

MOTIVATSIYA VA UNING INSON HAYOTIDAGI O‘RNI*Qo‘qon Universiteti Andijon Filiali**Boshlang‘ich ta‘lim yo‘nalishi 2- bosqich talabalari**Bekmirzayeva Saodatoy Kozimjon qizi**Soibjonova Munisa Sanjarbek qizi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada motivatsiya tushunchasi, uning psixologik mohiyati hamda inson hayotidagi ahamiyati yoritib berilgan. Motivatsiyaning shaxs faoliyati, maqsadga intilishi va muvaffaqiyatga erishish jarayonidagi o‘rni tahlil qilingan. Shuningdek, ichki va tashqi motivatsiya turlari, ularning inson xulq-atvori va shaxsiy rivojlanishiga ta’siri haqida fikr yuritilgan. Maqola motivatsiyani shakllantirish va mustahkamlash orqali insonning o‘z imkoniyatlarini to‘liq namoyon etishiga erishish mumkinligini ko‘rsatib beradi.

Аннотация: В данной статье раскрывается понятие мотивации, её психологическая сущность, а также значение в жизни человека. Проанализирована роль мотивации в деятельности личности, стремлении к достижению целей и процессе достижения успеха. Также рассматриваются виды внутренней и внешней мотивации и их влияние на поведение человека и личностное развитие. В статье показано, что формирование и укрепление мотивации способствует полной реализации возможностей человека.

Annotation: This article explores the concept of motivation, its psychological essence, and its significance in human life. The role of motivation in personal activity, goal orientation, and the process of achieving success is analyzed. In addition, the types of intrinsic and extrinsic motivation and their influence on human behavior and personal development are discussed. The article demonstrates that developing and strengthening motivation enables individuals to fully realize their potential.

Kalit so‘zlar: Motivatsiya, ichki motivatsiya, tashqi motivatsiya, shaxs faoliyati, maqsadga intilish, muvaffaqiyat, shaxsiy rivojlanish, xulq-atvor, psixologik omillar.

Keywords: Motivation, intrinsic motivation, extrinsic motivation, personal activity, goal orientation, success, personal development, behavior, psychological factors.

Ключевые слова: Мотивация, внутренняя мотивация, внешняя мотивация, деятельность личности, стремление к цели, успех, личностное развитие, поведение, психологические факторы.

Motivatsiya — bu insonni muayyan maqsad sari harakat qilishga undovchi ichki va tashqi omillar majmuidir. U shaxsning xulq-atvori, faoliyati va qarorlarida muhim

rol o'ynaydi. Motivatsiya orqali inson o'z ehtiyojlarini anglaydi, maqsadlar belgilaydi va ularga erishish yo'lida harakat qiladi. Psixologiyada motivatsiya inson faoliyatining asosiy harakatlantiruvchi kuchi sifatida qaraladi. Motivatsiya inson hayotida juda muhim o'rin tutadi. U o'qish va mehnat faoliyatida muvaffaqiyatga erishish, qiyinchiliklarni yengib o'tish va shaxsiy rivojlanishni ta'minlaydi. Motivatsiyasi yuqori bo'lgan inson maqsadga intiluvchan, mas'uliyatli va qat'iyatli bo'ladi. Aksincha, motivatsiya yetishmasligi loqaydlik, sustkashlik va o'z imkoniyatlarini to'liq namoyon qila olmaslikka olib kelishi mumkin.

Ichki motivatsiya — bu insonning biror faoliyatni tashqi mukofot yoki majburlovsiz, balki o'z ichki qiziqishi, ehtiyoji va shaxsiy qadriyatlari asosida bajarishidir. Bunda faoliyatning o'zi inson uchun zavqli, qiziqarli va ma'noli bo'ladi. Inson natija uchun emas, balki jarayonning o'zi uchun harakat qiladi. Ichki motivatsiya shaxsning o'zini anglash, o'z qobiliyatlarini namoyon etish va ichki ehtiyojlarini qondirish bilan chambarchas bog'liq. Masalan, kimdir bilim olishni yaxshi ko'rgani uchun o'qiydi, yana kimdir rasm chizishdan zavq olgani uchun rasm chizadi — bu ichki motivatsiyaning yaqqol ko'rinishidir. Psixologik jihatdan ichki motivatsiya insonning avtonomiyasi (mustaqilligi), kompetentlik (o'zini qobiliyatli his qilish) va o'zini namoyon qilish ehtiyoji bilan bog'liq. Inson o'z xohishiga ko'ra tanlov qilganda, o'zini erkin his qilganda va qilayotgan ishida ma'no ko'rganda ichki motivatsiya kuchayadi. Ichki motivatsiyaning eng muhim xususiyatlaridan biri — uning barqarorligidir. Tashqi rag'batlar vaqtinchalik bo'lishi mumkin, ammo ichki motivatsiya uzoq muddat davom etadi va insonni qiyinchiliklarga qaramay oldinga intilishga undaydi. Shu sababli ichki motivatsiyaga ega bo'lgan shaxs muammolar oldida tez taslim bo'lmaydi, balki ularni rivojlanish imkoniyati sifatida qabul qiladi. Ta'lim jarayonida ichki motivatsiya o'quvchining bilimni chuqur o'zlashtirishiga, mustaqil fikrlashiga va ijodiy yondashuviga katta ta'sir ko'rsatadi. Ichki motivatsiya bilan o'qigan talaba baho uchun emas, balki bilim olish zavqi uchun harakat qiladi. Natijada uning o'rganishga bo'lgan munosabati ijobiy va samarali bo'ladi.

Tashqi motivatsiya — bu insonning muayyan faoliyatni tashqi omillar ta'sirida bajarishidir. Bunda harakatning asosiy sababi insonning ichki qiziqishi emas, balki mukofot olish, baho, maqtov, tan olinishi, moddiy manfaat yoki jazodan qochish kabi tashqi rag'batlantiruvchi omillar hisoblanadi. Tashqi motivatsiyada faoliyatning o'zi emas, balki uning natijasi muhim bo'ladi. Masalan, talaba yuqori baho olish uchun o'qiydi, xodim maosh yoki lavozim oshishi uchun mehnat qiladi, sportchi medal yoki mukofot uchun mashq qiladi. Bu holatlarda insonni harakatga undayotgan kuch tashqaridan keladi. Psixologik nuqtayi nazardan, tashqi motivatsiya inson xulq-atvorini boshqarish va yo'naltirish vositasi sifatida qaraladi. U jamiyatda tartib-intizomni saqlash, ma'lum qoidalarga rioya etish va qisqa muddatli maqsadlarga erishishda

samarali bo'lishi mumkin. Ayniqsa, faoliyatga qiziqish hali shakllanmagan bosqichda tashqi motivatsiya muhim ahamiyat kasb etadi. Biroq tashqi motivatsiyaning ayrim cheklovlari ham mavjud. Agar inson faqat tashqi rag'batga tayanib harakat qilsa, mukofot yo'qolganda yoki jazodan qo'rqish kamayganda faoliyatga bo'lgan intilish susayishi mumkin. Shuningdek, haddan tashqari kuchli tashqi rag'bat ichki motivatsiyani pasaytirishi ham ehtimoldan xoli emas. Ta'lim jarayonida tashqi motivatsiya baho, reyting, sertifikat, stipendiya kabi shakllarda namoyon bo'ladi. Mehnat faoliyatida esa ish haqi, mukofot, lavozim, rahbarning e'tirofi tashqi motivatsiyaning asosiy ko'rinishlaridir. To'g'ri va me'yorida qo'llanilgan tashqi motivatsiya inson faoliyatining samaradorligini oshiradi.

Shaxs faoliyati — bu insonning ongli ravishda maqsadga yo'naltirilgan, jamiyat va shaxsiy ehtiyojlarini qondirishga qaratilgan harakatlar tizimidir. Faoliyat orqali shaxs o'zini namoyon qiladi, atrof-muhitni o'zgartiradi va o'z ichki imkoniyatlarini rivojlantiradi. Inson shaxs sifatida aynan faoliyat jarayonida shakllanadi, tajriba orttiradi va ijtimoiy munosabatlarga kirishadi. Shaxs faoliyati tasodifiy harakatlar yig'indisi emas, balki motiv, maqsad, vosita va natija bilan uzviy bog'langan murakkab jarayondir. Faoliyatning har bir turi shaxsning ehtiyojlari va qiziqishlariga asoslanadi hamda uning ichki motivatsiyasi bilan boshqariladi. Aynan motiv shaxsni harakatga undaydi, maqsad esa faoliyat yo'nalishini belgilaydi. Psixologiyada shaxs faoliyatining asosiy turlariga o'yin, o'qish, mehnat va muloqot kiradi. Bu faoliyatlar shaxsning intellektual, axloqiy, irodaviy va hissiy sifatlarini rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Masalan, o'quv faoliyati bilim va tafakkurni rivojlantirsa, mehnat faoliyati mas'uliyat, mustaqillik va ijtimoiy foydalilik hissini shakllantiradi.

Maqsadga intilish — bu shaxsning o'z oldiga qo'ygan aniq niyat va rejalarga erishish yo'lida ongli, izchil va qat'iyatli harakat qilishi jarayonidir. Maqsad inson hayotiga yo'nalish bag'ishlaydi, uning faoliyatini tartibga soladi va harakatlariga mazmun beradi. Maqsadsiz faoliyat tasodifiy bo'lsa, maqsadga intilish esa shaxsni aniq natijalarga yetaklaydi. Maqsadga intilish shaxsning ichki motivatsiyasi, ehtiyojlari, qiziqishlari va qadriyatlari bilan chambarchas bog'liq. Inson o'z maqsadini anglab yetganda, u qiyinchilik va to'siqlarga qaramay, oldinga intilishdan to'xtamaydi. Bu jarayonda iroda, sabr-toqat, mas'uliyat va o'ziga bo'lgan ishonch muhim rol o'ynaydi. Psixologik nuqtayi nazardan, maqsadga intilish shaxsda o'zini boshqarish, rejalashtirish va o'z faoliyatini nazorat qilish ko'nikmalarini shakllantiradi. Inson o'z yutuq va muvaffaqiyatsizliklarini tahlil qilib, xatolardan saboq oladi hamda keyingi faoliyatini yanada samarali tashkil etadi.

Muvaffaqiyat — bu insonning o'z oldiga qo'ygan maqsadlariga erishishdagi natijali harakatlar va mehnat samarasidir. U shaxsning qobiliyatlari, mashaqqatli mehnati va qat'iyati orqali yaratiladi. Muvaffaqiyat faqat tashqi ko'rinishdagi yutuqlar bilan o'lchanmaydi; u ichki qoniqish, o'zini anglash va o'zini rivojlantirish bilan ham

belgilanadi. Muvaffaqiyat insonga yangi imkoniyatlar eshigini ochadi, unga yangi maqsadlar sari intilish kuchi beradi va hayotiy qarorlar qabul qilishda ishonch bag'ishlaydi. Har bir erishilgan natija — bu yangi bosqich, yangi tajriba va yangi marralarga intilish uchun poydevordir.

Shaxsiy rivojlanish — bu insonning o'z imkoniyatlarini, qobiliyatlarini va ichki resurslarini ongli ravishda oshirish, yangi bilim va ko'nikmalarni egallash jarayonidir. U shaxsning ruhiy, intellektual, axloqiy va hissiy tomonlarini mukammallashtirish bilan bog'liq bo'lib, insonni jamiyatda faol va samarali ishtirok etishga tayyorlaydi. Shaxsiy rivojlanish orqali inson o'z kuchli va zaif tomonlarini anglaydi, xatolardan saboq oladi va hayotiy vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilishni o'rganadi. Bu jarayon davomida insonning ichki dunyosi boyiydi, yangi maqsadlar paydo bo'ladi va o'z-o'zini anglash orqali hayotga bo'lgan munosabati ijobiy tomonga o'zgaradi.

Xulq-atvor — bu shaxsning kundalik hayotda, jamiyat va atrof-muhit bilan o'zaro munosabatda bo'lishida namoyon bo'ladigan odatlari, xatti-harakatlari va hissiy reaksiyalaridir. U insonning ichki dunyosi, qadriyatlarini va ijtimoiy tajribasi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, shaxsning xarakteri va odatlarini aks ettiradi. Xulq-atvor shaxsni boshqalar bilan muloqotda va turli vaziyatlarda qanday harakat qilishini belgilaydi. U insonning axloqiy va madaniy qadriyatlarini, tarbiyasi va o'rgangan odatlari orqali shakllanadi. Shu sababli, ijobiy xulq-atvor shaxsni jamiyatda hurmatli va ishonchli qiladi, salbiy odatlar esa munosabatlarda qiyinchiliklar tug'diradi.

Psixologik omillar — bu insonning xulq-atvori, qaror qabul qilishi, faoliyati va shaxsiy rivojlanishiga ta'sir qiluvchi ichki ruhiy jarayonlar va hissiy holatlardir. Ular insonning e'tibor, motivatsiya, xotira, fikrlash, hissiyot va qiziqish kabi psixik xususiyatlarini o'z ichiga oladi. Shu sababli, psixologik omillar insonning harakatlarini boshqarishda, maqsad sari intilishida va muvaffaqiyatga erishishida muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, psixologik omillar shaxsning qaror qabul qilish jarayoniga, turli vaziyatlarga moslashishiga va stress yoki qiyinchiliklarga qanday munosabat bildirishiga bevosita ta'sir qiladi. Masalan, yuqori motivatsiya va ijobiy hissiy holat insonni faol, qat'iyatli va ijodiy qiladi, tushkunlik yoki ishonchsizlik esa harakatlarni sekinlashtirishi mumkin. Boshqacha aytganda, psixologik omillar — insonning ichki dunyosi va tashqi faoliyati o'rtasidagi muvozanatni ta'minlovchi, uning muvaffaqiyatga erishishi va shaxsiy rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynaydigan ruhiy xususiyatlar majmuasidir.

Xulosa: Motivatsiya — insonning harakatlarini maqsad sari yo'naltiruvchi asosiy kuchdir. U shaxsni intilishlarga undaydi, faoliyatni samarali qiladi va ichki qoniqish hamda shaxsiy rivojlanishga turtki beradi. Kuchli motivatsiya bilan inson qiyinchiliklarga bardosh berib, o'z maqsadlariga erishadi va hayotda muvaffaqiyat sari doimiy harakat qiladi. Shu bois, motivatsiyani rivojlantirish va unga tayanish har bir insonning shaxsiy va ijtimoiy yutuqlari uchun muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ryan, R. M., & Deci, E. L. Self-Determination Theory in the Digital Motivation, Learning, and Well-being. New York: Guilford Press. 2020
2. Goleman, D. Emotional Intelligence for Success in Modern Life. London: HarperCollins. 2021
3. Petrov, L. V. Psixologiya va shaxs motivatsiyasi. Toshkent: Sharq. 2021
4. Zakharov, A. V. Shaxsning psixologik rivojlanishi va ichki motivatsiya. Moskva: Nauka. 2021
5. Shadrikov, V. I. Amaliy psixologiya va shaxs faoliyati nazariyasi. Moskva: Prosveshchenie. 2022
6. Smith, J., & Brown, K. Motivation and Personal Growth in Contemporary Society. New York: Routledge. 2023