

“TALABALIK DAVRIDA HAYOTIY MAQSADLARNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI”

Kenjayeva Dilnozaxon Sadirdinovna

Qo‘qon davlat universiteti

Psixologiya kafedrası o‘qituvchisi

Qosimov Humoyunmirzo Miraakbar o‘g‘li

Qo‘qon davlat universiteti 02/24-AP guruh talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqola talabalik davrida hayotiy maqsadlarni rivojlantirish xususiyatini tahlil qiladi. Ta‘lim jarayonida o‘quvchilarning iroda va ma‘naviy sifatlari takomillashib, ularning dunyoqarashi tarkib topadi. Ta‘lim odamning tabiiy qobiliyatlarini uyg‘otish va rivojlantirish uchun muhim shartlardan biridir.

Kalit so‘zlar: talabalik davri, hayotiy maqsad, ong, motivatsiya, shaxs rivoji, o‘z-o‘zini anglash, kognitiv jarayonlar

Kirish:

Zamonaviy psixologiyada shaxsning hayotiy maqsadlarini shakllantirish va rivojlantirish muammosi dolzarb ilmiy masalalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, talabalik davrida bu jarayon yanada faollashadi, chunki ushbu bosqich shaxsning ijtimoiylashuvi, kasbiy yo‘nalishi va o‘zini anglash darajasi bilan bevosita bog‘liqdir. Eksperimental psixologiya tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, maqsadga yo‘naltirilganlik darajasi shaxsning motivatsion, kognitiv va irodaviy xususiyatlariga bog‘liq holda shakllanadi. Mazkur maqolaning maqsadi — talabalik davrida hayotiy maqsadlarni rivojlantirishning psixologik xususiyatlarini ilmiy asosda tahlil qilishdan iborat. Bugungi kunda talabalarning o‘z oldiga aniq maqsad qo‘ya olishi va unga intilishi juda muhim hisoblanadi. Chunki aynan talabalik davri inson hayotidagi eng muhim bosqichlardan biri bo‘lib, bu davrda u o‘z kelajagini belgilaydi. Ko‘pchilik talabalar nimaga erishmoqchi ekanini aniq bilmasligi yoki maqsadlarini to‘g‘ri shakllantira olmasligi sababli turli qiyinchiliklarga duch keladi.

Psixologiya fanida bu jarayon shaxs rivojlanishining muhim qismi sifatida qaraladi. Turli olimlarning fikriga ko‘ra, talabalik davrida motivatsiya, qiziqish va o‘ziga bo‘lgan ishonch darajasi maqsadlarning qanday shakllanishiga bevosita ta‘sir qiladi.

Talabalik davrida inson asta-sekin mustaqil fikrlashni o‘rganadi va o‘z hayotiga nisbatan mas‘uliyatni his qila boshlaydi. Bu davrda o‘zini anglash jarayoni kuchayadi, ya‘ni inson “men kimman?” va “kelajakda kim bo‘laman?” degan savollarga javob izlaydi. Aynan shu bosqichda yoshlar o‘z qiziqishlari, qobiliyatlari va imkoniyatlarini chuqurroq tushunib boradi. Shu sababli hayotiy maqsadlar ham asta-sekin shakllana boshlaydi. Agar bu jarayon to‘g‘ri yo‘naltirilsa, talaba o‘z oldiga aniq va erishish mumkin bo‘lgan maqsadlarni qo‘ya oladi. Hayotiy maqsad — bu insonning kelajakda erishmoqchi bo‘lgan natijalarini oldindan belgilab olishi hisoblanadi. Bu jarayon





bevosita motivatsiya bilan bog'liq. Ichki motivatsiyaga ega bo'lgan talabalar (masalan, bilim olishga qiziqadigan yoki o'zini rivojlantirmoqchi bo'lganlar) odatda aniq va barqaror maqsadlarni qo'yadi. Tashqi motivatsiya (baho, mukofot yoki boshqalarning fikri) esa ko'proq vaqtinchalik ta'sir ko'rsatadi.

Inson ong egasi bo'lganligi tufayli hodisalarning o'zaro sababiyatlari, bog'lanishlarini va bu bog'lanishlarning natijalarini anglay oladi, o'z oldiga muayyan maqsadlar qo'yadi va shu maqsadlarga yarasha ish ko'radi. Yuksak ideal yoki oliy maqsad kishining dunyoqarashidan kelib chiqqandagina barqaror va ideal bo'la oladi. Dunyoqarashning bo'lishi ham shaxsning muhim belgisidir. Dunyoqarash odamning tabiat va ijtimoiy hayot hodisalari haqidagi qarashlari, tasavvurlari va tushunchalari birlashmasidir.

Idiallar (oliy maqsadlar) va dunyoqarashning mavjudligi ham odamning o'z ongiga qo'shiladi. Odam o'z ideallarini anglab, o'z dunyoqarashi va maslaklarini bilib olib, hayotda va jamiyatda tutgan o'rnini aniqlaydi, nimani deb yashayotganligini va ishlayotganligini, o'zini, o'z faoliyatini qay yo'ldan kamolga yetkaza borishi kerakligini, jamiyatda qanday kishi bo'lib yetishuv zarurligini aniqlab oladi.

Umumiy psixologiya nuqtai nazaridan talabalik davri kech o'smirlik va ilk yetuklik bosqichiga to'g'ri keladi. Bu davr quyidagi xususiyatlar bilan ajralib turadi: kognitiv jarayonlarning yuqori darajada rivojlanishi (tafakkur, xotira, diqqat), refleksiya va o'z-o'zini anglashning kuchayishi, mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatining shakllanishi.

Eksperimental tadqiqotlar (masalan, motivatsiya va qaror qabul qilish bo'yicha tajribalar) shuni ko'rsatadiki, talabalarda maqsad qo'yish darajasi ularning ichki motivatsiyasi va o'z-o'zini boshqarish qobiliyatiga bevosita bog'liq. Psixologiyada hayotiy maqsadlar shaxs faoliyatining yo'naltiruvchi komponenti sifatida talqin etiladi. Maqsadlar: faoliyatni boshqaradi, motivatsiyani kuchaytiradi, shaxs rivojlanishini belgilaydi.

Eksperimental psixologiya doirasida olib borilgan tadqiqotlar (masalan, maqsad qo'yish nazariyalari) shuni ko'rsatadiki, aniq va real maqsadlar yuqori samaradorlikka olib keladi. Noaniq yoki haddan tashqari murakkab maqsadlar esa aksincha, motivatsiyaning pasayishiga sabab bo'ladi.

Talabalarda hayotiy maqsadlarning shakllanishi va rivojlanishi quyidagi asosiy psixologik omillar orqali amalga oshadi: Motivatsiya – eksperimental tadqiqotlarga ko'ra, ichki motivatsiya tashqi rag'batdan ko'ra samaraliroq hisoblanadi. Kognitiv jarayonlar – rejalashtirish, tahlil qilish va prognoz qilish qobiliyati maqsadlarni aniq belgilash imkonini beradi. Iroda va o'z-o'zini boshqarish – uzoq muddatli maqsadlarga erishishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Refleksiya – o'z faoliyatini baholash orqali maqsadlarni qayta ko'rib chiqish imkonini beradi. Psixologiya sohasida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki: aniq maqsad qo'ygan talabalar yuqori natijalarga erishadi; o'z-o'zini nazorat qilish darajasi yuqori bo'lgan shaxslarda muvaffaqiyat ehtimoli yuqori; motivatsion treninglar maqsadga yo'naltirilganlikni sezilarli darajada oshiradi. Tajribalarda talabalar ikki guruhga ajratilib, birinchi guruhga aniq maqsadlar qo'yish topshirig'i berilgan. Natijada aynan shu guruh yuqori akademik natijalarni





ko'rsatgan. Talabalarda hayotiy maqsadlarni rivojlantirish uchun: aniq va o'lchab bo'ladigan maqsadlar qo'yish; vaqtni rejalashtirish ko'nikmalarini rivojlantirish; o'z-o'zini nazorat qilishni kuchaytirish; psixologik trening va motivatsion mashg'ulotlardan foydalanish muhim hisoblanadi.

Xulosa va takliflar: Yuqoridagi fikrlarni umumlashtirib aytganda, talabalik davri inson hayotida eng muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Aynan shu davrda inson o'z oldiga maqsad qo'yishni o'rganadi va kelajakdagi hayot yo'lini belgilab oladi. Kuzatishlardan ko'rinadiki, talabalarda hayotiy maqsadlarning shakllanishi ularning ichki motivatsiyasi, o'ziga bo'lgan ishonchi va atrof-muhit ta'siriga bog'liq bo'ladi. Masalan, ba'zi talabalar aniq maqsad bilan harakat qilsa, boshqalarda bu hali to'liq shakllanmagan bo'ladi. Psixolog olimlar fikriga qaraganda ham, aynan shu davrda insonning fikrlashi, o'zini anglash darajasi va qaror qabul qilish qobiliyati kuchayadi. Shu sababli, bu davrda to'g'ri yo'naltirilgan talaba kelajakda o'z o'rnini topa oladi. Shuningdek, shuni ham aytish mumkinki, hayotiy maqsadlar birdaniga paydo bo'lib qolmaydi, balki asta-sekin shakllanadi. Bunda insonning o'z ustida ishlashi, qiziqishlari va uni qo'llab-quvvatlaydigan muhit muhim rol o'ynaydi. Talabalarga maqsad qo'yishni o'rgatish uchun dars jarayonida ko'proq amaliy mashg'ulotlar o'tkazish kerak. Oliy ta'lim muassasalarida psixologik treninglar va motivatsion uchrashuvlarni ko'paytirish foydali bo'ladi. Har bir talabaga individual yondashish, uning qiziqishi va qobiliyatini hisobga olish muhim. Talabalarga vaqtni to'g'ri taqsimlash va o'z ustida ishlash ko'nikmalarini o'rgatish zarur. Yana shuni aytish mumkinki, agar talaba o'z oldiga aniq maqsad qo'ya olsa va unga erishish uchun harakat qilsa, u albatta yaxshi natijalarga erishadi.

“Talabaning kelajagi uning bugungi maqsadlarida yashirin — maqsad aniq bo'lsa, yo'l ham topiladi.”

Foydalanilgan adabiyotlar

1. P.I. Ivanov, M.E. Zufarova – umumiy psixologiya. Toshkent, 2008
2. Pavlov I.P. Oliy nerv faoliyati haqida ta'limot. – Moskva, 1951.
3. F.I. Xaydarov, N.I. Xalilova. Umumiy psixologiya. Toshkent-2010.
4. Eksperimental psixologiya asoslari. – Toshkent: Universitet, 2017.
5. Z. U. Eshonkulova (2025) Талфбфлфрнинг таълим фаолиятидаги академик прокрастинация: хусусиятлар, сабаблари ва олдини олиш стратегиялари
6. Usmonovna E. Z. Social-psychological Features OF Adaptation OF Students with Disabilities in Higher Educational Institutions // Galaxy International Interdisciplinary Research Journal. – T. 11. – №. 12. – C. 1618-1620.
7. Usmonovna, Eshonkulova Zohida. "Social-psychological Features OF Adaptation OF Students with Disabilities in Higher Educational Institutions." Galaxy International Interdisciplinary Research Journal 11.12: 1618-1620.
8. Usmonovna, E. Z. Social-psychological Features OF Adaptation OF Students with Disabilities in Higher Educational Institutions. Galaxy International Interdisciplinary Research Journal, 11(12), 1618-1620.

