

**TALABALARNING O'ZIGA ISHONCHINI RIVOJLANISHNING PSIXOLOGIK
XUSUSIYATLARI****Aldjanova Guljahan Amangeldievna**

docent Pedagogika fanlari boyincha falsafa doktori, PhD.

Berdoq nomidagi Qaraqalpoq Davlat universiteti.

Orinbayeva Sirg'agul

QDU Psixologiya yo'nalishi 4-kurs talabasi

[https://doi.org/ 10.5281/zenodo.15628308](https://doi.org/10.5281/zenodo.15628308)

Annotatsiya. Bu maqoladan talabalarning o'ziga ishonchni rivojlantirishda insonning maqsadi, munosabati, kechinmalari, holati o'zgarishi va yangidan tuzilishi haqida ilmiy-nazariy ma'lumotlar berilgan.

Kalt so'zi: Talaba, o'ziga ishonch, o'zini o'zi boshqarish, o'zini o'zi himoyalash, o'zini anglash

Аннотация. В данной статье представлена научно-теоретическая информация о цели, отношении, переживаниях, изменении состояния и новой структуре человека в развитии уверенности студентов в себе.

Ключевые слова: Студент, уверенность в себе, самоуправление, самозащита, самосознание

Abstract. This article provides scientific and theoretical information on the purpose, attitude, experiences, change of state, and new structure of a person in developing students' self-confidence.

Keywords: Student, self-confidence, self-management, self-defense, self-awareness

Talabalarning o'ziga ishonchining rivojlanishi ta'lim jarayonining samaradorligini belgilovchi muhim faktor hisoblanadi. O'ziga ishonch bo'lajak pedagoglarning professional muvaffaqiyati, ta'lim sifatini oshirish va bo'lajak bo'lajak pedagoglarga ta'sir ko'rsatishda muhim rol o'ynaydi.

O'z-o'zini baholash — shaxsning o'z salohiyatini qanday qabul qilishi va o'ziga bo'lgan ishonchni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. O.A. Konopkin o'zining asarida o'z-o'zini baholash va ta'limdagi rolini tahlil qiladi. U shaxsiy muvaffaqiyat va o'z-o'zini baholashning qanday bog'liqligini tushuntiradi. [1]

O'zini anglash shaxsning o'z qobiliyatlarini, cheklovlarini va imkoniyatlarini qanday anglashidir. A.Leontiev asarida o'zini anglashning psixologik jihatlarini ko'rsatadi. Leontiev, shaxsning o'ziga ishonchini rivojlantirishda o'zini anglashning muhimligini ta'kidlaydi.[2]

Talabalarning o'ziga ishonchi ta'lim samaradorligida va ularning professional rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Bo'lajak pedagoglarning o'ziga ishonchini rivojlantirish ijtimoiy-psixologik jihatdan jiddiy o'rganiladigan mavzulardan biridir. Bu ma'lumotda o'zbek olimlarining nazariyalari va ilmiy tadqiqotlariga asoslanib, bo'lajak pedagoglarning o'ziga ishonchini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini batafsil ko'rib chiqamiz.

T.Buzraliyev o'zining asarida bo'lajak pedagoglarning o'ziga ishonchining pedagogik faoliyatga ta'sirini tahlil qiladi. Buzraliyev, o'ziga ishonchning pedagogik samaradorlik va ta'lim jarayonida muvaffaqiyatga erishishda qanday ahamiyatga ega ekanligini ta'kidlaydi. U, shuningdek, o'ziga ishonchning ijtimoiy o'zaro munosabatlar va ta'lim muhitidagi rolini o'rgangan. Shuningdek, u, o'ziga ishonchni oshirishda o'quvchilar bilan samarali muloqot va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning ahamiyatini ta'kidlaydi.

G.Tursunova asarida o'ziga ishonchni rivojlantirish strategiyalari va metodlarini tahlil qiladi. Tursunova, bo'lajak pedagoglarning o'ziga ishonchni rivojlantirish uchun maxsus ta'lim dasturlari va metodikalardan foydalanishni tavsiya qiladi. U, shuningdek, o'ziga ishonchning pedagogik faoliyatdagi ahamiyatini va professional rivojlanishga ta'sirini o'rgangan.

Talabalarining o'ziga ishonchi ijtimoiy muhit tomonidan shakllanadi. A.Sattarov asarida ijtimoiy muhitning o'ziga ishonchni rivojlantirishdagi rolini tahlil qiladi. Sattarov, o'ziga ishonchning ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va jamiyat bilan o'zaro aloqalar orqali qanday shakllanishi haqida ma'lumot beradi.

Stress talabalarining o'ziga ishonchiga ta'sir qiladi. Sh.Eshonkulova asarida stressning bo'lajak pedagoglarning o'ziga ishonchiga qanday ta'sir ko'rsatishini o'rgangan. Eshonkulova, stress holatlari o'ziga ishonchni pasaytirishi va professional muvaffaqiyatni kamaytirishi mumkinligini ta'kidlaydi.

O'z-o'zini baholash orqali talabalarining o'ziga ishonchini oshirish mumkin. R.Kholikov asarida o'z-o'zini baholashning o'ziga ishonchni rivojlantirishdagi rolini tahlil qiladi. Kholikov, bo'lajak pedagoglarning o'z-o'zini baholash ko'nikmalarini rivojlantirish orqali o'ziga ishonchni qanday oshirish mumkinligini ko'rsatadi.

Mentorlik va qo'llab-quvvatlash talabalarining o'ziga ishonchini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. D.Akhmedova asarida mentorlikning bo'lajak pedagoglarning o'ziga ishonchini rivojlantirishdagi roli va samaradorligini o'rgangan. Akhmedova, mentorlik dasturlari yordamida bo'lajak pedagoglarning o'ziga ishonch va professional rivojlanishini qanday yaxshilash mumkinligini tavsiya qiladi.

Bizning fikrimizcha, talabalarining o'ziga ishonchining rivojlanishi ijtimoiy-psixologik jihatdan muhim ahamiyatga ega. Stress, ijtimoiy muhit, o'z-o'zini baholash va mentorlik kabi omillar bo'lajak pedagoglarning o'ziga ishonchiga ta'sir qiladi.

A.A. Fayzulloev ushbu jarayonni motivatsion tarzda ongli o'ziga ishonchni rivojlantirish, ya'ni shaxsning tashqi yoki ichki motivlarni o'z o'zini boshqara olish motivlari misolida qabul qilish yoki rad etish xususiyati sifatida tushuntirishga harakat qiladi [3]. Bu esa o'ziga ishonchni rivojlantirish motivatsiyasini yanada chuqurroq o'rganishni taqozo etadi.

Bizning xulosamizcha, o'ziga ishonch hissini rivojlantirish uchun pedagoglarning o'zaro munosabatlari va jamoadagi hamkorlik muhimdir. Pedagoglar bir-biri bilan samarali muloqot qilish orqali o'zlariga ishonch hosil qiladi. Jamoada qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratish o'z-o'ziga ishonchni oshirishga yordam beradi. Pedagoglar bir-biridan o'rganib, yangi ko'nikmalarni rivojlantiradi va bu jarayonda o'zlariga bo'lgan ishonchni oshiradi. O'zaro yordam va hamkorlik pedagoglar orasida ishonch muhitini shakllantiradi va bu ularning kasbiy rivojlanishiga xizmat qiladi. Jamoada ishlash shaxsiy kamchiliklarni bartaraf etish va muvaffaqiyatga erishish uchun muhim vositadir. O'zaro muloqot pedagoglarga murakkab vaziyatlarda yechim topishda yordam beradi va bu jarayon ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Hamkorlik orqali pedagoglar bir-birining kuchli tomonlarini o'rganadi va bu bilimlar ularga kasbiy faoliyatda yordam beradi.

Anglangan o'zini o'zi rivojlantirish shaxs tarbiyasi hamda mutaxassis tayyorlashning muhim vazifasi sifatida uning o'zidan mehnat talab qiluvchi shaxsning integrativ tavsifini o'zida namoyon etadi. Shuni ta'kidlash joizki, pedagogika bo'yicha zamonaviy darsliklarda ham asosiy urg'u har tomonlama barkamol shaxs ta'limi va tarbiyasiga beriladi: «Gumanistik tarbiyaning uzoq asrlardan beri davom etayotgan jahon nazariyasi va amaliyotida umumqabul qilingan maqsadi har tomonlama yetuk barkamol shaxs idealidir».

A.Maslouning o'zini o'zi rivojlantirish nazariyasining asosiy g'oyalari va rossiya ilm-

fanida qabul qilingan yondashuvlarni taqqoslash asosida o'tkazilgan psixologik tadqiqotlar tahlili shuni aniqlash imkonini berdiki, A.Maslou nazariyasidagi «o'zini o'zi faollashtiruvchi shaxs» tushunchasi o'zining asosiy tavsifiga ko'ra, rus psixologiyasidagi «barkamol shaxs» tushunchasiga, shuningdek, ruhan sog'lom inson sinonimiga mos keladi. Ko'p hollarda bu atamalar sinonim sifatida qo'llaniladi. [4]

Mazkur izlanishlar asosida o'zini o'zi rivojlantirishning bir necha universal mezonlarini ajratib ko'rsatish mumkin:

- anglangan o'z-o'zini qabul qilish, hayotni anglaganlik darajasi, hayot qadriyat sifatida, emosional donolik, shaxs munosabatlarini sharhlash, muammo qo'yish va bashorat qilish qobiliyati bilan aniqlanuvchi ijodkorligi (kreativlik);

- shaxsning o'ziga, boshqalarga va faoliyatga refleksiya bilan belgilanuvchi refleksivlik;

- ichki jarayonlarga diqqatni qaratishda, hayotiy tushunchalar qadriyatli mazmunini anglashda va bo'lajak bo'lajak pedagoglarga xos tolerantlikni ifodalovchi o'z-o'zini boshqarish;

- shuningdek, mezonlardan kelib chiqib, o'zini o'zi faollashtiruvchi shaxsning asosiy xususiyatlari.

O'zini o'zi faollashtiruvchi shaxsga quyidagi xususiyatlar xos:

1. Voqelikni to'liq qabul qilish va unga qulay munosabatda bo'lish (hayotdan berkinmaslik, balki uni bilish va qabul qilish).

2. O'zini va boshqalarni qabul qilish («Men o'z ishimni qilaman, sen esa o'z ishingni. Men bu dunyoda sening kutilmalaringga moslashish uchun emasman. Sen ham bu dunyoda mening kutilmalarimga moslashish uchun emassan. Men bu men. Sen bu sen. Men seni qanday bo'lsang, shundayligicha hurmat qilaman va qabul qilaman»).

3. Har qanday ishga kasbiy qiziqish bilan kirishish, masalan, ishga yo'nalganlik.

4. Avtonomlik, ijtimoiy muhitdan mustaqillik, mustaqil fikr yuritish.

5. Boshqa insonlarni tushunishga qobillik, odamlarga e'tibor, xayrixohlik.

6. Yangilikni qabul qilish, yangicha baholash, yangi tajribaga ochiqlik.

7. Maqsad va vositalarni, yomonlik va yaxshilikni farqlash.

8. Xulq-atvorning o'z-o'zidan amalga oshishi va tabiiyligi.

9. Hazil-mutoyiba hissi.

10. O'zini o'zi rivojlantirish, qobiliyatlarini, yashirin imkoniyatlarini namoyon etish, ishda, sevgida, hayotda o'zini o'zi faollashtiruvchi (yoki o'z-o'zini namoyon qiluvchi) ijodkorlik.

11. Yangi muammolarni hal etishga, muammo va qiyinchiliklarni, o'z tajribasini anglashga, o'z imkoniyatlarini to'g'ri tushunishga, kongruentlikni ko'tarishga tayyorlik.

Talabalarda o'zini o'zi rivojlantirish qobiliyatini rivojlantirishning pedagogik omillari tahlilida zamonaviy bo'lajak pedagoglarning o'zini o'zi rivojlantirishiga jiddiy to'siq sifatida xizmat qiluvchi pedagogik to'siqlar ham aniqlandi. O'zini o'zi rivojlantirishning o'ziga xos to'siqlari quyidagilar hisoblanadi:

- motivasion asos, o'z-o'zini rivojlantirish usullari, mexanizmlarining shakllanmaganligi;

- hayotiy maqsadlarni qo'yishdagi qiyinchiliklar, o'zini o'zi shakllantirish bilan shug'ullanishni istamaslik bilan bog'liq o'ziga ishonchsizlik yoki o'ziga ishonchni yuzaga keltiruvchi o'zini o'zi noto'g'ri (noadekvat) baholash va boshqalar.

O'zini o'zi rivojlantirish jarayoni ijtimoiy qabul qilingan me'yorlarda ham ancha samarali kechishi mumkin, agarda shaxs (o'zining turli shakllanish bosqichlarida) ijobiy jihatdan

pedagogik-psixologik qo'llab-quvvatlansa. Ta'lim muassasalarida o'quv-tarbiyaviy faoliyatda o'zini o'zi rivojlantirish maqsadida tashkil etish g'oyasi amalga oshirilsa, bu har bir sub'ektning o'z ustida ishlashi uchun maqbul sharoitlar yaratadi, individual o'zini o'zi anglash va o'z-o'zini rivojlantirishni ta'minlaydi.

Psixologik adabiyotlar ijtimoiy munosabatlarda o'ziga ishonchning ijobiy ta'sirini ko'rsatib, shaxsning jamoaviy ishlarda samarali ishtirok etishini ta'kidlaydi. Shaxs o'ziga ishonch hosil qilganda, u boshqalarga o'z ta'sirini kuchaytirib, ijtimoiy munosabatlarda muvaffaqiyatga erishadi. O'ziga ishonch ijtimoiy guruhlarda rahbarlik qobiliyatini rivojlantirishda muhim omil hisoblanadi.

REFERENCES

1. Конопкин О.А. Психические механизмы регуляции деятельности // М.: Наука, 2014. - 256 с.
2. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность [Текст] // М.: Политиздат, 2003. - 304 с.
3. Aldjanova G., Bekmuratova G. ÓSPIRIMLER XARAKTERINDE TOLERANTLIQTIN ORNI // Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 5. – С. 39-42.
4. Aldjanova G., Yernazarova G. " MEN HÁM MENIN DENEM": DENESINE BOLGAN QATNAS ÓSPIRIMNIN ÓZIN-ÓZI BAHALAW ÁHMIYETLI FAKTOR SIPATINDA // Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 5. – С. 43-46.
5. Aldjanova G., Qosbawlieva Q. SOCIAL-PSYCHOLOGICAL TRAINING AS A WAY TO CHANGE PERSONAL AND BEHAVIORAL FEATURES // Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 4.
6. Aldjanova G., Qosbawlieva Q. SOCIAL-PSYCHOLOGICAL TRAINING AS A WAY TO CHANGE PERSONAL AND BEHAVIORAL FEATURES // Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 4.
7. Aldjanova G. A. TYPES OF LEARNING ACTIVITIES IN THE CREDIT-MODULAR TRAINING SYSTEM // Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 9. – С. 15-21. 1172 ResearchBib IF - 11.01, ISSN: 3030-3753, Volume 2 Issue 5
8. Aljanova G. A. Development of creative thinking in the process of learning in higher school. – 2021. 18. Aljanova G. A. Formation of Young Teacher Professionalism Through Mentoring // European Scholar Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 11. – С. 128-130.
9. Альджанова Г. А. ЭФФЕКТИВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ПСИХОДИАГНОСТИКИ В ПОДГОТОВКЕ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ // Путь науки. – 2017. – №. 4. – С. 66-67.
10. Альджанова Г. ПСИХОЛОГИЯЛЫК МӘДЕНИЯТ КОНЦЕПЦИЯСЫ НЕГИЗЛЕРИ // ВЕСТНИК КАРАКАЛПАКСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ БЕРДАХА. – 2018. – Т. 38. – №. 1. – С. 53-56.
11. Альджанова Г. А. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗНАКОВО-КОНТЕКСТНОЙ ТЕХНОЛОГИИ В ПОДГОТОВКЕ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ В ВЫСШИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2018. – №. 11. – С. 89-92.
12. Альджанова Г. А. МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ В УСЛОВИЯХ ПРОЕКТНО-КОНТЕКСТНОГО ОБУЧЕНИЯ