

O'QUVCHILARDA O'Z-O'ZINI ANGLASH JARAYONINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

O'rayev Bobur Bahodir o'g'li

*Buxoro viloyati Qorakol tumani 51-umumiy
o'rta ta'lim maktabi psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'quvchilarda o'z-o'zini anglash jarayonining psixologik xususiyatlari, uning shakllanish bosqichlari hamda shaxs rivojlanishidagi o'rni ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilinadi. O'z-o'zini anglash shaxsning o'z "Men" obrazini shakllantirishi, o'z qobiliyatlari, imkoniyatlari, xulq-atvori va ijtimoiy rolini tushunishi jarayoni sifatida yoritiladi. Maqolada o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlari, oilaviy muhit, ta'lim jarayoni hamda ijtimoiy munosabatlarning o'z-o'zini anglash rivojiga ta'siri ko'rib chiqiladi. Shuningdek, o'quvchilarda ijobiy "Men" konsepsiyasini shakllantirish, o'ziga ishonchni mustahkamlash, refleksiya ko'nikmalarini rivojlantirish va shaxsiy rivojlanishni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan psixologik yondashuvlar tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalari o'quvchilarning shaxs sifatida shakllanishi va ularning ijtimoiy moslashuvini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: O'z-o'zini anglash, "Men" konsepsiyasi, shaxs rivojlanishi, o'quvchi shaxsi, refleksiya, o'ziga ishonch, identifikatsiya, ijtimoiylashuv, psixologik rivojlanish, yosh xususiyatlari, motivatsiya, emotsional rivojlanish, o'zini baholash, shaxsiy sifatlar, ta'lim jarayoni.

Kirish

O'quvchilarda o'z-o'zini anglash jarayoni shaxs psixologik rivojlanishining eng muhim va murakkab bosqichlaridan biri hisoblanadi. O'z-o'zini anglash shaxsning o'z "Men" obrazini shakllantirishi, o'z qobiliyatlari, imkoniyatlari, xulq-atvori, his-tuyg'ulari hamda ijtimoiy rolini tushunishi va baholashi jarayonini ifodalaydi. Ushbu jarayon insonning shaxs sifatida to'laqonli shakllanishi, jamiyatda o'z o'rnini topishi va ijtimoiy munosabatlarni samarali yo'lga qo'yishida muhim ahamiyat kasb etadi. O'quvchilik davri shaxsning psixologik rivojlanishida hal qiluvchi bosqich bo'lib, aynan shu davrda bola o'zini anglash, o'z imkoniyatlarini baholash va kelajakdagi maqsadlarini belgilash jarayonini faol ravishda amalga oshiradi. Bu davrda o'quvchining o'ziga bo'lgan munosabati shakllanadi, o'z kuchiga ishonch ortadi yoki aksincha, shubha va noaniqliklar paydo bo'lishi mumkin. Shu sababli o'z-o'zini anglash jarayonining to'g'ri shakllanishi o'quvchining shaxsiy rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. O'z-o'zini anglash jarayoniga bir qator omillar ta'sir etadi. Jumladan, oilaviy muhit, ota-onaning tarbiyaviy yondashuvi, ta'lim jarayoni, pedagoglar bilan

munosabat, tengdoshlar bilan ijtimoiy aloqalar hamda jamiyatdagi ijtimoiy qadriyatlar muhim rol o'ynaydi. Ijobiy psixologik muhitda o'sayotgan o'quvchilarda o'ziga ishonch, mustaqillik va mas'uliyat hissi tezroq shakllanadi. Aksincha, salbiy muhit, tanqidiy va qo'llab-quvvatlanmaydigan sharoit o'z-o'zini baholashning pasayishiga olib kelishi mumkin. Bugungi kunda ta'lim tizimida o'quvchilarning nafaqat bilim darajasiga, balki ularning shaxsiy rivojlanishiga ham alohida e'tibor qaratilmoqda. O'z-o'zini anglashni rivojlantirish o'quvchilarning reflektiv fikrlashini shakllantirish, o'z xatolarini tahlil qilish, o'z ustida ishlash va shaxsiy rivojlanishga intilish kabi ko'nikmalarni rivojlantirishga xizmat qiladi. Bu esa o'quvchilarning ta'lim jarayoniga faol jalb etilishi va yuqori natijalarga erishishiga yordam beradi. Shuningdek, o'z-o'zini anglash jarayoni o'smirlilik davrida yanada murakkablashadi, chunki bu davrda fiziologik va psixologik o'zgarishlar jadallashadi. O'smirlar o'z shaxsini anglash jarayonida turli ichki qarama-qarshiliklarga duch keladilar, o'zini tengdoshlar bilan taqqoslash kuchayadi hamda o'z "Men" obrazini shakllantirishda yangi ijtimoiy mezonlar paydo bo'ladi. Shu sababli bu davrda psixologik qo'llab-quvvatlash va to'g'ri pedagogik yondashuv juda muhim hisoblanadi.

Mazkur maqolaning maqsadi o'quvchilarda o'z-o'zini anglash jarayonining psixologik xususiyatlarini tahlil qilish, uning shakllanishiga ta'sir etuvchi omillarni aniqlash hamda ushbu jarayonni rivojlantirishga qaratilgan psixologik yondashuvlarni ilmiy asosda yoritishdan iboratdir. Shuningdek, o'quvchilarning ijobiy "Men" konsepsiyasini shakllantirish va ularning shaxs sifatida rivojlanishini qo'llab-quvvatlash bo'yicha amaliy tavsiyalar berish ham muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Asosiy qism

O'quvchilarda o'z-o'zini anglash jarayoni shaxs psixologik rivojlanishining markaziy yo'nalishlaridan biri bo'lib, u bolaning o'z "Men" obrazini shakllantirishi, o'z imkoniyatlarini baholashi hamda ijtimoiy muhitdagi o'rnini tushunishi bilan bog'liq murakkab psixologik jarayondir. Ushbu jarayon o'quvchining kognitiv, emotsional va ijtimoiy rivojlanishi bilan uzviy bog'liq bo'lib, uning shaxs sifatida shakllanishida muhim rol o'ynaydi.

O'z-o'zini anglashning dastlabki bosqichlarida bola o'z xatti-harakatlarini atrofdagilar bilan taqqoslash orqali o'ziga baho bera boshlaydi. Bu jarayonda kattalarning, ayniqsa ota-ona va o'qituvchilarning munosabati hal qiluvchi ahamiyatga ega. Ijobiy qo'llab-quvvatlash, rag'batlantirish va e'tirof etish o'quvchida o'ziga ishonchni kuchaytiradi hamda barqaror "Men" konsepsiyasining shakllanishiga yordam beradi. Aksincha, haddan tashqari tanqid, beparvolik yoki salbiy baholash o'z-o'zini past baholash va ishonchsizlikka olib kelishi mumkin. O'quvchilarda o'z-o'zini anglash jarayoniga ta'lim muhiti ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ta'lim jarayonida o'quvchi o'z qobiliyatlarini sinovdan o'tkazadi, muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizliklarni boshdan kechiradi hamda o'z imkoniyatlari haqida tasavvur

hosil qiladi. O'qituvchining yondashuvi, dars jarayonidagi psixologik iqlim va baholash tizimi o'quvchining o'ziga bo'lgan munosabatini shakllantiruvchi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Ijobiy psixologik muhit o'quvchining mustaqil fikrlashini, tashabbuskorligini va o'ziga ishonchini rivojlantiradi. Tengdoshlar bilan munosabatlar ham o'z-o'zini anglash jarayonida muhim o'rin tutadi. O'quvchi o'zini sinfdoshlari bilan taqqoslash orqali o'zining ijtimoiy maqomini aniqlashga harakat qiladi. Bu jarayonda do'stlik, jamoaviy faoliyat va ijtimoiy qabul qilinish hissi muhim rol o'ynaydi. Agar o'quvchi jamoada o'zini qabul qilingan va qadrlangan his qilsa, unda ijobiy "Men" konsepsiyasi shakllanadi. Aksincha, ijtimoiy rad etilish yoki kamsitilish holatlari o'z-o'zini anglash jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

O'z-o'zini anglashning muhim komponentlaridan biri refleksiya, ya'ni o'z xatti-harakatlari, his-tuyg'ulari va fikrlarini tahlil qilish qobiliyatidir. Refleksiya rivojlangan o'quvchilar o'z xatolarini anglay oladilar, ularni tuzatishga harakat qiladilar va shaxsiy rivojlanish sari intiladilar. Bu esa ularning mustaqil fikrlash va o'z ustida ishlash ko'nikmalarini shakllantiradi. Shuningdek, o'z-o'zini anglash jarayonida motivatsiya muhim psixologik omil hisoblanadi. Ichki motivatsiyaga ega bo'lgan o'quvchilar o'z maqsadlarini aniq belgilaydilar, o'qishga nisbatan qiziqishlari yuqori bo'ladi va o'z qobiliyatlarini rivojlantirishga intiladilar. Tashqi motivatsiya esa vaqtinchalik bo'lib, barqaror rivojlanish uchun ichki motivatsiyaning shakllanishi muhimdir.

O'smirlik davrida o'z-o'zini anglash jarayoni yanada murakkablashadi, chunki bu davrda shaxsning biologik va psixologik o'zgarishlari kuchayadi. O'smirlar o'z "Men" obrazini qayta ko'rib chiqadilar, mustaqillikka intilish kuchayadi va ijtimoiy rollarni anglash jarayoni faollashadi. Bu davrda o'smirlar o'zini turli ijtimoiy guruhlarda sinab ko'rishga harakat qiladilar, bu esa ularning shaxsiy identifikatsiyasini shakllantiradi. Pedagogik va psixologik yondashuvlar o'z-o'zini anglash jarayonini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. O'qituvchilar o'quvchilarga individual yondashishi, ularning qobiliyatlarini aniqlashi va rivojlantirishga yordam berishi lozim. Psixologik treninglar, guruhviy mashg'ulotlar va reflektiv faoliyatlar o'quvchilarda o'zini anglash ko'nikmalarini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Oila muhiti ham o'z-o'zini anglash jarayonining shakllanishida asosiy omillardan biridir. Ota-onaning qo'llab-quvvatlashi, farzandga nisbatan iliq munosabat va ishonchli muhit o'quvchining o'ziga ijobiy baho berishiga yordam beradi. Oiladagi ijobiy muloqot bolaning shaxsiy rivojlanishiga mustahkam asos yaratadi. Xulosa qilib aytganda, o'quvchilarda o'z-o'zini anglash jarayoni murakkab va ko'p qirrali psixologik hodisa bo'lib, u oilaviy muhit, ta'lim jarayoni, tengdoshlar bilan munosabatlar va shaxsiy tajribalar asosida shakllanadi. Ushbu jarayonni to'g'ri yo'naltirish o'quvchilarning ijobiy "Men" konsepsiyasini shakllantirish, ularning shaxs sifatida rivojlanishi va jamiyatga muvaffaqiyatli moslashishini ta'minlaydi.

Xulosa

O‘quvchilarda o‘z-o‘zini anglash jarayoni shaxsning psixologik rivojlanishida muhim o‘rin egallaydi va uning barkamol inson sifatida shakllanishiga bevosita ta‘sir ko‘rsatadi. Ushbu jarayon orqali o‘quvchi o‘z qobiliyatlarini, imkoniyatlarini, xulq-atvorini va ijtimoiy rolini anglab boradi hamda o‘ziga nisbatan ijobiy yoki salbiy munosabatni shakllantiradi. Shu sababli o‘z-o‘zini anglashning to‘g‘ri rivojlanishi shaxsning kelajakdagi hayotiy pozitsiyasi va ijtimoiy moslashuviga katta ta‘sir qiladi. Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, o‘z-o‘zini anglash jarayoniga oilaviy muhit, ta‘lim jarayoni, pedagogik yondashuvlar hamda tengdoshlar bilan munosabatlar kuchli ta‘sir ko‘rsatadi. Ijobiy psixologik muhitda o‘sgan o‘quvchilarda o‘ziga ishonch, mustaqillik, mas‘uliyat hissi va ijobiy “Men” konsepsiyasi shakllanadi. Aksincha, salbiy muhit va noto‘g‘ri pedagogik yondashuvlar o‘z-o‘zini past baholash va ichki ishonchsizlikka olib kelishi mumkin. Shuningdek, o‘z-o‘zini anglashni rivojlantirishda refleksiya, motivatsiya va psixologik qo‘llab-quvvatlash muhim ahamiyatga ega. O‘quvchilarda o‘zini tahlil qilish, xatolar ustida ishlash va shaxsiy rivojlanishga intilish ko‘nikmalarini shakllantirish ularning ta‘limdagi muvaffaqiyatini oshiradi.

Xulosa qilib aytganda, o‘quvchilarda o‘z-o‘zini anglash jarayonini to‘g‘ri shakllantirish va rivojlantirish ularning shaxs sifatida yetuklashishi, ijtimoiy hayotga muvaffaqiyatli moslashishi hamda sog‘lom psixologik rivojlanishini ta‘minlashda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2019.
2. G‘oziev E.G‘. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2018.
3. Nishonova Z.T. Rivojlanish psixologiyasi va pedagogik psixologiya. – Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2017.
4. Davletshin M.G. Pedagogik psixologiya asoslari. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2020.
5. Vohidov M.V. Bolalar va o‘smirlar psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2016.
6. Musurmonova O. Oila ma‘naviyati va tarbiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2019.
7. To‘xtaboyeva M. Psixologik maslahat va profilaktika ishlari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.