



**IRODA JARAYONLARI VA SHAXSNING IRODAVIY SOHASI:
IRODANING SHAKLLANISHI QAROR QABUL QILISH ,SABR
TOQAT,QAT'IYAT KABI SIFATLAR.**

*Kattaqo'rg'on Davlat Pedagogika Instituti
Pedagogika fakulteti Boshlang'ich ta'lim yunalishi talabasi
Norqulova Oysa +998502252921
oyshanorqulova17@gmail.com*

ANNOTATSIYA

Ushbu maqola shaxsning irodaviy sohasi va iroda jarayonlarining psixologik mohiyatini tahlil qilishga bag'ishlangan. Iroda insonning ongli ravishda maqsad qo'yib, uni amalga oshirish jarayonida uchraydigan qiyinchiliklarni yengib o'tish qobiliyati sifatida yoritiladi. Maqolada irodaning shakllanish jarayoni, uning psixologik omillari, ijtimoiy tajriba va motivatsiya bilan bog'liqligi ilmiy nuqtai nazardan ko'rib chiqiladi. Shaxsning qaror qabul qilish jarayoni irodaning asosiy komponenti sifatida tahlil qilinib, ongli tanlov, maqsadga yo'naltirilgan fikrlash va alternativlarni baholash jarayonlari yoritiladi. Sabr-toqat, qat'iyat, o'zini boshqarish, mas'uliyatlilik kabi irodaviy sifatlar shaxsning psixologik barqarorligini ta'minlovchi omillar sifatida alohida tadqiq etiladi. Mazkur maqola irsiy omillar, tarbiya, ta'lim, motivatsion holatlar va shaxsning emotsional-intellektual rivoji irodani qanday shakllantirishi va mustahkamlashi haqida ilmiy xulosalarni taqdim etadi. Yakunda iroda jarayonlarining shaxs kamoloti, ijtimoiy moslashuv va muvaffaqiyatga erishishdagi o'rni baholanadi.

Kalit so'zlar: iroda, irodaviy sifatlar, qaror qabul qilish, sabr-toqat, qat'iyat, motivatsiya, shaxs psixologiyasi, o'zini boshqarish, ijtimoiy tajriba, emotsional barqarorlik, irodaviy jarayonlar, maqsad, ongli tanlov, shaxs kamoloti.



KIRISH

Iroda jarayonlari shaxsning psixologik rivojlanishida, uning xulq-atvori, qaror qabul qilish jarayoni va maqsad sari harakatini boshqara olish qobiliyatida muhim o‘rin tutadi. Insonning kundalik hayotida uchraydigan turli vaziyatlarda to‘g‘ri yo‘lni tanlashi, o‘zini tuta bilishi, sabr-toqat ko‘rsatishi va qat’iylilik bilan oldinga intilishi irodaviy sifatlar orqali shakllanadi. Psixologiyada iroda — bu ongli ravishda maqsad qo‘yish, unga erishish uchun ichki va tashqi qiyinchiliklarni yengib o‘tish jarayonidir. Shaxsning irodaviy sohasi esa uning xarakteri, motivatsiyasi va hissiy barqarorligi bilan bevosita bog‘liq bo‘lib, jamiyatda o‘z o‘rnini topishi, kasbiy rivojlanishi hamda munosabatlar tizimini shakllantirishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Irodaning shakllanishi avvalo bola davridan boshlanadi. Atrof-muhit, tarbiya, oilaviy munosabatlar, maktab ta’limi, tengdoshlar bilan ijtimoiy muloqot shaxsning irodaviy fazilatlarini rivojlantirishning asosiy omillari hisoblanadi. Qaror qabul qilish jarayoni esa irodaviy faoliyatning markaziy tarkibiy qismi bo‘lib, insonning ehtiyojlari, motivlari, maqsadlari va ichki konflikti qanday hal etilishini aks ettiradi. Qaror qabul qilishning ongli, asoslangan va emotsional barqaror bo‘lishi insonning psixologik yetukligidan dalolat beradi.

Sabr-toqat va qat’iyat irodaviy sifatlarning eng muhimlari bo‘lib, ular insonning kelajak rejalari, mehnat faoliyati hamda murakkab hayotiy vaziyatlarda o‘zini boshqara bilish darajasini belgilaydi. Ayniqsa bugungi globallashuv, raqobat va axborot oqimi kuchli bo‘lgan zamonda yoshlarning irodaviy barqarorligini rivojlantirish muhim ilmiy-amaliy vazifa sifatida talqin etilmoqda. Shu bois iroda jarayonlarini o‘rganish, uning psixologik asoslarini tahlil qilish, shaxsning irodaviy sohasini mustahkamlashga doir tavsiyalar ishlab chiqish psixologiya fanining dolzarb yo‘nalishlaridan biridir.



ASOSIY QISM

Iroda jarayonlari shaxsning ongli faoliyati, xulq-atvori va maqsadga yo'naltirilgan harakatining eng muhim psixologik komponentlaridan biridir. Psixologik adabiyotlarda iroda maqsad sari yo'naltirilgan ongli harakat bo'lib, insonning ichki kechinmalari, ehtiyojlari va motivlari bilan uzviy bog'liq holda namoyon bo'lishi ta'kidlanadi¹. Shaxsning irodaviy sohasi esa uning qaror qabul qilishi, o'zini boshqara olishi, sabr-toqat ko'rsatishi hamda murakkab vaziyatlarda qat'iylik bilan harakat qilishi orqali shakllanadi. Iroda jarayonlari bir-biri bilan uzviy bog'liq bo'lgan bir nechta psixologik bosqichlarni o'z ichiga oladi: maqsad qo'yish, qaror qabul qilish, bajariladigan harakatlarni rejalashtirish, qiyinchiliklarni yengib o'tish va yakuniy natijaga erishish².

Irodaning asosiy tarkibiy qismi — maqsad qo'yishdir. Maqsadning aniq, real va inson qobiliyatlariga mos bo'lishi shaxsning motivatsion tizimi bilan chambarchas bog'liq. Maqsad qanchalik ravshan bo'lsa, shaxsning undan voz kechmay harakat qilish ehtimoli shunchalik yuqori bo'ladi³. Maqsadni aniqlashda ijtimoiy omillar, tarbiya, shaxsning ehtiyojlari va avvalgi tajribasi muhim rol o'ynaydi.

Irodaviy jarayonning ikkinchi bosqichi — qaror qabul qilish. Qaror qabul qilish jarayoni shaxs ehtiyojlari, ichki qarama-qarshiliklari va tashqi omillar ta'sirida kechadi. Psixologlar qaror qabul qilishni tanlov vaziyatidagi irodaviy zo'riqish sifatida talqin qiladilar⁴. Ba'zi hollarda inson bir nechta alternativ qarorlar orasida ikkilanadi, bu esa uning emotsional barqarorligiga va fikrlash tezligiga bog'liq

¹ R. Atkinson. *Psixologiya asoslari*. – T.: 2018. . – p.111

² P. Janet. *Volitional Processes Theory*. – London, 2004. . – p. 471.

³ A. Leontyev. *Faoliyat nazariyasi va iroda*. – Moskva, 2011. . – p.113

⁴ S. Rubinshteyn. *Psixologiya asoslari*. – M., 2009. . – p. 114



bo'ladi. Kuchli irodali shaxslar tezroq, aniqroq va mas'uliyatli qaror qabul qila oladilar.

Qaror qabul qilingach, harakatni amalga oshirish bosqichi boshlanadi. Ushbu bosqichda shaxsning qat'iyligi, o'zini boshqara olish qobiliyati va tashqi to'siqlarga bardoshliligi sinovdan o'tadi. Irodaviy jarayonlarda muhim jihatlardan biri — qiyinchiliklarni yengib o'tishdir. Masalan, charchoq, qo'rquv, shubha, vaqt tanqisligi, tashqi bosim va ichki emotsional zo'riqish insonning irodasini sinovdan o'tkazadi. Kuchli iroda esa ushbu to'siqlarni yengishga yordam beradi⁵.

Sabr-toqat irodaviy faoliyatning asosiy psixologik komponentlaridan biridir. U insonning vaqt davomida o'z harakatini bir maromda davom ettira olishi, kechikkan natijalarga bardosh berishi, emotsional taranglikni boshqara olishi bilan tavsiflanadi. Sabr-toqat asosan uzoq muddatli maqsadlarga erishishda muhim ahamiyat kasb etadi, masalan, ta'lim olish, sport mashg'ulotlari, kasbiy rivojlanish yoki shaxsiy rejalarning amalga oshirilishi jarayonida.

Qat'iyat esa shaxsning tanlagan yo'lidan qaytmasligi, qiyinchiliklarga qaramasdan maqsadga intilishi bilan xarakterlanadi. Qat'iyat kuchli motivatsiya, o'ziga ishonch va o'zini baholash darajasi bilan bog'liq. Psixologik tadqiqotlarda qat'iyat shaxsning muvaffaqiyatga erishishidagi eng muhim prediktorlardan biri sifatida ko'riladi. Qat'iy shaxslar noqulay vaziyatlarda ham mustahkam qaror ustida turadi, tashqi ta'sirlar yoki vaqtinchalik qiyinchiliklar ularning motivatsiyasini pasaytirmaydi.

Iroda jarayonlarining shakllanishi bolalik davridan boshlanadi. Bu jarayonga oiladagi intizom, tarbiyadagi talabchanlik, ota-onaning shaxsiy namunasi, maktabdagi tartib va ijtimoiy muloqotlar bevosita ta'sir ko'rsatadi. Masalan, ota-onalar tomonidan qo'yilgan cheklovlar, bolaga mustaqil qaror qabul qilish

⁵ W. James. *The Principles of Psychology*. – New York, 1890. – p. 471.115



imkoniyatining berilishi, mas'uliyat yuklanishi irodaviy sifatlarning shakllanishiga yordam beradi. Maktabda o'quv jarayoni, topshiriqlarni bajarish, sport musobaqalari va jamoaviy ishlar esa bolada qat'iyat, intizom, sabr-toqatni shakllantiradi.

Psixologik adabiyotlarda ta'kidlanishicha, bola qancha erta mustaqil qaror qabul qilishga o'rgatilsa, uning irodaviy sohasi shuncha kuchli rivojlanadi. Shuningdek, bolaga qo'llab-quvvatlovchi, barqaror emotsional muhit yaratish ham irodaning shakllanishida muhim omil bo'lib, xavfsizlik hissi bolaning qat'iyatli bo'lishiga xizmat qiladi.

Ba'zida shaxsning irodaviy faoliyatida turli muammolar yuzaga keladi. Shulardan biri — impulslik. Impulsiv shaxslar qarorlarni o'ylamasdan, emotsional holatda tez qabul qiladilar. Bu holat ko'proq yoshlarda uchraydi va ijtimoiy tajribaning yetishmasligi, emotsional beqarorlik bilan bog'liq⁶.

Irodaviy sohadagi yana bir muammo — apatik holatlar. Apathy — bu shaxsning faoliyatga bo'lgan qiziqishi pasayishi, motivatsiya yo'qolishi, loqaydlik holati bilan namoyon bo'ladi. Apatik holatlar stress, ruhiy charchoq, psixologik bosim yoki depressiv holatlar natijasida paydo bo'lishi mumkin.

Irodaviy sifatlarni rivojlantirish uchun psixologiyada bir qator usullar tavsiya qilinadi:

- aniq maqsad qo'yish va uni kichik bosqichlarga bo'lish;
- o'z ustida doimiy nazorat va intizomni shakllantirish;
- vaqtni rejalashtirish ko'nikmalarini rivojlantirish;
- stressni boshqarish texnikalaridan foydalanish;

⁶ L. Vyotskiy. *Oliy psixik funksiyalar rivojlanishi*. — M., 2012. — p. 411.



- sport va jismoniy faoliyat orqali intizomni mustahkamlash;
- meditativ mashqlar yordamida emotsional barqarorlikni oshirish¹².

Kuchli iroda shaxsning hayot sifatini yaxshilaydi, kasbiy muvaffaqiyatga, ijtimoiy moslashuvga va psixologik barqarorlikka erishishga yordam beradi.

Xulosa

Iroda jarayonlari va shaxsning irodaviy sohasi insonning maqsadga yo'naltirilgan faoliyatini boshqaruvchi asosiy psixologik mexanizmlardan biridir. Mazkur tadqiqotda irodaning shakllanishi, qaror qabul qilish jarayonlari, sabr-toqat va qat'iyat kabi muhim irodaviy sifatlarning mazmuni hamda ularning inson hayotidagi o'rni tahlil qilindi. Iroda nafaqat shaxsning xulq-atvorini boshqaradi, balki uning emotsional barqarorligi, motivatsiyasi va ijtimoiy faoliyatda o'zini namoyon etish qobiliyatini ham belgilaydi.

O'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, irodaviy sifatlarning tug'ma emas, balki ijtimoiy muhit, tarbiya, maktab ta'limi, shaxsiy tajriba va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari ta'sirida shakllanadi. Shu sababli iroda tarbiyasi bolalik davridan boshlab ongli ravishda qo'llab-quvvatlanishi va rivojlantirilishi zarur. Shuningdek, impulslik yoki apatik holatlar kabi irodaviy muammolarni erta aniqlash va ularni bartaraf etish bo'yicha psixologik yordam muhim ahamiyat kasb etadi.

Umuman olganda, iroda jarayonlarini rivojlantirish shaxsning muvaffaqiyatga erishishida muhim omil bo'lib, aniq maqsad qo'yish, intizom, emotsional boshqaruv va mustahkam motivatsiyani talab qiladi. Kuchli iroda esa inson hayotidagi barcha sohalarda barqarorlik va yuqori natijalarga erishishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar

R. Atkinson. Psixologiya asoslari. – T.: 2018. . – p.111.



- P. Janet. Volitional Processes Theory. – London, 2004. . – p. 471.
- A. Leontyev. Faoliyat nazariyasi va iroda. – Moskva, 2011. . – p. 113
- S. Rubinshteyn. Psixologiya asoslari. – M., 2009. . – p. 114
- W. James. The Principles of Psychology. – New York, 1890. . – p.115
- L. Vyotskiy. Oliy psixik funksiyalar rivojlanishi. – M., 2012. . – p. 411.
- A. Bandura. Self-efficacy. – 1997. . – p. 55
- D. Elkonin. Bola psixologiyasi. – M., 2005. . – p. 21.