



SHAXSDAGI O'Z-O'ZINI BAHOLASH TIZIMINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.

*University of Business and Science
pedagogika va psixologiya kafedrasi o'qituvchisi
To'raboyev Azamat Muxamadullayevich*

email: turaboevazamat@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada shaxsning o'z-o'zini baholash mexanizmlari, obyektiv va subyektiv omillari, shaxsning imkoniyatlari, qobiliyatlari, xarakter xususiyatlari va jamiyat o'rtasidagi munosabatlari yoritilgan.

Kalit so'z: O'z-o'zini baholash, real baho, adekvat baho, referent, xarakter, qobiliyat, individuallik va guruh.

Abstract: This article discusses the mechanisms of self-assessment of an individual, objective and subjective factors, the relationship between the individual's capabilities, abilities, character traits and society.

Keywords: Self-assessment, realistic assessment, adequate assessment, referent, character, ability, individuality and group.

Аннотация: В данной статье рассматриваются механизмы самооценки личности, объективные и субъективные факторы, взаимосвязь между способностями, умениями, чертами характера и обществом.

Ключевые слова: Самооценка, реалистичная оценка, адекватная оценка, референт, характер, способности, индивидуальность и группа.



KIRISH

Yurtimizda so‘ngi yillarda amalga oshirilayotgan islohotlar yangi O‘zbekiston strategiyasi “Milliy tiklanishdan milliy yuksalish sari” tamoyili asosida yosh avlod ongi va qalbiga milliy hamda umuminsoniy qadriyatlarni singdirish orqali yoshlar dunyoqarashida milliy o‘zlikni anglash, yoshlarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashning me‘yoriy asoslari yaratilmoqda. Prezident Sh.M.Mirziyoyev “Mamlakatimizda ma‘naviy tarbiya tizimining yangi strategiyasini yaratib, xalqimiz, ayniqsa, yoshlar o‘rtasida ma‘naviy-ma‘rifiy ishlarni sifat va mazmun jihatidan yangi bosqichga ko‘tarishimiz kerak”[1] deb ta‘kidlab o‘tdilar.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR TAHLILI

Inson shaxs sifatida kamol topish jarayonida o‘zini anglash va o‘z-o‘zini baholash muhim psixologik jarayonlardan biri hisoblanadi. Har bir inson o‘z imkoniyatlari, qobiliyati va shaxsiy fazilatlarini anglab borar ekan, u o‘z hayotiga nisbatan ongli yondashishni shakllantiradi. O‘zini baholash –bu shaxsning o‘ziga, faoliyatiga va atrofdagi munosabatlarga nisbatan beradigan ichki bahosidir. Mazkur jarayon insonning ruhiy holatini, o‘ziga bo‘lgan ishonchini hamda motivatsiyasini belgilab beradi.

Shaxsning o‘z-o‘zini baholashi uning o‘z imkoniyatlari, qobiliyatlari, xarakter xususiyatlari va jamiyatdagi o‘rniga bergan bahosidir. “O‘z-o‘zini baholash shaxsning o‘ziga bo‘lgan munosabatini ifodalab, uning faoliyati, xulq-atvori va ijtimoiy munosabatlarini tartibga solishda muhim rol o‘ynaydi. Psixologiya fanida o‘z-o‘zini baholash "Men" konsepsiyasining asosiy tarkibiy qismlaridan biri sifatida qaraladi”.[3]

Psixolog E.G’.G’oziyevning ta‘kidlashicha, o‘z-o‘zini baholashning muhim psixologik xususiyatlaridan biri uning **adekvatligi** hisoblanadi. Adekvat o‘z-o‘zini baholashda shaxs o‘z kuchli va zaif tomonlarini to‘g‘ri anglaydi hamda o‘z imkoniyatlariga mos maqsadlarni belgilaydi.[4] Aksincha, past yoki haddan tashqari



yuqori o'z-o'zini baholash shaxsning ijtimoiy moslashuviga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

O'z-o'zini baholashning yana bir xususiyati uning **ijtimoiy xarakterga egaligidir**. Inson o'zini boshqalarning munosabati, bahosi va fikrlari orqali anglaydi. Oila, tengdoshlar, pedagoglar va jamiyatning ta'siri o'z-o'zini baholashning shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi.[5]

Shaxsda o'z-o'zini baholash tizimi — bu insonning “Men konsepsiyasi”, o'z imkoniyatlari, qobiliyatlari, xarakter xususiyatlari va ijtimoiy muhitdagi o'rniga nisbatan subyektiv munosabatini ifodalovchi murakkab psixologik tuzilmadir. U shaxsning o'z-o'zini anglash jarayonining markaziy qismi bo'lib, xulq-atvor, hissiy barqarorlik va ijtimoiy moslashuvni boshqaradi.

«Men» — obrazi va o'zini-o'zi baholash. «Men» — obrazi asosida ham bir shaxsda o'z-o'ziga nisbatan baholar tizimi shakllanadiki, bu tizim ham obrazga mos tarzda har xil bo'lishi mumkin. O'z-o'ziga nisbatan baho turli sifatlar va shaxsning orttirilgan tajribasi, shu tajriba asosida yotgan yutuqlariga bog'liq holda turlicha bo'lishi mumkin. Ya'ni, ayni biror ish, yutuq yuzasidan ortib ketsa, boshqasi ta'sirida — aksincha, pastlab ketishi mumkin.

Bu baho aslida shaxsga boshqalarning real munosabatlariga bog'liq bo'lsa-da, aslida u shaxs ongi tizimidagi mezonlarga, ya'ni, uning o'zi sub'ektiv tarzda shu munosabatlarni qanchalik qadrlashiga bog'liq tarzda shakllanadi. Masalan, maktabda bir fan o'qituvchisining bolaga nisbatan ijobiy munosabati, doimiy maqtovlari uning o'z-o'ziga bahosini oshirsa, boshqa bir o'qituvchining salbiy munosabati ham bu bahoni pastlatmasligi mumkin. Ya'ni, bu baho ko'proq shaxsning o'ziga bog'liq bo'lib, u sub'ektiv xarakterga egadir.

O'z-o'ziga baho nafaqat xaqiqatga yaqin (adekvat), to'g'ri bo'lishi, balki u o'ta past yoki yuqori ham bo'lishi mumkin.



O'z-o'ziga bahoning past bo'lishi ko'pincha atrofdagilarning shaxsga nisbatan qo'yayotgan talablarining o'ta ortiqqligi, ularni uddalay olmaslik, turli xil e'tirozlarning doimiy tarzda bildirilishi, ishda, o'qishda va muomala jarayonidagi muvaffaqiyatsizliklar oqibatida xosil bo'lishi mumkin. Bunday o'smir yoki katta odam ham, doimo tushkunlik holatiga tushib qolishi, atrofdagilardan chetroqda yurishga harakat qilishi, o'zining kuchi va qobiliyatlariga ishonchsizlik kayfiyatida bo'lishi bilan ajralib turadi va bora-bora shaxsda qator salbiy sifatlar va hattixarakteratlarning paydo bo'lishiga olib keladi. Xattoki, bunday xolat suitsidal harakatlar, ya'ni o'z joniga qasd qilish, real borligidan «qochishga» intilish psixologiyasini ham keltirib chiqarishi mumkin.

O'zi-o'ziga baho o'ta yuqori bo'lsa ham, shaxs xulq-atvoriga yaxshi ta'sir ko'rsatmaydi. Chunki, u ham shaxs yutuqlari yoki undagi sifatlarning boshqalar tomonidan sun'iy tarzda bo'rttirilishi, noo'rin maqtovlar, turli qiyinchiliklarni chetlab o'tishga intilish tufayli shakllanadi. Ana shunday sharoitda paydo bo'ladigan psixologik xolat «noadekvatlilik effekti» deb atalib, uning oqibatida shaxs xattoki, mag'lubiyatga uchraganda yoki o'zida nochorlik, uquvsizliklarni sezganda ham buning sababini o'zgalarda deb biladi va shunga o'zini ishontiradi ham (masalan, «xalaqit berdi-da», «falonchi bo'lmaganida» kabi bahonalar ko'payadi). Ya'ni, nimaiki bo'lmasin, aybdor o'zi emas, atrofdagilar, sharoit, taqdir aybdor. Bundaylar xaqida bora-bora odamlar «oyog'i yerdan uzilgan», «manmansiragan», «dimog'dor» kabi sifatlar bilan gapira boshlaydilar. Demak, o'z-o'ziga baho realistik, adekvat, to'g'ri bo'lishi kerak.

Realistik baho shaxsni o'rab turganlar — ota-ona, yaqin qarindoshlar, pedagog va murabbiylar, qo'ni-qo'shni va yaqinlarning o'rinli va asosli baholari, real samimiy munosabatlari mahsuli bo'lib, shaxs ushbu munosabatlarni ilk yoshligidanoq xolis qabul qilishga, o'z vaqtida to'g'rilashga o'rgatilgan bo'ladi.



Bunda shaxs uchun etalon, ibratli hisoblangan kishilar guruhi - referent guruhning ahamiyati juda katta bo'ladi, chunki biz kundalik hayotda hammaning fikri va bahosiga quloq solavermaymiz, biz uchun shunday kishilar mavjudki, ularning hattoki, oddiygina tanbehlari, maslahatlari, hattoki, maqtab turib bergan dakkilari ham katta ahamiyatga ega.

Bunday referent guruh real mavjud bo'lishi (masalan, ota-ona, o'qituvchi, ustoz, yaqin do'stlar, tengdoshlar), yoki noreal, hayoliy (kitob qahramonlari, sevimli aktyorlar, ideallar) bo'lishi ham mumkin.

Shuning uchun yoshlar tarbiyasida yoki real jamoadagi odamlarga maqsadga muvofiq ta'sir yoki tazyiq ko'rsatish kerak bo'lsa, ularning etalon, referent guruhini aniqlash katta tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'ladi.

Hulosa qilib aytganda, o'z-o'ziga baho sof ijtimoiy xodisa bo'lib, uning mazmuni va mohiyati shaxsni o'rab turgan jamiyat normalariga, shu jamiyatda qabul qilingan va e'zozlanadigan qadriyatlarga bog'liq bo'ladi.

Foydaligan adabiyotlar royhari:

1. Mirziyoyev.Sh. "Erkin va farovon, demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz". – Toshkent: O'zbekiston. 2016 y 14-b
2. Davletshin M.G., Do'stmuhamedova Sh., Mavlonov M., To'ychiyeva Sh., Djumabayeva M. Yosh va pedagogik psixologiya. - T.,2007;
3. Karimova V. Ijtimoiy psixologiya T. 2007.
4. Burns R.B. *Self-Concept Development and Education*. London: Holt, Rinehart and Winston, 1982. – B. 15–18.
5. G'oziev E.G'. *Umumiy psixologiya*. Toshkent: O'zbekiston Faylasuflari Milliy Jamiyati nashriyoti, 2010. – B. 276–279.
6. Rosenberg Morris *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton: Princeton University Press, 1965. – B. 27–35.



7. Nishonova Z.T. Qurbonova Z. Psixodiagnostika. T.2008.
8. Ivanov P.I. Zufarova M. Umumiy psixologiya T. 2008.
9. Komilova N.G', Xaydarov F.I. Muammoli o'smir: moslashuv, tashxis, korreksiya usullari. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2008.
10. SHAXSDA KREATIVLIK SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI A To'raboyev - MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI JURNALI, 2025
11. Related articles All 2 versions <https://doi.org/10.5281/zenodo.15641133>
12. RIVOJLANISHIDA NUQSONI BO'LGAN BOLALAR TA'LIM-TARBIYASINING ZAMONAVIY HOLATI VA RIVOJLANISH ISTIQBOLLARI, USHBU SOHADAGI ILMIY-AMALIY TADQIQOTLAR
13. TRA Muxamadullayevich, NB Gayratovich - Research Focus, 2025 Related
14. Odilboyevich, J. X. (2026). SHAXSGA MOTIVATSION YONDASHUVNING PSIXOLOGIK JIXATLARI (O 'SMIRLIK YOSH DAVRI MISOLIDADA). Лучшие интеллектуальные исследования, 61(1), 29-35.
15. Olimbayevna, R. M., & Odilboyevich, J. X. (2026). SHAXS JINOYATCHILIKKA MOYILLIGINING GRAFOLOGIK PSIXOLOGIK TAHLILI (Yetuklikning birinchi bosqichi misolida). Лучшие интеллектуальные исследования, 61(1), 54-63.
16. Maxamatrasulovna, S. F., & Odilboyevich, J. X. (2026). AYOLLAR O 'RTASIDAGI JINOYATCHILIKNING KRIMINOLOGIK PSIXOLOGIK JIXATLARI (Yetuklik davri misolida). Лучшие интеллектуальные исследования, 61(1), 64-70.