

O'ZINI O'ZI ANGLASH: SHAXS RIVOJLANISHINING PSIXOLOGIK VA MA'NAVIY ASOSLARI**Toshtemirova Nilufar Dilshodbek qizi***Masafaviy Ta'lim Psixologiya yo'nalishi 1-kurs talabasi**Qo'qon universiteti Andijon Fillilali**Telefon: +998882355202***Xalimjanov Abduqunduz Rahimjon o'g'li***“Kompyuter Injiniring va raqamli texnologiyalar”**Kafedrasi o'qituvchisi**Qo'qon universiteti Andijon Fillilali**Email: xalimjonov1234@gmail.com*

Annotatsiya: Maqolada o'zini o'zi anglashning psixologik, falsafiy va ma'naviy jihatlarini tahsil qilinadi. Tadqiqotda o'zlikni anglash jarayonining shaxs rivojlanishidagi ahamiyati, uning shakllanish omillari va milliy-ma'naviy qadriyatlar bilan bog'liqligi o'rganilgan. Maqolada Sharq allomalarining o'zlik tushunchasiga oid qarashlari tahlil qilinadi va zamonaviy sharoitda o'zini anglashning ahamiyati yoritiladi.

Kalit so'zlar: o'zini anglash, shaxs, ma'naviyat, identifikatsiya, psixologik rivojlanish, milliy qadriyatlar, intellektual salohiyat.

Odam tabiatining eng murakkab va sirli jihatlaridan biri - o'zini o'zi anglash qobiliyatidir. Bu nafaqat individual psixologik jarayon, balki insoniyat taraqqiyotining asosiy omillaridan biridir. O'zini anglash insonga nafaqat o'z imkoniyatlarini, balki o'z maqsad va vazifalarini, jamiyatdagi o'rni va mas'uliyatini tushunish imkoniyatini beradi. Zamonaviy globallashtirish davrida milliy o'zligini saqlab qolish va rivojlantirish masalasi dolzarb ahamiyat kasb etmoqda.

Tadqiqot maqsadi va vazifasi o'zini o'zi anglashning psixologik, falsafiy va ma'naviy jihatlarini o'rganish, uning shaxs rivojlanishidagi o'rni va ahamiyatini aniqlash. O'zini anglash tushunchasining mazmun-mohiyatini aniqlash; O'zlikni anglashning shakllanish omillarini o'rganish. Sharq mutafakkirlarining o'zlik tushunchasiga oid qarashlarini tahlil qilish. Zamonaviy sharoitda o'zini anglashning ahamiyatini aniqlash.

Tadqiqotda tizimli yondashuv, qiyosiy tahlil, tarixiy-logik metod, psixologik tahlil usullari qo'llanildi. Sharq falsafasi va psixologiya fanining nazariy asoslari tadqiqot metodologik bazasini tashkil etdi. Ma'lumotlarning ishonchliligi turli manbalarni qiyosiy tahlil qilish va ularni amaliy hayot bilan bog'lash orqali ta'minlandi.

O'zini o'zi anglash - bu insonning o'z "men"i haqidagi tasavvurlari, o'z qobiliyatlari, xususiyatlari, kamchiliklari, maqsadlari va qadriyatlarini idrok etish jarayonidir. Bu jarayon bir qator bosqichlardan iborat:

- ✓ O'ziga qaytish - insonning o'z ichki olamiga qarati, o'z his-tuyg'ulari, fikrlari va xatti-harakatlarini kuzatishi;
- ✓ O'zini tahlil qilish - kuzatishlar asosida o'z xususiyatlarini baholash va tushunish;
- ✓ O'zini qayta qurish - o'z kamchiliklarini bartaraf etish va ijobiy xususiyatlarni rivojlantirish.

Sharq allomalari - Imom Buxoriy, Imom Termiziy, Farobiy, Ibn Sino, Beruniy, Navoiy va boshqalar o'zlikni anglashni inson ma'naviyatining asosi, deb hisonaganlar. Xususan, Alisher Navoiy "Mahbub-ul-qulub" asarida insonning o'zini bilishi uning oliy maqsadi ekanligini ta'kidlaydi. O'zini anglashning asosiy xususiyatlari shaxsiy mas'uliyatni his qilish, o'z nuqta-i nazaridan boshqalarni baholay olish, jamiyatdagi o'rni va vazifasini tushunish, tarixiy rivojlanish jarayonini o'rganish, ma'lum madaniyatga mansublikni idrok etish.

Zamonaviy globallashuv sharoitida o'zligini anglash masalasi alohida ahamiyat kasb etmoqda. Turli madaniyatlar va qadriyatlar o'rtasidagi o'zaro ta'sir jarayonida inson o'z milliy va madaniy identifikatsiyasini saqlab qolishi muhimdir.

Quyidagi tavsiyalar o'zini anglash jarayonini samarali tashkil etishga yordam beradi: Ma'rifiy ishlar - yoshlarga o'z milliy madaniy merosi, tarixi, an'analari va qadriyatlarini o'rgatish. Psixologik treninglar - o'zini tahlil qilish, introspeksiya qobiliyatlarini rivojlantirish. Ijtimoiy faollik - jamiyat hayotida faol ishtirok etish orqali o'z qobiliyat va imkoniyatlarini sinab ko'rish. O'zini anglagan shaxs har qanday mafkuraviy hujumlarga qarshi turish qobiliyatiga ega bo'ladi, chunki u o'z qadriyatlarining mazmunini tushunadi va ularni himoya qilish yo'lini biladi.

O'zini o'zi anglash - bu nafaqat individual, balki ijtimoiy rivojlanishning muhim omilidir. Bu jarayon insonga nafaqat o'z imkoniyatlarini rivojlantirish, balki jamiyat taraqqiyotiga hissa qo'shish imkoniyatini beradi. Sharq mutafakkirlarining boy merosi o'zlikni anglash masalasini chuqur o'rganish uchun keng imkoniyatlar yaratadi. Zamonaviy sharoitda o'zini anglash qobiliyatini rivojlantirish nafaqat shaxsning, balki butun jamiyatning muvaffaqiyatli rivojlanishining garovidir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Navoiy A. Mahbub-ul-qulub. - Toshkent: G'afur G'ulom nomidagi nashriyot, 2018.
2. Ibn Sino. Kitab an-Nafis. - Toshkent: Fan, 2005.
3. Farobiy. Fozi otalarning fazilati. - Toshkent: Ma'naviyat, 2010.
4. Maslow A. Motivation and Personality. - New York: Harper & Row, 1987.

5. Rogers C. On Becoming a Person. - Boston: Houghton Mifflin, 1961.
6. Gippenreiter Yu.B. Vvedenie v obshchuyu psixologiyu. - Moskva: CheRo, 1997.
7. Quronov D. O'zbek ma'naviyati asoslari. - Toshkent: Ma'naviyat, 2015.
8. Karimova V. Psixologiya va pedagogika. - Toshkent: O'qituvchi, 2020.

