

VI MÖVZU: Fəaliyyətin iradi tənzimi

Plan:

1. Psixologiyada iradə haqqında anlayış.İradi iş ixtiyari işin xüsusi növü kimi.
2. İradi işin strukturu, onun motivasiya sahəsi ilə əlaqəsi
3. İradi səy və qərar qəbulu. İradi işin mərhələləri.
4. Vərdişlər, adətlər və bacarıqlar.
5. Şəxsiyyətin iradi keyfiyyətləri: ilkin iradi keyfiyyətlər; törəmə və ikinci iradi keyfiyyətlər, üçüncü iradi keyfiyyətlər.

Ədəbiyyat:

1. Ə.S.Bayramov., Ə.Ə.Əlizadə. Psixologiya. B., “Çinar-çap”, 2002.
2. Ümumi psixologiya (A.V.Petrovskinin redaktorluğu ilə). B., “Maarif”, 1982.
3. В.С.Юркевич. Об индивидуальном педходе в воспитание волевых привычек. «Пед-психол», 1986, №11.
4. Психология. (Под. ред. А.Ц.Пуни) М., Физкультура и спорт. 1984
5. Ə.S.Bayramov. Şəxsiyyətin təşəkkülünün aktual psixoloji problemləri. B., 1981.
6. П.М.Якобсон. Психологические проблемы мотивации поведения человека. М., «Просвещение», 1969.

İnsanların təbii və mədəni, maddi və mənəvi tələbatlarından törəyən və məqsədəyönəlmiş səviyyə kəsb edən fəallığı müxtəlif əməliyyatların köməyi ilə reallaşır. Bu əməliyyatlara istimad edən insan ətraf xarici aləmə fəal təsir göstərir və onu dəyişdirir.

İnsanı fəalliyətə sövq edən təhrikəddici qüvvələr öz mənşəyinə görə arzu, həvəs, istək və meyl şəklində xarici təzahürlərə malikdir. Bu cür

təhrikedici qüvvələrin məcmuyu insanda psixi həyatın olduqca mühüm sahəsini təşkil edir ki, buna da **şəxsiyyətin motivlər sahəsi və ya istiqaməti deyilir.**

İnsani fəaliyyətə sövq edən təhrikedici qüvvələr öz mahiyyətinə və psixoloji xüsusiyyətlərinə görə fərqlənir. Bu hərəkətlərin bir qismi qeyri ixtiyari-impulsiv, yəni ani reaksiya şəklində, digərləri isə düşünülmüş, ləngidilmiş, ölçülüb –biçilmiş xarakterlidir. Sonuncu qrup hərəkətləri ixtiyari hərəkətlər kimi nəzərdən keçirmək olar.

Beləliklə, qeyd etmək lazımdır ki, insanın hərəkətləri ixtiyari və qeyri – ixtiyari olmaqla iki əsas qrupa bölünür.

Qeyri–ixtiyari hərəkətlər fəaliyyət prosesində ya tamamilə dərk edilməyən, ya da o qədər aydın dırk edilməyə təhrikedici qüvələrin həvəs və ustanovka təsiri altında icra olunan hərəkətlərdir. Belə hərəkətlər impulsiv səciyyə daşıyır və onların dəqiq planı olmur. Belə hərəkətlərə insanların qorxu, hüyrət çaşqınlıq, effekt halında icra etdiyi hərəkətləri misal göstərmək olar.

İxtiyari hərəkətlər isə irəlicədən dərk olunmuş məqsədin olmasına əsaslanır və onların icrası zamanı yerinə yetirilən əməliyyatlar əvvəlcədən təsəvvür olunur. Məhz ixtiyari hərəkətlərin xüsusi qrupunu iradi hərəkətlərtəşkil edir. Belə hərəkətlər sistemi psixoloji ya da daha ümumi adla **“iradə”** adlanır.

İnsanın qarşıya qoyduğu məqsədə çatmaq uğrunda mübarizə prosesində qarşıya çıxan maneələrin aradan qaldırılması ilə bağlı şüurlu və səy tələb edən hərəkətlər iradə adlanır.

Şəxsiyyətin təkamülü prosesində bu və ya digər motivin rolu və əhəmiyyəti dəyişir. Yaş dövründən asılı olaraq bu və ya digər motiv ön plana, digəri isə arxa plana küçə bilər. Motivlər iyerrarxiyası əbədi, daimi motivlər yoxdur. Məsələn kiçik yaşlı uşaqlar üçün zəruri görünən bir motiv gənc oğlan üçün əhəmiyyətsiz görülmə bilər. Lakin şəxsiyyət getdikcə tənəzzel edirsə (içki

düşkünü, narkoman, psixi xəstə və s) olduqda üzvü tələbatlar başqa təhrikedici qüvvələrə nəzərən daha da güclənir, ön plana keçir.

İnsanın motivlər aləmi öz dinamikliyi ilə səciyyələnir. Yaranmış situasiyadan asılı olaraq motivlərin, təhriklərin əhəmiyyəti dəyişə bilər. Məsələn, təhlükə (yanğın, qəza və s) zamanı insan onun üçün həmişə əziz və qiymətli olan əşyalardan imtina edərək başqa davranış proqramı seçə bilər.

İctimai normaların şəxsiyyət tərəfindən mənimsənilməsi gedişində insanda tədricən borc və vəzifə məsuliyyəti, əqidə və ideallar davranışın zəruri şərtinə çevrilir. Onlar psixoloji törəməyə çevrilərək davranışda təhrikedici qüvvəyə çevrilir. Onlar psixoloji törəməyə çevrilərək davranışda təhrikedici qüvvəyə çevrilir. İnsan şüurunda əxlaq normaları formalaşır və insanın özünün özünə tələbkarlığı artır, müəyyən qrup hərəkətlərə aid "lazımlılıq" hissi meydana gəlir. Borc haqqında təsəvvürlərin mənimsənilməsi nəticəsində əmələ gələn bu hiss və emosional hərəkətlərin motivinə, hərəkətverici qüvvəsinə çevrilir.

İradi fəaliyyət sadəcə olaraq qarşıya qoyulmuş, düşünülmüş və dərk edilmiş məqsədin həyata keçirilməsində ibarət deyildir. O, insanın fəaliyyətinin xüsusi formasıdır.

İradi fəaliyyət zamanı insan özü – özünə hakimlik edir, qeyri – ixtiyari – impulsiv hərəkətlərini nəzarət altına alır, lazım olduqda onları boğur, cilovlayır. İradi fəaliyyət üçün bir sıra hərəkətlərin olmasını tələb edir. Buraya yaranmış vəziyyətin qiymətləndirilməsini, əməliyyat üçün müvafiq yolun tapılması, lazımı vasitələrin seçilməsi, qərara qəbulu və s aiddir.

Bir çox ictimai – xadimlərin, mədəniyyət xadimlərinin tərcümeyi - halında onların qəbul etdiyi qərarların onların mənəvi simasını aşkar etdiyi diqqəti cəlb edir. Məsələn, ABŞ-in keçmiş prezidenti Ruzvelt, Sovet dövlət başçısı olmuş Stalinin, Napelionun faşistlərin mühakiməyə cəlb etdiyi bolqar kommunisti Georgi Dimitrovun həyatında belə məqamlar çoxdur.

Rus yazıçısı L.N.Tolstoy çar hökumətinin amansız cəza tədbirlərinə

qarşı “Susa bilmirəm” adlı məqalə dərc edilmişdir. Xalq şairi Bəxtiyar Vahabzadə “Gülüstan” poemasını, “Latın dili” şerini yazmışdır.

İradi iş psixoloji cəhətdən bir sıra mühüm xüsusiyyətlərdə səciyyələnir. İradi fəaliyyətin mühüm xassələrindən biri insanın **hərəkəti icmasında sərbəst olmasıdır**. O, qərar qəbul etməkdə azad olduğunu hiss edir.

İnsanın iradi fəaliyyəti bütünlüklə obyektiv səbəbdən asılı olan fəaliyyətdir. Bu fəaliyyət şəxsiyyətin təşəkkül etmiş xüsusiyyətlərindən, məxtəlif təsirlər nəticəsində əmələ gələn motiv və həyat məqsədlərinin xarakterindən asılıdır.

İradi fəaliyyətin mühüm xüsusiyyətlərindən biri də **insanın iradi işi həmişə bir şəxsiyyət kimi icra etməsindədir**.

İnsanın iradi hərəkətləri mürəkkəb psixoloji məzmunla səciyyələnir. İnsandan məsuliyyət tələb etdikdə o, gərgin vəziyyətə düşür, işin öhdəsindən gələ bilib-bilməyəcəyi haqqında düşünür, gərgin motivlər mübarizəsi meydana gəlir.

Psixoloji baxımdan iradi işin nədən ibarət olduğunu, necə qurulduğunu, hansı mərhələləri olduğunu göstərmək çox vacibdir. Hər bir iradi hərəkətin ilkin şərti **məqsədi olmasıdır**. Məqsəd dərk olunmuş isrəkdir. İradi işin ikinci və mühüm şərti **hərəkət motivinin olmasıdır**.

İradi işdə üçüncü və mühüm komponentlərdən biri də **məqsədə çatmaq yollarının müəyyənləşdirilməsidir**. Bu mərhələdə insan öz fikirlərini götür qoy edir, məqsədə nail olmaq üçün real nasitələr seçir. Bunlar iradi işin strukturunda əqli, zehni və ya intellektual cəhətlərdir. İradi fəaliyyətin son mərhələsi **qərar qəbulu** adlanır. Əgər icra olunan hərəkət və əməliyyatların icrası zamanı şübhə və inamsızlıq yoxdursa, və çətinlik müşahidə olunursa onda qəbul edilən qərarın doğruluğu şübhə doğurmur.

Hazırda qərarın qəbul edilməsi və ya hazırlanması problemi psixologiya elminin çərçivəsindən xeyli kənara çıxmışdır. Bu problemlə bir sıra ictimai və sosial elmlər məşğul olur. Bir çox xarici ölkələrdə qərar

hazırlamaq nəzəriyyəsi də mövcuddur.

Qərar qəbulunun və onun strategiyasının istehsalat, təsərrüfat, elmi, planlaşdırma və s kimi sahələr üçün üstün əhəmiyyəti vardır. Qərarın hazırlanması insanların və təşkilatçıların icraçılıq fəaliyyətinin əsasını, ürəyini təşkil edir.

İstehsalat sahələrində yeni texnologiyaların tətqiqi, informasiya məkanın yaradılması müasir şəraitdə ən önəmli problemlərdən biridir. Odur ki, məsələnin həqiqi və doğru həll yolunun tapılması xüsusi aktualıq kəsb edir. Qərar qəbulunda həmişə risk amili mövcuddur. Odur ki, qarşıda duran problemin öyrənilməsi üçün ilk növbədə informasiya toplanır, ideyalar, alternativbaxışlar götür qoy edilir, ən perspektivli olan qərarın qəbul edilməsi zərurəti ortaya çıxır.

Bir çox inkişaf etmiş ölkələrdə işə götürmə zamanı müraciət edənlərin işə yararlığı xüsusi maşınla yoxlanılır.

İnsan ixtisasını dəyişməli olduqda, yeni işə qəbul edildikdə, işdən çıxmaq barədə düşündükdə çoxlu tərəddüd keçirir və gərginlik yaşamalı olur. İş yerində problemləri olan, əməyi lazımınca qiymətləndirilməyən və ya gözüçıxdıya salınan mütəxəsis iş yerini tərk etmək barədə düşünür və bu zaman onda çox gərgin motivlər mübarizəsi meydana çıxır. Qarşıya çıxan motivlər nə qədər sballıdırsa və nə qədər əhəmiyyətlidirsə, motivlər mübarizəsi bir o qədər kəskin xarakter alır. Gənc oğlan sevdiyi qızla görüşmək zamanında həm də xəstə olan yaxın qohuma baş çəkmək zərurəti ilə baş-başa qalarsa, onda **motivlər mübarizəsi** daha kəskin xarakter alır, daxili konfiliklər meydana çıxır.

Əgər qərar kəskin motivlər mübarizəsindən sonra qəbul edilmişsə, insan özünü olduqca yüngül və rahat hiss edir.Çünki münaqişə artıq həll olunmuşdur, indi bütün səyləri qərarın icrasına yönəltmək olar. Lakin bu zaman insanın qəbul etdiyi qərarın shv olub –olmaması da prinsiplial bir məsələ kimi ortaya çıxır.Qərar qəbulu zamanı insanda daxili həyəcan

gərginlik, stressə yaxın bir vəziyyət müşahidə olunur. İnsan bəzi istəklərdən xoşagəlməz vərdislərdən azad olmaq istədikdə **iradi səyin** olması ciddi zərurətə çevrilir. İradi səy dedikdə insanın qarşıya qoyduğu məqsədə çatmaq üçün özünün fiziki və psixi qüvvələrini maksimum səfərbərliyə alması nəzərdə tutulur. İradi səy daha çox özünü qəbul edilmiş qərarın icrası prosesində özünü göstərir. Məsələn imtahan qabağı ciddi rejimə əməl etmək, yuxudan tez qalxmağa adət etmək və s buna misal ola bilər. İnsan daxili müqavimətlə, mənfi emosiyalarla, frustrasiyalarla daim üzləşir. İnsan öz söyləri ilə öz üzərində hakim ola bilər. (Demosfen-yunan natiqi) (N.Ostrovski- rus yazıçısı) O.Skorodoxova-lal, kar, kor doğulmuş, sonralar ədəbi işçi olmuş qadın və s 17 yaşlı Hüseynbala Əliyev Böyük Vətən Müharibəsində hava döyüşündə 17 yara olsa da düşməne təslim olmamış, təyyarəsini öz hərbi aeroportuna endirə bilmiş və həlak olmuşdur.

İradi fəaliyyət sayəsində şəxsiyyətə müvafiq **iradi keyfiyyətlər** formalaşır. İnsanlar özlərini iradi keyfiyyətlərinə görə bir – birindən fərqlənirlər. Bəzi adamlarda **təkidlilik** müşahidə olunduğu halda digərlərində tez təsir altına düşmə halı diqqəti cəlb edir. Beləliklə hər bir insanda müsbət və mənfi təzahürlərə malik müxtəlif iradi keyfiyyətlər formalaşır və inkişaf edir.

İradi keyfiyyətlər çoxdur. Onların sırasında ilk növbədə müstəqillik, qətiyyətlilik, təkidlilik, soyuqanlılıq, iradi güc və s kimi əsas, bəzi keyfiyyətləri mühüm yer tutur.

- **Müstəqillik** insanın iradi fəaliyyətinin motivində və qərar qəbul etməkdə özünü göstərən ən mühüm meyfiyyətlərdən biridir. Müstəqil adam öz davranışını təsadüfi təsirlərə ətrafdakıların təzyiqinə deyil, öz bilik əqidə və təsəvvürlərinə əsaslanaraq qurur. Müstəqilliyin əksi olan mənfi xüsusiyyətlər təlqinə qapılmadır. Belə adam çox asanlıqla başqalarının və kənar təsirlərin altına düşür.

- **Qətiyyətlilik** - hər hansı işi yerinə yetirərkən qərar qəbul etməkdə tərəddüdə yol verməməyi əks etdirir. Onun əksi olan mənfi iradi xüsusiyyət qətiyyətsizlikdir. Qətiyyətsiz adam daim tərəddüd içində olur, qəbul etdiyi qərarın doğruluğuna şübhə edir.
- Şəxsiyyətə məxsus müsbət iradi keyfiyyətlərdən biri olan **təkidlilik** insanın tükənməyən enerji potensialına malik olduğunu əks etdirir. Təkidlilik heç də tərslik və həcətlik demək deyildir. Tərs adam yanlış, ağılabatmaz, düşünülməmiş hərəkətlərindən əl çəkə bilmir. Tərslik real şəraiti düzgün qavrayıb qiymətləndirə bilməməkdə ifadə olunur.
- İradi fəaliyyətin yüksək səviyyəsi çox parlaq şəkildə insanın özünü ələ almaq (düzümlülük, soyuqqanlılıq) bacarığında təzahür edir. Bu keyfiyyətlərə sahib olan insan qorxu, tənbəllik kimi maneələri arada qaldırır, düşünülmüş, əsaslı şəkildə qəbul etdiyi qərarları həyata keçirmək qabiliyyətin göstərir. İradə insanın özü tərəfindən bəyənilməyən hissələrin: əsəbiliyin, qorxu, hiddət, qəzəb, ümitsizlik affektlərinin və s təzahürünü cilovlamaq bacarığında ifadə olunur.

İnsanda **dəyərli iradi keyfiyyətlərin** formalaşmasına onun bir sıra mühüm xüsusiyyətləri təsir edir. Belə xüsusiyyətlər ilk növbədə qüvvətli borc hissini ilk növbədə həyati məqsədlərin aydınlığına, bu məqsədlərə nail olmaq ehtiraslarında ifadə olunur. Çətinliklərin aradan qaldırılmasında, məqsədə çatmaq üçün iradi səy göstərilməsində möhkəm əqidənin, həyat məsələləri haqqında yetkin, kamil görüşlərin və əsil insan ləyaqətinin böyük əhəmiyyəti vardır. Müvafiq psixi proseslərin və xassələrin fəaliyyətdə təşəkkül etməsi prinsipi şəxsiyyətin iradəsi sahəsində son dərəcə əyani şəkildə əks olunur.

Şəxsiyyətin iradi keyfiyyətləri üç əsas qrupa ayrılıq:

- **İlkin iradi keyfiyyətlər:** iradi güc, təkidlilik.
- **İkinci və ya törəmə iradi keyfiyyətlər:** qətiyyətlilik, cəsaret, özünü ələ almaq, inam.

- **Üçüncü iradi keyfiyyətlər:** məsuliyyətlilik, intizamlılıq, işgüzarlıq, təşəbbüskarlıq.

İnsanın irdai keyfiyyətlərinin formalaşması və tərbiyəsində yalnız kənar şəxslərin təsiri deyil, həm də insanın öz üzərində işləməsinin rolu böyükdür. Burada **özünütərbiyə** xüsusilə təsirli amildir. Şəxsiyyətin şüurlu olaraq belə özünütəkmilləşdirməsi bəzən insanın həyatında dönüş nöqtəsi olur. Adətən özünütərbiyə prosesi öz üzərində işləməkdən başlayır.

İradənin məşq etdirilməsi iradi keyfiyyətlərin təşəkkülündə çox mühüm rola malikdir. Bu, müntəzəm surətdə maraqsız, bilavasitə cazibəli olayan, lakin düşünülmüş və faydalı hərəkətlərin icrasından ibarətdir.

İradi hərəkətlər sahəsində aparılan müntəzəm özünütərbiyə işi insanda iradi fəallıq yaradır, onu böyük həyati məsələlər naminə öz şəxsiyyətində dəyərlı keyfiyyətlər tərbiyə etmək uğrunda mübarizəyə daxilən hazırlamış olur.