ya hər hansısa səbəbdən dərslə hazırlaşmamış tələbənin imtahanda gözlədiyi nəticə), qiymətləndirilməsinə kömək edir.

## **İDRAK PROSESLƏRİNƏ HİSSLƏRİN TƏSİRİ**

Hisslərin təsiri ilə bütün idrak proseslərinin gedişi dəyişə bilər. Orta və yüksək intensivlik dərəcəsi hissələrin idrak proseslərində fərqli dəyişikliklərə səbəb olur.

Məlumdur ki, idrak intuisiya və hiss ilə birlikdə daha yaxşı fəaliyyət göstərir. Qərar qəbulu proseslərinin yalnız bir hissəsi şüurludur. Bir şəxs müəyyən bir məsələni həll edərkən əhval-ruhiyyədən asılı olaraq müxtəlif nəticələrə gələ bilər. Emosiya və hisslər idrak proseslərinin tənzimlənməsində ən mühüm amildir: qərar qəbulu prosesləri də daxil olmaqla, zehni proseslərin baş verdiyi müəyyən bir məkandır.

Bəzən güclü mənfi emosional vəziyyətdə olan adam qısa zaman ərzində çevik qərar vermək məcburiyyətində qalanda və buna hazır olmadıqda, stereotipik reaksiyalardan istifadə etməyə məcburdur. Amma onu da qeyd etməliyik ki, yaxşı əhval-ruhiyyə və müsbət emosiyalar düşüncə və orijinal ideyaların inkişafının rahatlığına kömək edir. Müsbət emosiyaların əsas funksiyası fərdin bilik mənbələrini genişləndirərək gücləndirmək və yaradıcılığı inkişaf etdirməkdir.

Problemin həllinə yanaşma əsasən şəxsdə mövcud olan əhval-ruhiyyə ilə müəyyən edilir. Beləliklə, optimistlər (pessimistlərdən fərqli olaraq) bir problemə yönəldilmiş strategiyalardan istifadə etməyə daha çox meyilli olurlar. Problemi pozitiv şəkildə həll edən, çözmə bilmədikləri zaman isə yaranmış vəziyyəti qəbul etmək qabiliyyəti nümayiş etdirirlər. Onlar nadir hallarda “imtina” və “qaçma” müdafiə

mexanizmlərinə müraciət edir və xoşagəlməz vəziyyətlərdə də müsbət bir cəhəti görməyə, müsbət bir şey tapmağa çalışırlar.

K.İzard yazır: “Emosiya – qavrayış, təfəkkürü və hərəkətləri motivləşdirən, təşkil edən və yönləndirən hiss kimi yaşanan bir şeydir” (7, s.27). Bu tərifdən görünür ki, emosiya idrak proseslərini motivləşdirən psixoloji mexanizm kimi səciyyələndirilir.

Emosiyanın motivləşdirici rolu haqqında fikri ilk dəfə R.Liper emosiyaların motivasiya nəzəriyyəsində irəli sürmüşdür. Onun fikrincə, emosional proseslər fəallığı oyatmağa, təşkil və idarə etməyə imkan verdiyi üçün ilkin motivləşdirici amildir (11).

Oleq Tixomirov təfəkkür psixologiyasını araşdıraraq belə nəticəyə gəlir ki, idrak prosesi emosional aktivasiyasız mümkün deyil (9). Həmin tədqiqatlarda affektiv və koqnitiv proseslərin qarşılıqlı təsiri ilə əlaqəli olan iki fenomen müəyyən edilmişdir: 1) “həllin emosional tapılması”, 2) “problemin emosional tapılması”. Yaradıcı fəaliyyətin strukturunda emosiya tənzimləyici və evristik funksiyaları yerinə yetirir.

## NƏTİCƏ

İdrak fəaliyyətinin səmərəli təşkili və idarə edilməsi ilk növbədə şəxsiyyətin özünün və başqalarının emosiya-

larını düzgün anlamasından və qiymətləndirməsindən asılıdır. Şəxsiyyətin emosional intellektinin inkişafı onun uğurlu fəaliyyətinə, fəaliyyətinin bütövlükdə səmərəli təşkilinə və idarə edilməsinə əlverişli şərait yaradır. Ona görə də emosional intellekt və onun təlim fəaliyyətinə təsirinin psixoloji xüsusiyyətlərinin eksperimental tədqiqi bir çox məsələlərin həlli baxımından əhəmiyyətlidir.

### **Ədəbiyyat:**

1. Vayramov Ə.S. Kiçik yaşlı məktəblilərdə əqli keyfiyyətlərin inkişafı. Bakı, 1969.

2. Nəməzəyev M.Ə. Pedaqoji psixologiya. Bakı, 1991. -296 səh.

3. Айзенк М. Психология. СПб.: Питер, 2004. -384 с.

4. Амонашвили Ш.А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса / Ш.А. Амонашвили. – Минск, 1990. – 177 с.

5. Маркова А.К., Матис Т.А., Орлов А.Б. Формирование мотивации учения. М.,1990. – 192 с.

6. Мейли Р. Различные аспекты Я // Экспериментальная психология. – М., 1975. – С. 132–141.

7. Изард К. Психология эмоций. СПб.: Питер, 2008. – 464 с.

8. Стоунс Э. Психопедагогика. Психологическая теория и практика обучения. М., 1984.- 472 с.

9. Тихомиров О.К. Психология мышления. М., 1984. -272 с.

10. Current directions in emotional Intelligence research / P. Salovey [et al.]. In M.Lewis & J.M. Haviland (Eds.). Handbook of emotions (2nd ed.). – N.Y.: Guilford, 2000. – P. 504-520.

11. Leeper, R.V. A motivational theory of emotion to replace «emotion as disorganised response» / R.V. Leeper // Psychol. Rev. – 1948. – V. 55. № 5.

12. Jean-Marc CHOUVEL Structural analysis and Cognitive activity: TOWARDS REAL-TIME METHODS IN MUSICAL ANALYSIS // <http://jeanmarc.chouvel.3.free.fr/textes/English/Structureandcognition1.5.pdf>

13. <https://principlesoflearning.wordpress.com/dissertation/chapter-3-literature-review-2/the-human-perspective/achievement-motivation-atkinson-mcclelland-1953/>

## **НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ВЛИЯНИЯ ЭМОЦИЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ УЧЕНИЯ И ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Алиев Б. Г.*

### **Абстракт**

В статье рассматриваются некоторые аспекты психологии формирования учебной мотивации и активизации познавательной деятельности в процессе обучения. На основе анализа литературы отмечается, что одним из важных аспектов формирования учебной мотивации является вопрос о взаимосвязи учебной мотивации и эмоций обучаемого. Раскрывается психологический механизм влияния эмоций на реализацию имеющихся у обучаемых мотивов и поставленных целей. Эмоции активизируют познавательную деятельность, обеспечивают ее организацию и управление, и тем самым выступает как первичная мотивация учения.

## **SOME ASPECTS OF THE INFLUENCE OF EMOTIONS ON THE FORMATION OF LEARNING MOTIVATION AND COGNITIVE ACTIVITIES**

*Aliyev B.H.*

### **Abstract**

The article discusses some aspects of the psychology of the formation of learning motivation and enhancing cognitive activity in the learning process. Based on the analysis of the literature, it is noted that one of the important aspects of the formation of learning motivation is the question of the relationship between learning motivation and the emotions of the learner. The psychological mechanism of the influence of emotions on the realization of the motives and goals set by the students is revealed. Emotions activate cognitive activity, provide its organization and management, and thus act as the primary motivation for learning.

## TƏLİM FƏALİYYƏTİNDƏ TƏLƏBƏLƏRİN EMOSİONAL İNTELLEKTİNİN İNKİŞAF XÜSUSİYYƏTLƏRİ

**Bəxtiyar Əliyev,**

*AMEA-nın müxbir üzvü, professor,  
BDU-nun "Psixologiya" kafedrasının müdiri*

*Açar sözlər: təlim fəaliyyəti, emosional intellekt, idrak fəallığı, özünüqiymətləndirmə, təlim motivasiyası*

*Ключевые слова: учебная деятельность, эмоциональный интеллект, познавательная активность, самооценка, учебная мотивация*

*Key words: learning activities, emotional intelligence, cognitive activity, self-esteem, learning motivation*

### GİRİŞ

Müasir dövrdə insanın bir şəxsiyyət kimi təşəkkülünü təhsil prosesindən kənarında təsəvvür etmək çətindir. Təlim fəaliyyətində insan həm yeni bilik, vərdiş və bacarıqlara yiyələnir, həm də sosial normaları, sosial rolları, dəyərləri, xüsusilə də sosial vərdişləri mənimsəyir. Yüksək əqli intellekt o zaman böyük imkanlar yaradır ki, insan yüksək emosional və sosial intellektə malik olsun. Özünün və başqalarının emosiyalarını düzgün dərk edərək onların fikir və istəkləri ilə əlaqələndirmək, yönləndirmək və idarə etmək bacarığı istənilən fəaliyyətin, xüsusən də "insan-insan" münasibətləri sistemini əhatə edən fəaliyyət növlərinin uğurla icra edilməsində böyük əhəmiyyətə malikdir.

Emosional intellektin insan həyatındakı əhəmiyyətini nəzərdən keçirər-

kən onu da xatırlatmaq yerinə düşərdi ki, uşağın ətraf aləmlə əlaqəsi, ətraf aləmin dərkə ana ilə emosional ünsiyyətdən, münasibətdən başlayır. Emosiya subyektə imkan verir ki, ətraf aləmi daha dolğun qavrasın, ona bələdləşsin və bunun nəticəsində mühitə nəinki səmərəli uyğunlaşa bilsin, həm də onu məqsədəuyğun dəyişdirsin.

### *Emosional intellekt probleminə yanaşmalar*

Emosional intellekt məsələsinə son illər artan maraq onu göstərir ki, həyat fəaliyyətində münasibətlərin və birgə fəaliyyətin səmərəliliyi bir çox hallarda insanların özlərinin və başqalarının hissələrini dərkəndən, eləcə də onun tənzimlənməsindən əhəmiyyətli dərəcədə asılıdır. Psixoloji ədəbiyyatda, ümumi şəkildə, emosional intellekt dedikdə, insanın özünün və başqalarının emosiyalarını dərk və

anlamağa imkan verən mental qabiliyyətləri başa düşürlər.

Ümumiyyətlə, təlim fəaliyyəti ali məktəb tələblərinin əsas fəaliyyəti olduğu üçün onların bütün həyatı bu sahədəki uğurla sıxı əlaqəlidir. Təlimdəki uğur tələbə şəxsiyyətinin inkişafına, onun özünü dərkinə, özünüqiymətləndirmənin adekvatlığına, məqsədyönlü fəaliyyətinə təsir edən əsas amillərdəndir. Hər bir fəaliyyət kimi təlim fəaliyyəti də şəxsiyyətə müəyyən tələblər verir. Yeni biliklərin mənimsənilməsi emosional fonda baş verir və bu prosesdə tələbələr müəyyən emosional hallar yaşayırlar. Xüsusilə də tələbənin biliyini həm dərs, həm də imtahan zamanı qiymətləndirərkən istər-istəməz stress vəziyyəti yaşanır.

Azərbaycanın görkəmli psixoloqlarından Əkbər Bayramov və Əbdül Əlizadə yazırlar ki, “eyni bir obyektiv nəticəni (16 halqadan 10-nu atmaq) bir adam özü üçün müvəffəqiyyət, başqa birisi isə uğursuzluq kimi qiymətləndirə bilər. Bundan başqa, eyni bir nəticənin bir şəraitdə müvəffəqiyyət, başqa bir şəraitdə isə müvəffəqiyyətsizlik kimi qiymətləndirilməsi mümkündür” (1, səh. 231). Burada mühüm, diqqəti çəkən odur ki, nəticənin hissi olaraq yaşanmasının xarakter və səviyyəsi gerçəkliyin dərkinə determinə edən əsas amilə çevrilir. Çünki yaşanan hiss baş vermiş hadisənin nəticəsi deyil. Baş verən

hadisə ona olan münasibətlə qarşılıqlı əlaqədədir. Uilyam Ceyms emosiyalardan bəhs edərkən qeyd edirdi: “Adətən, belə bir fikir qəbul edilmişdir ki, kobud formada emosiya obyektin təsiri altında yaranan psixi təəsürat kimi bizdə emosiya adlanan ruhi vəziyyət yaradır və bu da öz ardınca məlum bədən hərəkətlərini əmələ gətirir. Mənim nəzəriyyəmə görə isə, əksinə, bədən oyanması onu əmələ gətirən faktın qavranılmasından dərhal sonra baş verir və bu oyanmanı baş verdiyi zamanda dərk etməyimiz isə elə emosiyadır” (7, səh. 238). U.Ceymsin yanaşmasını təhlil edərkən iki sual cavablandırılmalıdır. Birinci sual ondan ibarətdir ki, emosiya orqanizmin qıcıqlandırıcıya təsirindən sonra yaranır, yoxsa emosiya nəticəsində orqanizmin cavab reaksiyası olan hərəkətlər təzahür edir? İkinci sualı isə belə ifadə etmək olar ki, insanın fikri ilə onun hissləri arasındakı əlaqə necədir və ilkin olaraq bilik yaranır sonra isə hisslər, yoxsa, əksinə?

Əlbəttə, U.Ceymsin fikrin təhlil edərək demək olar ki, sosial fəaliyyət prosesində fərdin inkişafını şərtləndirən amillər dərk edilmədən inkişafa yönələ bilməz. Bu dərk etmənin özü isə emosiyadan başlayır. Deməli, öyrənmə prosesində fərdin emosiya və hissləri cillalanaraq onun ətraf aləmə bələdləşməsini, dəyişməsini və həmin mühiti dəyişməsini təmin edir. Burada qeyd

etməliyi ki, əgər intellekt insanın müxtəlif məsələləri həll etmək, ətraf mühitə daha əlverişli uyğunlaşmaq və nisbətən davamlı struktura malik əqli qabiliyyətdirsə, onda emosiya da intellektin bir növü kimi nəzərdən keçirilə bilər.

Təbii ki, bu fakt diqqətdən kənarında qala bilməzdi və müxtəlif dövrlərdə ayrı-ayrı tədqiqatçılar bu problemi diqqət mərkəzinə gətirməyə cəhd etmişlər. Amma bu anlayışın müasir anlamda elmə gətirilməsi 1990-cı illərdən başlayır. Belə ki, Peter Salovey emosiya və davranışını, Corc Meyer isə emosiya və düşüncə arasındakı əlaqəni tədqiq edirdi. Onlar özlərinin bu sahədəki təcrübələrindən çıxış edərək yeni bir nəzəriyyə irəli sürdülər: emosional intellekt - gündəlik həyatda emosiyaları effektiv tanıma, anlamaq, istifadə etmək və tənzimləmək bacarığıdır.

1990-cı ildə nəşr olunan bir məqalələrində onlar «emosional intellekt» adlanan bu fenomenin mahiyyətini açmağa çalışdılar. Bu məsələ o qədər cəlbedici idi ki, hətta bir qədər sonra Yel Universitetinin 23-cü prezidenti olan Peter Salovey emosional intellektin inkişaf etdirilməsi ilə məşğul olan maraqlı yeni bir mərkəz yaratdı. Onun rəhbərliyi altında Mərkəz elmi araşdırmalarını genişləndirməklə yanaşı, emosional intellekt bacarıqlarının inkişaf etdirilməsi ilə məşğul olurdu.

Sonralar bu Mərkəzə rəhbərlik edəcək Mark Brekett 2003-cü ildə P.Salovey-in emosional intellekt sahəsində apardığı tədqiqatlarda iştirak edir və bu nəzəriyyəni yeni fikirlərlə zənginləşdirir.

1970-ci illərin əvvəllərində emosional savadlılıq proqramını hazırlamış orta məktəb müəllimi Marvin Maurer də bu komandaya daxil olur və onlar yeni tədqiqatları, proqramları həyata keçirdilər. Onlar “RULER” – tanımaq (recognizing), anlamaq (understanding), işarələmək (labeling), ifadə etmək (expressing), tənzimləmək (regulate) adlanan proqram hazırlayaraq məktəblərdə tətbiq etməyə başladılar. Təcrübə göstərdi ki, emosional intellekt bacarıqlarının inkişafı həm təlimə, həm şəxsiyyətlərarası münasibətlərə, həm də fiziki və psixi sağlamlığa əhəmiyyətli dərəcədə təsir edir, uğuru şərtləndirən əsas mexanizmə çevrilir.

Amerika psixoloqları Piter Salovey və Corc Meyer emosional intellektin ilk modelini işləyib hazırladılar. Bu mürəkkəb konstrukt üç tip qabiliyyətdən ibarət idi:

- emosiyaların tanınması (eyniləşdirilməsi) və ifadəsi,
- emosiyaların tənzimlənməsi,
- emosional məlumatın təfəkkür və fəaliyyətdə istifadəsi.

Bununla da onlar emosional intellektin ilkin modelində üç struktur elementi ayırd edirdilər. Onların bu

modeli tezliklə ciddi surətdə tənqidi məruz qaldı. Çünki təklif edilən model qarşıya çıxan bütün suallara cavab vermirdi. Bunu nəzərə alaraq, onlar özlərinin yeni yanaşmalarını irəli sürdülər və emosional intellekti emosiyalardakı informasiyanın yenidən işlənməsi kimi izah etməyə cəhd etdilər. Con Meyer, Devid Karuzo və Piter Salovey onlara ünvanlanmış tənqidləri təhlil edərək “Emosional intellektin qabiliyyət modeli: prinsiplər və əlavələr” məqaləsində qeyd edirlər ki, ilk dəfə bizlərin ikisi tərəfindən 1990-cı ildə “emosional intellekt” adlanan yeni intellekt təklif edildi və irəli sürdüyümüz modelin tənqid edilməsini nəzərə alaraq, emosional intellekt haqqındakı fikrimizə yenidən baxdıq (16, səh.290). Emosiyalar, intellekt, psixoterapiya və idrak sahəsində aparılmış tədqiqatların nəticələrinə əsaslanaraq onlar belə bir fikir irəli sürdülər ki, bəzi insanlar emosiyalar sahəsində başqalarına nisbətən daha qabiliyyətli ola bilərlər.

Nəticədə emosional intellektin strukturunda dörd tərkib hissəni ayırdılar. Onların bu yeni yanaşmalarında həmin tərkib hissələr emosional intellektin müəyyən ardıcılıq və ya ierarxiya ilə düzülmüş qolları kimi nəzərdən keçirilirdi. Bu yanaşmada mühüm məsələ ondan ibarət idi ki, qeyd edilən tərkib hissələrin səviyələri ontogenezdə ardıcıl olaraq inkişaf

edir. Beləliklə də, yeni modeldə aşağıdakı tərkib hissələr verilir:

- emosiyaların şüurlu tənziyi (idarə etmək),
- emosiyaları anlamaq,
- emosiyaların təfəkkürə assimilyasiyası,
- emosiyaları fərqləndirmək və ifadə etmək.

Göründüyü kimi bu yanaşmada emosional intellektin məzmunu yeni mahiyyət kəsb edir.

Onların bu yanaşması sonralar tənqid edildi. Emosional intellekt konstruktunu tənqid edən tədqiqatçılar hesab edirdilər ki, emosional intellekt – emosiyaları qavramaq, anlamaq və idarə etmək qabiliyyətidir (9). Tələbələrə aparılmış həmin tədqiqatda müəyyən edilmişdi ki, emosional intellektin (EI) əqli intellektlə (IQ) birbaşa əlaqəsi yoxdur. Lakin EI yüksək olan tələbələr özlərinin və ətrafdakıların emosional vəziyyətini, bütövlükdə hissələrini daha yaxşı idarə edə bilirlər və bu onlara şəxsi münasibətlərini tənziqləməkdə kömək edir. Eyni zamanda müəyyən edilmişdir ki, IQ insanın emosiyalarının qavranılmasında və başa düşülməsində böyük əhəmiyyətə malikdir (13).

Delfina Nelis və başqaları hesab edirlər ki, emosional intellekt (EI) konstruktunu emosional informasiyanın qavranılması, işlənməsi, tənziqlənməsi



və istifadəsi sahəsində fərdi fərkdir (10). Bir çox tədqiqatların nəticələrinə əsaslanıb bu fərdi fərqi insanın sosial münasibətlərinə, fəaliyyətin səmərəliliyinə, əqli və fiziki sağlamlığa təsirini nəzərə alaraq, onlar EI inkişaf etdirməyin mümkünlüyünü araşdırmışlar. İki tələbə qrupu seçilmiş və onların EI səviyyəsi ölçülmüşdür. Sonra onlardan biri eksperimental, digəri isə nəzarət qrupu kimi tədqiqatın ikinci mərhələsində də iştirak etmişlər. EI qabiliyyətinin artırılması məqsədilə eksperimental qrupla dörd dəfə hərəsi 2.5 saat davam edən təlimlər aparılmışdır. Nəzarət qrupunda isə heç bir təlim keçirilməmişdir. Təlimlərdən sonra aparılan ölçmələr göstərmişdir ki, eksperimental qrupda EI qabiliyyəti əhəmiyyətli dərəcədə artmışdır. Nəzarət qrupunda 6 aydan sonra aparılmış yeni ölçmə EI qabiliyyətinin dəyişmədiyini və əvvəlki səviyyədə olduğunu göstərmişdir. Buradan da tədqiqatçılar belə qənaətə gəlmişlər ki, EI qabiliyyəti fərdi fərkdir və onun səviyyəsini məşqlərin köməyi ilə artırmaq mümkündür.

Kastiyo Rut və başqaları İspaniyada məktəbli yeniyetmələrdə EI qabiliyyətinin onların davranışına təsirini, xüsusən də aqressiya və empatiyanı araşdırmışlar (11). 590 yeniyetmə oğlan və qız eksperimental və nəzarət qruplarına bölünmüşlər. Eksperimental qrupla iki il təlimlər keçirilmişdir.

Təlimlərdən sonra aparılmış ölçmələr göstərmişdir ki, eksperimental qrupa daxil olan yeniyetmələrdə aqressivlik, düşmənçilik, kin və digər hisslərin təzahür səviyyəsi olduqca aşağı olduğu halda, nəzarət qrupunda bu göstəricilər xeyli yüksəkdir. Tədqiqat zamanı həm də müəyyən edilmişdir ki, qızlara münasibətdə oğlanlarda empatiya qabiliyyəti təlim nəticəsində daha yüksək olmuşdur. Buradan da belə nəticəyə gəlinir ki, EI sahəsində fərdi fərqlərlə yanaşı, gender fərqləri də mövcuddur (11).

Qarsia-Sanço E. və başqaları emosional intellektlə aqressivlik arasında əlaqəni tədqiq etmişlər (12). Onlar bu məsələyə həsr edilmiş 19 tədqiqat işini təhlil edərək, eksperimentlər aparmışlar. Nəticədə müəyyən edilmişdir ki, emosional qabiliyyətlərlə aqressiya arasında tərs mütənəsiblik var. EI yüksək olanların davranışında aqressivlik ya müşahidə edilməmiş, ya da çox aşağı səviyyədə olmuşdur.

R.Bar-On emosional intellekti şəxsə həyatda yaranmış müxtəlif vəziyyətin öhdəsindən uğurla gəlməyə, onu həll etməyə imkan verən qeyri-koqnitiv qabiliyyət, bilik və bacarıqlar kimi təyin edir.

D.Qoulman, R.Boyacis və E.McKee yüksək emosional intellekti olan şəxslərə məxsus iki növ bacarığı ayırır: şəxsi bacarıqları (bacarıqları, özlərini idarə etmək yollarını müəyyənləş-

dirmək) və sosial bacarıqları (bacarıqları, əlaqələri idarə etmək yollarını müəyyənləşdirmək) (3).

Bəzi müəlliflər emosional intellektin aşağıdakı komponentlərini ayırd edirlər:

1) mənlik şüuru (öz daxili vəziyyətini, nəyə üstünlük verdiyini, imkanlarını bilmək), 2) özünənəzarət (öz daxili vəziyyətinə və niyyətlərinə nəzarət etmək), 3) motivasiya (məqsədə çatmağı yönləndirən və ya asanlaşdıran emosional meyillər), 4) empatiya (digər insanların duyğularını, ehtiyaclarını və narahatlıqlarını özününkü kimi yaşamaq), 5) münasibət vərdişləri (başqalarında öz istəyinə uyğun reaksiyanı yaratmaq məharəti) (4).

D.V.Lyusi emosional intellekti «özünün və başqalarının emosiyalarını anlamaq və onları idarə etmək bacarığı» kimi müəyyən edərək, şəxsiyyətdaxili və şəxsiyyətlərarası intellekti ayırd edir (11). Şəxsiyyətdaxili intellekt insana öz hiss və emosiyalarını düzgün dərk və idarə etməyə imkan verirsə, şəxsiyyətlərarası intellekt qarşılıqlı münasibətdə olduğu insanların hiss və emosiyalarını dərk etmə və tənzimləmə bacarığı kimi çıxış edir.

Əlbəttə, emosional intellektin nəzərdən keçirilən hər iki tərəfi yalnız nəzəri cəhətdən ayrılıqda baxıla bilər. Əslində isə onlar insan davranışının əsasını təşkil edərək bir tam, bölünməz vahid kimi çıxış edirlər. İnsan düşünərək, öz fikrini, hərəkət-

lərini ölçüb-biçib qərar verdikdən sonra istəklərini gerçəkləşdirməlidir. Adətən belə də olur. Amma bəzən bizə elə gəlir ki, nə istədiyimizi dərk etmişik. Lakin istənilən nəticə əldə edilməyəndə onun səbəbini geriye qayıdaraq istəklərimizin yenidən təhlili və onların qiymətləndirilməsi əsasında yol verilmiş səhvi araşdırırıq. Yalnız bu yolla davranışın düzgün tənzimlənməsi mümkündür. Çünki istənilən fikir informasiya təhlilinə söykənir və bu informasiya qiymətləndirilərək münasibət bildirilməlidir. Burada emosional-qiymətləndirmə mexanizmi sonrakı mərhələnin uğurlu və səmərəli olması üçün mühüm mərhələdir. İnsanın hadisəyə emosional münasibəti ilkin təhrik edici qüvvə kimi çıxış edir. Məsələn, uşaq valideyinlərinin onunla mehriban davranışını, gülümsəməsini onların arzularının yerinə yetirilməsi üçün bir signal olduğunu düşünürlər. Bu qənaətə gəlməyə əsas isə valideyinlərin emosiya və hisslərinin uşaq tərəfindən istəyin gerçəkləşdirilməsi şəraiti kimi qiymətləndirməsidir. Halbuki mehribançılıq, gülüzlülük heç də həmişə istəklərin gerçəkləşdirilməsinə hazırlıqdan xəbər vermir. Burada yanlışlıq daha çox şəxsiyyətdaxili intellektin zəif olmasından və buna görə də öz hisslərini başqalarının hissi kimi yaşamaqdan irəli gəlir. Deməli, emosional intel-

lekt koqnitiv, emosional və davranış komponentlərindən ibarət psixoloji hadisə kimi də nəzərdən keçirilə bilər.

Emosional intellektin strukturunda aşağıdakı komponentləri ayırd etmək olar:

1. Koqnitiv komponent:

– adekvat hörmət;

– emosional mənəviyyat (insanın daxili duyğuları ilə «birgə yaşamaq», işdə və ünsiyyətdə hisslərin rolunu yaxşı başa düşmək qabiliyyəti);

– emosional keyfiyyətlərin məlumatlandırılması;

– əks olunma (insanın daxili dünyasını başa düşmək, digərini onun «mövqeyindən» düşünərək anlamaq).

2. Emosional komponent:

– empatiya (insanların emosiyalarını tanımaq, ünsiyyətdə tərəfdaşların hisslərini, mövqeyini başa düşmək, dünyanın mənzərəsini başqa bir şəxsin gözü ilə təsəvvür etmək qabiliyyəti);

– «faydalı» narahatlıq (emosional sabitlik);

– müvəffəqiyyət motivasiyası;

– emosional məsuliyyət (müxtəlif təsirlərə asan, tez və çevik cavab verə bilmə qabiliyyəti).

3. Davranış komponenti:

– emosiyalarını idarə etmək qabiliyyəti (onların duyğularını qəbul etmək və nəzarət etmək, məqsədlərinə nail olmaq üçün emosiyalarını istifadə etmək bacarığı);

– məhsuldar qarşılıqlı əlaqə (təmasları saxlamaq və ünsiyyət qurmaq qabiliyyəti, kommunikasiya prosesinin səmərəliliyinə müsbət təsir etmək bacarığı) [15, s. 105].

– əlaqələrin qurulmasında psixoloji rahatlıq (fərqli vəziyyətlərdə fərqli insanlar ilə ümumi dil tapmaq, fərqli mövqelər üçün tolerantlıq, münasibətlər, dəyərlər, həyat tərzləri).

## NƏTİCƏ

Emosional intellekt probleminin tədqiqinə həsr edilmiş mövcud ədəbiyyatın təhlili belə bir fərziyyə irəli sürməyə əsas verir ki, emosional intellekt tələbələrin təlim fəaliyyətində onların idrak fəallığına əhəmiyyətli dərəcədə təsir göstərir. Bu təsirin psixoloji mexanizm və xüsusiyyətlərini müəyyən edərək tələbələrin idrak fəallığının səviyyəsini yüksəltməyin yol və vasitələrini müəyyənləşdirmək mümkündür.

### Ədəbiyyat:

1. Bayramov Ə.S. Əlizadə Ə.Ə. Psixologiya. Bakı, 2002, səh. 231.

2. Андреева И.Н. Албука эмоционального интеллекта / И.Н. Андреева. – СПб.: БХВ-Петербург, 2012. – 288 с.

3. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Д. Гоулман, Р. Бояцис,

Э. Макки. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. – С. 304

4. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. – АСТ Москва, 2009. – С. 478.

5. Люсин Д.В. Социальный и эмоциональный интеллект: от моделей к измерениям / Д.В.Люсин, Д.В.Ушаков. – М.: Институт психологии РАН, 2009. – 347 с.

6. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте. Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д.В.Люсина, Д.В.Ушакова. – М.: Институт психологии РАН, 2004. – 174. с.

7. Ульям Джемс. Психология. М., 2011, стр. 238

8. Ampleeva O. The emotional intellect as predictor of success of psychological professional activity / O.Ampleeva // Вюник Одеського національного ушверситету. Психолопя. – 2010. – Т. 15, № 11 – P. 21–26.

9. Ciarrochi J., Chan A., Caputi P. A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, Volume 29, Issue 5, 1 November 2000, Pages 539-561.

10. Delphine Nelis, Jordi Quoidbach, Moïra Mikolajczak, Michel Hansenne Increasing emotional intelligence: (How) is it possible? *Personality and*

*Individual Differences*, Volume 47, Issue 1, 2009, pp. 36-41

11. Castillo Ruth, José M. Salguero, Pablo Fernández-Berrocal, Nekane Balluerka Effects of an emotional intelligence intervention on aggression and empathy among adolescents / *Journal of Adolescence*, Volume 36, Issue 5, 2013, pp. 883-892.

12. E.García-Sancho, J.M. Salguero, P. Fernández-Berrocal Relationship between emotional intelligence and aggression: A systematic review / *Aggression and Violent Behavior*, Volume 19, Issue 5, 2014, pp. 584-591

13. Jauk E., Benedek M., Dunst B., Neubauer A.C. The relationship between intelligence and creativity: New support for the threshold hypothesis by means of empirical breakpoint detection / E. Jauk, M. Benedek, B. Dunst, A.C. Neubauer // *Intelligence*. – 2013. – № 41. – P. 212–221.

14. Stein S. J., Book H. *The EQ edge: Emotional intelligence and your success* / S.J. Stein, H. Book. – John Wiley & Sons, 2010. – pp. 340.

15. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. *Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence. Intelligence Test (MSCEIT) User's Manual*. Toronto, Canada: MHS Publishers, 2002.

16. Mayer J.D., Caruso D.R., Salovey P. *The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and*

- Updates. *Emotion Review*, 2016, vol. 8, no. 4, pp. 290-300.  
[https://mypages.unh.edu/sites/default/files/jdmayer/files/rp2016a-mayercarusosalovey\\_01.pdf](https://mypages.unh.edu/sites/default/files/jdmayer/files/rp2016a-mayercarusosalovey_01.pdf)
17. Solovey P. and Mayer J.D. Emotional intelligence // *Imagination, Cognition, and Personality*, 1990, 9, pp. 185–214
18. Steven J. Stein, Justin M. Deonarine. Current Concepts in the Assessment of Emotional Intelligence. *Handbook of Intelligence*, 2014, November. pp. 381-402.

## **THE DEVELOPMENT FEATURES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF STUDENTS IN COGNITIVE ACTIVITY**

*Aliyev B.H.*

### **Abstract**

The impact of emotional intelligence on the effectiveness of cognitive activity in students learning process is examined in the article. Also, the paper analysed the interaction between EI of student's personality and success in learning outcome, mental and physical health relating to approaches to EI issue, EI models and components by referring to the available researches. Although there is no direct link between EI and mental intelligence, it was affirmed that the level of IQ has a significant role in perception and understanding of human's emotions and the students with high EI score manage their and surroundings empowered emotional state better. At the same time, this writing includes an evidence of the development of emotional intelligence and the possibility of increasing of the level of EI's ability by training using cited experimental investigations. Another research examining the impact of EI's capacities on the behaviour of school-aged teenagers and especially aggression and empathy proved that there is not only individual differences but also gender distinctions. Experience has shown that the development of EI capabilities is a major mechanism that affects success both in education and in interpersonal relationships. The article has also analysed the ways and the means of raising the level of cognitive activity of students on the basis of EI as an important quality in psychological activity.

## “MƏN OBRAZI” KONSEPSİYASI VƏ QADINLARDA BƏDƏN QAVRAYIŞININ BƏZİ XÜSUSİYYƏTLƏRİ

*Günəl Əhmədova,*

*BDU-nun “Psixologiya” kafedrasının*

*II kurs magistrantı*

*Açar sözlər:* Mən obrazı, mənlik şüuru, bədən qavrayışının təhrif olunması, özünüqiymətləndirmə, özünəhörmət

*Ключевые слова:* образ Я, самосознание, искажение восприятия тела, самооценка, самоуважение

*Key words:* self-image, self-awareness, distortion of perception of the body, self-estimate, self-respect

İnsanın öz xarici görünüşü, estetik ideallara uyğunluğu haqqında təsəvvürlərinin özünüqiymətləndirməsinə və davranış tərzinə təsir göstərən əsas amillərdən biridir. Müxtəlif səbəblərdən estetik cəlbədiciliyin itirilməsi insanın sosial və psixoloji dezadaptasiyasına səbəb ola bilər. Xüsusilə, qadınlarda belə travmatik təsir göstərən amillərdən biri son dövrlər kifayət qədər aktuallaşan, hətta, qloballaşan piylənmə problemdir. Belə ki əsrlər boyu ənənəvi olaraq qadınlar üçün gözəllik etalonu hesab edilən endomorf bədən quruluşu günümüzdə tədricən daha incə, gimnastbədən quruluşuna doğru yerini dəyişmişdir [8].

Piylənmədən əziyyət çəkən qadınların öz bədəninin real ölçülərinin qeyri-düzgün qavramalarına dair bir çox məlumatlar vardır və bu da eyni zamanda təhrif olunmuş “Mən ob-

razı”nın formalaşmasına təsir göstərir [6].

“Mən obrazı” anlayışı elmi ədəbiyyatda şəxsiyyətin dərin psixoloji struktur və proseslərinin təsvir və tədqiqi ilə bağlı meydana çıxmışdır. O, “mənlik şüuru”, “Mən-konsepsiyası”, “Mən”, “Mən mənzərəsi”, “özü haqqında təsəvvürlər” kimi anlayışlarla birlikdə istifadə olunur [2].

“Mən obrazı” haqqında təlim Amerika psixoloqu U.Ceymsin adı ilə bağlıdır. O, şəxsiyyətin qlobal “Mən”ində iki tərəfi ayırd edirdi: dərk edən (subyekt) və dərk olunan (obyekt) “Mən”. Birinci tərəf xalis təcrübə, özünü dərk etmə prosesi, ikinci tərəf isə bu təcrübənin məzmunudur. U.Ceymsə görə Mən – obyekt kimi 3 aspektdən təşkil olunub: mənəvi-Mən, sosial-Mən və fiziki-Mən [3].

XX əsrin ilk onilliklərində sosiologiyada “Mən obrazı”nın tədqiqi

istiqlamətində əsas iki müəllif Ç.X.Ku-  
li və C.Q.Mid araşdırma aparmış və  
“güzgü Mən” (“looking-glass self”)  
nəzəriyyəsini işləyib hazırlamışdılar.  
Öz mövqelərini belə bir tezislə əsas-  
landırırırdılar ki, “Mən obrazı”nın inki-  
şaf və məzmununu məhz cəmiyyət  
müəyyən edir. “Mən obrazı”nın in-  
kişafı iki sensor kanala: bir tərəfdən  
bilavasitə qavrama, digər tərəfdən  
isə insanın özünü eyniləşdirmək istə-  
diyi digər insanların reaksiyasına, yəni  
əhəmiyyətli olan başqasının mövqeyi,  
statusu, onun referent qrupu ilə iden-  
tifikasiyasına əsasən baş verir. İn-  
teraksionist təsəvvürlərə görə “Mən  
obrazı” koqnitiv-emosional kompleks-  
dir və onun əsas funksiyası dəyişən  
şəraitə uyğunlaşmanı təmin etmək-  
dir[2]. Lakin bu mövqedə təsvir olu-  
nan proseslərin hansı daxili mexa-  
nizmlər vasitəsilə dərk olunması ye-  
tərinə açıqlanmır.

Koqnitiv psixologiyada isə “Mən  
obrazı” proseslərə aid edilir (“Mən-  
proseslər”) və şəxsiyyətin özünüdərk-  
kini xarakterizə edir. Burada “Mən-  
konsepsiyası”nın tamlığı inkar olu-  
nur və belə hesab edilir ki, şəxsiyyət  
şəraitə müvafiq dəyişən çox sayda  
“Mən” konsepsiyasına və özünüdən-  
zim proseslərinə malikdir. Koqnitiv  
cərəyanın təmsilçilərindən olan  
X.Markusa görə “Mən-sxemlər” –  
keçmiş təcrübəyə əsasən insanın özü  
haqqında etdiyi ümumiləşdirmə-

lərdir və onlar vasitəsilə “Mən”lə  
bağlı məlumatın emalı yönləndirilir  
və tənzimlənir [14].

Psixanalitik məktəbin banisi  
Ziqmund Freyd “Mən obrazı”na bə-  
dən təəssüratları ilə sıx əlaqədə ba-  
xırdı. O, psixi aktları bədənin bioloji  
təbiəti ilə bağlayaraq, insanın psixi  
inkişafında digər insanlarla qarşılıqlı  
təsir və sosial əlaqələrin əhəmiyyət-  
ini xüsusi qeyd edirdi [13].

Klassik psixozanalizdə şüursuzluq  
meyillərinin və impulsların təsirinə  
məruz qalan şüur və mənlilik şüuruna  
vahid müstəvidə baxılırdı. Mənlilik  
şüuru bir tərəfdən dərk edilməyən  
seksual meyillərin, digər tərəfdən isə  
reallığın tələblərinin təsiri altında  
qalır. Mənlilik şüuru bu iki səth ara-  
sında “bufer” rolunu oynayır və xü-  
susi müdafiə mexanizmlərinin kö-  
məyi ilə özünün funksionallığını  
saxlayır. Psixodinamik yanaşma çər-  
çivəsində şəxsiyyətin “Mən obra-  
zı”nın “Mən-konstrukt”, “Mən-ob-  
yekt”, “real-Mən” kimi struktur an-  
layışları, habelə “Mən” kontekstində  
şəxsiyyətdaxili konflikt, psixoloji  
müdafiə mexanizmlərinin təsnifatı  
və izahı verilir.

Humanist cərəyanın nümayəndə-  
ləri “Mən obrazı”nı özünüqavrama  
sistemi kimi dəyərləndirir və özü haq-  
qında təsəvvürlərin inkişafını bilava-  
sitə fərdin təcrübəsi ilə əlaqələndirir-  
lər. Məhz humanist psixologiyada ilk

dəfə “Mən konsepsiyası” anlayışı və onun “Mən obraz”ları işlənib hazırlanmışdır. “Mən konsepsiyası” “Mən”-subyekt kimi, “Mən”-obyekt kimi, həmçinin onların qarşılıqlı münasibətinin qavranmasını özündə cəmləyir. K.Rocersə görə “Mən konsepsiyası”nın funksiyası insan davranışına nəzarət, insanın öz fəallıq seçiminə təsiridir. Bu isə öz növbəsində müsbət və mənfi “Mən konsepsiyası”nın inkişafını şərtləndirir. “Mən obrazı” ilə real təcrübə arasında uyğunsuzluq olarsa, psixoloji dezadaptasiya yarana bilər. Bu şəraitdə psixoloji müdafiə mexanizmləri bilavasitə təcrübə ilə özü haqqında təsəvvürlər arasında dissonansın dəf edilməsi üçün istifadə olunur. Ümumiyyətlə K.Rocers fərdin davranışını “Mən obrazı”nın razılığının əldə edilməsi, onun inkişafını isə koqnitiv özünüqiymətləndirmə sayəsində mənlik şüurunun və özünüdərk sərhədlərinin genişləndirilməsi kimi şərh edirdi. Qeyd edək ki, məhz humanist yanaşma insan davranışı ilə özünüqavrama və “Mən konsepsiyası”nın müxtəlif komponentləri arasında əlaqəni göstərmişdir [10].

Sovet psixologiyasında “Mən obrazı” mənlik şüuru kontekstində öyrənilib. İlk əvvəl həyat yolunun nəticəsi kimi formalaşdığı halda daha sonra özü şəxsiyyətin inkişaf istiqamətini müəyyən edir. “Şəxsiyyətin

inkişaf səviyyəsi onun mənlik şüurunun inkişafı ilə düz mütənasibdir” fikrinin doğru olması bir çox tədqiqatçılar tərəfindən qəbul edilir [11].

Mənlik şüuru insan psixologiyasının ən mürəkkəb aspektlərindən biri olub, onun özünü şəxsiyyət kimi tanıması və dərk etməsi prosesidir. “Mənlik şüuru dedikdə insanın özünün tələbat və qabiliyyətlərinə, fikir və hisslərinə, davranış və fəaliyyət motivlərinə şüurlu münasibət nəzərdə tutulur” [1].

Mənlik şüuru fərdin özünü fəaliyyət subyektinə kimi dərk etməsi, bunun nəticəsində özü haqqında təsəvvür və təəssüratların yaranması prosesində tədricən formalaşır. Əsasən onun 2 komponentini ayırd edirlər: koqnitiv və emosional. Koqnitiv komponent özünüdərk etmə nəticəsi olaraq şəxsiyyətin özü haqqında biliklər sistemi, emosional komponent isə özünə yanaşmanın nəticəsi olaraq öz şəxsiyyətinə ümumiləşmiş münasibəti kimi çıxış edir. Bəzi tədqiqatlarda koqnitiv və emosional komponentlərə özünütənzimləmə də əlavə edilir [9].

“Mən konsepsiyası”nın bir neçə modallığı ayırd edilir:

“Real-Mən” insanın özünün şəxsiyyət xüsusiyyətlərini, qabiliyyətlərini, motivlərini və sairəni real olaraq necə qavramasını təmin edir; “Sosial-Mən” insanın özünü müxtəlif



sosial rolların və funksiyaların daşıyıcısı kimi hiss etməsindən, başqa insanlara necə görünmək istəməsi əsasında formalaşır; “İdeal-Mən” insanın ideallarına, arzulanan şəxsiyyət xüsusiyyətlərinə müvafiq təsəvvürlərinə əsasən yaranır [1].

“Mən obrazı”nın vacib komponentlərindən biri “fiziki Mən”dir və o, subyektin öz xarici görünüşü, bədəni haqqında təsəvvürlərini, ona emosional münasibət və bunun əsasında formalaşan real davranış reaksiyalarını ehtiva edir. “fiziki -Mən” “Mən-konsepsiyası”nın ən erkən formalaşan tərəfi olaraq, xüsusilə, uşaq və yeniyetməlik dövründə çox əhəmiyyətlidir. İnsanın özünüdərkli öz bədənini, müxtəlif orqanlarını, özünün başqaları və özü tərəfindən qavranılan obrazının yaradılması ilə başlayır. “Mən” – konsepsiyası sosial mühit və digər insanlarla, xüsusilə də, öz ailə üzvləri ilə qarşılıqlı təsir nəticəsində formalaşır[7].

Öz xarici görünüşünün qavranılmasının təhrifi problemi həm psixiatriyada, həm də tibbi psixologiyada praktik əhəmiyyətə malikdir. Belə ki, bədən ölçülərinin qeyri-düzgün, şişirdilmiş qavranılması piylənmə və sinir anoreksiyası kimi xəstəliklərdə subyekt üçün güclü psixoloji travmatik faktor olaraq, öz xarici görünüşündən kəskin narazılıq yaradır. Bunu tənzimləmək üçün müxtəlif arıqlama üsullarından istifadə edilir, pa-

toloji hallarda isə qidalanmadan tam imtina olunur və ya qəbul edilmiş qida qəsdən qaytarılır. Lakin aparılmış tədqiqatların nəticələrindən məlum olmuşdur ki, artıq bədən kütləsi və piylənmədən əziyyət çəkən qadınlara heç də hamısında öz bədən ölçülərinin qavranılması populyasiyadan fərqli olmur. Təhrif olunmuş qavrama ilə subyektin öz xarici görünüşünə emosional-dəyərli münasibəti arasında birbaşa əlaqə aşkar edilmişdir [4].

Zahiri görünüşlə bərabər ekspressiv təzahürlər – yeriş, mimika, bədən plastikası və sairə müxtəlif şəraitlərdə fərqli mənə yükü daşıyır. İntrospeksiya zamanı insan bir tərəfdən özü-özünü qavrayır, digər tərəfdən isə başqaları tərəfindən qavranılan obyekt olduğunu dərk edir. İnsanın zahiri görünüşü qavrayan üçün bir növ həmin insan haqqında informasiya daşıyır ki, bu informasiyanın şərh olunması da qavrayan insanın yönəlişliyindən, dəyərlər sistemindən, simvolizmdən və digər amillərdən asılıdır. Simvolizm dedikdə müvafiq ictimai-mədəni mühitdə bədənin sağlamlığını və normal parametrlərini müəyyənləşdirən qavrama, qiymətləndirmə, mənalandırma nəticəsində formalaşan obrazlar ilə təzahür etməsi başa düşülür. Lakin bu simvolizm hər bir cəmiyyətin fərqli tarixi inkişaf yolu olduğu üçün də kifayət qədər təzadlı və variativdir.

Müasir dövrdə piylənmənin xəstəlik simvolu kimi mənalandırılması tendensiyası müşahidə edilir ki, bu da kardiologiya və endokrinologiyanın yeni məlumatları ilə getdikcə daha çox dəstəklənir. Beləliklə, artıq bədən kütləsindən və piylənmədən əziyyət çəkən insanlar müasir mədəni mühitdə müəyyən qiymətləndirmə və insanların birmənalı olmayan münasibəti ilə qarşılaşırlar.

E.S.Kreslavskinin (1984) artıq bədən kütləsi və piylənmədən əziyyət çəkən qadınların öz bədən obrazına və sağlamlığına münasibətini müəyyənləşdirən tədqiqatlarının nəticələri kifayət qədər informativdir. Müəyyən edilmişdir ki, fiziki “Mən” obrazı piylənmə erkən yaş dövrlərində olan qadınlarda yuxarı yaşlarda yaranan qadınlara nisbətən daha çox təhrif olunur. Çünki yuxarı yaşlarda piylənmədən əziyyət çəkən qadınlarda erkən yaş dövründə bədən obrazı normal formalaşır və onlar öz şəxsiyyətlərini piylənmə ilə identifikasiya etmirlər, buna formal olaraq xəstəlik əlaməti kimi yanaşırlar. Empirik məlumatlar göstərir ki, piylənmədən əziyyət çəkən yeniyetmə qızlar isə uşaq yaşlarından yaşlılarının irad, lağ və tənələrindən əziyyət çəkmişlər. Onlarda özünəhərmət kəskin aşağı səviyyədə olmuş, psixi vəziyyətləri daha çox həyəcanlı – depressiv kimi qiymətləndirilmişdir. Həyə-

can və depressiyanın əsas məzmununu zahiri görkəmindən narazılıq, digər insanlarla ünsiyyətin pozulması, qidalanma vərdişlərini dəyişə bilməməsinə görə günah hissi təşkil etmişdir. Onlar ictimai yerlərdə (qonaqlıqda, kinoteatrlarda, çimərliklərdə) az olmağa, qida qəbulunu əhəmiyyətli dərəcədə məhdudlaşdıraraq bədən çəkirlərini azaltmağa çalışmışdılar.

Nəticə olaraq qeyd etmək olar ki, piylənmədən əziyyət çəkən qadınlarda “fiziki- Mən” xəstəliyin hansı yaşda başlamasından, ailə münasibətlərindən və bədən simvolizmi haqqında təsəvvürlərindən asılıdır [7]. Koqnitiv proseslərin “həssaslıq” səviyyəsi aşağı olduqca subyekt eyni bir emosional qiymətləndirici situasiyaya daha qabarıq təhrif edilmiş reaksiya verir. “Mən obrazı”nda koqnitiv komponent sadəcə affektiv təsirlərin passiv qəbuledicisi olmayıb, eyni zamanda özü də əks təsir göstərir. Deməli, subyektin öz zahiri görünüşünü affektiv qiymətləndirməsi sadəcə “fiziki Mən”obrazı ilə məhdudlaşmayıb, bütövlükdə ümumi “Mən obrazı”nda özünüqiymətləndirmə, özünəhərmət səviyyəsi, emosional vəziyyət və dəyərlər sistemi ilə birbaşa əlaqəlidir [4].

Zahiri görünüş haqqında təsəvvürlərin formalaşmasının əsasında duran bu koqnitiv-affektiv model artıq bədən kütləsi və piylənmədən

əziyyət çəkən qadınların öz probleminə fərqli reaksiya verməsinin səbəblərini izah etməyə, həmçinin psixoterapevtik, korreksion və profilaktik tədbirlərin həyata keçirilməsində düzgün istiqamətin tapılmasına kömək edə bilər.

### **Ədəbiyyat:**

1. Bayramov Ə.S., Əlizadə Ə.Ə. Psixologiya. Bakı: 2009,
2. Абдуллин А.Г., Тумбасова Е.Р. «Образ Я» как предмет исследования в зарубежной и отечественной психологии // Журнал ВЕСТНИК ЮУрГУ, №6, 2012, с 4-11
3. Джеймс У. Психология; СЕРИЯ «Классики мировой психологии» Seria «Classics of world psychology», Москва: 1991
4. Дорожевец А.Н. Искажение образа физического Я у больных ожирением и нервной анорексией: Автореф. дис. канд. мед. наук. Москва: 2004, 194с.
5. Карвасарский Б.Д. Клиническая психология. 4-е издание, М: 2011
6. КОРКИНА М.В. Дисморфомания в подростковом и юношеском возрасте. М.: Медицина, 1984, 224с.
7. Креславский Е.С. Избыточная масса тела и образ физического "я" // Журнал ВОПРОСЫ ПСИХОЛОГИИ №2, 87, с 114-117
8. Малкина-Пых И.Г. Терапия пищевого поведения. М.:2007
9. Психология самосознания: Хрестоматия/ред.-сост. Д.Я. Райгородский.–Самара: Издательский дом «Бахрах-М».: 2003, 303 с.
10. Роджерс К.Р. Становление личности: Взгляд на психотерапию / К.Р. Роджерс. М.: Эксмо-Пресс, 2001, 416 с.
11. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2 томах.-Т.2.- М.: Педагогика, 1989. 328 с. - [p//www.krotov.info/lib\\_sec/shso/77\\_rub6.html](http://www.krotov.info/lib_sec/shso/77_rub6.html)).
12. Соколова, Е.Т. Психотерапия. Теория и практика / Е.Т. Соколова. М.: Академия, 2010, 368 с.
13. Фрейд, З. Введение в психоанализ: Лекции / З. Фрейд; пер. с нем. Г.В. Барышниковой; под ред. Е.Е. Соколовой, Т.В. Родионовой. М.: Азбука-Аттикус, 2011, 480 с.
14. Хьелл, Л. Теории личности /Л.Хьелл, Д.Зиглер; пер. с англ. С.Меленевская Д.Викторова. СПб.: Питер Пресс, 1997, 608 с.

## КОНЦЕПЦИЯ «ОБРАЗА Я» И НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ТЕЛА У ЖЕНЩИН

*Ахмедова Г.Ш.*

### Абстракт

Избыточная масса тела и ожирение могут серьезно повлиять на внешний вид, походку, мимику и другие экспрессивные проявления, что часто приводит к искажению «образа Я», в частности, переоценки ширины своего тела. Однако не у всех женщин страдающих ожирением наблюдалось преувеличенное восприятие размеров своего тела по сравнению с популяцией. Установлено, что аффективные оценки внешности не ограничиваются образом физического Я, а распространяются на все сферы самосознания: общая самооценка, уровень самоуважения, эмоциональное состояние, мотивационно-личностное направление, иерархия ценностей и т.д.

## SELF-CONCEPT AND SOME FEATURES OF THE PERCEPTION OF THE BODY IN WOMEN

*Ahmedova G.S.*

### Abstract

Overweight and obesity can seriously affect the appearance, gait, facial expressions and other expressive manifestations, which often lead to a distortion of the self-concept, in particular, the overestimation of the width of your body. However, not all obese women had an exaggerated perception of their body size compared to the population. It has been established that affective evaluations of appearance are not limited to the physical self-concept, but extend to all areas of self-awareness: general self-esteem, level of self-esteem, emotional state, motivational and personal direction, hierarchy of values, etc.

---

**MƏCBURİ KÖÇKÜN YENİYETMƏLƏRİN  
SOSIAL-PSIXOLOJİ UYĞUNLAŞMASININ  
QIYMƏTLƏNDİRİLMƏSİ\***

**Baxtiyar Əliyev**

*Bakı Dövlət Universitetinin «Psixologiya»  
kafedrasının müdiri, AMEA-nın müxbir üzvü, professor*

**Kamilə Əliyeva**

*Bakı Dövlət Universitetinin «Sosial və pedaqoji  
psixologiya» kafedrasının müdiri, professor*

**Müşviq Mustafayev**

*Bakı Dövlət Universitetinin «Sosial və pedaqoji  
psixologiya» kafedrasının müəllimi,  
psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru*

**Aynur Bunyatova**

*psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru*

**Açar sozlər:** məcburi köçkünlər, psixi vəziyyət, həyəcan, aqressivlik, frustasiya

**Ключевые слова:** вынужденные переселенцы, психическое состояние, тревожность, агрессивность, фрустрация

**Key words:** internally displaced persons (IDPs), psychological state, emotional stress, aggression, frustration

**E**rmənistanın Azərbaycanın Dağlıq Qarabağ və onun ətrafındakı 7 rayonun, bütövlükdə 20% ərazisinin işğalı nəticəsində təqribən 750.000 insanın öz doğma yerlərini məcburən tərk etməsi, məskunlaşdığı şəraitin «yeniliyi», maddi çətinliklər və s. məcburi köçkünlərin psixoloji və-

ziyyətinə ciddi təsir etmiş və bu gün də həmin təsirin yaratdığı problemlərin bir çoxu həll edilməmişdir. Xüsusilə travmanın baş verdiyi dövrlərdə psixoloji köməyin olmaması vəziyyətin dərinləşməsinə, bəzi hallarda isə psixoloji pozuntulara gətirib çıxarmışdır. Bu baxımdan məcburi köçkün ailələ-

---

\* Bu iş Azərbaycan Respublikasının Prezidenti yanında Qeyri-Hökumət Təşkilatlarına Dövlət Dəstəyi Şurasının 2018-ci il 1-ci «Qrant» müsabiqəsi çərçivəsində yerinə yetirilmişdir

rində böyüyən yeniyetmələrin sosial-psixoloji uyğunlaşması mürəkkəb psixoloji şəraitdə baş verir. Biz K.Xorninin belə bir müddəasını əsas götürürük ki, valideynləri travmaya məruz qalmış yeniyetmələrdə psixi pozuntular qaçılmazdır. Ona görə də, məcburi köçkün yeniyetmələrə və ailələrinə psixoloji dəstək vermək məqsədilə onların sosial psixoloji uyğunlaşmasının qiymətləndirilməsi əhəmiyyətlidir.

**Tədqiqatın başlıca məqsədi:** atəşkəs xəttinə yaxın ərazilərdə məskunlaşan məcburi köçkün ailələrində böyüyən yeniyetmələrin psixoloji vəziyyətinin qiymətləndirilməsi, baş verən emosional pozuntuların müəyyənləşdirilməsi, onların adaptasiya qabiliyyətinin azalmasına və passivliyinə səbəb olan amillərin aşkar edilməsi və onların sosial-psixoloji uyğunlaşmasındakı çətinliklərin aradan qaldırılmasının yol və vasitələrinə dair tövsiyələrin hazırlanmasıdır.

Qeyd olunmalıdır ki, Azərbaycan və Ermənistan arasında atəşkəsin 24 ili tamam olur. Amma buna baxmayaraq erməni ordusu mütəmadi olaraq aztəşkəsi pozur, dinc əhalini atəşə tutur, azərbaycanlı uşaq və qocalar öldürülür. Son 10 ildə 8 azərbaycanlı uşaq Ermənistan ordusu tərəfindən qətlə yetirilib. Burada yaşayan insanlar Ermənistanın davam edən bu aqressiyasından qurtulub normal həyata uyğunlaşa bilmir, “köçkün” olduqları üçün tam bərabərhüquqlu ola bilmir, bəzən isə

yerli əhali arasında fərqli münasibətə məruz qalırlar.

Bunlarla yanaşı, onlar həm də baba və nənələrinin, valideynlərinin yaşadıklarının təsirindən qurtula bilmirlər.

**Tədqiqat metodları:** müşahidə, sorğu, psixoloji testlər (Q.Ayzenkin “Psixi halların özünüqiymətləndirməsi” testi, “Mövcud olmayan heyvan” testi), riyazi statistik metodlar.

**Tədqiqatın coğrafi əhatəsi:** Bərdə və Ağdam rayonlarında məskunlaşmış məcburi köçkün yeniyetmələr.

**Yaş sərhədi:** 12–16 yaş.

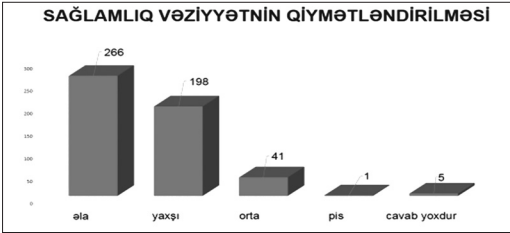
**Tədqiqatın nəticələrinin müzakirəsi:** yaşayış şəraitinin qiymətləndirilməsi zamanı yeniyetmələr aşağıdakı cavabları veriblər: əla – 78 nəfər, yaxşı – 277 nəfər, orta – 8 nəfər.



**Şəkil 1.** «Yaşayış şəraitini necə qiymətləndirirsiniz?» – sualına yeniyetmə şagirdlərin verdikləri cavabların göstəriciləri

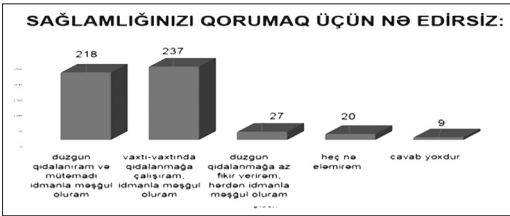
Göründüyü kimi, yeniyetmələrin yaşayış səviyyəsi normaldır. Bu vəziyyət travmanın yumşalması üçün olduqca mühümdür. Lakin travmaların xroniki səviyyəsi istənilən şəraitdə özünü göstərə bilər. Bunu nəzərə alaraq, yeniyetmələrin sağlamlıq dərəcəsini öyrənməyi məqsədəuyğun hesab etdik.

Bu zaman sağlamlığın qiymətləndirilməsi iki sualı əhatə edirdi. Bu suallarda yeniyetmələr öz sağlamlıqlarına subyektiv olaraq ümumi qiymət verməlidilər. Cavablardan görüldüyü kimi 266 yeniyetmə öz sağlamlığını əla qiymətləndirmişdir. Deməli, yaşayış şəraiti ilə yeniyetmələrin sağlamlığı arasında müsbət asılılıq özünü göstərir.



**Şəkil 2.** «Sağlamlıq vəziyyətinizi necə qiymətləndirirsiniz?» – sualına yeniyetmə şagirdlərin verdikləri cavabların göstəriciləri

Sağlamlığınızı qorumaq üçün nə edirsiniz? – sualına 237 yeniyetmə vaxtı-vaxtında qidalanmağı və idmanla məşğul olmağa çalışdığını 20 nəfər heç bir şey etmədiyini qeyd edib.

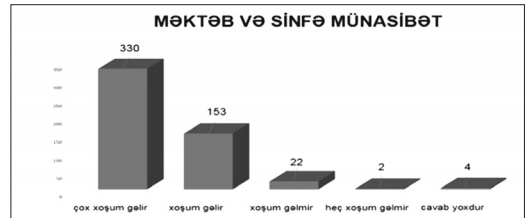


**Şəkil 3.** «Sağlamlığınızı qorumaq üçün nə edirsiniz?» – sualına yeniyetmə şagirdlərin verdikləri cavabların göstəriciləri

Göründüyü kimi, yeniyetmələrin əksəriyyəti öz sağlamlıqlarının qeydinə qalır. Lakin onların bir hissəsi bundan kənardadır. Demək ki, onlarda depressiv və frustrasiya vəziyyəti özünü göstərir.

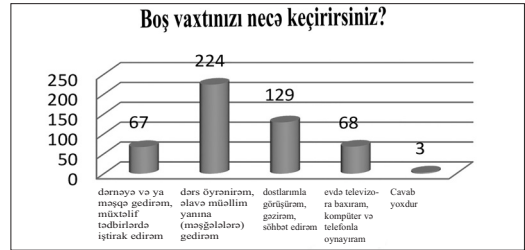
Belə halların aradan qaldırılması vacibdir. Əks halda psixi vəziyyətin qeyri-adekvatlığı fonunda travmatik simptomlar daha çox özünü təhzür etdirir.

Məktəbə və oxuduqları sinifə münasibəti öyrəndikdə, 330 nəfər yeniyetmə məktəb və sinifdən çox xoşu gəldiyini, dərsləri maraqlı və həvəslə oxuduğunu isə 288 nəfər yeniyetmə şagird qeyd etmişdir.



**Şəkil 4.** «Məktəb və sinifə necə münasibət bəsləyirsiniz?» – sualına yeniyetmə şagirdlərin verdikləri cavabların göstəriciləri

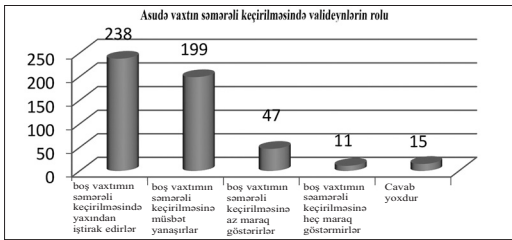
Yeniyetmələrin böyük bir qismi (224 nəfər) boş vaxtını dərslərini hazırlamaqla, müəllim yanına, məşğələlərə getməklə keçirir. 129 nəfər isə boş vaxtını dostlarla keçirir.



**Şəkil 5.** «Boş vaxtınızı necə keçirirsiniz?» – sualına yeniyetmə şagirdlərin verdikləri cavabların göstəriciləri

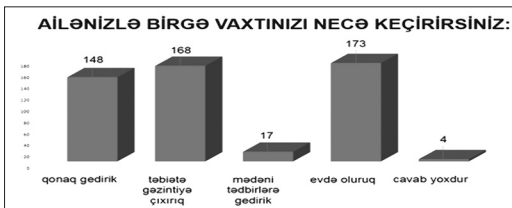
Bu fakt təsdiq edir ki, yeniyetmələrin müəyyən hissəsi özlərinin asudə vaxtlarını düzgün təşkil etmir və yaxud buna zəruri şərait yoxdur.

Tədqiqatın nəticəsinin təhlili göstərir ki, 238 nəfər yeniyetmə şagirdin asudə vaxtının təşkilində valideynləri yaxından iştirak edir. 47 nəfər yeniyetmə şagird belə hesab edir ki, valideynləri onlarla kifayət qədər vaxt keçirmirlər. 11 nəfər yeniyetmə şagird isə qeyd edir ki, valideynləri onlarla birgə asudə vaxt keçirmirlər.



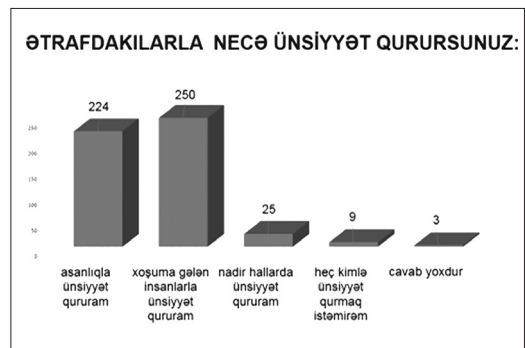
Şəkil 6. «Asudə vaxtın səmərəli keçirilməsində valideynlərin rolu» – sualına yeniyetmə şagirdlərin verdikləri cavabların göstəriciləri

Belə vəziyyət yeniyetmələrin sosial psixoloji uyğunlaşmasında maneəyə çevrilir. Yeniyetmələrin ailə ilə birgə vaxt keçirdiklərini araşdırarkən məlum oldu ki, 173 nəfər yeniyetmə şagird ailələsi birgə vaxtı yalnız evdə keçirir. Verilən cavablar arasında təbiətə gəzinti və qonaq getmə də üstünlük təşkil etmişdir (148 nəfər yeniyetmə qız və 168 nəfər yeniyetmə oğlan).



Şəkil 7. «Ailənizlə birgə vaxtınızı necə keçirirsiniz?» – sualına yeniyetmə şagirdlərin verdikləri cavabların göstəriciləri

Ətrafdakılarla necə ünsiyyət qurursunuz sualına yeniyetmə şagirdlərin böyük bir hissəsi (224 nəfər) asanlıqla ünsiyyət qurduğunu və 250 nəfər yeniyetmə şagird isə xoşlarına gəldikləri insanlarla ünsiyyət qurduğunu qeyd edir. 25 nəfər yeniyetmə şagird isə nadir hallarda ünsiyyət qurduğunu bildirir.

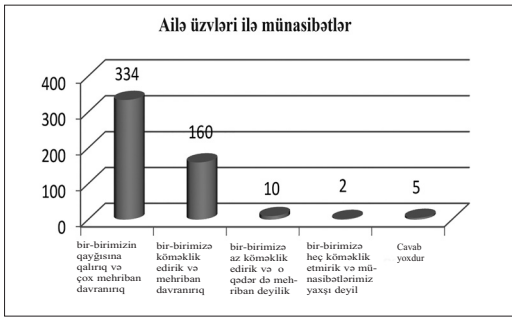


Şəkil 8. «Ətrafdakılarla necə ünsiyyət qurursunuz?» – sualına yeniyetmə şagirdlərin verdikləri cavabların göstəriciləri

Göründüyü kimi, rəyi soruşulan yeniyetmələrin bir qisminə ünsiyyət problemi özünü göstərir. Bu problem bir çox komplekslərdən və psixoloji natamamlıqlardan yaranı bilər. Bu faktın nəzərə alınması yeniyetmələrin uyğunlaşma səviyyəsinin yüksəlməsinə zəmin yarada bilər.

Ailə üzvləri ilə münasibətləri yeniyetmələr aşağıdakı kimi qiymətləndiriblər. 334 nəfər yeniyetmə şagird ailə üzvlər ilə çox mehriban davrandıklarını və bir birinin qayğısına qaldıklarını qeyd ediblər.



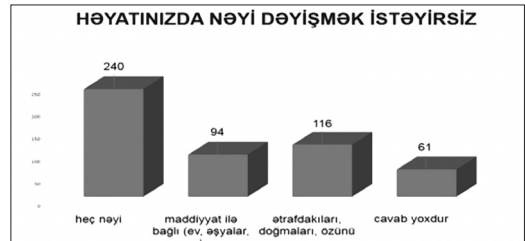


**Şəkil 9.** «Ətrafdakılarla necə ünsiyyət qurursunuz?» – sualına yeniyetmə şagirdlərin verdikləri cavabların göstəriciləri

Həyatınızda nəyi dəyişmək istərdiniz sualına yeniyetmələr belə cavab verilər.

240 nəfər yeniyetmə şagird həyatlarında heç bir şeyi dəyişmək istəmədiklərini qeyd ediblər. 116 nəfər yeniyetmə şagird öz əhatəsində olan insanları (valideynlərini, dost-tanışlarını, müəllimlərini və özlərində olan hər hansı bir keyfiyyəti) dəyişmək istədilər. 94 nəfər yeniyetmə şagird isə maddi vəziyyətlərini (bura daxildir ev, ev şəraitini, əşyaları, məktəbləri) dəyişmək istəyir. Olduqca maraqlı bir faktdır ki, yeniyetmələr özlərindən başqa hər şeyi dəyişmək istəyirlər. Bu, qeyri-adekvat yanaşmadır. Belə hallarda yeniyetmələr situasiyaya bələdləşmək əvəzinə, özlərinə qapılırlar. Bu isə onlarda depressiv simptomlar yarada bilər.

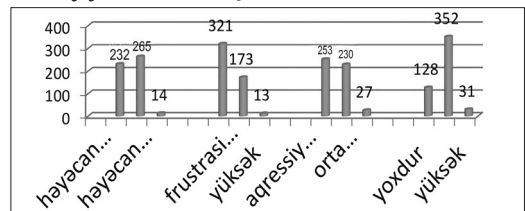
Gələcəklə bağlı məqsədlərə əsasən karyera qurmaq, yaxşı maddi vəziyyət, yaxşı ailə və saqlamlığı qorumaq aiddir.



**Şəkil 10.** «Həyatınızda nəyi dəyişmək istəyirsiniz?» – sualına yeniyetmə şagirdlərin verdikləri cavabların göstəriciləri

### Q.Ayzenkin “Psixi halların özünüqiymətləndirilməsi” testinin nəticələri

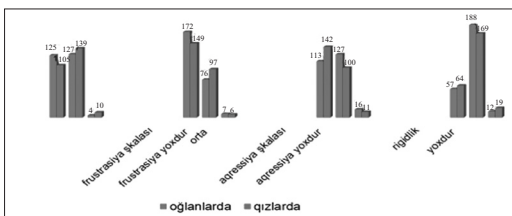
Bizim nəticələrə görə, 265 nəfər yeniyetmə şagirddə həyəcan orta səviyyədədir, 232 nəfər yeniyetmə şagirddə isə həyəcan aşağı səviyyədədir. Həyəcan orta səviyyədən yüksək olması göstərir ki, yeniyetmələrin əksəriyyətində uyğunlaşma problemi var və bu aradan qaldırılmalıdır. Qızlarda həyəcanlılıq oğlanlara nisbətən daha yüksəkdir. Yüksək həyəcanlılıq səviyyəsi 10 qızda, 4 oğlanda özünü göstərir. Faiz göstəricilərinin az olması bizə imkan verir qeyd edək ki, bu travma ilə bağlı deyil, daha çox fərdi-psixoloji xüsusiyyətlərdən qaynaqlanır. Orta səviyyə isə 139 qızda, 127 oğlanda müəyyən edilmişdir.



**Şəkil 11.** Məcburi köçkün yeniyetmələrin psixi vəziyyətinin göstəriciləri

Nəticələrə görə, 321 nəfər yeniyetmə şagirddə frustrasiya yoxdur, 173 nəfərdə orta səviyyədə, 13 nəfərdə isə yüksək səviyyədədir. Yeniyetmələrdə frustrasiya mövcudluğu, eləcə də aqressiyanın təzahürü göstərir ki, bu proses daxilə yönəlmişdir. Deməli, travma amilindən qaynaqlanır və uyğunlaşmaya neqativ təsir göstərir. Qızlarda da frustrasiya orta səviyyədə 97 nəfərdə müəyyən edilib, oğlanlarda isə 76 nəfərdə. Yeniyetmələrdə frustrasiyanın mövcudluğu, eləcə də aqressiyanın təzahürü göstərir ki, bu proses daxilə yönəlmişdir. Deməli, travma amillərindən qaynaqlanır və uyğunlaşmaya neqativ təsir göstərir.

Nəticələrə görə, 253 nəfərdə aqressivlik yoxdur, lakin 230 nəfərdə aqressivlik orta səviyyədədir. Aqressivlik oğlanlarda daha çox müəyyən edilib nəinki qızlarda. 127 nəfər oğlanlarda, 100 nəfər qızda. 16 nəfər oğlanda aqressivlik yüksək səviyyədədir.



Şəkil 12. Məcburi köçkün yeniyetmə oğlan və qızlarda psixi vəziyyətinin göstəriciləri

Nəticələrə görə, rigidlik 352 nəfərdə orta səviyyədə, 31 nəfərdə isə yüksək səviyyədədir. 186 nəfər oğlanda, 169 nəfər isə qızda müşahidə edilir. Eyni zamanda yüksək rigidlik qızlarda daha çoxdur.

“Mövcud olmayan heyvan” testinin nəticələrinə gəldikdə, çəkilməmiş rəsmlərin əksəriyyətində heyvanlarda çoxlu ayaq, əl, göz, qulaq təsvir edilmişdir.

Qeyd etmək lazımdır ki, təlimat zamanı yeniyetmələrin əksəriyyəti tapşırığı tam aydın başa düşmədiyi üçün, yəni mövcud olmayan heyvanı təsəvvür etməkdə çətinlik çəkib.

Çəkilməmiş heyvanları aşağıdakı qruplar üzrə təsnif etmək olar:

- Real həyatda rast gəlinən heyvanlar – təxəyyülün kasadlığı, intellektual, emosional pozuntu, yüksək həyəcanlılıq;
- İnsanabənzər heyvanlar (robotlar, kiborqlar və s.), yad planetli heyvanlar – ünsiyyət tələbatının ödənilməməsi;
- Təbiətdə deyil, müxtəlif dövrlərdə, miflərdə mövcud olmuş heyvanlar (dinozavrlar, drakonlar, kentavrlar, su pəriləri və s.).

Çəkilməmiş rəsmlərin təhlili göstərir ki, aqressiya müdafiəedici xarakter daşıyır və psixoloji müdafiə mexanizmi rolunda çıxış edir. Yeniyetmələrin əksəriyyətində müdafiə olunmağa ehtiyac müşahidə edilir:

## NƏTİCƏ:

Məcburi köçkün yeniyetmələrin sosial-psixoloji uyğunlaşmasında ciddi fərqlər var.

Müəyyən olundu ki, yeniyetməlik yaş dövrü üçün xarakterik olan tipik

xüsusiyyətlər məcburi köçkün yeniyetmələrdə daha qabarıq şəkildə özünü göstərir (rigidlik, frustrasiya, aqressiya, həyacan, özünə inamın aşağı olması, özünə qapanma, təşviş, qeyri-adekvat özünüqiymətləndirmə).

Məcburi köçkün yeniyetmələrin öz asudə vaxtlarının səmərəli təşkili üçün əlverişli şərait yoxdur və ətrafdakılarla ünsiyyətə girməkdə çətinlik çəkir. Bu baxımdan onların sosial kontakta fəal cəlb olunması üçün müvafiq mühit yaradılmalıdır.

Cinsi meyarlara görə oğlanlarda qızlara nisbətən aqressivlik və rigidlik daha yüksək olduğu müəyyənləşdirilmişdir. Qızlarda isə oğlanlara nisbətən həyacanlılıq daha yüksək səviyyədə təzahür edir.

Cəbhə bölgəsində yeniyetmələrin özünüaktuallaşdırma və özünügerçəkləşdirməsi üçün imkanlar həddən ziyadə məhduddur. Valideynlər və müəllimlər təlim və tərbiyə prosesində yeniyetmələri buna istiqamətləndirməlidirlər.

Apardığımız tədqiqatın nəticələri əsasında bir sıra təkliflər irəli sürə bilərik:

1. Müəllim və valideynlər tərəfindən yeniyetmələrin yaş və fərdi psixoloji xüsusiyyətlərinə uyğun təlim – tərbiyə prosesinin həyata keçirilməsi.

2. Məcburi köçkün yeniyetmələrin psixi vəziyyətinin yaxşılaşdırılması məqsədilə optimal sosial-psixoloji mühitin yaradılması (müxtəlif dərnəklərin, mədəni tədbirlərin, əyləncəli və intellek-

tual oyunların, elmi disputların, idman meydançalarının, şahmat məktəbinin, kitabxanaların və s. təşkili).

3. Məcburi köçkün yeniyetmələrin asudə vaxtının daha səmərəli təşkili üçün psixoloji proqramların (valideyn və müəllimlər üçün) hazırlanması.

4. Məcburi köçkün yeniyetmələrin cəmiyyətə daha intensiv inteqrasiyası məqsədilə onların ictimai işlərə daha fəal cəlb olunması.

5. Məcburi köçkün yeniyetmələrin şəxsi inkişafı ilə bağlı korreksiyaedici təlim və proqramların tərtibi.

6. Sağlam həyat tərzinin təbliği və maarifləndirmə işlərinin görülməsi.

7. Məcburi köçkün məktəblərində psixoloji xidmətin daha səmərəli təşkili və onların monitorinqinin həyata keçirilməsi.

### **Ədəbiyyat:**

1. Bayramov Ə.S., Əlizadə Ə.Ə. Psixologiya. Bakı, 2002, 672 s.

2. Məmmədli İ.M. Miqrantların identikliyinə formalaşmasında dəyərlərin rolu. Fəlsəfə doktoru dissertasiyasını avtoreferatı. Bakı, 2014, 23 s.

3. Qadın və uşaqlarda məcburi köçməyin travmatik nəticələrinin tədqiqi. Bakı: 2000, 17 s.

4. Багери М. Социокультурная динамика психического здоровья личности в ситуации преднамеренной и вынужденной миграции: дис. ... канд. психол. наук. М., 2005.25 с.

5. Палагина Н. С. Особенности социально-психологической адаптации мигрантов в преодолении жизненного кризиса: дис. ... канд. психол. наук. Таганрог, 2007, 25 с.

6. Психология беженцев и вынужденных переселенцев: опыт исследований и практической работы/Под ред. Г.У.Солдатовой. М.: Смысл, 2001, 279 с.

## **ОЦЕНИВАНИЕ СОСТОЯНИИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ВЫНУЖДЕННЫХ ПЕРЕСЕЛЕНЦЕВ ПОДРОСТКОВ**

*Алиев Б.Г., Алиева К.Р.,  
Мустафаев М.Г., Бюнятова А.Р.*

### **Абстракт**

В статье исследуются особенности проявления психологического состояния у беженцев и вынужденных переселенцев. Было установлено, что несмотря на то, что со времени переселения вынужденных переселенцев со своих родных мест прошло более 20 лет, тем не менее, психологические симптомы все еще проявляются и оказывают серьезное влияние на их деятельность, образ жизни и психическое здоровье. Это состояние сопровождается психосоматическими болями, регулярными невротическими проявлениями и депрессией. Необходимо учитывать эти факты для проведения неотложных мер, направленных на реабилитацию вынужденных переселенцев.

## **EVALUATION OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF INTERNALLY DISPLACED ADULESENTS**

*Aliyev B.H., Aliyeva K.R.  
Mustafayev M.H., Bunyatova A.R.*

### **Abstact**

The authors of the article examine manifestations of psychological state of refugees and internally displaced persons (IDPs). It was found that, despite the fact that more than 20 years have passed since the relocation of IDPs from their places of origin, however, psychological symptoms manifest and have a serious impact on their activities, lifestyle and mental health. This condition is accompanied by psychosomatic pains, regular neurotic manifestations and depression. These facts should be taken into consideration in order to undertake urgent measures aimed at the rehabilitation of internally displaced persons.

## ŞƏXSİYYƏTİN SOSIAL ADAPTASIYASININ TƏDQIQI İSTİQAMƏTLƏRİ\*

**Müşviq Mustafayev**

*BDU-nun sosial və pedaqoji psixologiya kafedrasının müəllimi, psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru*

**Südabə Hüseynova**

*AMEA-nın Qafqazşünaslıq İnstitutunun Elmi katibi, psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru*

**Günel Aslanova**

*BDU-nun psixologiya kafedrasının əməkdaşı*

**Açar sözlər:** *Sosial adaptasiya, integrasiya, psixoloji adaptasiya, şəxsiyyət, cəmiyyət, sosial norma, dəyər*

**Ключевые слова:** *социальная адаптация, интеграция, психологическая адаптация, личность, общество, социальная норма, ценность*

**Key words:** *social adaptation, psychological adaptation, personality, society, social norm, value*

Hər bir canlı orqanizm sistem-struktur səviyyəsində müvafiq adaptasiya mexanizmlərinə malik olur. Ancaq insanın adaptasiyası başqa səviyyələrdə baş verən adaptasiya proseslərindən əhəmiyyətli dərəcədə fərqlənir. İnsanın həyat fəaliyyəti yalnız bioloji adaptasiya ilə müəyyən olunmur.

Bu baxımdan adaptasiya problemi müxtəlif elmlərin qovşağında olan fundamental elmi problemlərdən biri olmaqla, həm pedaqoji, həm psixoloji, həm də tibbi-bioloji baxımdan

tədqiq olunur. Qeyd edək ki, insanın yeni şəraitə adaptasiyası prosesinin tədqiqi “adaptasiya” anlayışının hər-tərəfli təhlilini zəruri edir.

Adaptasiya – (adaptatio, adaptare, adaptio, adapto latın sözü olub təşkil etmək, tənzimləmək, uyğunlaşmaq deməkdir) orqanizm, şəxsiyyət və sistemlərin bütünlükdə dəyişən həyat şəraitinə və ya bu həyat şəraitinin ayrı-ayrı təsirlərinə uyğunlaşmasıdır və yeni şəraitdə olan davranış natamamlığını kompensasiya edir.

\*Bu iş Azərbaycan Respublikasının Prezidenti yanında Elmin İnkişafı Fondunun maliyyə yardımı ilə yerinə yetirilmişdir.

Qrant № EIF/MQM/ ELM-TƏHSİL-1-2016 -1(26)-71/09/5

Adaptasiya prosesi ikili xarakter daşıyır. Bu zaman şəxsiyyət yeni imkanlar qazanmaqla yanaşı eyni zamanda da artıq mövcud olanları yeniləyir. Fəaliyyətin effektivliyinin qorunması digər situasiyalara uyğunlaşmağa hazırlıq hesabına baş verir.

Adaptasiya qabiliyyəti yalnız dəyişən şəraitə uyğunlaşmada deyil, müxtəlif çətinlikləri dəf etməyə imkan verən davranış vasitələrinin inkişafında da təzahür edir.

Qeyd edək ki, insanın adaptasiya prosesi sosial amillərə əsasən müəyyən edilir. Bununla da adaptasiya ikitərəfli proses olub yalnız orqanizm və mühitin qarşılıqlı əlaqəsini deyil, həmçinin mühitin insanın tələbatlarına müvafiq olaraq dəyişilməsini də əks etdirir.

Tədqiqatçı F.Z.Meersonun fikrincə isə adaptasiya orqanizmin ətraf mühitə və ya özündə baş verən dəyişikliklərə uyğunlaşması prosesi kimi müəyyən edilir. Onun fikrincə təkamül prosesində qazanılan və irsən ötürülən genotipik adaptasiya ilə yanaşı fərdi həyat prosesində əldə edilən fenotipik adaptasiya da mövcuddur.

Fenotipik adaptasiya adı altında elə bir proses nəzərdə tutulur ki, onun nəticəsində orqanizm ətraf mühitin müəyyən amilinə qarşı dayanıqlılıq qazanır. F.Z.Meerson bu proseslərin mərhələlərini, yəni zəmanətli, təmi-

natlı adaptasiya sistemlərinin yaranmasını təhlil etmişdir. (3, s.12).

V.Q.Aseyev adaptasiyanın nəzəri cəhətlərini tədqiq edərək hesab edir ki, F.Z.Meersonun fenotipik adaptasiyanın mexanizmləri haqqında konsepsiyası yalnız bioloji əhəmiyyət daşıdır. Bu ideya sosial adaptasiya prosesinin bioloji adaptasiya prosesi ilə qarşılıqlı əlaqəsinin tədqiqinə elmi yanaşma kimi istifadə edilə bilər (4, s.16).

Q.Selye daimi adaptasiya prosesini həyat anlayışı ilə eyniləşdirir. Onun tərəfindən stress haqqında əldə edilmiş biliklərin mərkəzini adaptasiya sindromu anlayışı təşkil edir. Adaptasiya sindromu anlayışı mürəkkəb həyat şəraitinə adaptasiya olunmaq üçün orqanizmin psixofizioloji resurslarının səfərbərliyini təmin edir.

Elmi ədəbiyyatda adaptasiya prosesinin 3 mərhələsini ayırd edirlər. İlk mərhələ köhnə homeostaz proqramının pozulmasıdır: bu zaman mürəkkəb vəziyyət yaranır, köhnə proqram artıq effekt vermir, yeniləri isə ya hələ ki, yaranmayıblar, ya da mükəmməl deyillər. Bu mərhələdə adekvat tənzimləmə proqramının olmadığı mürəkkəb dövrə “dözməyə” imkan verən müvəqqəti adaptasiya mexanizmləri işə düşür. Bu mərhələdə adaptasiyanın mühüm komponenti davranış adaptasi-

yasıdır. Bu dövrdəki davranış reaksiyaları adaptogen amillərin fəaliyyətini minimallaşdırmağı təmin edən müdafiə funksiyası daşıyırlar.

Adaptasiya prosesinin ikinci mərhələsi – yeni tənzimləmə mexanizmlərinin homeostatik tənzimləmənin yeni strukturlarının qurulmasından ibarətdir.

Adaptasiyanın üçüncü mərhələsi isə sabit adaptasiya mərhələsi olub, adaptasiya göstəricilərinin, o cümlədən fəaliyyətin yeni, daha optimal səviyyədə özünü göstərən effektivlik parametrlərinin sabitləşməsi ilə xarakterizə olunur.

Adaptasiya prosesinin müxtəlif nöqtəyi-nəzərdən tədqiq edilməsi fizioloqlara belə hesab etməyə imkan verir ki, “orqanizm-mühit” sisteminin tarazlaşdırılması, mövcud dəyişənlərin eyni hədudlarda qorunması orqanizm tərəfindən tamamilə passiv bir prosesdir. Belə şəraitlərdə orqanizm özü tarazlığı pozaraq özünün daxili dəyişənlərini aktiv şəkildə optimallaşdırmağa cəhd edir.

Tibbi-fəlsəfi baxımdan adaptasiya prosesini bioloji uyğunlaşmanın adaptiv-kompensator konsepsiyası kimi nəzərdən keçirirlər. Adaptasiyanı mühitin təsiri altında biosistemin dəyişməsi ilə əlaqədar uyğunlaşmanın tərkib hissəsi hesab etməklə müəlliflər “kompensasiya” anlayı-

şını irəli sürürlər, adaptasiya və kompensasiyanı vəhdətdə götürürlər.

Şəxsiyyətin sosial-psixoloji adaptasiyasının əsas məsələləri Respublikamızın və xarici tədqiqatçıların – Ə.S.Bayramov, K.R.Əliyeva, R.H.Qədirova, A.A.Ball, F.B.Berezin, L.İ.Bojoviç, Q.S.Kostyuk, A.N.Leontyev, İ.A.Malaşixina, V.A.Petrovski, J.Piaje, Z.Freyd, E.Erikson və s. işlərində əks olunmuşdur.

Q.A.Ball adaptasiya anlayışına real sistemin komponentləri arasında tarazlığın yaradılmasının universal amili kimi yanaşır. Tədqiqatçı qeyd edir ki, mövcudluğun qanunauyğunluğu prinsiplərinin təzahüründə meydana çıxan tarazlığın əldə edilməsi tendensiyası materiyanın inkişafının bütün səviyyələrində özünə yer tutur. Onun fiziki fəaliyyətindən sosial davranışına qədər bütün formalarını əhatə edir. Onun fikrincə, adaptasiya nəinki əvvəldə verilmiş bir sıra münasibətin qorunub saxlanması və canlandırılmasına istiqamətlənmişdir, o həmçinin psixikanın hədudlarından kənara çıxan bir prosesdir (3, s.10).

V.Q.Berezin hesab edir ki, adaptasiya insana xas fəaliyyətin həyata keçirilməsinin nəticəsində şəxsiyyət və onu əhatə edən mühit arasında optimal uyğunluğun yaradılması prosesidir. Bu proses fərdə aktual tələbatları ödəmək və onunla bağlı olan

əhəmiyyətli məqsədləri həyata keçirməyə (psixi və fiziki sağlamlığın qorunması zamanı) imkan yaradır, eyni zamanda da insanın psixi fəaliyyətinin, onun davranışının mühitin tələbləri ilə uzlaşmasını təmin edir.

Tədqiqatçının fikrincə, psixi adaptasiya “fərd-mühit” sistemində adekvat münasibətlərin qorunub saxlanması əhəmiyyətli rol oynayır. V.Q.Berezin psixoloji adaptasiyanın aşağıdakı səviyyələrini ayırd edir:

– fərdi-psixoloji səviyyə – özündə insanın şəxsi və tipoloji xüsusiyyətlərini, onun aktual vəziyyətini (motivasiya, qabiliyyətlər, özünüdərk inkişaf səviyyəsi, özünənəzarət, özünütənzim, temperament, emosional və intellektual sferanın xüsusiyyətləri və s.) ehtiva edir. Bu səviyyədə psixi tarazlığın, psixi sağlamlığın qorunub saxlanması həyata keçirilir.

– sosial-psixoloji səviyyə – özündə mikrososial təsirin xüsusiyyətlərini birləşdirir. Bu səviyyədə adekvat şəxsiyyətlərə təsirin formalaşması, sosial əhəmiyyətli məqsədlərin əldə edilməsi həyata keçirilir və adaptasiya prosesinin aşağıdakı əsas tipləri ayırd edilir: sosial mühitə aktiv təsiri ilə xarakterizə olunan birinci tip və passiv mənsubluğu ilə xarakterizə olunan (qrupun məqsəd və istiqamətinin konformist şəkildə qəbul olunması) ikinci tip. Adaptasiya prosesinin bu tipi fərdin tələbat

və motivlərinin strukturundan asılı olaraq formalaşır və qrup və şəxsiyyətlərə təsir prosesində ortaya çıxır. (3, s.17).

Adaptasiya prosesində insan qrupun normalarını, qrup üzvlərinin fəaliyyətinin üsul və vasitələrini mənimsəyir. Subyekt özünü şəxsiyyət kimi göstərmək tələbatını qrupdakı norma və dəyərləri mənimsəmədən, fəaliyyətin üsul və vasitələrinə yiyələnmədən ödəyə bilməz.

Şəxsiyyətin inkişafı mövqeyindən “adaptasiya olmamaq” anlayışını elmə gətirən V.A.Petrovskinin işləri xüsusi maraq kəsb edir. Bu anlayış özünəməxsus mənasını itirərək insanın imkanlarının böyüməsi və inkişafı kimi nəzərdən keçirilir. İnkişaf edən şəxsiyyətin nüvəsini təşkil edən subyektin qeyri-adaptiv aktivliyi meydana çıxır. Adaptivlik – məqsədyönlü sistemin fəaliyyətinin məqsəd və nəticələrinin uzlaşmasıdır. Qeyri-adaptivlik – fərdin aktivliyinin məqsəd və nəticəsi arasındakı ziddiyyəti göstərir: niyyət davranışla üst-üstə düşmür. Bu ziddiyyət fərdin mövcudluğu və inkişafının mənbəyidir. V.A.Petrovski qeyri-adaptivliyi şəxsiyyətin dinamik təşkilinin prinsipi kimi şərh edir (4, s.21).

Beləliklə, insanın adaptasiyası insanı fəaliyyətin subyektini kimi bioloji və psixi xassələrin əsasında inkişaf edən və fərdin tərbiyə olunduğu və



yaşadığı mədəniyyətin və cəmiyyətin strukturunun təsiri nəticəsində meydana çıxan, onun davranışına təsir göstərən sabit xüsusiyyətlərin kompleksi kimi nəzərdən keçirmək olar.

Sosial adaptasiya, fərdlərin sosial mühitə fəal şəkildə uyğunlaşması prosesidir. Bu insanın müəyyən biososial funksiyaları yerinə yetirmək, adekvat münasibət və başqaları ilə ünsiyyət qurmaq, özünüifadə etmək qabiliyyəti və cəmiyyətin gözləntilərinə uyğun davranması kimi özünü göstərir.

İnsanlar tarix boyu müəyyən bir cəmiyyətin və ya birliyin üzvü kimi fəaliyyət göstərirlər. Bu isə öz növbəsində insanların bir arada yaşamalarını, bir-birləri ilə əlaqə yaratmalarını və beləliklə də bəzi ortaq dəyərlərin meydana gəlməsini təmin etmişdir. Bu isə zamanla hər cəmiyyətin özünə xas bir həyat tərzinin yaranmasına səbəb olmuşdur. Xüsusi qayda və qanunlar əsasında formalaşan cəmiyyət varlığını davam etdirə bilmək üçün sahib olduğu mədəni sistemi nəsildən-nəslə ötürmək məcburiyyətində qalmışdır. Bu da, fərdlərin təşkilatlanmış birlik həyatının qəbul və təsdiq etdiyi forma və prosedurlara uyğun gəlməsiylə reallaşmışdır.

Sosial adaptasiya ümumi olaraq fərdin mövcud olduğu qrupun nor-

malarını, dəyərlərini, mövqelərini və xarakteristik dilinin əldə etməsi prosesini özündə ehtiva edir. Bu mədəni elementlərin qazanılması əsasında, fərdin şəxsiyyətə çevrilməsi baş verir. Bu baxımdan sosial adaptasiya fərdin sosial-iqtisadi şəraitə, rol funksiyalarına, cəmiyyətin həyat fəaliyyətinin müxtəlif səviyyələrində təşəkkül tapan normalara, qruplara və sosial təşkilatlara və təsisatlara uyğunlaşması kimi təhlil edilə bilər.

Ümumiyyətlə sosial-psixoloji istiqamətdə aparılan tədqiqatlarda sosial adaptasiya, həmişə müəyyən bir cəmiyyət içində fəaliyyət göstərən mexanizm kimi nəzərdən keçirilmişdir. Başqa sözlə desək, sosial adaptasiya zaman və məkanla məhdudlaşan müəyyən bir cəmiyyətdə reallaşır. Bu baxımdan, sosial adaptasiya insanın yaranmasıyla meydana gəlmiş, primitiv cəmiyyətlərdən müasir cəmiyyətlərə qədər hər bir cəmiyyət üçün mühüm əhəmiyyət kəsb etmişdir.

Çünki dünyaya bioloji varlıq kimi gələn insan sosial adaptasiya nəticəsində cəmiyyətin dəyərlərini, normalarını və keçmiş təcrübəsini mənimsəyərək onun bir üzvünə çevrilir. Bu proses vasitəsilə fərd sosiallaşaraq şəxsiyyətə çevrilir. Beləliklə insan, fərdi fərqlərinə baxmayaraq, cəmiyyətlə inteqrasiya olunmağı, cəmiyyətin müəyyən etdiyi davranış

və etiket qəliblərinə uyğun olaraq fəaliyyət göstərməyi öyrənir. Digər tərəfdən, sosial sahədə meydana gələn inkişaf (modernləşmə, sənayeləşmə, postmodernləşmə və qloballaşma kimi), cəmiyyət və sosial ətraf şəxsiyyətin formalaşmasına əhəmiyyətli şəkildə təsir göstərir. Bu inkişaf, həyatımızın hər sahəsində dəyişmə və inkişafın sürətlənməsinə səbəb olur. Belə vəziyyət, fərdin sosial adaptasiya təcrübəsini müəyyənləşdirən düşüncələrində bir sıra fərqliliklərin yaranması ilə və sosial adaptasiya şərtlərinin dəyişməsi ilə də nəticələnə bilər.

Sosial adaptasiya, hər şeydən əvvəl müəyyən bir cəmiyyətdə reallaşmaqdadır. Yəni hər fərd, ancaq doğulduğu və fəaliyyət göstərdiyi cəmiyyət tərəfindən sosiallaşdırılır. Buna görə, sosial adaptasiya özbaşına inkişaf edən bir proses deyil. O, daha çox, cəmiyyəti meydana gətirən, formalaşdıran ailə, məktəb, inzibati vahidlər, dərnəklər, qruplar, yoldaşlar, qonşular kimi müxtəlif sosial amillərin təsiri əsasında yaranır. Bu baxımdan bir sıra tədqiqatçılar şəxsiyyətin sosial adaptasiyasına təsir göstərən amilləri əhəmiyyətinə görə -birincili qruplar (əsas) və ikincili qruplar (köməkçi) olmaqla iki yerə bölürlər. Şəxsiyyətin sosial adaptasiyasına təsir göstərən birincili qruplara ailə, ikincili qruplara isə status,

yaşayış və bioloji qruplara aid etmək mümkündür. Hər iki qrup, bir-birindən ayrı deyil, əksinə bir yerdə fəaliyyət göstərir və şəxsiyyətin cəmiyyətə uğurlu adaptasiya olunmasına əhəmiyyətli şəkildə təsir göstərirlər.

Qeyd edək ki, sosial səviyyədə adaptasiya bir sıra xüsusiyyətlərə malikdir. Onları aşağıdakı kimi qruplaşdırma bilərik:

- Sosial mühitə uyğunlaşma prosesi şüurun fəal iştirakı ilə həyata keçirilir;
- Uyğunlaşmanın fiziki şəxslərə münasibət də meydana gəldiyi mühitə tamamilə fərqli xarakter daşıyır;
- Şəxs uyğunlaşma nəticələrini passiv qəbul edir və onları sosial şəraitə uyğun olaraq dəyişdirə bilər;
- Sosial adaptasiya prosesi qrupların və kollektivlərin qarşılıqlı fəaliyyəti əsasında baş verir.

Sosial adaptasiya probleminin düzgün həllinin böyük praktiki əhəmiyyəti vardır. Bu problemlərin hamısının deyil, hətta bir qisminin belə düzgün həlli gəncləri cinayətdən uzaqlaşdırma, onların cinayətə yuvarlanmasının qarşısını ala bilər.

Məlumdur ki, həyatda müstəqil addım ilk dəfə gənclik dövründə atılır. Lakin çox vaxt təcrübəsizlik və sairə səbəblər üzündən həyata atılan bu ilk addım gənclərin hamısında uğurlu olmur. Sosial adaptasiya məsələlərinin düzgün həlli gənclərin

həyata atdıqları ilk addımlarla bağlı səhvlərini xeyli azaldır, onları cəmiyyətə zidd, əxlaqsız hərəkətlərdən uzaqlaşdırır.

Sosial adaptasiya müxtəlif ictimai quruluşlarda müxtəlif formalarda gedir. Əxlaqi və mənəvi dəyərlərə üstünlük verilən cəmiyyətdə sosial adaptasiya prosesi və onun mahiyyəti prinsiplial olaraq dəyişir. Yəni belə şəraitdə fərd özü şüurlu surətdə, azad şəkildə hamı tərəfindən qəbul olunmuş sosial norma və qaydaları mənimsəyir. Bununla əlaqədar olaraq, qeyd etmək lazımdır ki, bəzən insanın ətraf mühitə, yaşadığı mühitə uyğunlaşması səhv olaraq birtərəfli proses kimi təhlil olunur. Əslində isə insanın mühitə uyğunlaşması, mühit ilə əlaqəsi ikitərəfli, qarşılıqlı prosesdir. İnsanın hərəkətləri, reaksiyaları, fəaliyyəti yalnız onun real imkanlarının təzahürü olmayıb, həm də ona mühit tərəfindən olan təsirlərə cavabdır. Bu təsirin məzmunu, forması, intensivliyi, eləcə də insanın bu təsirlərə verdiyi cavabın istiqaməti onun davranışının məzmununu şərtləndirir. (1, s. 641).

Sosial adaptasiyanın mahiyyətini şəxsin davranışının sosial mühitin tələblərinə müvafiqliyi təşkil edir. İnsanın reaksiyaları sosial mühitin təsir və tələblərinə cavab kimi təzahür etsə də, bu, heç də onun öz hərəkət və davranışında azad olmaması

demək deyildir. Sosial mühit insana müxtəlif davranış forma və üsulları təklif edir.

İnsan mühit tərəfindən ona təklif edilən müxtəlif davranış formalarından istədiyini seçə bilər. Deməli, davranış formasının seçilməsində insan azaddır, müstəqildir. Onun seçmək, götür-qoy etmək, bu və ya digər davranış üsuluna üstünlük vermək imkanı vardır. Əgər insan müəyyən müddət ərzində hər hansı davranış üsuluna üstünlük verirsə, onun davranışı tədricən səciyyəvi xüsusiyyətlər kəsb edir. Burada bir maraqlı məsələni xüsusi olaraq qeyd etmək lazımdır. Əgər şəxsin seçdiyi davranış formaları cəmiyyətin tələbi baxımından müsbət keyfiyyət və istiqamətlə səciyyələnirsə, bu zaman onun mühitə uyğunlaşmaq qabiliyyəti artır, çoxalır, güclənir. Həmin şəxs öz hərəkətlərinin, davranışının qarşıya çıxan həyati situasiyalara müvafiqliyini daha bacarıqla təmin edir. Əksinə, şəxsiyyətin seçdiyi davranış formaları cəmiyyətin tələbləri baxımından mənfi xüsusiyyətlərlə səciyyələnirsə, yəni həmin tələblərə ziddirsə, onda normal sosial şəraitə adekvat olmayan davranış tərziformalaşır. Nəticədə həmin şəxsin cəmiyyət tərəfindən qəbul edilmiş, bəyənilmiş normalara münasibəti dəyişir. Beləliklə, şəxs ilə onu əhatə edən mühit arasında uyğunsuzluq, qeyri-

adekvatlıq yaranır. Lakin belə bir vəziyyətdə də bu və ya digər davranış formasını seçməyə imkan vardır (1).

Ədalətli cəmiyyət insana düzgün yol, düzgün həyat tərzi seçmək üçün hər cür imkan və şərait yaradır. Lakin, bu heç də demək deyildir ki, belə cəmiyyət şəraitində adaptasiya prosesi avtomatik şəkildə baş verir, heç bir qayğı, diqqət, səy və ya tədbir tələb etmir. İnsanın həyata qoşulması, daxil olması həmişə fərdi xarakter daşıyır. Bəzən ictimai həyata qoşulmaq üçün insan lazımı davranış forması seçə bilmir və ya seçdiyi davranış forması qüsurlu, nöqsanlı və bəzən də təhlükəli olur. Ona görə də sosial adaptasiya ləng, çətinliklə gedir. Bu çətinlik mənfi şəraitlə birləşdikdə insanı cinayətə gətirib çıxarır. Ona görə də şəxsin törətdiyi cinayət, sadəcə olaraq, başqaları hesabına faydalanmaq deyil, müəyyən sosial-psixoloji mühitə cəmiyyət üçün zərərli bir reaksiya, cavabdırsa, o zaman cinayətin qarşısını almaq üçün fərdi cəmiyyət ilə əlaqəsini, qarşılıqlı münasibət və təsirini yaxşılaşdırmaq lazımdır. Belə hallarda bəzən ailə vəziyyətini yaxşılaşdırmaq, bəzənsə uşaq klubları açmaq, idman meydançaları düzəltmək, asudə vaxtı düzgün təşkil etmək, avaraçılıq edən, küçələrdə veyillənən yeniyetməni işə cəlb etmək və s. yaxşı nəticə verir. (1, s. 642).

Sosial və ya bioloji cəhətlərinin tədqiq edilməsindən asılı olaraq “adaptasiya” anlayışı fərqli mənə kəsb edə bilər. Şəxsiyyətin adaptasiyasının təbiət səviyyəsində nəzərdən keçirilməsi bioloji, fizioloji və psixoloji adaptasiyanın ayırd edilməsini özündə ehtiva edir. Adaptasiyanın biologiya, fiziologiya və psixologiyadakı müasir nəzəriyyələrinin inkişafı bir sıra tədqiqatçıların əsərlərində əks olunub (J.Piaje, Z.Freyd, E.Erikson, A.Adler, F.Z.Meerson, Q.Selye, A.D.Slonim, V.Q.Berezin, D.N.Uznadze, V.A.Petrovski, Ə.S.Bayramov, K.R.Əliyeva, R.H.Qədirova və başqaları).

Adaptasiya problemini təhlil edən neofreydistlər adaptasiya prosesini şəxsiyyətin sosial aktivliyi kontekstində nəzərdən keçirir. Müasir psixanalitiklər hələ Freyd tərəfindən elmə gətirilmiş “alloplastik” və “autoplastik” dəyişikliklər anlayışından geniş istifadə edirlər və buna müvafiq olaraq psixoloji adaptasiyanın iki növünü fərqləndirirlər:

– Alloplastik adaptasiya xarici mühitdə elə dəyişikliklərlə əldə edilir ki, bu dəyişikliklər insan tərəfindən öz tələbatları ilə qarşı-qarşıya qoyulduqda meydana çıxır.

– Autoplastik adaptasiya şəxsiyyəti mühitə uyğunlaşdıran dəyişiklikləri ilə (onun strukturu, bacarıq və vərdisləri) ilə həyata keçirilir. (5, s. 146).

Psixoanalitik istiqamətin tərəfdarlarının işləri arasında E.Eriksonun konseptual yanaşmasını ayırd etmək olar. Onun konsepsiyasında adaptasiya prosesi belə ifadə edilir: ziddiyət-həyəcan-fərd və mühitin müdafiə reaksiyaları-harmonik tarazlıq və ya konflikt.

Sosial mühitə adaptasiya təkcə insanın situasiyanı müəyyən etməsindən deyil, eyni zamanda adaptasiya ilə bağlı olan emosional vəziyyətdən də asılı olur. Bu vəziyyət onun davranışını və şəxsiyyətlərarası münasibətləri tənzim edir.

J.Piajenin konsepsiyasına nəzərən, adaptasiya həm biologiyada, həm də psixologiyada bir-birinə zidd istiqamətlənmiş proseslərin: akkomodasiya və assimilyasiya proseslərinin vəhdəti kimi nəzərdən keçirilir. Onlardan birincisi mühitin xüsusiyyətləri ilə birgə subyektin orqanizm və davranışının modifikasiyasını təmin edir. İkinci proses bu mühitin bu və ya digər komponentlərini orqanizmin strukturuna müvafiq olaraq yenidən işləyərək və subyektin davranış sxeminə daxil edərək dəyişir. Göstərilən proseslər bir-biri ilə sıx bağlıdır və bir-birini şərtləndirir. Assimilyasiya olmadan akkomodasiya olmadığı kimi, akkomodasiya olmadan da assimilyasiya yoxdur.

J.Piajenin sözlərinə görə, “adaptasiya orqanizmin mühitə və ya əksinə, mühitin orqanizmə təsiri arasında tarazlığı bərpa edir”. Adaptasiyanın səbəblər və mənbələri anlayışı altında adətən adaptasiya obyektinin dəyişilməsini (təbii və ya sosial mühitin), yaxud da adaptasiya subyektinin, yəni insanın dəyişilməsini başa düşürlər. (6, s. 327).

Adaptasiya insana xas fəaliyyətin həyata keçirilməsinin nəticəsində şəxsiyyət və onu əhatə edən mühit arasında optimal uyğunluğun yaradılması prosesidir. Bu proses fərdə aktual tələbatları ödəmək və onunla bağlı olan əhəmiyyətli məqsədləri həyata keçirməyə (psixi və fiziki sağlamlığın qorunması zamanı) imkan yaradır, eyni zamanda da insanın psixi fəaliyyətinin, onun davranışının mühitin tələbləri ilə uzlaşmasını təmin edir. Adaptasiya prosesində insan qrupun normalarını, qrup üzvlərinin fəaliyyətinin üsul və vasitələrini mənimsəyir. Subyekt özünü şəxsiyyət kimi göstərmək tələbatını qrupdakı norma və dəyərləri mənimsəmədən, fəaliyyətin üsul və vasitələrinə yiyələnmədən ödəyə bilməz. Şəxsiyyətin adaptasiya olunmasının əsas meyarı kimi onun mühitlə inteqrasiyası dərəcəsi nəzərə alınır.

**Ədəbiyyat:**

1. Bayramov Ə.S., Əliyev V.H. *Hüquq psixologiyası*. Bakı: Təhsil, 2012, 656 s.

2. Əliyev V.H. *Şəxsiyyət probleminə yeni baxış / Elm XXI əsrin astanasında elmi-praktik konfransın materialları* Bakı: Renassans, 1998, s.3

3. Березин Ф.Б. «Психическая и психофизиологическая адаптация человека». Л., 1988. с.13-21.

4. Петровский А.В. Проблема развития личности с позиции со-

циальной психологии // Вопросы психологии. 1984, № 4. с. 15-29.

5. Фрейд З. Неудовлетворённость культурой. Тексты по истории социологии XIX–XX веков. Хрестоматия. М.: Наука, 1990, с.144-149

6. Кэлвин С. Холл, Г.Линдсей. Теории личности. М.: 2009, 679 с.

7. Cleaver F. 'Institutions, agency and the limitations of participatory approaches to development', in Cooke, B. and Kothari, U. (eds.) *Participation: The New Tyranny?* London: Zed Books, 2001, p. 36–55.

## **НАПРАВЛЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ**

*Мустафаев М.Г., Гусейнова С.Н., Асланова Г.М.*

### **Абстракт**

Данная статья посвящена исследованию проблемы личностной адаптации личности. Отмечено, что адаптированный организм – это адаптация индивидов и систем к изменяющимся условиям жизни или различным воздействиям этих условий жизни. Также описаны уровни, типы, принципы психологической адаптации.

В то же время взаимосвязь между культурой и адаптацией анализируется как с теоретической, так и с практической точек зрения, чтобы выявить психологическое содержание социальной адаптации личности. Важную роль играет культура в организации адаптации. Информация, которую мы представляем, и анализ, который мы проводим, формулируют первоначальные концепции о взаимодействии между культурой, благополучием и адаптацией и предлагают выбор возможных действий.

**DIRECTIONS OF RESEARCH OF THE PROBLEM  
OF SOCIAL ADAPTATION OF PERSONALITY**

*Mustafayev M.H., Hüseynova S.N, Aslanova G.M.*

**Abstract**

The article focuses on the study of the problem of social adaptation of personality. It is noted that the adaptation is integration of body, individual and systems to the changing living conditions or to the various effects of these living conditions. It also describes the levels, types, principles of psychological adaptation.

At the same time, the relationship between culture and adaptation is analyzed both from a theoretical and practical point of view to reveal the psychological content of the social adaptation of personality. An important role played by culture in organizing adaptation is clarified. The information we presented and the analyzes we made formulate initial concepts about the interaction between culture, welfare and adaptation, and offer a choice of potential action.

---

## MUSİQİ – ÖYRƏNMƏ PROSESİNİ SƏMƏRƏLİ EDƏN PSIXOLOJİ TƏSİR VASİTƏSİ KİMİ

*Bahar Bəylərova-Ələkbərova,*

*ARTİ-nun “Psixologiya və yaş fiziologiyası”*

*şöbəsinin böyük elmi işçisi*

*E-mail: beylerova.b@hotmail.com*

*Açar sözlər: psixologiya, musiqi, intellekt, təlim, tərbiyə*

*Ключевые слова: психология, музыка, интеллект, обучение, воспитание*

*Key words: psychology, music, intelligence, education, training*

*İncəsənəti həyatına qatan, həyatını incəsənətə çevirər...*

*İncəsənətsiz qalan bir uşağın həyatla olan bağlarından biri qopmuşdur deməkdir!*

*“Hər uşaq bir sənətkardır. Əsas məsələ böyüyəndə necə sənətkara çevriləcəyimizdir”*

*Pikaso*

### **Giriş**

Hər bir cəmiyyətdə tərbiyə və təlim həmin cəmiyyətin başlıca vəzifələrindən birini təşkil edir. Bu məsələ bəşəriyyətin daim diqqət mərkəzində olan bir problemdir. İnsan amilinin aparıcı rola malik olduğu hazırki dövrdə gənc nəslin elmi dünyagörüşünə, yüksək əxlaqi keyfiyyətlərə malik olan, ahəngdar inkişaf etmiş, ictimai cəhətdən fəal olan, mənəvi zənginliyi, əxlaqi saflığı və fiziki kamilliyi özündə birləşdirən şəxsiyyət kimi tərbiyə olunması, formalaşdırılması, ən vacib, təxirəsalınmaz vəzifə kimi qarşıda durur. Böyüməkdə olan

nəslə elmlərin əsasları haqqında dərin, hərtərəfli və möhkəm biliklər vermək, onlarda həmin biliklərdən istifadə edə bilmək, onları təcrübəyə tətbiq etmək bacarığının yaradılması müasir dövrün ən ciddi tələbləri kimi qarşıda durur.

Tədqiqatda böhran dövrü hesab edilən yeniyetməlik yaş dövrünü çətin keçirən və öyrənmə prosesində ləngimələri olan şagirdlərə dəstək olmaq və onların cəmiyyətə inteqrasiyasında musiqi dən istifadənin geniş imkanlara malik olması fikri aparıcı ideyalardan biridir. Müxtəlif tarixi hadisələrin və tədqiqatların



təhlili göstərmişdir ki, ənənəvi psixoloji metodların çarəsiz qaldığı məqamlarda musiqi effektiv təsir vasitəsi kimi istifadə edilə bilər. Digər tərəfdən müşahidə edilmişdir ki, təlim-təربiyədə, tibdə canlıların psixologiyasına ən effektiv təsirin vasitələrindən biri məhz musiqidir. Buna Osmanlı dövründə tibbdən istifadə, musiqi ilə müalicə üçün xüsusi akustikalı xəstəxanaların tikilməsi, 1977-ci ildən Amerika musiqi ilə müalicəni bir elm sahəsi olaraq qəbul etməsi kimi faktlar əyani sübutdur. Bəşəriyyət tarixinin bütün dövrlərində təhsil və tərbiyə sistemində musiqinin vacibliyi müxtəlif mütəfəkkirlər tərəfindən daim vurğulanmış və bu sahədə maraqlı təklif və tövsiyələr irəli sürülmüşdür. Musiqinin əhəmiyyəti haqqında dahilərin bəzi fikirlərinə nəzər salaq.

Şərq filosofu Konfusi demişdir: “Musiqi olduğu zaman insanlar arasındakı münasibətlər düzəlir, gözlər parıldayır, eşitmə iti olur. Qanın hərəkəti və dövrü sakitləşir”. O, musiqinin insanlara təsiri barədə bir sıra maraqlı fikirlərin də müəllifidir.

Platon və Aristotel musiqi incəsənətini ən mühüm və təsirli tərbiyə vasitəsi hesab etmişlər. Onların fikrincə ritm və harmoniya bütün vasitələrdən daha çox insanın qəlbinin dərinliklərinə nüfuz edir və onun ruhi aləminə, mənəvi dünyasına güclü

təsirlər edir. Aristotel hesab edirdi ki, musiqi insanın ictimai həyatla həmahəngliyini təmin etməyə xidmət etməlidir.

Hippokrata görə tibbin digər vasitələrinin faydasız qaldığı xəstəliklərdə musiqinin yoxlanılması vacibdir.

Pifaqora görə səslərin harmoniyasının nəticəsi olan musiqi bədəndəki harmoniyanın pozulduğu zamanlarda ən təsirli vasitədir. O ümitsizliyə düşən insanları və ya tez hirsələnən xəstələri müəyyən melodiylarla müalicə edəbilmə imkanını araşdırmışdır.

Qalan musiqinin əqrəb və böcək sancmalarına qarşı bir zərdab olduğunu söyləyir. Asenoap xəstə bölgənin üzərində çalğı çalaraq ağrını müalicə etmişdir.

Aristidis, Teofrast, Platon, Vifiniyalı Asklepind, Ksenokrat, Siseron və Selsus musiqi ilə ruhi xəstəlikləri müalicə etmişlər. Vifiniyalı Asklepind xroniki xəstəliklərin müalicəsində Finikiy üsulu qaboy çalmağı təklif etmişdir.

L.N.Tolstoy qeyd edirdi ki, insanların maddi tələbatlardan daha çox incəsənətə ehtiyacları var. Bu ehtiyac rəssamların, musiqiçilərin və pedaqoqların istək və arzularından deyil, həyatın və cəmiyyətin öz zərurətindən qaynaqlanır.

Ü.Hacıbəyovun fikrincə, incəsənətin bütün növləri təbii surətdə in-

kişaf edərsə, onda xalqın estetik və əxlaqi tərbiyəsinə hərtərəfli təsiri bərdə söhbət aparmaq mümkündür.

Bütün dünya estetik fikrində ümumən qəbul olunmuş haldır ki, musiqi sənəti yalnız estetik zövq aşılaraq, həmçinin insanları tərbiyələndirir, öyrədir, kamilləşdirir. Bu əslində bütün incəsənət sahələrinin ən yüksək məqsədi və amallarındandır.

Qloballaşan, mədəniyyətlərin bir-birinə ciddi təsir, bəzən də təzyiq göstərdiyi bir zamanda tərbiyə olunmaq da çətindir, tərbiyə etmək də. Hazırkı dövrdə, gənc nəslin tərbiyə işində uşaqlara tərbiyəvi mühazirə oxumaq, öyüd vermək və ya tənbehtənqid etmək məsələsi çıxış yolu deyildir. 21-ci əsrin gənc nəslinə təsir yolu başqa cür olmalıdır. Hazırda tərbiyə məsələlərinə ənənəvi yanaşma insanları uzaqlaşdırır, münasibətləri korlayır, valideyn-övlad, müəllim-şagird münasibətlərinə ciddi neqativ təsirlər göstərməkdədir.

Qeyd edək ki, ənənəvi təhsil yanaşmasında uşaqlar dərslər, ev tapşırıqları ilə yüklənir və uşaqlıq dövrlərinin yaşanması (xəyal qurmaları, fiziki aktiv həyat tərzini və s.), onun digər tələb və ehtiyacları ikinci plana keçir. Hazırkı dövrdə azyaşlı uşaqlara təcavüz, yeniyetmələrin təcavüzü, məişət zəmnində ölümlə nəticələnən münaqişələr, zibil qutularına atılan körpələr, məktəblilərin intihar

etmələri – psixoloji vəziyyətlərinin müvazinətsiz olması, mənəviyyat cəhətdən zəiflik – bütün bunlar təlim-tərbiyə işində yol verilən nöqsanların, laqeyidliklərin nəticəsidir.

Bioqrafik təhlillər göstərir ki, bir qayda olaraq, cəmiyyətdə sonradan dahi kimi qəbul edilən insanların böyük bir qismi məktəbdə pis oxuyan, uğursuz hesab edilən şagirdlər olublar. Məsələn, məktəbdə musiqi dərslərindən iki almış Üzeyir Hacıbəyli, fizikadan aşağı qiymətlər almış, ən sadə işlərə belə düzələ bilməyən A.Eynştein, məktəbdən “sizin oğlunuz axmaqdır, məktəb onun yeri deyil” deyib uzaqlaşdırılan, lampa ixtiraçısı T.A.Edison, iki il sinifdə qalmış A.Çexov, diplom alarkən sıranın sonlarında dayanan A.S.Puşkin, həmişə sözləri səhv yazan L.V.Bethoven, sinifdə ən pis oxuyan şagird olan İ.Nyuton və s. şəxsiyyətləri buna misal kimi göstərmək olar. Lakin nəzərə alınmalıdır ki, heç də hər kəs sonradan özünü təsdiq edə bilmir. Məktəblərdə “çətin tərbiyə olunan uşaqlar” adı verilərək gələcəyin nə qədər dahisininin təhsildən yayındırıldığı ancaq ehtimal edilə bilər. Bu baxımdan ehtimal edilməsi məntiqidir ki, təlim-tərbiyə prosesi uşaqların tələb və imkanları nəzərə alınmadan təşkil edildikdə, əslində, neçə-neçə dahilər bəşəriyyət üçün itirilmiş olur.

Amerikalı psixoloq Hovard Qardner özünün çoxsaylı zəka (intellekt) modelində (linvqvistik zəka, musiqi zəkası, məntiqi – riyazi zəka, fəza zəkası, bədən-kinestetik zəka, şəxsiyyətlərarası zəka, şəxsiyyətdaxili zəka, naturalist zəka) musiqinin təhsildə vacib və lazımlı rolu olduğunu, bildirmişdir. 1997-ci ildə “The Musical Mind” başlığı altında dərc olunmuş məqaləsində musiqinin digər zəka sahələrindən daha xüsusi olduğunu bildirmiş, onun inkişafının digər zəka sahələrini də inkişaf etdirdiyi qeyd edilmişdir. Məsələn, musiqi təliminin məntiqi-riyazi, fəza, fiziki-kinestetik, sosial-zəka sahəsinə təsiri bir çox elmi tədqiqatlarla öz təsdiqini tapmışdır.

Musiqi zəkası digər zəka sahələrinə görə daha duyğulu və mədəniyyət yüklü olduğu üçün insanlara həyat yollarını seçməkdə, dərin düşünməkdə, diqqətlərini təmər küzləşdirməkdə, xəyallarını qanadlandırmaqda, görülən işin öhtəsindən asanlıqla gəlməkdə, ağrı hissini azaltmaqda, əhval-ruhiyyəni yaxşılaşdırmaqda və s. bir çox digər işlərdə kömək etməsi eksperimental yolla da öz təsdiqini tapmışdır.

Aparılan araşdırmalar göstərir ki, musiqinin ümumtəhsil müəssisələrində məqsədyönlü və peşəkarlıqla tətbiqi şagirdlərin təlim motivlərinin yüksəldilməsinə, estetik tərbiyəsinə,

milli ruhun formalaşmasına, qorunmasına əhəmiyyətli təsiri olacaqdır. Bu eyni zamanda təlim nəticələrinin yüksəldilməsinə də səbəb olacaqdır. Dərs oxumaqda (yadda saxlamaq, hesablamaq, qavramaq) çətinlik çəkən şagirdlərin beynini işlək vəziyyətə gətirmədən onlardan yalnız dərslərə yüksək davamiyyət tələb etmək və onlardan yüksək təlim nəticələri gözləmək ədalətsizlik olar. Şagirdin intellektual səviyyəsinin inkişafını normal səviyyəyə çatdırmadan onlardan müxtəlif fənlər üzrə yüksək nəticələr gözləmək doğru olmazdı. Ənənəvi təhsilin məzmunu və təlim strategiyaları, gündəlik həyat və fəaliyyətimiz əsasən beynin sol yarımkürəsini inkişaf etdirməyə istiqamətlənmişdir. Sağ yarımkürənin inkişafı və bu inkişafa xidmət edən təlim fəaliyyətləri ikinci dərəcəli, tələbat olmayan və ya ciddiyyə alınmayan fəaliyyətlər kimi qarşılınır. Beyin yarımkürələrinin birini aktiv, birini passiv saxlamaqla təlimdə və şəxsiyyətin harmonik inkişafında yüksək nəticələrəldə edilə bilməz. İncəsənət sahələrindən biri ilə məşğul olmaq uşağın müvəffəqiyyətinin artmasına ciddi zəmin yaradır. İncəsənətin insana qazandırdığı incə zövq və estetik duyğu, ali hisslər onun həyatda bir çox üstünlüklərinə əlverişli zəmin yaradır. Bir çox elmi tədqiqatlarla təsdiq edilmişdir ki,

incəsənət sahələri ilə məşğul olan şagirdlərin təlim nəticələri əhəmiyyətli dərəcədə yüksəlmişdir:

1. 1998-ci ildə Çikaqoda seçilmiş məktəblərin tədris planına “incəsənət təlimi” əlavə edilir və bu əlavədən sonra şagirdlərin riyaziyyat fənni üzrə nəticələrində 20% artım müşahidə olunur.

2. UCLA-dan Professor James S.Catterall, incəsənət ilə müvəffəqiyyət münasibətini araşdırmaq üçün (milli) tədqiqat aparmışdır. 1988-ci ildə aparılan araşdırmada 25.000 orta və yuxarı sinif şagirdləri yer almışdır. Katterall incəsənətlə maraqlanan şagirdlərin əsasən maddi cəhətdən yüksək təminatlı ailələrdən olduğunu tədqiq etmişdir. Maddi imkanları yaxşı olan ailələrin övladlarının təlim nəticələri kasıb ailələrin övladlarının təlim nəticələrindən yüksək olub. Bu səbəblə Katterall əsasən maddi vəziyyəti ən aşağı olan ailələrin övladlarından ibarət 6500 şagirdin 8-ci sınıfdən 10-cu sınıfa qədər olan nəaliyyət yollarını tədqiq etmişdir.

Maddi vəziyyətləri aşağı olan ailələrin övladlarının incəsənət ilə əlaqəsi maddi vəziyyəti yüksək olan ailələrin övladlarından 4 qat daha aşağı və ya heç olmuyub.

Şagirdlər 3 il tədqiq olunub. 10-cu sınıfa gəldiyində nəticələr açıqlanıb.

İncəsənətlə əlaqəsi olanların 41.4%-i humanitar və riyaziyyat

imtahanlarında ən müvəffəqiyyətli qrupa daxil olmuşdurlar. İncəsənətlə az əlaqəli olan şagirdlərin nəaliyyəti 25% olmuşdur.

3. Harvard Təhsil Fakültəsi, opera yazmağın müvəffəqiyyətə təsirini araşdırır. Bir qrup 1–4 sinif şagirdlərinə opera yazdırırlar. Bu şagirdlərin digər dərslərdəki nəticəsi opera yazmayan qrupa görə 17% daha yüksək olur.

4. Miçiqan Dövlət Universitetində 2013-cü ildə bir tədqiqat aparılır. STEM məzunu olub, uşaqlığında musiqi ilə məşğul olanların yenilikçi, patentləşdirmə və iş qurmaq faizlərinə baxılıb. Bu faiz ümumi əhaliyə görə 8 qat daha çoxdur! Tədqiqatçılar müvəffəqiyyət qazanmaqda ən vacib məqamın incəsənət növləri ilə uzun müddət məşğul olmağı göstərirlər.

5. Robert-Boot Bernstein və dostlarının 2008-ci il tarixli tədqiqatına görə, Nobel mükafatı alan elm xadimləri mükafat almayanlara və ümumi əhaliyə nisbətə daha çox incəsənətlə maraqlanırlar.

6. Texnologiya dövründə məşurlaşan STEM proqramları, incəsənəti (Art) də daxilinə alaraq genişləndirir. Yəni STEM qısaltması yerini STEAM-a verir. (7. Səh 185-187)

Məqalənin bu qismində musiqi ilə şüuraltına təsirdən bəhs etmək istərdik. Məktəblərdə pis vərdişlərə yiyələnmiş, oxumaq istəməyən, dav-

ranışında pozulma olan şagirdlərə tətbiqində effektiv olar. Aparılan tədqiqatların nəticələri də bu fikrimizi təsdiqləyir.

Dərs oxuma bacarıqlarının artırılması istiqamətində aparılan tədqiqatı diqqətinizə çatdırmaq istəyirəm. 60 kollec şagirdinə yaz hüquq kursunda 6 həftə, hər həftə 5 dərs saatinin ilk 3 saatında ayrıca bir dəqiqəlik iclaslardan əvvəl və sonra şüuraltı mesajlar verildi. Əvvəlki fəaliyyət nəticələri ilə uyğun olaraq şüuraltı mesajlara məruz buraxılan müşahidə obyektləri nəzərə çarpacaq dərəcədə daha yaxşı nəticə verdilər.

Şüuraltına tətbiq olunanlar öyrənmə nailiyyətini artırır [6]. Digər bir tədqiqat işi Ariam S. və Silver J. öyrənmə xüsusiyyətlərinin artırılması – “Şüuraltına olan təsirlərin məktəblilərin akademik nəticələrinə təsirləri” [6]. Nəticə göstərir ki, mesajların şüuraltına yeridilməsi şüurlu qəbuldan daha təsirli və daha səmərəlidir.

Qeyd edilənləri ümumiləşdirərək alınan nəticələri belə formalaşdırmaq olar:

– Şagirdlərin zövqünə uyğun düzgün seçilmiş musiqilər vasitəsilə şagirdlərin şüuraltına məqsədyönlü təsir göstərməklə onların təlim-tərbiyə göstəricilərini əhəmiyyətli dərəcədə yüksəltmək olar.

– musiqi həyatımızın hər bir anında bizə mənəvi dəstək verməklə,

çətinliklə dəff etməyə bizə yardım edir. Eyni zamanda bəsit musiqilərin bizim və şagirdlərimizin ruhunu “bulandırmaması” üçün biz musiqi zövqümüzə, seçimimizə, dinləmə mədəniyyətimizə ciddi diqqət etməliyik.

– musiqinin çox dinləndiyi və əlçatan olduğu bir zamanda musiqi ilə tərbiyə, musiqi ilə təlim daha səmərəli ola bilər.

– məktəb psixoloqları, musiqi müəllimləri və valideynlər əlbir olub, şagirdlərin ruhuna düzgün xitab etməyi bacarsalar təlimin keyfiyyətinə xidmət edən bütün göstəricilərində müsbət nəticə müşahidə olunacaqdır.

– şagirdlərin təlim motivasiyasının yüksəldilməsi üçün dövrün və gənc nəslin maraq və tələblərinə uyğun yeni üsullar, yeni metodikaların tətbiqi daha məqsədəuyğun olardı.

– ümumtəhsil məktəblərində musiqi dərsinin “ikinci dərəcəli” fənn kateqoriyasından çıxması, problemlərin həlli istiqamətində əhəmiyyətli olan birinci mərhələlərdəndir. Bu sahədə yeni elmi-praktik tədqiqatların aparılmasına ciddi ehtiyac vardır.

### ***Ədəbiyyat:***

1. Mehrabov A.O., Bəylərov E.B. Şagird intellektinin inkişafı. Bakı: 2006, 208 s.

2. Çoban A. Müzikterapi. Ruh Sağlığı İçin Müzikle Tedavi. İstanbul: Timaş Yayınları; 2005.
3. Ak A. Avrupa ve Türk-İslam Medeniyetinde Müzikle Tedavi Tarihi Gelişimi ve Uygulamaları. Konya: Özeğitim Ltd. Şti; 1997)
4. Grebene B. Müzikle Tedavi. Ankara: Güven Kitabevi; 1978) .
5. Parker K.A. “Simbiyotik şüür-altı mesajların akademik performans təsiri- ilave kurguların adaptasyon-geliştirilmesi üzerine etkileri hakkında ilave kanılar”
6. Ariam S., Silver J. Öyrənmə xüsusiyyətlərinin artırılması. Subliminal uyarıcıların lise öğrencilerinin akademik performansına etkileri. // Journal of Abnormal Psychology 1982.
7. Sekman M., Eriş B. Çocuklar nasıl başarır?. ALFA EĞİTİM, 2017
8. [https://tr.wikipedia.org/wiki/%C3%87oklu\\_zek%C3%A2\\_kuram%C4%B1](https://tr.wikipedia.org/wiki/%C3%87oklu_zek%C3%A2_kuram%C4%B1)
9. Müzik Eğitimi Ulusal Veri Bankası: [www.muzikegitimcileri.net](http://www.muzikegitimcileri.net)
10. <https://www.facebook.com/cekirdekinanccom/>
11. [https://en.wikipedia.org/wiki/Uzeyir\\_Hajibeyov](https://en.wikipedia.org/wiki/Uzeyir_Hajibeyov)
12. <http://muzikleegitim.com/index>
13. <https://www.scientificamerican.com/article/is-there-a-link-between-music-and-math/>

## **МУЗЫКА КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ**

*Бейлярова-Алекперова Б.Е.*

### **Абстракт**

Обучение и воспитание являются одними из главнейших задач каждого общества. В статье рассматривается проблема подросткового возраста, которая считается периодом кризиса. Предлагается помощь детям, испытывающим трудности и отставание в обучении посредством интеграции их в социум с помощью музыки.

В статье упоминаются взгляды мыслителей, которые в течение столетий подчеркивали важность музыки в системе образования и воспитания. Использование музыки в обучении и воспитании, в медицине (использование музыки в медицине во времена османской империи, возведение больниц со специальной акустикой с целью лечения музы-

кой, и, наконец, признание лечение музыкой как научной области в Америке в 1977 году) считалось средством эффективного влияния на психологию живых существ (человека, животного и растений).

Влияние в результате увеличения академических часов по искусству; в статье нашли свое отражение исследования мирового масштаба об эффективности извлечения информации из подсознания, нежели получения ее через сознание.

В результате внедрение новых способов и методик в соответствии с интересами и потребностями молодого поколения, совместная деятельность школьных психологов и преподавателей музыки окажет положительный результат на правильное направление внутренней духовной жизни учащихся. Устранение урока музыки из категории «второго сорта» в общеобразовательных школах можно рассматривать как первый этап решения проблем.

## **MUSIC AS THE EFFECTIVE MEANS OF PSYCHOLOGICAL IMPACT ON THE TRAINING PROCESS**

*Beylarova-Alakberova B.E.*

### **Abstract**

Training and education are one of the main tasks of every society. The article considers the problem of adolescence which is regarded as a period of crisis. A support is offered to students experiencing difficulties in training through integration them into society by means of the music therapy.

In the paper there are ideas of philosophers which throughout the centuries stressed the importance of music in the education system and training. Use of music in training and education (in medicine during the Ottoman Empire, construction of hospitals with a special acoustic aimed at music therapy, and finally, recognition music therapy as a science in USA in 1977 speaks for itself) was considered to be an effective impact on psychology of living beings (human being, animal and plants).

Impact as a result of academic hours on art; Worldwide researches on efficiency of information extraction from subconscious were reflected in the paper.

As a result of new methods introduction based on interests and needs of young generation, joint activity of school teachers and music teachers will make positive impact on right direction of inner spiritual life of students. Elimination of music lessons from the «second class» category in comprehensive schools can be considered as the first stage of solving problems.

Məqalə Azərbaycan Respublikasının Təhsil Problemləri İnstitutunun Psixologiya və yas fiziologiyası şöbəsinin iclasında müzakirə edilərək çapa məsləhət görülmüşdür (protokol №04)

Rəyçi R.V.Cabbarov, psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru, dosent

Məqalə redaksiyaya 01 may 2018-ci ildə daxil olmuşdur



## TƏXƏYYÜLÜ İNKİŞAF ETDİRƏN ÜSULLARIN SƏCİYYƏVİ XÜSUSİYYƏTLƏRİ

*Raziya Quliyeva,*

*ARTİ-nin fəlsəfə doktoru proqramı üzrə doktorantı*

*E-mail: guliyeva.raziya@mail.ru*

### ABSTRAKT:

Məqalədə kiçikyaşlı məktəblilərin yaş xüsusiyyətləri nəzərə alınmaqla təxəyyül keyfiyyətləri və yaradıcı təxəyyülü inkişaf etdirən metodların ümumi səciyyəvi xüsusiyyətləri araşdırılmışdır. Burada təlim prosesində yaradıcılıq vasitələrindən istifadə etməklə şagirdlərdə təxəyyülü inkişaf etdirməyin üsul və vasitələri yeni təhsil konsepsiyası baxımından təhlil edilmişdir. Məqalədə təxəyyülün formalaşdırılması və inkişafı sahəsində məktəb təcrübəsində tətbiq oluna bilən sistemli yanaşmanın formalaşdırılması yolları göstərilmişdir.

*Açar sözlər: təxəyyül, yaradıcı təxəyyül, metod, təfəkkür, yaradıcılıq, təlim, kiçikyaşlı məktəbli*

**Ключевые слова:** *воображение, творческое воображение, метод, мышление, творчество, обучение, младший школьный возраст*

**Key words:** *imagination, creative imagination, method, thinking, creativity, training, junior school age*

### Giriş

Təxəyyülün inkişafı məsələləri daima psixoloqların diqqət mərkəzində olsada, hələ də psixologiyada ən mübahisəli və az tədqiq edilmiş problemlərdən biridir. Təlim materialının məzmunu, təlim metodları, tərbiyə işinin təşkili forması, məktəbin maddi bazası və müəllimin şəxsiyyəti şagirdlərin təxəyyül prosesinin formalaşmasına təsir göstərən amillərdəndir. Digər tərəfdən bu prob-

ləmin metodoloji əsaslarında kifayət qədər araşdırılmamışdır.

Tədqiqatlar göstərmişdir ki, məktəbəqədər yaşlı uşaqlarda yaradıcılığın ilkin inkişafı üçün böyüklərin aktiv dəstəyi əhəmiyyətlidir. Yaradıcılığın növbəti inkişaf mərhələləri üçün təlim prosesinin məqsədyönlü təşkili xüsusi əhəmiyyət kəsb edir. Tədqiqatçı A.Fleritsa 1925-ci ildə bir sıra məqalələrində uşaq yaradıcılığını təlimlə əlaqələndirərək, onun inkişaf yolları ilə bağlı bəzi məsələləri

tədqiq etmişdir. Tədqiqatçının gəldiyi qənaətə görə, uşağın yaradıcılıq potensialını inkişaf etdirmək üçün, onun olduğu hər bir mühitdə uyğun müvafiq şəraitin yaradılması zəruridir.

Riboya görə insanların təxəyyülünün inkişafı “Ribo” əyrisi adlandırılan iki fazadan keçir. Bu inkişaf insanın rəssional fəaliyyətlərinin inkişafı ilə sıx bağlıdır. Təxəyyülün birinci inkişaf dövrü insan həyatının təxminən ilk 15 ilini əhatə edir. Bu dövrdə təxəyyülün inkişaf intensivliyi “rasional fəaliyyət” sahəsində üstünlük təşkil edir. Sonrakı mərhələdə “rasional fəaliyyət”in sürətli inkişafı təxəyyülün inkişaf intensivliyinin aşağı düşməsinə şərtləndirir. Zaman keçdikcə təxəyyülün inkişaf səviyyəsi stabilliyi qorunub saxlanıldıqda insan daha çox bacarıqlar nümayiş etdirir. Əgər təxəyyül əyrisinin inkişaf dinamikası getdikcə yüksəlsə, bu zaman istedad və ya dahiilik əlamətlərindən bəhs etmək olar. Psixoloji-pedaqoji tədqiqatlargöstərir ki, zehni fəaliyyətdə xüsusi tapşırıqların və vasitələrin təqdim edilməsi şagirdlərin təxəyyülünün inkişafına əsaslı təsir göstərir.

İ.P.Pavlovun tədqiqatları beynin böyük yarım kürələrinin funksional asimetriyasının kəşf edilməsində mühüm rol oynamışdır. Bu barədə S.Q.Xoroşavina aşağıdakı fikirləri

söyləyir: “Hər bir insanda bu və ya digər yarım kürənin fəaliyyəti üstünlük təşkil edir. Məhz buna görə də bəziləri dəqiq elmlərə – mücərrəd təfəkkürə, digərləri isə – obrazlı təfəkkürə meyillidir” [16]. Z.İ.Kalmıkova isə S.Q.Xoroşavinadan bir qədər fərqli mövqeyə malikdir. O, şagirdləri üç qrupa bölür: daha çox sol yarım kürənin inkişaf etdiyi şagirdlər, daha çox sağ yarım kürənin inkişaf etdiyi şagirdlər və nəhayət, hər iki yarım kürənin bərabər səviyyədə inkişaf etdiyi şagirdlər. Z.İ.Kalmıkovanın [12] fikrincə sonuncu qrupa aid şagirdlər əksəriyyət təşkil edir. Bu barədə bir neçə fərqli fikri təhlil edərək belə bir məntiqi nəticəyə gəlmək olar ki, belə şagirdlər diqqətlərini idraki tapşırıqların müxtəlif üsullarına yönəldərək bu çalışmalar əsasında özlərində mücərrəd, əyani-obrazlı, məntiqi və intuitiv təfəkkürün vahidliyini formalaşdırırlar.

Bəzi tədqiqatçılar (M.A.Qalaqzova, Z.İ.Kalmıkova İ.A.Redkovets, M.Q.Skatkin, İ.S.Yakimanskaya) qeyd edirlər ki, müasir təlim prosesi əsasən idrak fəaliyyətinin məntiqi mexanizmlərin və mücərrəd təfəkkürün inkişafına yönəldilmiş və bununla da həddən artıq intellektuallaşdırılmışdır. Bu isə öz növbəsində “zəif” – digər sahələrdə inkişafı olan şagirdlər üçün əlavə çətinliklər yaradır [10, 12]. Hərçənd ki, onlar digər yaradıcı

fənnlərdə praktiki tapşırıqları müvəffəqiyyətlə həll edirlər.

Təlim nəzəriyyəsi və praktikasında şagirdlərin yaradıcı təxəyyülünün inkişaf etdirilməsi məsələsinə hələ ki, lazımi diqqət yetirilməmişdir. Qeyd edək ki, məktəblilərin yaradıcı qabiliyyətlərinin inkişaf etdirilməsi üçün təlim prosesində onlara müxtəlif məzmunlu və fərqli çətinlik səviyələrinə aid məsələlərin təklif edilməsi mühüm əhəmiyyət kəsb edir. Tapşırıq – idraki axtarış və yaradıcı prosesin başlanğıcı, ilkin həlqəsidir. Tapşırığın şərti şagirdlərdə həll prosesi ilə bağlı ilkin fikirlərin yaranmasını şərtləndirir.

Bir qayda olaraq, ənənəvi məktəb tədrisi təcrübəsində əksər hallarda şagirdi birmənalı cavablara istiqamətləndirən, onun təfəkkür fəaliyyətini aktivləşdirməyən reproduktiv tapşırıqlardan istifadə olunur. S.Selektor [15, s.14] qeyd edir ki, reproduktiv xarakterli tapşırıqların üstünlük təşkil etməsi şagirdlərdə bu biliklərin tətbiqi ilə bağlı bacarıqların, yeni üsulların, tələbatların, istəklərin, təşəbbüslərin formalaşmasının qarşısını alır.

T.Ribonun “Yaradıcı təxəyyül” monoqrafiyasında təxəyyülün psixoloji təbiətinə dair əsas yanaşmalar qeyd edilir. T.Ribo təxəyyülü iki əsas mərhələyə ayırır: dissosiasiya və assosiasiya. Dissosiasiya – yaradıcı

təxəyyülün hazırlıq mərhələsi hesab olunur. Bu mərhələdə insanın obyektiv reallıqla bağlı mövcud təcrübə obrazları hissələrə parçalanaraq “tikinti materialı” vəzifəsini daşıyan, ayrı-ayrı elementləri yaradır. Bu mərhələdə, təxəyyül prosesi altşüuraltı səviyyəsində baş verir.

Assosiasiya adlanan ikinci mərhələdə isə ayrı-ayrı elementlərin seçimi yolu ilə ilk baxışda mümkünə qeyri-adi görünən yeni obrazların yaranması baş verir. (Ribo, 1901). H.Selyeyə görə də təxəyyül psixikanın altşüuraltı prosesidir. Bu prosesdə yaranan çoxsaylı təsadüfi assosiyalar kombinasiyası mövcud faktlarla nəzarətli şəkildə birləşdirilməsi, əlaqələndirilməsi baş verir.

Qeyd edildiyi kimi dissosiasiya mərhələsində, təxəyyül altşüuraltı səviyyəsində təzahür edir, bu isə təxəyyülün inkişaf prosesinə nəzarət etməyə imkan vermir. Mövcud məlumatların təhlili (dissosiasiya mərhələsi), onların seçilməsi və ümumiləşdirilməsi (assosiasiya mərhələsi) təfəkkürün məhsulu olmaqla, təxəyyül prosesinin istiqamətini müəyyən edən özünəməxsus proqram rolunu oynayır. (Korşunova, 1979; Korşunova, Prujinin, 1989). Bu yanaşma bizim həll yolu tapmağımıza kömək edir. Belə ki, prosesin şüurlu nəzarəti hesabına yeni orijinal fikir və obrazlar yaranaraq, yaradıcı prosesin səmərəliliyini artırır.

V.N.Bruşlinskiy təxəyyülə təfəkkürün formalarından biri kimi baxırdı. Alimin fikrincə, oyunlar və bir neçə həlli olan “açıq tipli” məsələlər təxəyyülün, təfəkkürün, diqqətin, hafizənin və tədris fəaliyyəti üçün zəruri olan digər psixi funksiyaların inkişafına xidmət edir [7].

Qeyd etmək lazımdır ki, təxəyyülün formalaşdırılması və inkişafı sahəsində məktəb təcrübəsinə tətbiq olunan sistemli texnologiya məlum deyil. Buna baxmayaraq müasir təhsil konsepsiyasında təxəyyülün inkişafı və tərbiyəsi koqnitiv inkişafın önəmli problemi kimi dəyərləndirilir. İnteraktiv metodlar axarında artıq bu sahədə də yeni texnologiyalar əmələ gəlir. Onlarda bir cəhət diqqəti cəlb edir: təxəyyül təfəkkürlə qarşılıqlı əlaqədə inkişaf etdirilir[5, s.159]. Dərslərdə yaradıcılıq vasitələrindən istifadə edərək müəllim müxtəlif metod və üsullarla şagirdlərdə təxəyyülü inkişaf etdirə bilər. Şagird, əşya və hadisələrin həqiqi əlaqələri və münasibətlərini əks etdirən anlayışlar sisteminə sahib olaraq, obyektiv dünyanın qanunauyğunluqları ilə tanış olur. Tədrisən şagird gerçəkliyin obyektlərini və hadisələrini sistemləşdirir. Təhlil etmək, ümumiləşdirmək və sistemləşdirməyi öyrənir. Tədris məşğələlərinin səmərəli təşkili təxəyyülün intensiv surətdə inkişaf etməsinə imkan yaradır.

Belə ki, müəllim 1-ci sinif şagirdlərinə yaradıcılıq fəaliyyəti üçün şərait yaradır və uşaqlarda yaradıcılıq prosesini konkret məsələnin həllinə tabe etmək bacarığını formalaşdırır. Bu, olduqca mürəkkəb məsələ olduğundan, ibtidai sinif şagirdlərində tez-tez təxəyyül passivliyi özünü göstərir. Ona görə də yaradıcı təxəyyülü inkişaf etdirən ən müxtəlif üsullar 1-ci sinifdən etibarən tətbiq edilməsi məqsədəuyğundur. Kiçikyaşlı məktəblilər bir sinifdən digərinə keçdikcə daha çox anlayışlarla tanış olurlar. Bu dövrdə məktəblilərin təfəkkür fəaliyyəti əyani xarakterə malik və həssas olur. Ona görə də ibtidai siniflərdə təsviri incəsənət dərslərində yaradıcı təxəyyülü uğurla inkişaf etdirə biləcək əyani metod və üsullardan geniş surətdə istifadə olunur. İbtidai siniflərdə təsviri incəsənət dərslərində təlimin əsas prinsipi əyanilik və tədrisçilikdir; yaradıcı təxəyyülün inkişafına imkan yaradan şifahi, əyani, praktiki metodlardan və oyun texnikalarından geniş surətdə istifadə olunur. İstifadə olunan metod və üsulları nəzərdən keçirək.

– Beyin fırtınası. Bu metod 5-15 nəfərlik qrup üzvlərinin verilmiş problemə dair həll yollarının axtarışını genişləndirməklə, şagirdləri çox sayda ideya yaratmağa təşviq edir. Həmçinin psixoloji ətalət halında maneələri dəf etmək üçün yaradıcı

həll yolunu axtarma prosesini sürətləndirir. Metodun başlıca tələbi budur ki, irəli sürülən heç bir fikrə tənqidi yanaşmaq olmaz. Bu metod təqdim edilən problemlə bağlı şagirdlərdə obrazları tez bir zamanda, asanlıqla yaratmaq və onları gündəlik hadisələrlə birləşdirmək qabiliyyətini inkişaf etdirir.

– Sinektika. Bu metod da qrup müzakirəsi metodundan biridir. Mahiyyət etibarı ilə “Beyin fırtınası” metoduna bənzəyir. Lakin bu metodlar arasında müəyyən fərqlər vardır. Sinektika metodunda ideyaların tənqidinə yol verilir, müqayisələr aparılaraq müxtəlif ideyalar arasında ortaq xüsusiyyətlər nəzərdən keçirilir. Nəticədə qrup üzvləri (şagirdlər) ideyaları müzakirə edərək qiymətləndirir və ümumi cəhətləri müəyyən edirlər.

– Nağıl və ya hekayənin tamamlanması. Təxəyyülü inkişaf etdirən metodlardan biri hekayələrin tamamlanması metodudur. Metoda əsasən müəllim şagirdlərə nataman olan hekayənin davamını yazmağı təklif edir.

– Rejissor oyunu və improvizasiya. Oyun prosesində uşaqların yaradıcılıq qabiliyyətinin inkişaf etdirilməsi üçün onlara sujetə adıyyatı olmayan 2 personajın obrazını canlandırmağı üçün rol verilir. Şagirdlər özlərinin uydurduğu sujetə əsasən

oynamalıdırlar. Bu təxəyyül və fantaziyanın iştirakı ilə bir telefon danışığı və ya hər hansı bir istənilən səhnə ola bilər. Uşaqların digər qismi səhnə fəaliyyətini izlədikdən sonra iştirakçılarla yerdəyişmə edirlər.

– Assosiasiyaların sürətliliyinin inkişaf etdirilməsi. Bu cür tapşırıqlar assosiativ təfəkkürün və təxəyyülün inkişafına xidmət edir. Düşünməyi və təsəvvür etməyi öyrədir, assosiativ axının sürətini və idarə edilməsini yaxşılaşdırır ki, bu da yaradıcılığın bir çox növlərinin mühüm tərkib hissəsini təşkil edir. Onlara aşağıdakılar aiddir: assosiativ zəncirlərin yaradılması, sözlərə, anlayışlara və vəziyyətlərə müqayisələrin, sinonimlərin və ya antonimlərin düşünülüb tapılması.

– Yaradıcı modelləşdirmə. Uşaqlara təxəyyülün köməyi ilə nəticələri əvvəlcədən görmək və qərarlar qəbul etmək öyrədilir. Burada tapşırıqların müxtəlif variantları mümkündür: iki nəticəyə əsasən səbəbin axtarışı, səbəbə əsaslanaraq nəticələrin düşünülüb tapılması və s. Özünün məntiqi zəncirini quraraq, təxəyyülün müxtəlif səbəb-nəticə münasibətlərini asanlıqla və tez bir zamanda görmək, hadisələrin səbəblərini dəqiq müəyyən etmək, eləcə də ilk baxışda tamamilə əlaqəli olmayan bir neçə hadisənin arasında qarşılıqlı əlaqəni tapmaq imkanı kimi universal xüsusiyyətlər formalaşdırılır.

– Hisslərin təzahürü metodu. Subyektiv təcrübənin gerçəkləşdirilməsi üçün tapşırıqlar (sərbəst müzakirə etmək, müqayisə etmək, təəssüratları bölüşmək). Uşaqlara keçirdikləri hissələr, emosiyalar haqqında danışmaq, bu hissələri obrazlar (rəsm, bədən hərəkətləri, musiqi) şəklində ifadə etmək təklif olunur. Tapşırıqlar uşaqlarda hissələrini və təəssüratlarını musiqi ilə təmasda əks etdirmək, keçirdiyi hissələrin obraz və metaforalarını müəyyən etmək, fikrini sərbəst ifadə etmək, emosional ümumiləşdirmələri yaratmaq qabiliyyətini formalaşdırır.

– Yaradıcılıq məsələlərin formalaşdırılması üzrə tapşırıqlar. Yaradıcılıq təəccüb və sual yaranan hallarda təzahür edir. Yaradıcılıq tapşırıqları axtarış fəallığını inkişaf etdirir, dünyanı məhdudiyyətsiz qəbul etmək, indiyə qədər həyata keçirilməyən funksiya və mənalara başa düşmək, ifadə etmək bacarığını formalaşdırır.

Praktik metodlar dərslərdə böyük əhəmiyyət kəsb edir. Tapşırıq formaları dərslərə uyğun tərtib edilir. Buradan belə bir nəticə çıxır ki, müəllim dərslərdə uşaqlarla işin yuxarıda sadalanan forma, metod və üsullarından istifadə edərək, təxəyyülü inkişaf etdirməlidir. Təxəyyülün inkişafı həm dərslərdə, həm də dərslərdən kənar məşğələlərdə baş verə

bilər. Hər bir tədris müəssisəsində müəllim işləyəcəyi proqramı özü seçir. Yaradıcı təxəyyülün inkişaf etdirilməsi üzrə tədris-yaradıcılıq tapşırıqları sistemi və həmin tapşırıqların köməyiylə təlim materialının müvəffəqiyyətlə mənimsənilməsi yaradıcılığa müsbət təsir göstərir.

Bəzi tədqiqatçıların verdiyi məlumatlara görə cari təlim prosesində verilən tapşırıqların yalnız 10%-i yaradıcı yanaşma, müstəqil müşahidənin, diqqətin mərkəzləşməsinin, sürətli və əhatəli qavramanı əhatə edir. Lakin, onların arasında məktəblilərin idrakı fəallığını təşviq edən, qeyri-müəyyənlik, ziddiyyət elementlərini, yəni yaradıcı səviyyəli məsələləri özündə ehtiva edən tapşırıqlar da vardır.

Məktəb təcrübəsindən məlumdur ki, adət edilməmiş üsullarla araşdırılması tələb edilən məsələlər çox vaxt uşaqları çıxılmaz vəziyyətdə qoyur. Nəzərə almaq lazımdır ki, ənənəvi təlimdə problemlə vəziyyətlərdən çıxışyolları şagirdlərə kifayət qədər öyrədilməyib. Bununla yanaşı Pestolotsinin davamçısı alman pedaqoq Disterverq yazırdı ki, “eyni əşyanı on müxtəlif cəhətdən araşdırmaq müxtəlif on əşyanı bir cəhətdən araşdırmaqdan daha çox fayda verir”. “Təxəyyül, A.Eynşteyn sözlərinə görə, bilikdən daha vacibdir, çünki bilik məhduddur, təxəyyül isə

dünyada hər şeyi əhatə edir, tərəqqini stimullaşdırır və onun inkişafının mənbəyini təşkil edir”.

Yaradıcı təxəyyülün inkişaf etdirilməsi problemini araşdırarkən, bu problemin istənilən məsələsi üzrə pedaqoji tapşırıqları psixoloji tapşırıqlardan ayıran sərhədi tapmaq çox çətinidir. İ.T.Oqorodnikov yazır ki, idrakı qabiliyyətlərin, təfəkkürün və digər proseslərin inkişaf xüsusiyyətlərinin tədqiqi, eləcə də onların formalaşması problemləri psixologiyanın ümumi predmetini təşkil edir [13].

Şübhəsiz ki, hər hansı bir obyektin hamının gördüyü kimi deyil, sənin də əvvəllər görmədiyini kimi yeni bir şəkildə görmək – çox çətin bir məsələdir. Lakin tədris prosesinin şagirdlərin yaradıcı təxəyyülünün inkişaf etdirilməsinə yönəldildiyi təqdirdə bunu öyrətmək mümkündür. Yaradıcı təxəyyülünün inkişaf etdirilməsi idrakı məsələlər sistemi vasitəsilə mümkündür, bu məsələlərin həll edilməsi uşaqlarda yalnız biliklərə deyil, həm də araşdırma prosesinin özünə maraq yaradır. Yaradıcı xarakterli tapşırıqlar bütün sınıfa verilməli və onların yerinə yetirilməsi zamanı yalnız uğur qiymətləndirilməlidir.

Uşağın təxəyyülünün inkişaf etdirilməsinin əsas şərti – onun müxtəlif fəaliyyət növləri ilə tanış edilməsidir. İtalyan yazıçı D.Rodari qeyd etmişdir: “Təxəyyül və riyaziyyat,

fantaziya və elm nə rəqib, nə də düşməndir, onlar müttəfiqdir, bir bədənin qolları və ayaqlarıdır, bir intellektin qızı və digəri anasıdır”. Qarışıqlar qarışıqqa yuvasını qarışıq labirintli girişlərlə qururlar, hörümçəklər mürəkkəb krujevalı torlar hörürlər, arılar öz şanlarının düzgünlüyü və tikinti materialına qənaət olunması ilə memarları təəccübləndirirlər. Lakin ixtiraçı insanın arıdan, hörümçəkdən və qarışıqdan fərqi məhz elə bundan ibarətdir ki, onlar milyon illərdir ki, mexaniki olaraq eyni şeyləri ardıcıl şəkildə qururlar, ixtiraçı insan isə hər dəfə yeni bir şey qurur və öz məşinlərini qurmazdan əvvəl onları əvvəlcə öz beynində, öz təxəyyülündə yaradır. Beləliklə, Rodarinin nəzəriyyəsinə görə, ixtiralar insan xəyalının, insan təxəyyülünün gücü ilə yaraşdırılır. Arzu etmək və xəyallar qurmaq bacarığı olmadan insanların texnika, ədəbiyyat və incəsənətdə yaratdıqları yeniliklər mümkün olmazdı. Yaradıcı keyfiyyətləri inkişaf etdirmək – təxəyyül və fantaziyaları inkişaf etdirmək deməkdir.

### ***Ədəbiyyat:***

1. Mehrabov A.O., Bəylərov E.B. Şagird intellektinin inkişafı Bakı: “Adiloğlu”, 2006, 192 s.

2. Bəylərov E.B. İstedadın psixoloji diaqnostikası, Bakı: Aspoliqraf, 2008, 300 s.

3. Bəylərov E.B. İstedadlı uşaqların psixoloji təminatı, Bakı: Aspoliqraf, 2008, 268 s.

4. Eminov A.İ. Şagirdlərdə yaradıcı fantaziya tərbiyəsi. Bakı: Maarif, 1980, 86 s.

5. Əlizadə Ə. Ə. Şagirdlərdə təxəyyülün inkişafı və tərbiyə edilməsi. Bakı: "Maarif", 1965, 128 s.

6. Əlizadə Ə. Ə. Təxəyyül Psixoloji etüdlər. Bakı: Azərnəşr, 2006, 166 s.

7. Брушлинского А.В. 1981; Мышление: процесс, деятельность, общение. Подред. М., 1982 -387.

8. Выготский Л. С. Воображение и его развитие в детском возрасте.. Собрание сочинений. М., 1982-84 гг.

9. Выготский, Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте: Издание 2-е. – Москва: Просвещение, 1967. – 92 с.

10. Галагузова М.А. Теоретические основы формирования творческой личностишкольника в процессе политехнической подготовки. Дисс. докт. пед. наук. М., 1987. 33.

11. Давыдов В.В. Генезис и развитие личности в детском возрасте. (Вопросы психологии, 1992 №1, с. 22-33)

12. Калмыкова З.И. Продуктивное мышление как основа обучаемости– Москва: Педагогика, 1981. – 200 с.

13. Огородников И.Т. Содержание и методика исследования воспродизводительной и творческой познавательной деятельности учащихся в обучении //Опыт дидактических исследований в СССР и ГДР.: – М.: Педагогика и Фольк унд Виссен, 1974. – 239 с.

14. Рибо Т. Опыт исследования творческого воображения: Санкт-Петербург: Л.Ф. Пантелеев: 1901. - [2], VI, 232 с.

15. Селектор С. Совместные исследования познавательных способностей. //Директор школы, 1998.

16. Хорошавина С. Г. курс лекций "концепции современного естествознания", Изд. 4-е., Ростов н/Д: Феникс, 2005, 480 с.



## **ХАРАКТЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ МЕТОДОВ РАЗВИВАЮЩИХ ВООБРАЖЕНИЕ**

*Кулиева Р.Е.*

### **Абстракт**

В статье рассматриваются общие характерные особенности качеств воображения, а также методов развивающих творческое воображения с учетом возрастных особенностей младших школьников. Был сделан анализ использования в процессе обучения способов и средств развивающих воображение с точки зрения новой образовательной концепции. В статье указываются пути формирования систематического подхода, который может применяться в школьной практике в области развития и формирования воображения.

## **CHARACTERISTIC FEATURES OF METHODS DEVELOPING IMAGINATION**

*Quliyeva R.E.*

### **Abstract**

The article considers the general characteristic qualities of imagination as well as methods developing creative imagination taking into account the age characteristics of junior schoolchildren. An analysis of methods' use developing imagination during training from the point of new educational concept was made. The article describes the ways of forming a systematic approach, which can be applied in school practice in the field of development and the formation of imagination.

Məqalə Azərbaycan Respublikasının Təhsil Problemləri İnstitutunun Psixologiya və yas fiziologiyası şöbəsinin iclasında müzakirə edilərək çapa məsləhət görülmüşdür (protokol №04)

Rəyçi M.H.Mustafayev, psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru  
Məqalə redaksiyaya 01 may 2018-ci ildə daxil olmuşdur





## REDAKSIYA HEYƏTİ

### Baş redaktor:

Əliyev B.H. (AMEA-nın müxbir üzvü, psixol. üzrə e.d., prof.)

### Baş redaktorun müavini:

Seyidov S.İ. (psixol. üzrə e.d., prof.)

Əlizadə H.Ə. (ped. üzrə e.d., prof.), Əliyeva K.R. (psixol. üzrə e.d., prof.),  
Əliyev R.İ. (psixol. üzrə e.d., prof.), Baxşəliyev Ə.T. (psixol. üzrə e.d., prof.),  
Qurbanova G.K. (psixol. üzrə e.d., prof.),  
Mehmet Engin Deniz (psixol. üzrə e.d., prof. Türkiyə),  
Turan Akbaş (psixol. üzrə e.d., prof. Türkiyə)  
Xudyakov A.İ. (psixol.e.d., prof., Rusiya),  
Qədirova R.H. (psixol. üzrə e.d., prof.),  
İbrahimbəyova R.F. (psixol. üzrə fəls. d., dos.),  
Cabbarov R.V. (psixol. üzrə fəls. d.),  
Mustafayev M.H. (psixol. üzrə fəls. d., məsul katib).

Redaksiyanın ünvanı: AZ 1069, Bakı şəhəri, Z.Bünyadov 38, II mərtəbə.

Telefon: 4390112, 5629961

Lisensiya: AV№022487. Qeydiyyat nömrəsi V 287, 19 aprel 1999-cu il.

Azərbaycan Respublikası Mətbuat və İnformasiya Nazirliyi

web sayt: psixologiyajurnali.az.

E-mail: psixologiyajurnal@gmail.com

Formatı 70x100 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Fiziki çap vərəqi: 4,25.

Tiraj: 300. Sifariş 214.

Qiyməti müqavilə ilə.

“Təhsil” nəşriyyatının mətbəəsində çap edilmişdir.