

O‘SMIR YOSHLARDA KELAJAKKA ISHONCH VA HAYOTIY MAQSADLARNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEKANIZMLARI

Murodova Sabohat Hasanovna

Toshkent viloyati Zangiota tumani 33-maktab psixologi

Annotatsiya: Mazkur maqolada o‘smirlarda kelajakka ishonch va hayotiy maqsadlarni rivojlantirishning psixologik mexanizmlari tahlil qilinadi. O‘smirlik davrining psixologik xususiyatlari, shaxsning o‘zini anglash jarayoni hamda kelajak rejalari va maqsadlarining shakllanishiga ta’sir etuvchi omillar ilmiy jihatdan yoritiladi. Shuningdek, o‘smirlarda ijobiy dunyoqarash, o‘ziga ishonch, motivatsiya va mas’uliyat hissini rivojlantirishning psixologik asoslari ochib beriladi. Maktab, oila va ijtimoiy muhitning o‘smirlarning hayotiy maqsadlarini belgilashdagi o‘rni hamda maktab psixologining ushbu jarayondagi faoliyati tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalari o‘smirlarni kelajakka yo‘naltirish, ularda aniq maqsadlar va muvaffaqiyatga intilish motivlarini shakllantirishga qaratilgan amaliy tavsiyalarni o‘z ichiga oladi.

Kalit so‘zlar: kelajakka ishonch, hayotiy maqsadlar, psixologik mexanizmlar, motivatsiya, o‘zini anglash, shaxs rivojlanishi, ijobiy dunyoqarash, o‘ziga ishonch, maqsadga intilish, maktab psixologi, kasbiy yo‘nalish, ijtimoiy muhit, psixologik qo‘llab-quvvatlash.

Kirish

O‘smirlik davri inson hayotidagi eng muhim va mas’uliyatli bosqichlardan biri bo‘lib, bu davrda shaxsning dunyoqarashi, qadriyatlari, hayotiy pozitsiyasi va kelajak haqidagi tasavvurlari shakllanadi. Shu sababli o‘smirlarda kelajakka ishonch va aniq hayotiy maqsadlarni rivojlantirish masalasi pedagogika va psixologiya fanlarining dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. O‘smirlik davri o‘ziga xos psixologik xususiyatlari bilan ajralib turadi. Bu davrda o‘smirlar o‘z shaxsiyatini anglashga, mustaqil fikr yuritishga va hayotda o‘z o‘rnini topishga intiladilar. Ular kelajakdagi kasbi, ijtimoiy mavqei va shaxsiy hayoti haqida jiddiy o‘ylay boshlaydilar. Aynan shu jarayonda o‘smirning o‘z imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchi, hayotga munosabati va maqsadlari shakllanadi. Agar o‘smirda kelajakka nisbatan ijobiy qarash va aniq maqsadlar mavjud bo‘lsa, u turli qiyinchiliklarni yengib o‘tishga, o‘z ustida ishlashga va muvaffaqiyat sari intilishga moyil bo‘ladi. Kelajakka ishonch insonning o‘z imkoniyatlari va istiqbollari bo‘lgan ijobiy munosabatini ifodalaydi. U shaxsning ruhiy barqarorligi, motivatsiyasi va hayotiy faolligini belgilovchi muhim psixologik omillardan biridir. Kelajakka ishonchi yuqori bo‘lgan o‘smirlar o‘z oldiga maqsad qo‘ya oladi, reja tuzadi va ularga erishish uchun izchil harakat qiladi. Aksincha,

kelajakka nisbatan noaniqlik va ishonchsizlik o‘smirlarda xavotir, tushkunlik, passivlik va o‘ziga bo‘lgan ishonchning pasayishiga olib kelishi mumkin.

Hayotiy maqsadlar esa shaxs faoliyatining yo‘nalishini belgilovchi muhim omil hisoblanadi. Maqsad insonni harakatga undaydi, uning ichki imkoniyatlarini safarbar qiladi va shaxsiy rivojlanishiga turtki beradi. O‘smirlik davrida shakllangan maqsadlar keyingi hayot faoliyatining mazmuni va yo‘nalishini belgilab berishi mumkin. Shu bois o‘smirlarga maqsad qo‘yish, rejalashtirish va o‘z imkoniyatlarini to‘g‘ri baholash ko‘nikmalarini shakllantirish zarur.

O‘smirlarda kelajakka ishonch va hayotiy maqsadlarni rivojlantirishga oila, maktab va ijtimoiy muhit katta ta‘sir ko‘rsatadi. Ota-onalarning qo‘llab-quvvatlashi, pedagoglarning rag‘batlantiruvchi munosabati va sog‘lom ijtimoiy muhit o‘smirlarning o‘z kuchiga ishonchini mustahkamlaydi. Shu bilan birga, maktab psixologining diagnostik, maslahat va rivojlantiruvchi faoliyati ham bu jarayonda muhim o‘rin tutadi. Psixolog o‘smirlarga o‘z qiziqishlari va qobiliyatlarini anglash, kelajakdagi maqsadlarini aniqlash hamda ularga erishish strategiyalarini ishlab chiqishda ko‘maklashadi. O‘smirlarda kelajakka ishonch va hayotiy maqsadlarni rivojlantirish ularning shaxsiy kamoloti, ijtimoiy moslashuvi va kelajakdagi muvaffaqiyatining muhim omili hisoblanadi. Ushbu masalani psixologik jihatdan o‘rganish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish zamonaviy ta‘lim tizimi oldida turgan dolzarb vazifalardan biridir. Mazkur maqolada o‘smirlarda kelajakka ishonch va hayotiy maqsadlarni rivojlantirishning psixologik mexanizmlari hamda ushbu jarayonning samaradorligini ta‘minlovchi omillar tahlil qilinadi.

Asosiy qism

O‘smirlar o‘z kelajagi haqida jiddiy o‘ylay boshlaydilar, kasb tanlash, jamiyatda munosib o‘rin egallash va shaxsiy muvaffaqiyatga erishish bilan bog‘liq rejalarni tuzadilar. Shu sababli o‘smirlarda kelajakka ishonch va hayotiy maqsadlarni rivojlantirish ularning shaxs sifatida kamol topishida muhim ahamiyat kasb etadi. Kelajakka ishonch shaxsning o‘z imkoniyatlari va istiqbollari nisbatan ijobiy munosabatini ifodalaydi. Psixologik nuqtayi nazardan, kelajakka ishonch insonning ichki motivatsiyasi, emotsional barqarorligi va o‘ziga bo‘lgan ishonchi bilan chambarchas bog‘liqdir. Kelajagiga ishonadigan o‘smirlar o‘z oldiga aniq maqsadlar qo‘yadi, qiyinchiliklardan cho‘chimaydi va muvaffaqiyatsizliklarni vaqtinchalik holat sifatida qabul qiladi. Bunday o‘smirlar o‘z hayotini rejalashtirishga intiladi hamda o‘z ustida muntazam ishlashga harakat qiladi.

Kelajakka ishonchning shakllanishida o‘zini anglash jarayoni muhim psixologik mexanizm hisoblanadi. O‘smir o‘z qobiliyatlari, imkoniyatlari va qiziqishlarini anglay boshlagani sari o‘ziga bo‘lgan ishonchi ortadi. O‘z kuchli va zaif tomonlarini bilgan shaxs real maqsadlar qo‘yadi va ularga erishish yo‘llarini izlaydi. Shu sababli o‘smirlarga o‘zini anglash va o‘z imkoniyatlarini baholashga yordam beruvchi

psixologik treninglar va rivojlantiruvchi mashg'ulotlar katta ahamiyatga ega. Hayotiy maqsadlarning shakllanishida motivatsiya muhim o'rin tutadi. Motivatsiya inson faoliyatini boshqaruvchi ichki kuch bo'lib, u maqsad sari intilish va qiyinchiliklarni yengib o'tishga yordam beradi. O'smirning maqsadlari qanchalik aniq va mazmunli bo'lsa, uning motivatsiyasi ham shunchalik yuqori bo'ladi. Maqsadga ega bo'lgan o'smir o'z vaqtini samarali tashkil etadi, bilim olishga intiladi va o'z kelajagini qurish uchun faol harakat qiladi.

Oila o'smirlarda kelajakka ishonch va hayotiy maqsadlarni rivojlantirishda eng muhim ijtimoiy institutlardan biri hisoblanadi. Ota-onalarning farzandga bo'lgan ishonchi, mehr-muhabbati va qo'llab-quvvatlashi uning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi. Oilada sog'lom psixologik muhitning mavjudligi o'smirning emotsional barqarorligini ta'minlaydi va kelajakka optimistik qarashni shakllantiradi. Aksincha, oiladagi nizolar, e'tiborsizlik yoki haddan tashqari nazorat o'smirning o'z kuchiga bo'lgan ishonchini pasaytirishi mumkin.

Maktab ham o'smirlarning hayotiy maqsadlarini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. O'qituvchilarning rag'batlantiruvchi munosabati, o'quvchilarning yutuqlarini e'tirof etishi va ularning qobiliyatlarini rivojlantirishga ko'maklashishi o'smirlarda muvaffaqiyatga intilish hissini kuchaytiradi. Ta'lim jarayonida kasb tanlashga oid tadbirlar, uchrashuvlar va treninglarning tashkil etilishi o'smirlarga kelajak rejalari haqida aniq tasavvur hosil qilishga yordam beradi. Maktab psixologi ushbu jarayonning muhim ishtirokchisi hisoblanadi. Psixolog o'smirlarning qiziqishlari, qobiliyatlari va shaxsiy xususiyatlarini o'rganib, ularga mos tavsiyalar beradi. Psixologik treninglar, motivatsion mashg'ulotlar va individual suhbatlar orqali o'smirlarda o'ziga ishonch, ijobiy fikrlash va maqsadga intilish ko'nikmalari rivojlantiriladi. Shuningdek, psixolog o'quvchilarga stress va xavotirlarni yengish, qiyinchiliklarga bardosh berish hamda hayotiy muammolarni konstruktiv hal etish usullarini o'rgatadi. O'smirlarda kelajakka ishonchni rivojlantirishda ijobiy fikrlashning ahamiyati ham katta. Ijobiy fikrlash shaxsning hayotdagi voqea-hodisalarga optimistik yondashishini ta'minlaydi. Optimistik dunyoqarashga ega bo'lgan o'smirlar muammolarni imkoniyat sifatida qabul qiladilar va qiyinchiliklarga qaramasdan o'z maqsadlari sari harakat qilishda davom etadilar. Bu esa ularda psixologik barqarorlik va hayotiy faollikning shakllanishiga xizmat qiladi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, o'smirlik davri shaxsning kelajak haqidagi tasavvurlari, hayotiy maqsadlari va qadriyatlari shakllanadigan muhim rivojlanish bosqichi hisoblanadi. Ushbu davrda o'smirlarda kelajakka ishonchni rivojlantirish va aniq hayotiy maqsadlarni shakllantirish ularning shaxsiy kamoloti, ijtimoiy moslashuvi hamda kelajakdagi muvaffaqiyati uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Kelajakka ishonchning shakllanishi o'zini anglash, o'ziga bo'lgan ishonch, ichki motivatsiya,

emotsional barqarorlik va ijobiy fikrlash kabi psixologik omillar bilan chambarchas bog‘liqdir. Hayotiy maqsadlarga ega bo‘lgan o‘smirlar o‘z faoliyatini aniq rejalashtiradi, qiyinchiliklarni yengishga intiladi va o‘z imkoniyatlarini ro‘yobga chiqarishga harakat qiladi. Bu esa ularda mas‘uliyat, mustaqillik va muvaffaqiyatga intilish kabi muhim sifatlarning rivojlanishiga xizmat qiladi.

Shuningdek, oila, maktab va ijtimoiy muhit o‘smirlarning kelajakka bo‘lgan munosabatini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Ota-onalarning mehr va qo‘llab-quvvatlashi, pedagoglarning rag‘batlantiruvchi yondashuvi hamda maktab psixologining kasbiy faoliyati o‘smirlarda o‘z kuchiga ishonchni mustahkamlashga va hayotiy maqsadlarni belgilashga yordam beradi. Ayniqsa, psixologik treninglar, kasbga yo‘naltirish ishlari va motivatsion dasturlar ushbu jarayonning samaradorligini oshiradi. Demak, o‘smirlarda kelajakka ishonch va hayotiy maqsadlarni rivojlantirish barkamol, faol va mas‘uliyatli shaxsni tarbiyalashning muhim omillaridan biridir. Shu sababli ta‘lim muassasalarida ushbu yo‘nalishdagi psixologik-pedagogik faoliyatni takomillashtirish, o‘smirlarning qiziqish va ehtiyojlarini inobatga olgan holda tizimli ishlarni amalga oshirish dolzarb vazifalardan biri bo‘lib qolmoqda. Natijada o‘z kelajagiga ishonadigan, aniq maqsadlarga ega va jamiyat taraqqiyotiga munosib hissa qo‘sha oladigan yoshlarni voyaga yetkazish mumkin bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Yo‘ldoshev J.G‘. **Ta‘lim menejmenti va boshqaruv asoslari**. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2017..
2. G‘oziev E.G. “Umumiy psixologiya”. – Toshkent: O‘qituvchi, 2008.
3. Davletshin M.G. “Yosh davrlari va pedagogik psixologiya”. – Toshkent: O‘qituvchi, 2005.
4. Rasulov A. “Maktab psixologiyasi asoslari”. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2016.
5. Ziyonet axborot-ta‘lim portali materiallari: www.ziyonet.uz
6. UNESCO. “School Violence and Bullying: Global Status Report”. – Paris, 2019.
7. UNICEF. “Ending Violence in Schools: A Guide for Teachers and Psychologists”. – New York, 2018. To‘xtaboyeva M. Psixologik maslahat va profilaktika ishlari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.