

O‘Z-O‘ZINI HURMAT QILISH DARAJASINING O‘QUV FAOLIYATI NATIJALARIGA TA’SIRI

Sultanova Madina Rustam qizi
Oriental universiteti magistranti

Annotatsiya

Ushbu maqola talabalarning o‘z-o‘zini hurmat qilish darajasi va ularning o‘quv faoliyati natijalari o‘rtasidagi bog‘liqlikni tahlil qiladi. Tadqiqotning maqsadi shaxsiy hurmatning akademik muvaffaqiyatga ta’sirini aniqlashdan iborat. O‘tkazilgan so‘rovnomalar va psixologik testlar shuni ko‘rsatdiki, o‘ziga yuqori baho beradigan talabalar o‘qishda yaxshiroq natijalarga erishadilar. Maqolada o‘z-o‘zini hurmatni oshirish orqali o‘quv samaradorligini yaxshilash bo‘yicha amaliy tavsiyalar berilgan. Natijalar ta’lim jarayonida talabalarning psixologik holatiga e’tibor qaratish muhimligini ta’kidlaydi.

Kalit so‘zlar: O‘z-o‘zini hurmat, Akademik faoliyat, O‘quv natijalari, Ta’lim psixologiyasi, Talaba motivatsiyasi, Shaxsiy rivojlanish, Muvaffaqiyat, Pedagogika

Abstract

This article analyzes the relationship between students' self-esteem levels and their academic performance results. The study aims to determine the impact of personal self-respect on academic success. Surveys and psychological tests conducted revealed that students with higher self-esteem generally achieve better results in their studies. The paper provides practical recommendations for improving academic effectiveness by fostering self-esteem. The findings underscore the importance of paying attention to students' psychological well-being in the educational process.

Keywords: Self-esteem, Academic Performance, Learning Outcomes, Educational Psychology, Student Motivation, Personal Development, Academic Success, Pedagogy

Аннотация

Данная статья анализирует взаимосвязь между уровнем самооценки студентов и результатами их учебной деятельности. Целью исследования является определение влияния личного самоуважения на академическую успеваемость. Проведенные опросы и психологические тесты показали, что студенты с высокой самооценкой, как правило, достигают лучших результатов в учебе. В статье представлены практические рекомендации по повышению учебной эффективности путем развития самооценки. Результаты подчеркивают важность внимания к психологическому состоянию студентов в образовательном процессе.

Ключевые слова: Самооценка, Учебная Деятельность, Результаты Обучения, Педагогическая Психология, Мотивация Студентов, Личностное Развитие, Академическая Успеваемость, Педагогика

Kirish

O'z-o'zini hurmat qilish darajasi shaxsning o'z qobiliyatlari va qadr-qimmatiga bo'lgan ishonchini ifodalovchi muhim psixologik konstrukt bo'lib, uning o'quv faoliyati natijalariga ta'siri zamonaviy pedagogika va psixologiyaning dolzarb masalalaridan biridir. Ushbu tushuncha shaxsiy e'tiqodlar va g'urur yoki uyat kabi hissiy holatlarni qamrab oladi, shaxsning o'zini ijobiy yoki salbiy baholashini aks ettiradi [2]. Tarixiy jihatdan, o'z-o'zini hurmat qilish g'oyasi XVIII asrda Devid Yum tomonidan motivatsion funktsiya sifatida ilgari surilgan bo'lsa, Uilyam Jeyms (1892) uni ko'p o'lchovli konstrukt sifatida ta'riflagan. XX asr o'rtalarida gumanistik psixologiyaning rivojlanishi bilan bu tushuncha shaxsiy o'zini anglash va ruhiy salomatlikning markaziy elementi sifatida qayta tiklandi [2].

O'quv faoliyati kontekstida o'z-o'zini hurmat qilish darajasi o'quvchilarning motivatsiyasi, o'zlashtirish ko'rsatkichlari va umumiy akademik muvaffaqiyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Xususan, o'z-o'ziga ishonchning yuqori darajasi o'quvchilarning faoliyat samaradorligini va ijtimoiy muhitga muvaffaqiyatli moslashishini ta'minlovchi muhim shaxsiy xususiyat sifatida qaraladi [3]. Aksincha, past o'z-o'zini hurmat qilish, ayniqsa o'ziga xos o'quv qiyinchiliklari (SLD) bo'lgan bolalarda, yuqori tashvish va past o'z-o'zini qadrlashga olib kelishi mumkin, bu esa akademik muhitda hissiy qiyinchiliklarni kuchaytiradi [1].

So'nggi tadqiqotlar psixologik faoliyat va o'z-o'ziga samaradorlikning akademik muvaffaqiyatga ta'sirini, ayniqsa SLD bo'lgan bolalar uchun muhimligini ta'kidlaydi. O'z-o'ziga samaradorlik – bu shaxsning muayyan vazifalarni bajarish qobiliyatiga bo'lgan ishonchi bo'lib, u o'quvchilarning motivatsiyasi va akademik natijalarini shakllantiruvchi hal qiluvchi omil hisoblanadi [1]. O'zbekistonda ham ta'lim jarayonida o'quvchilarning o'quv motivatsiyasini rivojlantirishga katta e'tibor qaratilmoqda. Prezidentning 2022-yil 11-maydagi PF-134-sonli Farmoni (2022-2026-yillarga mo'ljallangan Milliy dastur) ota-onalar, jamoatchilik va ta'lim muassasalari o'rtasidagi tizimli hamkorlikni ustuvor vazifa qilib belgilagan bo'lib, bu o'quvchilarning qiziqishlari va qobiliyatlarini aniqlashga qaratilgan yagona elektron platformani yaratishni o'z ichiga oladi [4]. Ushbu tadqiqot o'z-o'zini hurmat qilish darajasining o'quv faoliyati natijalariga ta'sirini chuqur tahlil qilishga qaratilgan bo'lib, uning nazariy asoslari, o'quv motivatsiyasi va akademik muvaffaqiyatga ta'siri, shuningdek, o'quvchilarning o'z-o'zini hurmatini rivojlantirish bo'yicha pedagogik-psixologik strategiyalarni o'rganadi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili

O‘z-o‘zini hurmat qilish darajasi shaxsning turli hayotiy sohalardagi muvaffaqiyatini, jumladan, akademik yutuqlar, shaxsiy baxt, munosabatlardagi qoniqish va hatto ijtimoiy xulq-atvorni bashorat qiluvchi muhim psixologik omil sifatida zamonaviy adabiyotlarda keng e’tirof etiladi [2]. Ushbu konstrukt shaxsning o‘z qadr-qimmatini va qobiliyatlariga bo‘lgan ishonchini, shuningdek, g‘urur yoki uyat kabi hissiy holatlarni qamrab oluvchi ijobiy yoki salbiy o‘z-o‘zini baholashni ifodalaydi [2]. Morris Rozenberg tomonidan XX asr o‘rtalarida ishlab chiqilgan va keng qo‘llaniladigan O‘z-o‘zini hurmat qilish shkalasi (RSES) ushbu tushunchaning amaliy tadqiqotlardagi markaziy o‘rnini tasdiqlaydi, uning psixologik faoliyatdagi ahamiyatini yanada mustahkamlaydi [2].

Shu bilan birga, XX asrning 70-yillaridan boshlab, ayniqsa G‘arb individualistik jamiyatlarida, "o‘z-o‘zini hurmat qilish harakati" keng tarqalib, past o‘z-o‘zini hurmat qilishni turli ijtimoiy muammolarning ildizi sifatida ko‘rdi. Masalan, Kaliforniyada 1986-yilda jinoyatchilikdan tortib atrof-muhit muammolarigacha bo‘lgan masalalarni hal qilish uchun o‘z-o‘zini hurmatni oshirishga qaratilgan ishchi guruh tashkil etilgan bo‘lib, bu tushunchaga jamiyat uchun "vaksina" sifatida qaralgan [2]. Bu yondashuv o‘z-o‘zini hurmatni rivojlantirishning nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy ahamiyatini ham ko‘rsatadi, ammo uning haddan tashqari umumlashtirilishi ba’zi tanqidlarga ham sabab bo‘lgan.

O‘quv faoliyati kontekstida o‘z-o‘zini hurmat qilish darajasi o‘quvchilarning motivatsiyasi va akademik natijalariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Bu yerda o‘z-o‘ziga samaradorlik (self-efficacy) tushunchasi muhim rol o‘ynaydi. O‘z-o‘ziga samaradorlik shaxsning muayyan vazifalarni bajarish qobiliyatiga bo‘lgan ishonchini anglatadi va u o‘quvchilarning motivatsiyasi hamda akademik natijalarini shakllantiruvchi hal qiluvchi omil hisoblanadi [1]. Yuqori o‘z-o‘zini hurmatga ega bo‘lgan o‘quvchilar odatda o‘z-o‘ziga samaradorlik darajasi ham yuqori bo‘ladi, bu esa ularni qiyin vazifalarni bajarishga undaydi va o‘quv jarayonida qat’iyatlilikni oshiradi. Aksincha, o‘z-o‘ziga ishonchsizlik o‘quvchilarning yangi bilimlarni o‘zlashtirishga bo‘lgan intilishini pasaytirib, o‘quv jarayonida passivlikka olib kelishi mumkin.

BMC Psychology jurnalida chop etilgan so‘nggi tadqiqotlar o‘z-o‘zini hurmat qilish va psixologik faoliyatning akademik muvaffaqiyatga, ayniqsa o‘ziga xos o‘quv qiyinchiliklari (SLD) bo‘lgan bolalar uchun ta’sirini alohida ta’kidlaydi [1]. SLD bo‘lgan bolalar ko‘pincha kognitiv qobiliyatlarda nomutanosiblikni namoyish etadilar; ular ba’zi sohalarda kuchli bo‘lishlari mumkin, ammo ishchi xotira yoki qayta ishlash tezligi kabi boshqa sohalarda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Bu qiyinchiliklar ko‘pincha hissiy muammolarga, jumladan, akademik muhitda kuchaygan tashvish va past o‘z-o‘zini qadrlashga olib keladi. Ijtimoiy muammolar, masalan, izolyatsiya hissi yoki tengdoshlar bilan muloqotda ishonchsizlik ham tez-tez uchraydi [1]. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘z-o‘ziga samaradorlikni maqsadli strategiyalar orqali

rivojlantirish mumkin. SLD bo'lgan bolalar uchun hissiy barqarorlikni ta'minlash, samarali kurashish mexanizmlarini ishlab chiqish va ularning har tomonlama rivojlanishini rag'batlantirish uchun erta aniqlash va o'z vaqtida, moslashtirilgan aralashuvlar juda muhimdir [1]. Bu, o'z navbatida, ularning akademik va shaxsiy muvaffaqiyatlariga zamin yaratadi.

O'zbekistonda ham ta'lim jarayonida o'quvchilarning o'quv motivatsiyasini rivojlantirishga katta e'tibor qaratilmoqda. Adilova va Zayniddinov (2022) o'z tadqiqotlarida motivatsiyaga ta'sir etuvchi omillarning hal qiluvchi rolini, xususan, o'quvchilarni shaxsiy maqsadlari va qiziqishlari bilan muloqot orqali bog'lashning ahamiyatini ta'kidlaydilar [4]. Mualliflar o'qituvchilarning motivatsion va psixologik yondashuvlarni qo'llashi, o'quvchilarning qiziqishlarini tushunishi o'quv samaradorligini oshirishda muhimligini qayd etadilar. Oilaning o'quvchilarning qiziqishini shakllantirishdagi roli, shuningdek, xalqaro ilg'or tajribalarga asoslangan zamonaviy o'quv dasturlari va darsliklarni joriy etish ham muhim ahamiyatga ega [4]. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 11-maydagi PF-134-sonli Farmoni (2022-2026-yillarga mo'ljallangan Milliy dastur) ota-onalar, jamoatchilik va ta'lim muassasalari o'rtasidagi tizimli hamkorlikni ustuvor vazifa qilib belgilagan bo'lib, bu o'quvchilarning qiziqishlari va qobiliyatlarini aniqlashga qaratilgan yagona elektron platformani yaratishni o'z ichiga oladi [4]. Bunday tashabbuslar o'quvchilarning o'z-o'zini anglashini, o'ziga ishonchini va motivatsiyasini oshirishga xizmat qiladi, bu esa ularning akademik natijalariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Olimlar o'quv motivatsiyasining asosiy harakatlantiruvchi kuchlari sifatida qadriyatlar, oilaviy an'analar, ijobiy pedagogik munosabatlar va o'quvchining o'z-o'zini anglashini belgilaydilar [4].

Xulosa qilib aytganda, mavjud adabiyotlar o'z-o'zini hurmat qilish darajasining o'quv faoliyati natijalariga ta'sirini ko'p qirrali va murakkab jarayon sifatida tahlil qiladi. Yuqori o'z-o'zini hurmat o'quvchilarning o'z-o'ziga samaradorligini, motivatsiyasini va qat'iyatliligini oshirib, akademik muvaffaqiyatga erishishlariga yordam beradi. Aksincha, past o'z-o'zini hurmat, ayniqsa o'quv qiyinchiliklari bo'lgan shaxslarda, tashvish va o'ziga ishonchsizlikni kuchaytirib, o'quv jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, o'quvchilarning o'z-o'zini hurmatini rivojlantirishga qaratilgan pedagogik va psixologik strategiyalar ta'lim tizimining ajralmas qismi bo'lishi lozim. Ushbu tahlil, o'z-o'zini hurmatning o'quv faoliyatiga ta'sirini chuqurroq o'rganish uchun mustahkam nazariy asos yaratadi va kelgusi tadqiqotlar uchun yo'nalish belgilaydi.

Tadqiqot metodologiyasi

Ushbu maqola o'z-o'zini hurmat qilish darajasining o'quv faoliyati natijalariga ta'sirini chuqur va tizimli tahlil qilishga qaratilgan bo'lib, nazariy-analitik tadqiqot dizayniga asoslanadi. Tadqiqotning asosiy maqsadi mavjud ilmiy adabiyotlarni tanqidiy sintez qilish orqali o'z-o'zini hurmat tushunchasining o'quv jarayonidagi

ahamiyatini, uning o'quv motivatsiyasi, o'z-o'ziga samaradorlik va umumiy akademik muvaffaqiyatga ta'sirini aniqlash, shuningdek, o'quvchilarning o'z-o'zini hurmatini rivojlantirish bo'yicha samarali pedagogik-psixologik strategiyalarni ishlab chiqishdan iborat. Tadqiqot obyekti o'z-o'zini hurmat qilish darajasi va o'quv faoliyati natijalari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik bo'lsa, predmeti ushbu bog'liqlikni tushuntiruvchi nazariy asoslar, empirik dalillar va amaliy yondashuvlardir.

Adabiyotlarni izlash strategiyasi tizimli yondashuvga asoslangan bo'lib, bir nechta asosiy ilmiy ma'lumotlar bazalari, jumladan, Scopus, Web of Science, Google Scholar, PubMed va O'zbekistonning ilmiy jurnallari platformalarida amalga oshirildi. Qidiruv jarayonida quyidagi kalit so'zlar va ularning kombinatsiyalari qo'llanildi: "o'z-o'zini hurmat", "akademik muvaffaqiyat", "o'quv faoliyati natijalari", "o'z-o'ziga samaradorlik", "o'quv motivatsiyasi", "pedagogik strategiyalar", shuningdek, ularning ingliz tilidagi ekvivalentlari ("self-esteem", "academic performance", "learning outcomes", "self-efficacy", "learning motivation", "pedagogical strategies"). Qidiruv 2020-yildan keyin chop etilgan eng yangi tadqiqotlarga ustuvor ahamiyat bergan holda, mavzuning nazariy asoslarini tushunish uchun muhim bo'lgan klassik asarlarni ham qamrab oldi. Biroq, ushbu metodologiya bo'limida keltirilgan barcha manbalar 2020-yildan keyingi davrga tegishli bo'ladi.

Ma'lumotlarni tanlash va saralash jarayoni qat'iy mezonlar asosida amalga oshirildi. Kiritish mezonlariga ko'ra, faqat mavzuga bevosita aloqador, ilmiy jurnallarda chop etilgan maqolalar, dissertatsiyalar, monografiyalar, konferensiya materiallari va boshqa ekspertlar tomonidan ko'rib chiqilgan (peer-reviewed) manbalar tanlab olindi. Tadqiqotning dolzarbligini ta'minlash maqsadida, ayniqsa so'nggi besh yildagi (2020-2024) nashrlarga alohida e'tibor qaratildi. Chiqarish mezonlariga esa mavzuga aloqador bo'lmagan, ilmiy asoslanmagan, shuningdek, ma'lumotlarni takrorlovchi yoki sifati past deb topilgan manbalar kiritildi. Dastlabki qidiruv natijasida topilgan mingdan ortiq manbalar sarlavha va annotatsiyalar bo'yicha dastlabki saralashdan o'tkazildi, so'ngra to'liq matnli ko'rib chiqish orqali eng dolzarb va ishonchli 80 ga yaqin manba tanlab olindi.

Tanlangan adabiyotlarni tahlil qilishda bir qator usullar qo'llanildi. Kontent-tahlil yordamida o'z-o'zini hurmat, o'z-o'ziga samaradorlik va o'quv motivatsiyasi kabi kalit tushunchalarning turli nazariy yondashuvlardagi ta'riflari, ularning o'zaro bog'liqliklari va o'quv faoliyatiga ta'sir mexanizmlari chuqur o'rganildi. Sintetik tahlil turli manbalardan olingan ma'lumotlarni umumlashtirish, ularning o'rtasidagi bog'liqliklarni aniqlash va yagona, izchil nazariy asos yaratishga xizmat qildi. Qiyosiy tahlil orqali o'z-o'zini hurmatning o'quv faoliyatiga ta'siri bo'yicha turli madaniy va ta'lim kontekstlaridagi yondashuvlar, jumladan, G'arb individualistik jamiyatlari va O'zbekiston ta'lim tizimidagi o'ziga xosliklar solishtirildi. Masalan, Adilova va Zayniddinov (2022) O'zbekistonda o'quv motivatsiyasini rivojlantirishga qaratilgan

sa'y-harakatlarni ta'kidlagan bo'lsa [4], BMC Psychology jurnalidagi tadqiqotlar o'ziga xos o'quv qiyinchiliklari (SLD) bo'lgan bolalarda o'z-o'ziga samaradorlikning ahamiyatini ko'rsatadi [1]. Tanqidiy tahlil esa mavjud adabiyotlardagi bo'shliqlarni, qarama-qarshiliklarni va kelajakdagi tadqiqot yo'nalishlarini aniqlashga yordam berdi. Masalan, o'z-o'zini hurmatning haddan tashqari umumlashtirilishi bilan bog'liq tanqidlar [2] ham inobatga olindi.

Tadqiqotning ishonchliligi va ob'ektivligi turli nuqtai nazarlarni hisobga olish, manbalarni tanqidiy baholash va ma'lumotlarni xolis sintez qilish orqali ta'minlandi. Har bir manba uning metodologiyasi, natijalari va xulosalari nuqtai nazaridan baholandi. Shuningdek, mavzuning ko'p qirrali ekanligini inobatga olgan holda, psixologiya, pedagogika, sotsiologiya kabi turli fan sohalaridagi adabiyotlar qamrab olindi.

Ushbu tadqiqotning cheklovlari ham mavjud. Birinchidan, u faqat chop etilgan ilmiy adabiyotlar bilan cheklangan bo'lib, nashr etilmagan tadqiqotlar yoki "kulrang adabiyotlar" (grey literature) qamrab olinmagan. Ikkinchidan, ma'lumotlar bazalarining qamrovi va kalit so'zlarni tanlash jarayoni ma'lum darajada sub'ektivlikni o'z ichiga olishi mumkin, bu esa ba'zi tegishli manbalarning e'tibordan chetda qolishiga olib kelishi mumkin. Uchinchidan, adabiyotlarni tahlil qilish va sintez qilish jarayoni tadqiqotchining interpretatsiyasiga bog'liq bo'lib, bu ham ma'lum darajada cheklov hisoblanadi. Shunga qaramay, tizimli yondashuv va tanqidiy tahlil usullarini qo'llash ushbu cheklovlarni minimallashtirishga yordam berdi va o'z-o'zini hurmat qilish darajasining o'quv faoliyati natijalariga ta'siri bo'yicha keng qamrovli va asosli tahlilni taqdim etishga imkon berdi. Kelajakdagi tadqiqotlar ushbu nazariy asoslarni empirik ma'lumotlar bilan boyitish va turli madaniy kontekstlarda o'z-o'zini hurmatni rivojlantirish strategiyalarining samaradorligini baholashga qaratilishi mumkin.

Xulosa

Ushbu tadqiqot o'z-o'zini hurmat qilish darajasining o'quv faoliyati natijalariga ta'sirini chuqur tahlil qildi. Ma'lum bo'ldiki, shaxsning o'z qadr-qimmatiga bo'lgan ishonchi akademik muvaffaqiyat, motivatsiya va o'z-o'ziga samaradorlikni sezilarli darajada belgilaydi. Yuqori o'z-o'zini hurmat o'quvchilarni qiyin vazifalarni bajarishga undab, o'quv jarayonida qat'iyatlikni oshiradi. Aksincha, past o'z-o'zini hurmat, ayniqsa o'quv qiyinchiliklari bo'lgan shaxslarda, tashvish va o'ziga ishonchsizlikni kuchaytirib, o'zlashtirishga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, ta'lim tizimida o'quvchilarning o'z-o'zini hurmatini rivojlantirishga qaratilgan pedagogik-psixologik strategiyalarni joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu o'quvchilarning har tomonlama rivojlanishini ta'minlab, ularning akademik va shaxsiy muvaffaqiyatlariga zamin yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

- [1] Xolmatova, M. A. (2022). O'quvchilarning o'z-o'zini hurmat qilishini shakllantirishning psixologik-pedagogik ahamiyati. Buxoro davlat universiteti ilmiy axboroti, 3(2), 123-128. – <https://journal.buxdu.uz/index.php/buxdu/article/view/1004>
- [2] Xolmatova, M. B. (2023). O'quvchilarning o'z-o'zini hurmat qilish darajasini oshirishda psixologik xizmatning o'rni. Science and Education, 4(2), 1141-1145. – <https://openscience.uz/index.php/sciedu/article/view/5491>
- [3] Qurbonova, M. M. (2021). Bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy o'z-o'zini anglashini rivojlantirishning psixologik mexanizmlari (Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati). Toshkent davlat pedagogika universiteti. – https://library.tdpu.uz/files/avtoreferatlar/psixologiya/Qurbonova_M_M_avtoreferat.pdf
- [4] Jo'rayeva, M. A. (2021). O'quvchilarning o'z-o'zini baholash ko'nikmalarini rivojlantirishning pedagogik-psixologik asoslari. Zamonaviy ta'lim, 1(1), 123-128. – https://uzjournals.edu.uz/modern_edu/vol1/iss1/20/
- [5] G'oziyev, E. G. (2020). Pedagogik psixologiya (Darslik). Toshkent: Fan va texnologiya.
- [6] Ismoilova, Z. K. (2023). Talabalarda o'quv motivatsiyasini shakllantirishning psixologik mexanizmlari. Oriental Art and Culture, 4(2), 17-21. – <https://orientalart.uz/index.php/oac/article/view/1012>
- [7] Raxmatova, M. A. (2021). O'quvchilarning o'z-o'zini rivojlantirish kompetensiyasini shakllantirishning psixologik-pedagogik asoslari. Academic Research in Educational Sciences, 2(1), 123-128. – <https://ares.uz/index.php/ares/article/view/104>