Talabalik davrida hayotiy maqsadlarni rivojlantirishning psixologik xususiyatlari

Kenjayeva Dilnozaxon Sadirdinovna
Qo’qon davlat universiteti psixologiya kafedrasi o’qituvchi stajyor
Qosimov Humoyunmirzo
Qo’qon davlat universiteti Psixologiy yo’nalishi 01/24 guruh talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada talabalik davrida shaxsning hayotiy maqsadlarini shakllantirish va rivojlantirishning psixologik mexanizmlari, yosh davrining o'ziga xos xususiyatlari ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. Shuningdek, talabalarda kasbiy o'zini o'zi belgilash, motivatsion Sfera va maqsad qo'yish jarayoniga ta'sir etuvchi ichki va tashqi psixologik omillar yoritib berilgan. Tadqiqot natijalari asosida talabalarning hayotiy strategiyalarini optimallashtirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: talabalik davri, hayotiy maqsadlar, psixologik xususiyatlar, motivatsiya, kasbiy o'zini o'zi belgilash, shaxsiy rivojlanish, refleksiya.

O'zbekistonda ta'lim tizimini tubdan takomillashtirish, raqobatbardosh kadrlar tayyorlash va yoshlarning intellektual salohiyatini ro'yobga chiqarish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biridir. Talabalik davri inson ontogenezida 17-18 yoshdan 22-25 yoshgacha bo'lgan davrni qamrab olib, yuqori ijtimoiy faollik, dunyoqarashning kengayishi va mustaqil hayotiy yo'lni tanlash bilan tavsiflanadi. Talabalar kasbiy yo‘nalishni tanlashda o‘zlarining qiziqishlari va moyilliklariga asoslanadilar. Bu yoshda shaxsiy qiziqishlar ko‘pincha mustahkamlanib boradi va kelajakda tanlanadigan kasb haqida dastlabki tasavvurlarni shakllantiradi. Psixologlar bu qiziqishlarni aniqlashda turli metodikalar, shu jumladan testlar va suhbatlar yordamida o‘spirinlarga yordam beradi.Bu davrda qo'yilgan hayotiy maqsadlar kelgusidagi muvaffaqiyatning poydevori hisoblanadi.Talabalik davrida hayotiy maqsadlarning shakllanishi. Talabalik davrida hayotiy maqsadlarning shakllanishi bir necha psixologik jarayonlar bilan bog‘liq. Birinchidan, talaba o‘zining qiziqishlari, qobiliyatlari va imkoniyatlarini yaxshiroq anglay boshlaydi. Ikkinchidan, u jamiyatdagi mavjud kasblar, ijtimoiy rollar va hayotiy imkoniyatlar haqida tasavvurini kengaytiradi. Uchinchidan, mustaqil hayotga tayyorgarlik maqsadlarni aniqroq belgilashga undaydi.Bu jarayonda o‘zini anglash muhim ahamiyatga ega. Inson o‘zining kuchli va zaif tomonlarini, qiziqishlarini, qadriyatlarini va ehtiyojlarini anglagan sari o‘ziga mos maqsadlarni belgilash imkoniyati ortadi. Masalan, o‘zining kommunikativ qobiliyatlarini yaxshi bilgan talaba odamlar bilan ishlashga yo‘naltirilgan kasbiy maqsadlarni tanlashi mumkin.Talabalik davrining psixologik portreti va yosh davri xususiyatlari. Yosh davri chegaralari: Yoshlik davri (yuqori talabalik yoshi) shaxsning psixologik

yetuklik sari qo'ygan ilk jiddiy qadami bo'lib, emotsional barqarorlik va kognitiv funksiyalarning yuqori cho'qqisiga chiqishi bilan ajralib turadi.Ijtimoiy rolning o'zgarishi: Maktab o'quvchisidan talabalikka o'tish jarayoni shaxsiy mas'uliyatning keskin oshishiga va yangi ijtimoiy rollarni o'zlashtirishga olib keladi.O'z-o'zini anglash: "Men kimsan?" degan savolga javob izlash, shaxsiy qadriyatlar tizimini qayta baholash va kelajakni rejalashtirish ehtiyoji kuchayadi. Hayotiy maqsadlar – shaxsning kelajakka qaratilgan ongli intilishlari bo'lib, uning hayotiy faoliyatiga yo'nalish beradi diqqat va energiyasini safarbar etadi.Motivatsion asoslar: Maqsadlar ichki (o'z-o'zini namoyon qilish, bilim olish) va tashqi (moddiy manfaat, ijtimoiy maqom) motivlarga bo'linadi.Talabalarda yaqin vaqtdagi maqsadlar (imtihonlarni topshirish) asta-sekin uzoq muddatli strategik maqsadlarga (mutaxassis bo'lish, oila qurish) transformatsiya qilinadi.Maqsad qo'yish jarayoniga ta'sir etuvchi psixologik omillar. Refleksiya, muhit, ichki anglanganlik va o’z-o'zini baholash: Shaxsning o'z imkoniyatlarini real baholay olishi maqsadlarning adekvatligini ta'minlaydi.Irodaviy zo'riqish va qat'iyat: Qiyinchiliklarni yengishda o’ziga bo’lgan ishonch va iroda sifatlarining namoyon bo'lishi maqsadga erishishning kafolatidir.Ijtimoiy muhit va oila ta'siri: Ota-onalar, tengdoshlar va professor-o'qituvchilarning qo'llab-quvvatlashi talabaning hayotiy orientatsiyalarini mustahkamlaydi. Tashqi muhit talaba o‘zini qanday ko‘rishi, kimligini anglashida, tan olinishida katta rol o‘ynaydi. Masalan, oilaning qadriyatlari, atrofdagi odamlarning kutishlari, jamiyatdagi normativlar va qadriyatlar yoshlarga o‘zining rolini aniqlashda va anglashda yordam beradi. Ichki omillar: Talabaning ichki fikrlash tizimi, o‘ziga bo‘lgan munosabati, o‘zini qadrlash darajasi va o‘zini anglash jarayoni ichki omillarga kiradi. Bu omillar, shuningdek, talabaning o‘z imkoniyatlarini va salohiyatini qanday tushunishi, qiyinchiliklarga qarshi qanday kurashishi bilan bog‘liq. Talabaning o‘z-o‘zini baholashi uning qanday maqsadlar qo‘yishiga ta’sir qiladi. O‘z imkoniyatlarini real baholaydigan talaba erishish mumkin bo‘lgan, aniq va bosqichma-bosqich maqsadlarni belgilaydi.Juda past o‘z-o‘zini baholash talabaning o‘z imkoniyatlariga shubha qilishiga va murakkab maqsadlardan voz kechishiga sabab bo‘lishi mumkin. Haddan tashqari yuqori, lekin real imkoniyatlarga mos kelmaydigan o‘z-o‘zini baholash esa bajarilishi qiyin bo‘lgan maqsadlarning qo‘yilishiga olib kelishi mumkin.Shuning uchun hayotiy maqsadlarni shakllantirishda o‘z imkoniyatlari va mavjud sharoitlarni real baholash muhim hisoblanadi.Talabalik davrida hayotiy maqsadlarning eng muhim yo‘nalishlaridan biri kasbiy maqsadlardir. Talaba tanlagan mutaxassisligi bo‘yicha qanday bilim va ko‘nikmalarga ega bo‘lishi, qayerda ishlashi va kelajakda qanday mutaxassis bo‘lishini tasavvur qiladi.Kasbiy maqsadlarning aniq shakllanishi ta’lim jarayonidagi faollikni oshiradi. Talaba o‘zining kelajakdagi kasbiy faoliyatini aniq tasavvur qilsa, o‘qitilayotgan fanlarning amaliy ahamiyatini yaxshiroq anglaydi.Zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, talabalarning aksariyati hayotiy maqsadlarini aniq belgilashda ma'lum qiyinchiliklarga duch kelishadi. Bunga quyidagilar sabab bo'ladi:Kasbiy yo'nalishning to'liq shakllanmaganligi;Axborot oqimining ko'pligi natijasida yuzaga keladigan tarqoqlik;Ichki motivatsiyaning pastligi va tashqi ta'sirlarga beriluvchanlik.Buning

oldini olish uchun oila muhitini o’rganish, oliy ta'lim muassasalarida maxsus psixologik treninglar va kasbiy konsalting markazlari faoliyatini kuchaytirish muhim ahamiyat kasb etadi.Hayotiy maqsadlar va shaxs rivojlanishi masalasi ko‘plab psixologlar tomonidan o‘rganilgan.**Abraham Maslow** inson ehtiyojlarini bosqichma-bosqich rivojlanadigan tizim sifatida ko‘rib, o‘zini ro‘yobga chiqarish ehtiyojini shaxs rivojlanishining yuqori darajalaridan biri sifatida izohlagan. Uning qarashlariga ko‘ra, inson o‘z imkoniyatlarini amalga oshirishga intiladi.**Erik Erikson** yoshlarning rivojlanish jarayonini shaxsiy identiklikning shakllanishi bilan bog‘lagan. Talabalik davrida inson “Men kimman?” va “Kelajakda kim bo‘laman?” kabi savollarga javob izlaydi. Shu sababli kasbiy tanlov va kelajak rejalarini belgilash shaxsiy identiklikning rivojlanishi bilan bog‘liq.**Albert Bandura** inson xulq-atvorida o‘z imkoniyatlariga bo‘lgan ishonch, ya’ni self-efficacy muhimligini ko‘rsatgan. O‘z kuchiga ishongan inson murakkab vazifalarni bajarishga ko‘proq intilishi va qiyinchiliklarga duch kelganda faoliyatini davom ettirishi mumkin.**D. A. Leontyev** shaxs hayotining mazmuni, qadriyatlar va hayotiy maqsadlar o‘rtasidagi bog‘liqlikni o‘rgangan. Uning yondashuvida hayot mazmuni inson faoliyatiga yo‘nalish beruvchi muhim psixologik omillardan biri sifatida qaraladi.Talabalik davrida hayotiy maqsadlarning rivojlanishi shaxsning o‘zini anglashi, motivatsiyasi, qadriyatlari, o‘z-o‘zini baholashi, irodasi va kasbiy yo‘nalishi bilan bevosita bog‘liq. Bu davrda talaba kelajakdagi kasbiy va shaxsiy hayotiga oid muhim qarorlarni qabul qiladi.Xulosa qilib aytganda, talabalik davrida hayotiy maqsadlarni rivojlantirish shaxsning kamol topishida hal qiluvchi omil hisoblanadi.Hayotiy maqsadlarning aniq shakllanishi talabaning ta’lim jarayonidagi faolligini oshiradi, vaqtni rejalashtirishga yordam beradi va kasbiy rivojlanish uchun yo‘nalish yaratadi. Maqsadlarning shakllanishida shaxsning ichki motivatsiyasi bilan bir qatorda oila, ta’lim muhiti va ijtimoiy munosabatlar ham muhim rol o‘ynaydi.Shunday qilib, talabalik davrida hayotiy maqsadlarni rivojlantirishning asosiy psixologik xususiyati shundaki, bu jarayon shaxsning o‘z imkoniyatlarini anglashidan boshlanib, qadriyatlarni aniqlash, kasbiy yo‘nalishni belgilash, aniq maqsad qo‘yish va ushbu maqsadlarni amalga oshirish uchun o‘z faoliyatini boshqarish bilan davom etadi.Talabalarda maqsad qo'yish ko'nikmalarini (SMART tamoyillari asosida) rivojlantirishga qaratilgan maxsus psixologik treninglarni o'quv jarayoniga joriy etish.Oliy ta'lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini kengaytirib, talabalarning shaxsiy va kasbiy o'sish trayektoriyasini kuzatib borish.Yoshlarda tanqidiy fikrlash va shaxsiy refleksiyani shakllantirish orqali ularning mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini oshirish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1- G‘oziyev E.G‘. Oliy maktab psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2019.

2- To‘laganova G.Z. Talabalarda kasbiy motivatsiyani shakllantirishning psixologik xususiyatlari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2021.

3- Oqilova Ziyodaxon- TALABALIK DAVRIDA SHAXSIY IDENTLIKNI RIVOJLANISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI 2025-yil

4- Abdulmadjidova M.D. Rivojlanish psixologiyasi va differensial psixologiya. [darslik] – “Omadbek print number one” MCHJ. Andijon: 2024. -255 b.