



XALQARO NORDIK UNIVERSITETI

MAGISTRANTI

TAQDIMOTI


KARL ROJERS: PSIXOLOGIYAGADA GUMANISTIK YONDASHUV ASOSCHISI

- **To'liq ism:** Karl Ransom Rojers
- **Ma'lum bo'lgan:** Mijozlarga yo'naltirilgan terapiyani rivojlantirish va gumanistik psixologiyani shakllantirishga yordam berish
- **Tug'ilgan:** Illinoys shtatidagi Oak Parkda 1902 yil 8-yanvar
- **Vafoti:** 1987 yil 4 fevral, Kaliforniya shtatidagi La Jolla shahrida
- Ota-onalar:** Qurilish muhandisi Uolter Rojers va uy bekasi Yuliya Kushing
- Ta'lim:** Kolumbiya universiteti o'qituvchilar kolleji M.A. va Ph.D.
- Asosiy yutuqlar:** 1946 yilda Amerika psixologik assotsiatsiyasi prezidenti; 1987 yilda Nobel Tinchlik mukofotiga nomzod

➤ HAYOTNING BOSHLANG'ICH DAVRI

- Karl Rogers 1902 yilda Oak Parkda, Illinoys, Chikago chekkasida tug'ilgan. U oltita farzandning to'rtinchisi edi va chuqur diniy uyda o'sgan. U Viskonsin-Medison universitetida kollejga o'qishga kirdi, u erda qishloq xo'jaligini o'rganishni rejalashtirgan. Biroq, tez orada u diqqatini tarix va dinga o'zgartirdi
- 1924 yilda tarix bo'yicha bakalavr darajasiga ega bo'lganidan so'ng, Rogers Nyu-York shahridagi uyushma diniy seminariyasiga vazir bo'lishni rejalashtirgan. U erda uning qiziqishlari psixologiyaga o'tdi. U ikki yildan so'ng seminariyani tark etib, Kolumbiya Universitetining O'qituvchilar kollejiga o'qishga kirdi, u erda klinik psixologiyani o'rganib, 1928 yilda magistrlik dissertatsiyasini tugatdi va doktorlik dissertatsiyasini tugatdi.




- 
- U hali doktorlik dissertatsiyasini himoya qilayotgan paytda 1930 yilda Rojers Nyu-Yorkning Rochester shahrida bolalarga nisbatan shafqatsizlikning oldini olish jamiyatining direktori bo'ldi. Keyin u bir necha yil akademiyada o'tkazdi. U 1935-1940 yillarda Rochester universitetida ma'ruza qildi va 1940 yilda Ogayo shtati universitetida klinik psixologiya professori bo'ldi. 1945 yilda u Chikago universitetiga psixologiya professori sifatida ko'chib o'tdi va keyinchalik bakalavriat universiteti (University of University of University) ga ko'chib o'tdi. Bu vaqt davomida u o'zining psixologik nuqtai nazarini rivojlantirdi va terapiyaga yondashuvini shakllantirdi, uni dastlab "ko'rsatma bo'lmagan terapiya" deb atadi, ammo bugungi kunda mijozlarga yo'naltirilgan yoki shaxsga yo'naltirilgan terapiya sifatida tanilgan. 1942 yilda u kitob yozdi *Konsultatsiya va psixoterapiya*, u erda terapevtlar o'z mijozlarini tushunishga va qabul qilishga intilishi kerak, deb taklif qildi, chunki aynan shunday qaror qabul qilish orqali mijozlar o'zlarining farovonliklarini o'zgartirishni va yaxshilashni boshlashlari mumkin.

Carl Rogers



- Humanist
- Personal growth
- Empathy, acceptance, understanding

- U Chikago universitetida bo'lganida, Rojers uning terapiya usullarini o'rganish uchun maslahat markazini tashkil etdi. U ushbu tadqiqot natijalarini kitoblarda nashr etdi *Mijozlarga asoslangan terapiya* 1951 yilda va *Psixoterapiya va shaxsning o'zgarishi* 1954 yilda. Aynan shu davrda uning g'oyalari sohada o'z ta'sirini topa boshladi. Keyin, 1961 yilda Viskonsin-Medison universitetida bo'lganida, u o'zining eng taniqli asarlaridan birini yozdi, *Shaxs bo'lish to'g'risida*.
- 1963 yilda Rojers akademik sohani tark etib, Kaliforniya shtatidagi La-Jolla shahridagi G'arbiy Xulq-atvor fanlari institutiga qo'shildi. Bir necha yil o'tgach, 1968 yilda u va institutning boshqa ba'zi xodimlari Shaxsni o'rganish markazini ochdilar, u erda Rojers 1987 yilda vafotigacha qoldi.



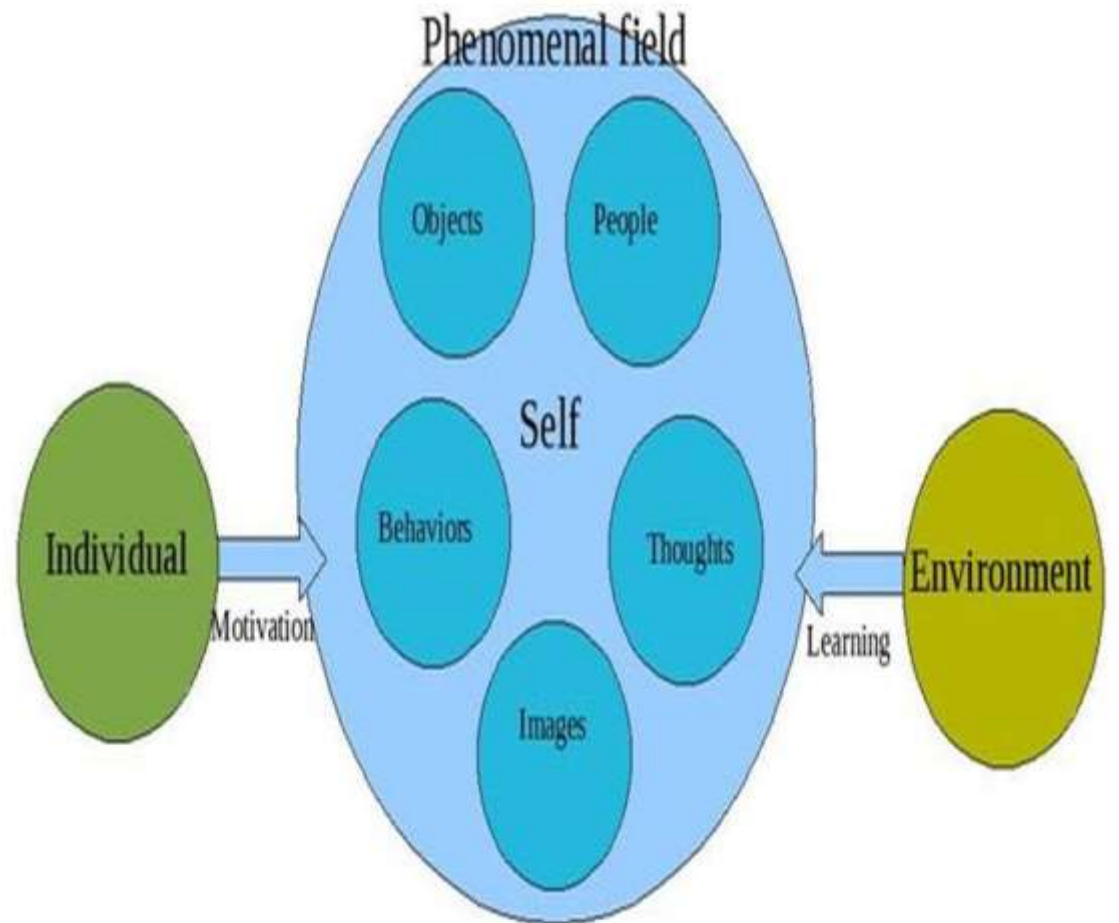
Uning 85 yoshidan bir necha hafta o'tgach tug'ilgan kuni va vafotidan ko'p o'tmay, Rojers Nobel Tinchlik mukofotiga nomzod bo'lgan.

- Rojers psixolog sifatida ish boshlaganida, psixoanaliz va bixeviorizm sohada hukmronlik qilgan nazariyalar edi. Psixoanaliz va bixeviorizm ko'p jihatdan har xil bo'lgan bo'lsa-da, ikkita nuqtai nazardan umumiy bo'lgan narsa, bu ularning insonning motivlarini nazorat qilmasligiga urg'u berishidir. Psixoanaliz xulq-atvorni ongsiz drayvlar bilan bog'laydi, bixeviorizm esa xulq-atvor motivlari sifatida biologik drayvlar va atrof muhitni mustahkamlashga ishora qiladi. 50-yillardan boshlab psixologlar, shu jumladan Rojers ham odamlarning xulq-atvori haqidagi bunday qarashga psixologiyaga nisbatan kamroq pessimistik nuqtai nazarni taklif qiladigan gumanistik yondashuv bilan javob berishdi. Gumanistlar odamlarni yuqori darajadagi ehtiyojlar rag'batlantiradi degan g'oyani qo'llab-quvvatladilar. Xususan, ular insonning umumiy motivatsiyasi o'zini o'zi amalga oshirishdir, deb ta'kidladilar.

O'Z-O'ZINI BOSHQARISH

Uning hamkasbi gumanist Ibrohim Maslou singari, Rojersning fikriga ko'ra, odamlarni birinchi navbatda o'zini o'zi anglash yoki o'z imkoniyatlarini to'liq ishga solish motivatsiyasi boshqaradi. Biroq, odamlar o'zlarining atrof-muhitlari bilan cheklangan, shuning uchun ular atrof-muhit ularni qo'llab-quvvatlagan taqdirdagina o'zlarini anglashlari mumkin.

Carl Rogers Self theory





➤ SHARTSIZ IJOBİY HURMAT

- Shaxtsiz qo'llab-quvvatlanadigan va shaxs nima qilayotganidan yoki aytganidan qat'iy nazar hukm qilinmaydigan ijtimoiy vaziyatda shartsiz ijobiy e'tibor taqdim etiladi. Mijozga yo'naltirilgan terapiyada terapevt mijozga so'zsiz ijobiy munosabatda bo'lishi kerak.
- Rogers shartsiz ijobiy va shartli ijobiy qarashlarni ajratib ko'rsatdi. Shubhasiz ijobiy e'tirof etilgan odamlar, nima bo'lishidan qat'iy nazar qabul qilinadi, bu odamga hayot nimani taklif qilishi va xatolarga yo'l qo'yishi haqida tajriba o'tkazish uchun zarur bo'lgan ishonchni kuchaytiradi. Ayni paytda, agar faqat shartli ijobiy munosabat bildirilgan bo'lsa, shaxs faqatgina ijtimoiy sherikning roziligini qondiradigan yo'l tutgan taqdirdagina ma'qullash va muhabbatga ega bo'ladi.
- Shubhasiz ijobiy munosabatni boshdan kechirayotgan insonlar, ayniqsa, ota-onalari tomonidan o'sib-ulg'ayganlarida, o'z-o'zini anglash ehtimoli ko'proq.

► UYG'UNLIK

- Rojersning ta'kidlashicha, odamlar o'zlarining ideal shaxsi tushunchasiga ega va ular o'zlarini bu idealga mos keladigan tarzda his qilishni va harakat qilishni xohlashadi. Biroq, ideal o'zini ko'pincha odamning kimligi haqidagi imidjiga mos kelmaydi, bu esa nomuvofiqlik holatini keltirib chiqaradi. Har bir inson ma'lum darajada nomuvofiqlikni boshdan kechirar ekan, agar ideal men va o'z-o'zini qiyofasi bir-biriga katta darajada mos keladigan bo'lsa, shaxs muvofiqlik holatiga erishishga yaqinlashadi. Rojers uyg'unlik yo'li so'zsiz ijobiy munosabat va o'zini o'zi anglashga intilish ekanligini tushuntirdi.



Personality - Humanistic Perspective

By 1960s psychologists had become discontented with Freud's negativity and mechanistic psychology of behaviorists.

Abraham Maslow & Carl Rogers

Humanistic Theory:
Emphasizes that individuals control their own behavior and focuses on conscious experiences

➤ TO'LIQ ISHLAYDIGAN ODAM

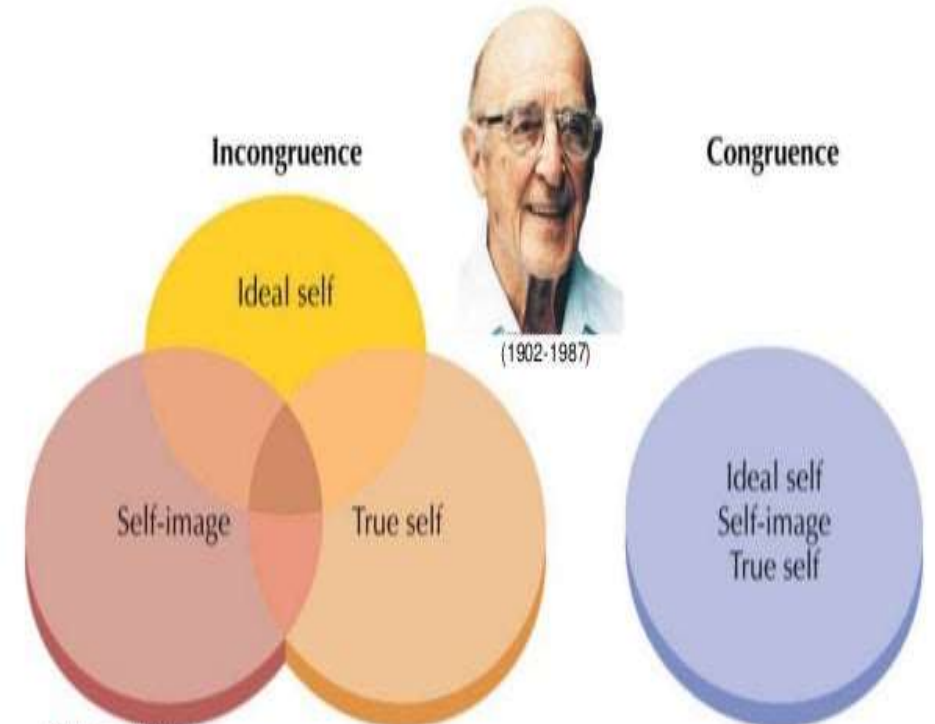
- Rojers o'zini o'zi anglashga erishgan shaxsni to'liq ishlaydigan shaxs deb atadi. Rojersning so'zlariga ko'ra, to'liq ishlaydigan odamlar ettita xususiyatni namoyish etadilar:
 - Tajriba uchun ochiqlik
 - Ayni damda yashash
 - O'zining his-tuyg'ulari va instinktlariga ishonish
 - O'z-o'zini boshqarish va mustaqil tanlov qilish qobiliyati
 - Ijodkorlik va egiluvchanlik
 - Ishonchlilik
 - O'zingizni hayotdan qoniqish va qoniqish hissi
- To'liq ishlaydigan odamlar bir-biriga mos keladi va so'zsiz ijobiy hurmatga sazovor bo'ladi. Ko'p jihatdan to'liq ishlash idealdir, unga to'liq erishish mumkin emas, lekin yaqinlashib kelayotganlar har doim o'sib boradilar va o'zlarini anglashga intilishadi.

➤ SHAXSIYATNI RIVOJLANTIRISH

➤ Rogers shuningdek, shaxsiyat nazariyasini ishlab chiqdi. U shaxsning aslida kimligini "o'zini" yoki "o'z-o'zini anglash" deb atadi va o'z-o'zini anglashning uchta tarkibiy qismini ajratib ko'rsatdi:

- **O'z-o'zini tasvirlash** yoki shaxslarning o'zlarini qanday ko'rishlari. O'z-o'zini tasvirlash haqidagi g'oyalar ijobiy yoki salbiy bo'lishi mumkin va ular boshdan kechirgan narsalarga va qanday harakat qilishlariga ta'sir qilishi mumkin.
- **O'z-o'zini qadrlash** yoki shaxslarning o'zlariga beradigan qiymati. Rogers o'z qadr-qimmatini bolalik davrida shaxslarning ota-onalari bilan o'zaro munosabatlari orqali shakllanganligini his qilgan.
- **Ideal Self** yoki shaxs bo'lishni xohlaydigan shaxs. Bizning o'sishimiz va ustuvorliklarimiz o'zgarishi bilan ideal o'zini o'zi o'zgartiradi.

Carl Rogers' Self Theory



© 2005 Wadsworth • Thomson

➤ MEROS

- Rogers bugungi kunda psixologiyani eng nufuzli shaxslardan biri bo'lib qolmoqda. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, 1987 yilda vafot etganidan buyon uning mijozlarga yo'naltirilgan yondashuvi to'g'risidagi nashrlar ko'paygan va tadqiqotlar uning ko'plab g'oyalari, shu jumladan so'zsiz ijobiy qarashlarning muhimligini tasdiqlagan. Rogersning qabul qilish va qo'llab-quvvatlash haqidagi g'oyalari, shuningdek, ijtimoiy yordam, ta'lim va bolalarni parvarish qilish kabi ko'plab yordam beradigan kasblarning asosiga aylandi.

