

SHAXS XUSUSIYATLARINI O'LCHASH METODLARI

Xalqaro Nordic univertiteti
o'qituvchisi TDPU mustaqil
tadqiqotchisi Sh.Sh. Shodiboyev

ANOTATSIYA

Ushbu maqolada shaxs xususiyatlarini o'lchashning turli usullari, ularning nazariy va amaliy jihatlari batafsil yoritilgan. Shaxsiyatni baholash metodlarining klinik psixologiya, ta'lim, sanoat va boshqa sohalaridagi amaliy ahamiyati ta'kidlangan. Shaxsni baholash jarayonida validlik (haqiqiylik) va ishonchlilik tamoyillarining muhimligi alohida ta'kidlanadi.

Baholash metodlari quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- O'z-o'zini baholash testlari, jumladan, MMPI kabi keng qo'llaniladigan testlar.*

- Proyektiv texnikalar, masalan, Rorschach testi va Tematik Appersepsiya Testi (TAT).*

- Klinik suhbatlar, odamlarning o'ziga xos tajribalari va muammolarini tahlil qilish usuli sifatida.*

- Xulq-atvor kuzatuvlari, shaxsning xatti-harakatlarini baholash maqsadida.*

- Fikr va tajriba yig'ish metodlari, bu shaxsning o'z his-tuyg'ulari va atrof-muhit ta'sirini aniqlash uchun qo'llaniladi.*

Maqolada shaxs xususiyatlarini baholashda o'z-o'zini baholash testlarining eng obyektiv yondashuvlardan biri ekanligi va ularni avtomatlashtirish imkoniyatlari muhokama qilingan. Shu bilan birga, proyektiv texnikalar va klinik suhbatlarning subyektiv jihatlari haqida ham fikr yuritiladi. Har bir metodning afzalliklari va cheklovlari ko'rsatilgan bo'lib, ularning turli vaziyatlardagi qo'llanilishi tahlil qilingan.

Ushbu maqola shaxs psixologiyasi va baholash metodlari bo'yicha tadqiqot va amaliyot bilan shug'ullanuvchi mutaxassislar uchun foydali manba bo'lib xizmat qiladi.

Qaysidir xususiyatni o'lchash — bu uni hisoblash yoki baholashni anglatadi. Shaxsiyatni o'lchash psixologiyaning ko'plab real hayotdagi muammolarga tatbiq etiladi. Masalan, klinik psixologlar o'z bemor yoki mijozlarining shaxsiyatini baholash orqali ularning simptomlarini tushunishga harakat qiladilar va normal va abnormal xulq-atvor hamda his-tuyg'ularni ajratib ko'rsatadilar. Faqat shaxs xususiyatlarini shu tarzda baholash orqali klinik mutaxassislar kasalliklarni tashxislashi va eng yaxshi davolash yo'lini aniqlashi mumkin.

Maktab psixologlari moslashish yoki o'qishdagi muammolar sabablarini aniqlash maqsadida ularga murojaat qilgan o'quvchilarning shaxsiyatini o'lchov metodlariga tayanib baholaydilar. Sanoat/korporativ psixologlar esa shaxs xususiyatlarini baholash orqali ma'lum bir ish uchun eng yaxshi nomzodni tanlaydilar. Maslahat beruvchi psixologlar esa ma'lum bir arizachiga eng yaxshi ish topish uchun uning shaxs xususiyatlarini o'lchaydilar, ya'ni ish talablarini shaxsning qiziqish va ehtiyojlariga muvofiqlashtiradilar. Tadqiqot psixologlari o'z tadqiqotlaridagi subyektlarning shaxs xususiyatlarini baholash orqali ularning eksperimentdagi xulq-atvorini tushuntirish yoki ularning shaxsiy xususiyatlarini boshqa omillar bilan bog'lashga harakat qiladilar.

Hayotda va ish faoliyatingizda qaysi soha bilan shug'ullanmang, qachondir qandaydir yo'l bilan bunday metodlarga sizning ehtiyojingiz bo'lishi tabiiy. Darhaqiqat, ish joyidagi muvaffaqiyatingiz ko'p jihatdan turli psixologik testlardagi natijalaringiz bilan belgilanadi. Shu sababli, ushbu testlar nima ekanligini va qanday ishlashini tushunishingiz muhimdir.

Validlik va ishonchlilik tamoyillari

Shaxsiyatni baholashning eng yaxshi usullari ishonchlilik va haqiqiylik tamoyillariga amal qiladi.

Ishonchlilik

Ishonchlilik baholash vositasiga javoblarning izchilligi bilan bog'liq. Tasavvur qiling, siz bir xil testni ikki kun davomida topshirdingiz va natijalar keskin farq qildi. Qaysi natija aniqroq ekanligini qanday bilardingiz? Bunday test ishonchli hisoblanmaydi, chunki uning natijalari izchil emas. Biroz farq qilish tabiiy, lekin agar farq katta bo'lsa, demak, test yoki uning baholash usulida nimadir noto'g'ri.

Haqiqiylik

Haqiqiylik baholash vositasi nimani o'lchashi kerak bo'lsa, o'shani o'lchashiga bog'liq. Intellekt testlari haqiqatan ham intellektni o'lchaydimi? Xavotirni aniqlash testi xavotirni baholay oladimi? Agar test o'lchashi kerak bo'lgan qilgan xususiyati o'lchamasa, u haqiqiy hisoblanmaydi va natijalar xulq-atvorni bashorat qilish uchun ishlatilmaydi. Masalan, haqiqiy bo'lmagan intellekt testidagi natijangiz qanchalik yuqori bo'lmasin, bu sizning kollejda yoki yuqori intellekt talab qiladigan boshqa vaziyatlarda muvaffaqiyat qozonishingizni oldindan ayta olmaydi. Haqiqiy bo'lmagan shaxsiyat testi sizning hissiy kuchli va zaif tomonlaringiz haqida noto'g'ri tasvir berishi va siz yoki potentsial ish beruvchi uchun ahamiyatsiz bo'lishi mumkin.

Baholash metodlari

Ushbu kitobda muhokama qilingan shaxs nazariyotchilari o'z nazariyalari uchun eng foydali bo'lgan turli baholash metodlarini ishlab chiqdilar. Ushbu metodlarni qo'llab, ular o'z nazariyalarini asoslagan ma'lumotlarni to'pladilar. Ularning usullari obyektivlik, ishonchlilik va haqiqiylik tamoyillari darajasi bo'yicha turlicha bo'lib, tush ta'biri va bolalikdagi xotiralardan tortib kompyuter yordamida amalga oshiriladigan obyektiv testlargacha turli xil metodlarni o'z ichiga oladi. Shaxsiyatni baholashning asosiy metodlari quyidagilar:

- O'z-o'zini baholash yoki obyektiv o'lchov vositalari
- Proyektiv texnikalar
- Klinik suhbatlar
- Xulq-atvorni baholash usullari
- Fikr va tajriba namunalarini olish usullari

O'z o'zini baholash testlari

O'z o'zini baholash testlarda odamlarning turli vaziyatlardagi xatti-harakatlari va his-tuyg'ulari haqida savollarga javob berish orqali o'zlari haqida ma'lumot berish talab qilinadi. Bu testlar simptomlar, munosabatlar, qiziqishlar, qo'rquv va qadriyatlar bilan bog'liq elementlarni o'z ichiga oladi. Test ishtirokchilari har bir savoldagi holat qanchalik ularga mos kelishini yoki qanchalik darajada bu ularning xususiyatlarini ochib berishini

aniqlaydilar. Bugungi kunda ko‘plab o‘z o‘zini baholash testlari mavjud bo‘lib, lekin eng afzallaridan biri Minnesota Ko‘p O‘lchamli Shaxs O‘lchov Vositasidir (MMPI).

Minnesota Ko‘p O‘lchamli Shaxs O‘lchov Vositasi (MMPI)

MMPI 140 dan ortiq tilga tarjima qilingan va dunyodagi eng ko‘p ishlatiladigan psixologik test hisoblanadi. U dastlab 1943 yilda nashr qilingan va 1989 yilda zamonaviy tilga va jinsiy tarafkashlik kabi tomonlarini kamaytirish uchun qayta ko‘rib chiqilgan. Eng so‘nggi versiyasi MMPI-2-RF (Qayta Tuzilgan Shakl) 2008 yilda paydo bo‘ldi. MMPI 567 ta savoldan iborat to‘g‘ri-noto‘g‘ri variantli testdir. Test elementlari jismoniy va psixologik salomatlik, siyosiy va ijtimoiy munosabatlar, ta‘lim, kasbiy, oilaviy va nikoh omillari hamda nevrotik va psixotik xulq-atvor tendensiyalarini qamrab oladi. Testning klinik shkalalari jinsiy rol, himoyaviylik, depressiya, isteriya, paranoya, gipoxondriya va shizofreniya kabi shaxsiyat xususiyatlarini o‘lchaydi. Ba‘zi savollar test ishtirokchisining ataylab yolg‘on gapirganligini, beparvolik qilganligini yoki ko‘rsatmalarga noto‘g‘ri tushunganligini aniqlash uchun ham baholanadi.

Masalan, MMPI-2-RF haqiqatda jismoniy og‘riqni boshdan kechirayotganlar va nogironlik nafaqasini olish uchun ataylab og‘riqni soxtalashtirayotganlar o‘rtasidagi farqni muvaffaqiyatli aniqlay oladi. Shuningdek, bu test travmadan keyingi stress buzilishining (PTSD) haqiqiy simptomlarini soxtalashtirayotganlarni aniqlashda ham samarali. Ammo, ruhiy kasalliklarga chalingan ba‘zi odamlar onlayn o‘quv qo‘llanmalari yoki boshqa resurslar orqali MMPI testiga qanday javob berishni o‘rganib, o‘z asl ruhiy holatini yashirish va ruhiy jihatdan sog‘lom odam sifatida ko‘rinish imkoniyatiga ega bo‘lishadi.

1-JADVAL Minnesota Ko‘p O‘lchamli Shaxsiyat Inventarizatsiyasidan (MMPI) namunalar

- 1. Ba‘zida ichaklarimda kuchli spazmlar paydo bo‘ladi.**
- 2. Ishda juda ko‘p taranglashaman.**
- 3. Ba‘zida boshimda bir narsa bosayotgan kabi his paydo bo‘ladi.**
- 4. Ba‘zi qilgan ishlardan qaytadan qilishni xohlayman.**
- 5. Gimnastika darsida raqs tushishni yaxshi ko‘rardim.**
- 6. Odamlar meni noto‘g‘ri tushunganidan tashvishlanaman.**
- 7. Ba‘zida boshimdan o‘tgan narsalar dahshatli bo‘ladi.**
- 8. Meni yo‘q qilishni xohlovchi odamlar bor.**
- 9. Ba‘zida shunchalik tez o‘ylaymanki, ulgurmayman.**
- 10. Boshqalar bilan muhokama qilishda tez taslim bo‘laman.**

MMPI-2 ko'pincha taqdiqotlarda shaxsni tadqiq qilish, diagnostik vosita sifatida shaxsga doir muammolarini baholash, xodimlarni tanlash va kasbiy hamda shaxsiy maslahat uchun balog'at yoshidagi insonlar orasida qo'llaniladi. 1992 yilda o'smirlar uchun MMPI-A versiyasi ishlab chiqilgan, bunda savollar soni 567 tadan 478 tagacha qisqartirilgan. Testning ikkala shaklida ham kamchiliklar mavjud, ulardan biri test savollari soni ko'pligi va unga ketadigan vaqtdir. Testning ko'p savollariga diqqat bilan javob berish ko'p vaqt talab qiladi va ba'zi odamlar testni yakunlashdan oldin qiziqish va motivatsiyasini yo'qotadi. Shuningdek, bu va boshqa o'z o'zini baholash testlaridagi ba'zi elementlar juda shaxsiy ma'lumotlarni qamrab oladi, bu esa ba'zi odamlar uchun, ayniqsa ishga qabul qilish jarayonida, shaxsiy hayotga doir ma'lumotlarning tarqalishiga doir xavfni yuzaga keltirishi mumkin. Shunga qaramay, uzunligi va shaxsiy ma'lumotlar xavsizligiga doir masalalarga qaramasdan, MMPI o'zining turli shakllarida neyrotiklar va psixotiklar hamda hissiy jihatdan sog'lom va ruhiy jihatdan bezovta bo'lgan odamlarni ajratib turuvchi haqiqiy test hisoblanadi. Shu sababli, bu juda qimmatli diagnostik va tadqiqot vositasi sifatida qolmoqda.

Ko'plab shaxs xususiyatlarini baholash uchun o'z o'zini baholash testlari mavjud bo'lsa-da, bu testlar har doim ham aqliy qobiliyati o'rtacha darajadan past yoki o'qish qobiliyati cheklangan odamlar uchun mos kelmaydi. Hatto savollarning qaysi so'zni qo'llash bilan bo'g'liq masalalar yoki javob variantlarining bo'lish yolki bo'lmasligi ham natijalarda katta o'zgarishlarga olib kelishi mumkin. Masalan, kattalardan bolalar uchun eng muhim bo'lgan narsa nima deb o'ylaysiz, deb so'ralganda, 61,5 foizi "o'z fikriga ega bo'lish" variantini tanlagan. Ammo hech qanday javob variantlari keltirilmaganida, faqat 4,6 foizi o'sha yoki shunga o'xshash javob bergan.

Shuningdek, test ishtirokchilarining ijtimoiy jihatdan maqbul yoki qabul qilinadigan javoblarni ko'proq tanlashlari moyilligi mavjud, ayniqsa, ishga qabul qilish jarayonida test topshirilganda. Tasavvur qiling, siz haqiqatan ham xohlagan ish uchun ariza topshiryapsiz va testda "Ishda juda ko'p asabiylashaman" savoli berilgan. Siz unga "ha" deb javob berarmidingiz? Biz ham bermasdik.

Bir guruh kollej talabalari ijtimoiy jihatdan qabul qilinadigan darajada yaxshi ko'rinishga harakat qilgan holda o'z-o'zini baholash testini

topshirganida, ular javoblarda ehtiyotkorroq bo'lib, testni tugatish uchun ko'proq vaqt sarflashgan. O'xshash natijalar boshqa o'z-o'zini baholash testlarida ham kuzatilgan. Tadqiqotlarda ko'pchilik ishtirokchilar yolg'on javoblar berish oson ekanligini aniqlangan (McDaniel, Beier, Perkins, Goggins, & Frankel, 2009)..

Shunga qaramay, o'z-o'zini baholash testlari shaxsni baholashning eng obyektiv yondashuvi hisoblanadi. Uning eng katta afzalligi shundaki, avtomatlashtirilgan shaxs xususiyatlarini baholash dasturlari orqali sinalunvchilarni obyektiv va tez baholash mumkin bo'lib, ulaning shaxsiy xususiyatlari haqida to'liq diagnostik profil taqdim eta oladi.

Online test topshirish

Hozirgi kunda boshqa narsalar kabi o'z-o'zini baholash testlarini ham onlayn tarzda topshirish mumkin. Ko'plab ish beruvchilar ishga ariza topshirganlardan testlarni kompaniya ofisida vaqt va joyni egallashdan ko'ra, oldindan saralash usuli sifatida shu tarzda testni o'tkazishni afzal ko'rishadi. Kompyuter orqali test topshirishning afzalliklari quyidagilardan iborat:

- Bu ham sinaluvchi, ham psixolog uchun kamroq vaqt talab etadi
- Xarajat kamroq
- Baholash obyektivroq bo'ladi
- Bu usul yosh ishchilar orasida qabul qilinadi
- Bu test topshiruvchilarni keyingi savollarga o'tib ketishdan va allaqachon berilgan javoblarni o'zgartirishdan to'sadi (bu qog'oz va qalam yordamida o'tkaziladigan testlarda qilish mumkin)

Ko'p sonli tadqiqotlar ushbu yondashuvning foydaliligini tasdiqlagan. Ko'pgina o'z-o'zini baholash testlari bo'yicha javoblarni tekshirish ishlariga ko'ra, qog'oz va qalam orqali o'tkazilgan testlar bilan onlayn tarzda o'tkazilgan testlar o'rtasida sezilarli farq topilmagan (masalan, Chuah, Drasgow, va Roberts, 2006; Clough, 2009; Luce, Winzelberg, Das, Osborne, Bryson, va Taylor, 2007; Naus, Philipp, va Samsi, 2009).

Ammo, tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bizning ko'pchiligimiz onlayn o'z-o'zini baholash testlarida shaxsan test o'tkazuvchi tomonidan berilgan qog'oz va qalam yordamida bajariladigan testlardan ko'ra sezilarli darajada ko'proq nozik yoki hatto jiddiy noqulayliklar keltiruvchi ma'lumotlarni

oshkor qilish ehtimoli yuqori. Ko'pchilik kompyuter bilan ishlashda anonimlik va xavfsizlik hissini sezishadi. Shuning uchun shaxsiy ma'lumotlarni oshkor qilishi osonroq kechadi.

Proyektiv testlar

Klinik psixologlar hissiy buzilishi bor bo'lgan odamlar bilan ishlash uchun proyektiv testlarini ishlab chiqdilar. Sigmund Freydning ongsizlikning ahamiyatiga urg'u bergan g'oyalaridan ilhomlangan holda, proyektiv testlar bizning ong ongimistimiz anglashimizga yordamlashadi. Proyektiv texnikaning nazariy asoslari shundan iboratki, biz noaniq stimulga, masalan, har xil talqin qilinishi mumkin bo'lgan siyoh dog'i yoki rasmni ko'rganimizda, bu rasmni tasvirlashimiz so'ralganda biz ong ostimizdagi ehtiyojlarimiz, qo'rquvlarimiz va qadriyatlarimizni u orqali namoyon qilamiz ya'ni proyeksiya qilamiz.

Proyektiv testlar natijalarini talqin qilish juda subyektiv ya'ni psixologning shaxsiy tajribasi va uning dunyoqarashiga bog'liq bo'lganligi sababli, ularning ishonchliligi yoki haqiqiyliigi yuqori emas. Bir xil odamga proyektiv test o'tkazishda har xil psixologlar u testni turlicha talqin qilishi odatiy holdir. Bunday holatda, testning ishonchliligi past bo'ladi. Shunga qaramay, ushbu testlar baholash va diagnostika maqsadida keng qo'llaniladi. Eng mashhur proyektiv testlardan ikkitasi Rorschach siyoh dog'i texnikasi va Tematik Appersepsiya Testidir (TAT).

Rorschach va uning siyoh dog'lari

Rorschach testi 1921 yilda shveytsariyalik psixiatr Hermann Rorschach tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, u bolaligidan siyoh dog'lariga qiziqqan. Yoshligida u Klecksographie yoki Blotto deb nomlangan mashhur o'yinni o'ynab, har xil siyoh dog'lariga talqinlar berar edi. Rorschachning siyoh dog'lariga qiziqishi shu darajada kuchli bo'lganki, u "Klecks" (nemis tilida "siyoh dog'i" degan ma'noni anglatadi) laqabini olgan. Keyinchalik, Rorschach tibbiyot fanlari doktori darajasini olgandan so'ng psixiatriya bo'yicha kasalxonada ishlaganida, u va bir do'sti bemorlar bilan vaqt o'tkazish uchun Blotto o'yinini o'ynagan. Rorschach bemorlarning javoblari va maktab o'quvchilarining xuddi shu siyoh dog'lariga bergan javoblari o'rtasidagi farqlarni sezgan.

O‘z testini yaratishda Rorschach oddiy siyoh dog‘larini yaratdi: oq qog‘ozga siyoh tomizib, qog‘ozni ikki buklardi. Har xil naqshlarni sinovdan o‘tkazgach, u 10 ta dog‘da to‘xtadi, chunki u 10 tadan ortiqni chop ettirish uchun mablag‘ topa olmagan. U o‘z ishini nashr ettirdi, ammo muvaffaqiyat qozonmadi, bir nechta nusxa sotildi va kam sonli sharhlar ham salbiy bo‘ldi. Test keyinchalik juda mashhur bo‘lganiga qaramay, Rorschach depressiyaga tushib qoldi.

Buning asosiy sababi, uning yaratgan Rorschach testiga bo‘lgan muvaffaqiyatsizlik va salbiy munosabat edi. U o‘z testini nashr qilganda, bu ish ommalashmagan: kitoblar juda oz nusxada sotilgan va uni tanqid qilganlar ko‘p bo‘lgan. Afsuski, test keyinchalik juda mashhur va qimmatli vositaga aylanganiga qaramay, va uning ishi nashr etilgandan 9 oy o‘tib bu muvaffaqiyatni ko‘ra olmasdan vafot etdi. U o‘limidan oldin og‘ir ruhiy holatda bo‘lgan.

Rorschach testidan foydalanish

Siyoh dog‘i kartalari (ba'zilar qora, ba'zilar rangli) birma-bir ko‘rsatiladi va test sinaluvchilaridan nimani ko‘rganliklarini tasvirlash so‘raladi. Keyin kartalar ikkinchi marta ko‘rsatiladi va psixolog oldingi javoblar haqida aniq savollar beradi. Test paytida test o‘tkazuvchi test topshiruvchining harakatlarini, maxsus siyoh dog‘lariga reaksiyalarini va umumiy munosabatini kuzatadi.

Javoblar har xil yo‘llar bilan talqin qilinishi mumkin, masalan, test topshiruvchi harakat, inson yoki hayvon figurasi, jonli yoki jonsiz obyektlar, qisman yoki butun figuralarni ko‘rganligini qayd etishi mumkin. Rorschach testining o‘tkazilishi, baholanishi va talqin qilinishini standartlashtirish bo‘yicha ko‘plab urinishlar bo‘lgan. Eng muvaffaqiyatlisi – Keng Qamrovli Tizim bo‘lib, u ko‘p tadqiqotlarga asoslangan va bu testning ishonchlilik va haqiqiylik darajalarini oshishiga yordam berdi.

Keng Qamrovli Tizimga qaramay, Rorschach testining foydaliligi va validligi haqida umumiy kelishuv yo‘q. Ba'zi tadqiqotchilar Rorschach testining ilmiy asosga ega emasligini ta'kidlashadi; boshqalar esa bu testning boshqa shaxsni baholash metodlari kabi valid ekanini ta'kidlaydilar. Shunga qaramay, Rorschach shaxsni o‘rganish tadqiqotlari va klinik amaliyotlarda mashhur baholash texnikasi bo‘lib qolmoqda. Rorschach testi Yevropa va Janubiy Amerikada tadqiqotlarda ham keng qo‘llaniladi. Umuman olganda,

validlik bo'yicha tadqiqotlar MMPI ni Rorschachdan ko'ra ko'proq tan oladi. Shu sababli, MMPI etnik ozchilik guruhleri va turli madaniy guruhlar bilan ishlashda ko'proq ishonch bilan qo'llanilishi mumkin. (see, for example, Wood, Garb, Lilienfeld, & Nezworski, 2002).

Tematik Appersepsiya Testi (TAT)

Henry Murray va Christiana Morganlar TAT ni ishlab chiqqanlar (Morgan & Murray, 1935). Test 19 ta noaniq rasmdan iborat bo'lib, ularda bir yoki bir nechta shaxslar tasvirlangan, shuningdek, 1 ta bo'sh karta mavjud. Rasmlar voqealar haqida noaniq tasavvur beradi va har xil talqin qilinishi mumkin. Test topshirayotgan odamlardan rasmda ko'rsatilgan shaxslar va obyektlar haqida hikoya aytib berish, voqea qanday kelib chiqqani, shaxslarning o'ylayotgan va his qilayotgan narsalari va natija qanday bo'lishi mumkinligi haqida gapirish so'raladi. Klinik amaliyotda psixologlar TAT hikoyalarini talqin qilishda bir qator omillarni hisobga olishadi.

1. Shaxslararo munosabatlar: Hikoyada qanday munosabatlar aks etganini kuzatishadi. Masalan, hikoyada yaqinlik, ishonch yoki ziddiyatli munosabatlar bor-yo'qligini aniqlash orqali shaxsning boshqalarga qanday munosabatda ekanligi haqida ma'lumot olishadi.

2. Obrazlarning motivatsiyasi: Qahramonlar nima uchun shunday harakat qilayotganini tushunishga harakat qilishadi. Bu motivatsiyalar, ya'ni ichki ehtiyojlar, xohishlar va qo'rquvlar, shaxsning o'z his-tuyg'ularini qanday boshqarishini aniqlashda yordam beradi.

3. Reallikka munosabat: Qahramonlarning real voqelikka qanchalik yaqinligi ham tahlil qilinadi. Agar hikoya haqiqatga yaqin bo'lmagan yoki g'ayrioddiy tafsilotlarni o'z ichiga olsa, bu, ehtimol, shaxsning reallikdan uzoqlashganligini yoki boshqacha dunyoqarashga ega ekanligini ko'rsatishi mumkin.

Ushbu omillarni hisobga olish orqali psixologlar test topshiruvchining ichki dunyosiga chuqurroq nazar solishlari va uning shaxsiy muammolari yoki psixologik holati haqida aniqroq tasavvurga ega bo'lishlari mumkin.

TAT uchun obyektiv baholash tizimlari yo'q va diagnostika maqsadida ishlatilganda uning ishonchliligi va haqiqiyliги past. Shunga qaramay, TAT tadqiqot maqsadlari uchun foydali bo'lib, shaxsiyatning muayyan jihatlarini,

masalan, yutuqlarga, yaqinlikka va kuchli bo'lishga intilishi kabi jihatlarni baholash uchun ma'lum tizimlar ishlab chiqilgan. U hali hamon klinik amaliyotdlara ham qo'llanilib kelinmoqda (Gieser & Wyatt-Gieser, 2013).

Boshqa Proyektiv Texnikalar

So'z-assotsiatsiya va jumlaning to'ldirish testlari psixologlar bemorlar shaxs xususiyatlarini baholashi uchun foydalanadigan qo'shimcha proyektiv texnikalardandir. So'z-assotsiatsiya testida so'zlar ro'yxati birma-bir o'qib eshittiriladi va subyektdan har bir so'zga nisbatan miyyasiga birinchi kelgan so'zni aytish so'raladi. Javoblar ularning oddiy yoki noodatiy xarakteri, ehtimoliy hissiy taranglikni ifodalash darajasi va jinsiy nizolarga aloqadorligi bo'yicha tahlil qilinadi. Javobning tezligi muhim deb hisoblanadi.

Jumlaning to'ldirish testida ham og'zaki javoblar talab qilinadi. Subyektlardan "Mening maqsadim ..." yoki "Meni xavotirga soladigan narsa ..." kabi jummalarni yakunlash so'raladi. Ushbu yondashuvlar bilan olingan javoblarni talqin qilish juda subyektiv bo'lishi mumkin. Shunga qaramay, ba'zi jumlaning to'ldirish testlari, masalan, Rotterning To'liq bo'lmagan Jumla Blankasi, ko'proq obyektiv baholash imkonini beradi.

Klinik intervyular

Shaxsiyatni o'lchash uchun qo'llaniladigan maxsus psixologik testlardan tashqari, baholash odatda klinik suhbatlarni ham o'z ichiga oladi. Sababi, baholash o'tkazilayotgan odam bilan suhbatlashib, uning o'tgan va hozirgi hayotiy tajribalari, ijtimoiy va oilaviy munosabatlari hamda psixologik yordamga murojaat qilishiga sabab bo'lgan muammolar haqida savollar berish orqali qimmatli ma'lumot olish mumkinligi mantiqan asoslangan. Suhbat davomida keng doiradagi xulq-atvor, his-tuyg'ular va fikrlar o'rganilishi mumkin, jumladan, umumiy tashqi ko'rinish, munosabat va kayfiyat; yuz ifodalari, holat va imo-ishoralar; fikrlar bilan bandlik darajasi; o'zini anglash darajasi; va reallikka munosabat.

Suhbat seanslari davomida yoki oldidan o'tkaziladigan MMPI kabi psixologik testlar natijalari bilan qurollangan holda, psixolog test natijalarida ko'rsatilgan muammolarga e'tibor qaratib, bu masalalarni batafsilroq o'rganishi mumkin. Suhbat ma'lumotlarini talqin qilish subyektiv bo'lib, o'rganish jarayoniga suhbat o'tkazuvchining nazariy yo'nalishi va

shaxsiyati ta'sir qilishi mumkin. Shunga qaramay, klinik suhbatlar shaxsiyatni baholashda eng keng qo'llaniladigan texnika bo'lib qolmoqda va obyektivroq usullar bilan qo'llab-quvvatlanganda foydali vosita bo'lib xizmat qiladi.

Xulq-atvor o'lchovlari

Xulq-atvorni baholash uchun kuzatuvchi odamning ma'lum bir vaziyatdagi xulq-atvorini baholaydi. Kuzatuvchilar baholanayotgan odamni qanchalik yaxshi bilsa va u bilan qanchalik tez-tez muloqotda bo'lsa, uning bergan tavsiflari shunchalik aniq bo'lish ehtimoli yuqori bo'ladi (Connelly & Ones, 2010). Psixologlar Arnold Buss va Robert Plomin bir jinsli egizaklarda turli temperament darajalarini baholash uchun so'rovnoma ishlab chiqdilar (Buss & Plomin, 1984). Egizaklarning onalaridan farzandlarini kuzatishlari asosida so'rovnomadagi elementlarni belgilash so'raldi, ya'ni, o'z farzandlarida aniq va oson kuzatiladigan xulq-atvor holatlarini tasvirlaydigan variantlarni tanlashlari kerak edi. So'rovnomadagi namunaviy elementlar 1.3-jadvalda keltirilgan.

1.3-JADVAL Buss va Plomin EASI Temperament So'rovnomasidan namunalar
Bola oson yig'laydi.
Bola tez jahl qiladi.
Bola uzoq vaqt jim o'tira olmaydi.
Bola oson do'st topadi.
Bola uyatchanlikka moyil.
Bola o'yinchoqdan o'yinchoqqa tez o'tadi.

Klinik suhbatlar bo'yicha so'zlashganimizda aytib o'tganimizdek, maslahatchilar odatda mijozlarining xulq-atvorini kuzatishadi—masalan, yuz ifodalari, asabiy imo-ishoralar va umumiy tashqi ko'rinishga e'tibor berishadi—va ushbu ma'lumotdan ularning diagnostikalarini tuzishda foydalanishadi. Bunday kuzatishlar formal xulq-atvorni baholash usullariga qaraganda kamroq tizimlashtirilgan, ammo bu usul ham qimmatli natijalar bera oladi.

Fiklar va tajribalarni baholash

Xulq-atvorga yo'nalishida shaxsni baholashda, o'ziga xos xulq-atvor harakatlari malakali kuzatuvchilar tomonidankuzatib boriladi. Baholashning fikr namunalarini yig'ish usulida esa, biror shaxsning fikrlari ma'lum vaqt

davomida tizimli ravishda yozib olinadi. Chunki fikrlar shaxsiy tajribalardir va hech kim ularni ko'ra olmaydi; bu turdagi kuzatuvni amalga oshira oladigan yagona shaxs o'sha odamning o'zidir.

Ushbu jarayonda kuzatuvchi va kuzatilayotgan shaxs bir xil bo'ladi. Fikr yig'ish usuli odatda guruhlar bilan qo'llaniladi, lekin diagnostika va davolashda yordam berish uchun alohida shaxslarga ham qo'llanadi. Masalan, mijozdan keyinchalik psixolog tomonidan tahlil qilinishi uchun o'z fikr va kayfiyatlarini yozish yoki yozib olish so'ralishi mumkin.

Fikr yig'ishning boshqa varianti tajribalarni yig'ish metodi bo'lib, bu usul fikr yig'ish metodi kabi amalga oshiriladi, lekin unda ishtirokchilardan tajribaning ijtimoiy va atrof-muhit kontekstini ham tasvirlash so'raladi. Masalan, sinlauvchilarga taqib qo'yilgan kichik elektron moslamalardan signal ovozi yangraganda ular yolg'izmi yoki boshqa odamlar bilan birga ekanligini qayd qilishlari talab qilinishi mumkin. Yoki ular aynan nima bilan shug'ullanayotganlarini yoki qayerda ekanliklarini yozishlari so'ralishi mumkin. Ushbu usulning maqsadi fikr yoki kayfiyatlarga ularning atrofidagi voqea hodisalar qanday ta'sir qilishini aniqlashdir.

Fikr yig'ish tadqiqotlari qatnashchilarga o'z fikrlarini tez va oson yozib olish imkonini beruvchi smartfonlar kabi texnologik taraqqiyotlarga tayanadi. Elektron yozuvlar vaqt va sanaga ko'ra belgilanadi. Shu tariqa, tadqiqotchilar fikrlar va tajribalarning yozilgan vaqti va intervallari o'z vaqtida qayd etilganmi yo'qmi bilib olishlari mumkin. Agar ular ma'lum bir voqea hodisadan bir muncha vaqt o'tib kiritilgan bo'lsa, xotira noaniqliklari tajriba sifati va mazmuniga ta'sir qilishi mumkin. Shuning uchun qaydlar o'z vaqtida bo'lishi lozim.

Shaxsni baholashning tajriba yig'ish usuliga misol sifatida 28 kun davomida kunlik internet kundaliklarini yuritgan bir guruh kollej talabalarining tadqiqotini keltirilishi mumkin. Har bir yozuv ularning kayfiyatini, shuningdek, stressli voqealarni va ular bilan qanday kurashganlarini tasvirlagan. Sizni ajablantirmasa kerakki, tajribaga ko'ra, eng ko'p uchragan salbiy voqea turi akademik muammolar bilan bog'liq bo'lgan. Ikkinchi eng ko'p uchragan salbiy muammo esa shaxslararo munosabatlarga - boshqalar bilan til topishishga oid edi (Park, Armeli, & Tennen, 2004). Shaxsni baholashning boshqa yondashuvlari ushbu ma'lumotlarni bu qadar oson ochib bera olmagan bo'lar edi.

Yapon talabalari o'rtasida o'tkazilgan yana bir tajribalarni yig'ish tadqiqoti shuni ko'rsatdiki, tunda takroriy fikrlarga chulg'agan va hayotida nimadandir haddan tashqari xavotirga tushadigan talabalar uxlay olmaslik, bezovta uxlash va kamroq uxlash kabi muammolarga duch kelishganligi aniqlangan (Takano, Sakamoto, & Tanno, 2014).

Tajribalarni yig'ish metodidagi mumkin bo'lgan cheklov shundaki, subyektlar boshqa ishlar bilan shu qadar band bo'lishlari mumkinki, o'z faoliyatlarini qayd qilishni unutib qo'yishlari mumkin. Natijada, kerakli ma'lumotlar faqatgina eng mas'uliyatli tadqiqot ishtirokchilaridan olinishi mumkin. Bundan tashqari, his-tuyg'ular yoki kayfiyat - masalan, g'azab yoki qayg'u - qayd etilgan ma'lumotning tabiatiga ta'sir ko'rsatishi mumkin (Scollon, Kim-Prieto, & Diener, 2009). Shunga qaramay, bu usul tadqiqotchilar uchun juda kerakli o'lchov uslubi bo'lib, o'z-o'zini baholash testlaridan olingan ma'lumotlarga mos keladigan ma'lumotlarni taqdim eta oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

McDaniel, M., Beier, M., Perkins, A., Goggins, S., & Frankel, B. (2009). An assessment of the fakeability of self-report and implicit personality measures. *Journal of Research in Personality*, 43, 682–685.

Chuah, S., Drasgow, F., & Roberts, B. (2006). Personality assessment: Does the medium matter? *Journal of Research in Personality*, 40, 359–376.

Wood, J. M., Garb, H. N., Lilienfeld, S. O., & Nezworski, M. T. (2002). Clinical assessment. *Annual Review of Psychology*, 53, 519–543.

Morgan, C. D., & Murray, H. A. (1935). A method for investigating fantasies. *Archives of Neurology and Psychiatry*, 34, 289–306.

Gieser, L., & Wyatt-Gieser, J. (2013, August 3). Survival of the Thematic Apperception Test. Paper presented at the American Psychological Association Convention. http://www.historyofpsych.org/images/Division_26_APA_Convention_Program_2013.

Connelly, B., & Ones, D. (2010). Another perspective on personality: Meta-analytic integration of observers' accuracy and predictive ability. *Psychological Bulletin*, 136, 1092–1122.

Park, C., Armeli, S., & Tennen, H. (2004). Appraisal-coping goodness of fit: A daily Internet study. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 558–569.

Takano, K., Sakamoto, S., & Tanno, Y. (2014). Repetitive thought impairs sleep quality: An experience sampling study. *Behavior Therapy*, 45, 67–82.

Scollon, C., Kim-Prieto, C., & Diener, E. (2009). Experience sampling: Promises and pitfalls, strengths and weaknesses. In E. Diener (Ed.), *Assessing well-being: The collected works of Ed Diener* (pp. 157–180). New York: U.S. Springer Science.