



## DA'VOGARLIK DARAJASINI SPORT FAOLIYATIDA TADQIQ ETILGANLIK HOLATI

**Jurayev Vohidjon  
Muhammedovich**

**Qo'qon DPI Psixologiya kafedrası  
dotsenti Psi,f,f,d. (PhD).  
vohidmuxammedovich31@gmail.com**

**Annotatsiya:** Maqolada da'vogarlik psixologik fenomenining psixologiyada tadqiq etilganlik holati, da'vogarlik darajasini shaxs xususiyati nuqtai nazaridan tafovutlanishi va ushbu fenomen sportda muvoffaqiyatga erishishda asosiy omil ekanligi to'g'risida so'z yuritiladi.

**Kalit so'zlar:** Da'vogarlik darajasi, K.Levin, adekvat, noadekvat, muvoffaqiyatga erishish, muvoffaqiyatsizlikdan qochish.

Jahonda yil sayin sport oddiy jismoniy musobaqadan jiddiy, keng ko'lamli sanoatga aylanib, nafaqat raqib bilan kurash, balki qiyinchiliklar va to'siqlarga qarshi kurashda o'z kuchi va irodasini sinovdan o'tkazishni taqozo etmoqda. Sportning istalgan sohasida har doim ham natijalar mag'lubiyatsiz bo'lavermaydi, lekin ba'zi sohalarda «..ayollar o'rtasidagi 100 metrda yugurishda Florens Griffin-Djoyner 10,49 soniyadagi, Yarmila Kratoxviliva 800 metrni 1,53 daqiqada bosib o'tish, balandlikka sakrashdagi Kostadinova Stefkaning 2,09 metr natijasi..» kabi rekordlar sportda faoliyat samaradorligini ta'minlashning psixologik omili muhim ekanligini yanada dolzarblashtiradi.

“Da'vogarlik darajasi” tushunchasi ilk bor XX asrning 1930-yillarida K.Levin tomonidan fanga kiritilgan. Mazkur tushunchani o'rganishga turtki bo'lgan holat, yangi hatti-harakatlarga o'tish determinantlarini aniqlashga urinish edi. K.Levin mazkur masalada o'z nazariyasini ishlab chiqadi. Mazkur nazariya quyidagi ikki qarashdan iborat:

1. Maqsadga mos keladigan harakat mazkur maqsadni amalga oshiradigan maxsus bosim holati bilan belgilanadi.
2. Agar maqsadga erishilsa, “ichki zo'riqish” nolga teng bo'ladi.

K.Levinning nazariyasiga ko'ra insonning harakatga undash uchun maxsus bosimli vaziyat hosil bo'lishi kerak. Bunda bosim ham tashqi(tashqi ijtimoiy ta'sirlar, ijtimoiy ehtiyojlar, ijtimoiy bosim, tashqi motivatsiya) va ichki bosim(psixoemotsional zo'riqishlar, shaxsiy ehtiyojlar, ichki motivatsiya, da'vogarlik darajasi, psixologik resurslar). Agar inson umumiy maqsadga erishgandan so'ng insondagi harakatga intilish o'z-o'zidan eng quyi darajaga tushadi. Shundan so'ng insonda yangi ehtiyojlar shakllanadi va yuqoridagi holat tizimli shaklda davom etadi. K.Levin tomonidan taklif qilingan nazariya insondagi shaxslararo munosabatlarga kirishishda, o'z mehnat faoliyatini olib borishda va insonning hatti-harakatlarini

asoslashda muhim nazariyalardan biri hisoblanadi. Yuqoridagilardan tashqari K.Levin da'vogarlik darajasi tushunchasining hatti-harakatlarda ifodalanishini quyidagicha izohlagan:

- joriy muvaffaqiyat avvalgi hatti-harakatning tajriba natijasidir;
- maqsadni aniqlashtirish yoki da'vogarlik darajasini belgilab olish - bu ehtiyojlarni saralashga yordam beradi;
- natija - amalga oshirilgan hatti-harakatning belgilab olish jarayoni. Mazkur bosqichda kutilgan natija hamda amaldagi natijaning o'zaro mos kelishi belgilanadi;
- natijadan keyingi reaksiya - muvaffaqiyatdan so'ng insonda da'vogarlik oshishi yoki muvaffaqiyatsizlikdan keyin tushish ehtimoli mavjud.

Da'vogarlik darajasini ko'plab psixologlar tomonidan ikki xil shakli ko'rsatib o'tiladi:

1. Adekvat
2. Noadekvat

Adekvat da'vogarlik darajasi shaxsning o'z imkoniyatlarini to'g'ri baholagan holda ma'lum bir ehtiyoj va maqsadlarni belgilangan holda hatti-harakatlarini yo'naltira olish imkoniyati bilan belgilanadi. Noadekvat da'vogarlik darajasi esa o'z imkoniyatlarini to'g'ri baholay olmasligi va "Men"ning yaxshi shakllanmaganidan kelib chiqadi. Shu o'rinda noadekvat da'vogarlik darajasining o'zini ham ikkiga ajratgan holda tahlil qilish mumkin:

1. Yuqori.
2. Past.

Yuqori da'vogarlik darajasi o'ta yuqori o'zi-o'ziga baho berish bilan va noto'liq "Men"-konsepsiya bilan tavsiflanadi. Past da'vogarlik darajasi noto'liqlik kompleksi, qo'rquv va jarohatlar tufayli shakllanadi.

Yuqori yoki past da'vogarlik darajasiga ega shaxslarda quyidagicha shaxs sifatleri namoyon bo'lishi mumkin:

1. Juda qiyin yoki juda oson maqsadlarni tanlaydi.
2. Raqobat, bahslardan o'zini olib qochadi.
3. Juda ko'p tashvishli holatda bo'ladi.
4. O'z hatti-harakatlarining natijasini baholashda ko'p adashadi.
5. O'z hatti-harakatlarini va uning natijasini baholashdan qochadi.

Da'vogarlik darajasi tushunchasining psixologiyada tavsifini belgilashda va masalani tahlil qilishda ko'plab tadqiqotchilar turlicha yondashuvlar asosida talqin qilishga harakat qilishgan. Quyida da'vogarlik darajasining psixologiyada turli jihatdan ilmiy jihati ko'rib o'tilgan.

Yuqorida ta'kidlanganidek XX asr boshlaridan boshlab da'vogarlik darajasini aniqlash bo'yicha tadqiqot shakllari, turli metodik usullar ishlab chiqilgan, tushunchani kengroq o'rganishga harakat qilingan. Mazkur tushunchani ilk o'rganish davridayoq shaxs tuzilmasi sifatida tavsiflangan va mazkur tavsif hozirgi kunda ham o'z ahamiyatini yo'qotmagani e'tiborga molikdir.

Da'vogarlik darajasining mazmunini o'rganishda olimlar o'z izlanishlarini olib borishgan. Da'vogarlik darajasi motivatsiyani o'rganish tadqiqotlar doirasida muhim o'rganiluvchi shkala sifatida qayd etiladi. Ushbu tushunchaning motivatsion sohaga bog'liq holda o'rganilishiga da'vogarlik darajasi shaxsning motivatsion sohasi

tarkibidagi sifat sifatidagi fikrlar mavjudligidadir. Turli vaziyatdarda muvaffaqiyatga erishishdagi xulq-atvorning individual tafovutlarni tushuntiradigan tushuncha sifatida xizmat qilishi mumkin. Motivatsiyani o‘rganish bo‘yicha o‘z izlanishlarini olib borgan X.Xekxaufen da‘vogarlik darajasini muvaffaqiyatga erishishda muhim o‘rin tutuvchi o‘zi-o‘ziga baholashini belgilab beruvchi insondagi muhim sifat ekanligini ta’kidlaydi

X.Xekxaufen da‘vogarlik darajasini yaqqol qiymat emas, balki muvaffaqiyatga erishilganlik darajasi bilan o‘zgarib turuvchi aniq maqsad sifatida ko‘radi. Har bir individning insonlararo motivatsion tafovutlarini belgilovchi doimiy qiymat mavjud.

Da‘vogarlik darajasi mutlaq qiymatni, shuningdek faoliyat natijaviylik darajasini o‘zida namoyon qiladigan mezondir. Bundan tashqari yuqorida keltirib o‘tilgan mezonlar bir vaqtning o‘zida muvaffaqiyatga erishish yoki muvaffaqiyatsizlikni kamaytirish maqsadida faoliyatni yo‘naltirib turishda ham vosita hisoblanadi. Da‘vogarlik darajasi inson uchun majburiy “da‘vogarlik” sifatida namoyon bo‘ladi hamda o‘z-o‘zini faollashtirishda ehtiyoj yoki yuklatilgan vazifa oldidagi maqsad sifatida yoki ijtimoiy normalar bo‘lib xizmat qiladi. Aynan muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik o‘ziga baholashga bevosita ta’sir qiladi. X.Xekxaufen ta’kidlashicha da‘vogarlik darajasi etika, iqtisodiyot, ijtimoiy masalalar va sotsial mavqe masalalaridagi shaxsning o‘zaro munosabatlarga kirishganida namoyon bo‘ladi

Da‘vogarlik darajasidan psixologik jarayonlarda qaror chiqarishda keng qo‘llanilishi XX asrning o‘rtalaridan boshlandi. Shu davrda o‘z ilmiy izlanishlarini olib borgan Yu.Kozeleskiy “Da‘vogarlik darajasi”ni ma’lum maqsadni amalga oshirishda zarur bo‘luvchi, insonga qaror qabul qilishda va muvaffaqiyatga erishishda faoliyatni amalga oshira olish darajasidir, deb ta’rif beradi. Yu.Kozeleskiyning ta’rifidan kelib chiqib da‘vogarlik darajasining foydalilik darajasini oshirish maqsadida obyektiv muvaffaqiyatlar shkalasi (masalan, akademik salohiyat va hokozolar) bilan tenglashishi mumkin. Muallifning da‘vogarlik darajasi psixologiyada asosan bir o‘lchovli, kundalik faoliyatda va boshqa institutsional tizimlarda esa ko‘p o‘lchovli bo‘lishini ta’kidlaydi. Da‘vogarlik darajasi iqtisodiyotda yuqorida keltirilganidek ko‘pyoqlamali shaklda qabul qilinadi. Ko‘p o‘lchovli shaklda bo‘lsa bu ko‘rsatkichlar turli qiymatlar shkalasida aniqlanadi.

Psixologiyada da‘vogarlik darajasini o‘rganishda o‘z izlanishlarini olib borgan V.N.Myasishev da‘vogarlik darajasini tadqiq qilinayotgan insonning mahsuldorligi nuqtai nazaridan sifat-miqdoriy ko‘rsatkichi deb ta’kidlaydi. V.Myasishev inson oldiga qo‘yilgan maqsadni intilishidagi motivatsion-irodaviy sohasi va uning o‘z maqsadini amalga oshirishda salohiyatini aniqlashda da‘vogarlik darajasi eng muhim baholash mezoni ekanligini ta’kidlaydi. Shuningdek insonning faoliyat mahsuldorligini prognozlash, yakuniy baholashda ham da‘vogarlik darajasi muhim o‘rin tutadi. Shu sababli ham da‘vogarlik darajasi insonning barcha faoliyat sohalarida muhim o‘rin tutadi.

Yana bir rossiyalik olim B.G.Ananev fikriga ko‘ra da‘vogarlik darajasi ehtiyojlar darajasini baholash bilan bog‘liq. Insonning ehtiyojlari uning faoliyatga undovchi kuchlardan biri sanaladi.

Da‘vogarlik darajasining mazmunini yanada chuqurroq anglashda ushbu tushunchaning determinantlarini o‘rganish talab qilinadi. Da‘vogarlik darajasining

determinantlari sifatida o'zini baholash va guruhiy standartlar(guruhiy ijro) kabi ikki omil ko'riladi. Yuqoridagi omillarga ko'ra shunday xulosaga kelish mumkin: agar subyekt qobiliyatlari va imkoniyatlari guruh darajasida bo'lmasa uning da'vogarligi guruh normalariga nisbatan past bo'ladi. Agar subyekt o'z qobiliyatlarini guruh normalaridan yuqori ekanligini his qilsa, uning da'vogarlik darajasi oshib boradi. Harakatlar miqdorining yuqori va pastga o'zgarib turishi individ qobiliyatlari va boshqalar qobiliyatlari o'rtasidagi farqlar bilan o'zgarib turadi. Sub'ektning qobiliyatlari guruh natijalardan qanchalik katta farq qilsa, uning da'vogarlik darajasi bilan guruhiy ijro o'rtasidagi farq ham shuncha katta bo'ladi [96]. Shunga yaqin ma'lumotlar Yu.Kozelenskiy tomonidan taqdim qilingan. Olimning qayd etishicha da'vogarlik darajasiga ta'sir qiluvchi omil sifatida insonlarning qo'zg'alishini ko'rish mumkin. Inson boshqalarning muvaffiqiyatini kuzatgan holda o'zining hayotiy da'volarini aniqlashtirib oladi. Da'vogarlik darajasi ma'lum guruh a'zolari uchun ahamiyatga ega shaxslarning ehtiyojlari, da'volari va muvaffaqiyatlarining transformatsiyasi natijasida vujudga keladi. Hozirda AQSHda maqsadli xulq-atvorning determinanti bo'lib xizmat qiluvchi o'z-o'zini idrok qilishning ikki asosiy ko'rsatgichi: shaxsning ishonchsizlik darajasi va pessimizmni o'lchash bo'yicha metodlarni ishlab chiqish ishlari amalga oshirilmoqda. O'tkazilgan tadqiqotlar o'ziga ishonchi past bo'lgan insonlar o'z oldilariga katta maqsadlar qo'yishadi va o'z imkoniyatlariga ortiqcha baho berishini ko'rsatishadi. Pessimistlar o'z hatti-harakatlariga past baho berishadi va o'zlarini ayblashga moyil bo'lishadi. Ma'lumki o'zini to'g'ri baholay oladigan odamlar o'zlarini ayblashga moyil bo'lishmaydi.

Da'vogarlik psixologiya sohasidagi ishlarni tahlil qilgan yana bir olim G.Ollport diqqatini da'vogarlik darajasi dinamikasini hosil qiluvchi sababga bog'laydi. Mazkur holatga asosiy sabab sifatida Ego talabini alohida subyekt keltirib o'tadi. Ushbu masalani o'rganish yuzasidan amalga oshiriladigan tadqiqotlar tahlili jarayonida G.Ollport ba'zi sinaluvchilarni avantyurist, boshqalarining esa ehtiyotkorligini ta'kidlaydi. Ularning Egosi bir-biridan farq qiluvchi turli ehtiyojlarni talab qiladi. Ollport majoziy ma'noda da'vogarlik darajasi Egoni psixologiyada kirishni ta'minlovchi eshik sifatida ta'kidlaydi. Amerika psixologiyasida ko'rib chiqilayotgan joriy masalaning shaxslilik determinantlarini ham o'rganish o'ziga xos o'ringa ega ekanligini ta'kidlaydi. Da'vogarlik darajasining determinantlari qatorida refleksiya ham keltirib o'tiladi. Refleksiya darajasining konstruktiv rivojlanishi da'vogarlik darajasining adekvatligini ta'minlaydi. Yuqoridagilarni inobatga olgan holda B.S.Bratus shaxs da'vogarligining ichki mexanizmlarini tahlil qiladi. K.Levin maktabi o'tkazgan tadqiqotlarni o'rgangan holda B.Bratus da'vogarlik masalasidagi tendensiyalar orasidagi qarama-qarshilikda da'vogarlik darajasining hosil bo'lishini ta'minlaydi, lekin bu da'vogarlikning aniq kompozitsiyasini ko'rsatib beradi, degan xulosaga keladi. Olim ushbu kompozitsiyani inson shaxsining murakkab tuzilishi, motivlar va maqsadlar ierarxiyasiga bog'liqligini ta'kidlaydi. Laboratoriya eksperimentlari orqali da'vogarlik darajasini aniqlashga yo'naltirilgan tadqiqotlar inson hayoti davomida amalga oshiruvchi maqsadli hatti-harakatlarni namoyon qiladi. Olim F.Xoppening fikrlariga qo'shilgan holda olim da'vogarlik darajasini katta shaxsiy maqsadlarni amalga oshirish davomida aniq tushunish mumkin, degan xulosaga keladi. B.S.Bratus shaxs to'liq rivojlanishining mavjud mezonini – ajratish,



boshqacha qilib aytganda “qila olaman” va “qilishni xohlayman”, ideal va real maqsadlarni ajratish mezonini kiritadi. Muallifning da’vogarlik darajasi va maqsadi aniq faoliyat kabi subyektning real hamda ideal maqsadlar o’rtasidagi nizolar hosil bo’lish jarayoni davomida o’z yechimini topadi. Real va ideal maqsadlarni o’z vaqtida ajrata olish yetuklik, shaxs barqarorligi, o’z-o’zini baholashning ishonchliligi, o’z oldiga maqsad qo’yishning ratsional taktika va strategiyasi asosida amalga oshira olishi bilan belgilanadi. Yuqorida keltirilganlarga qarama-qarshi o’laroq real va ideal maqsadlarning differensiallashmagani, birlashib ketishi shaxs shakllanishini to’suvchi psixologik va hayotiy asoratlarga olib keladi.

Da’vogarlik dinamiklik masalasi ham da’vogarlik darajasini belgilashda muhim ahamiyatga ega jihat hisoblanadi. Ko’p holatlarda muvaffaqiyatlar da’vogarlik darajasini oshiradi, muvaffaqiyatsizlikdan so’ng esa pasayadi. Mazkur holat Serebryakova, Neymark, Bejanishvili kabi mutaxassislar izlanishlarida uchraydi. Tadqiqotlarda bajarilgan birinchi vazifaning sifati ikkinchi vazifa tanloviga ta’sir qiladi. Da’vogarlik darajasining barqarorligi va yuqoriligi ma’lum darajada muvaffaqiyatga bog’liq, pasayishi esa o’zini qaror toptirishning pasligini ko’rsatadi. Shunga o’xshash fikrlar boshqa olimlarda ham kuzatiladi. Ular ham muvaffaqiyat yoki omadsizlik(oldingi natijalar) da’vogarlikning yuqoriligi yoki pastligiga ta’sir qilishini ta’kidlashadi. O.G.Melnichenko tadqiqot natijalariga ko’ra da’vogarlik darajasining variativ o’zgarishi faqat da’vogarlik darajasining dinamik xarakteristikasiga bog’liq va umumiy da’vogarlik darajasiga ta’sir qilmaydi deb hisoblaydi. Shuningdek tadqiqotlarda da’vogarlik darajasi qancha yuqori bo’lsa muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlikka shuncha kam bog’liqlikning namoyon qilinganligi ham kuzatilgan. Da’vogarlik darajasi tezligining yuqori darajada namoyon bo’lishi uning past darajasini belgilashi mumkin. Muvaffaqiyatsizlikka uchralgan vaziyatlarda inson xulq-atvori individual xarakter kasb etadi va shaxs emotsional-irodaviy jihatdan tavsiflanadi.

Muvaffaqiyatsizlikni qabul qilish bo’yicha variantlar turli xildir. Emotsional-irodaviy sohasi mustahkam bo’lmagan insonlar muvaffaqiyatsizlikni yuqori emotsional qo’zg’alish bilan qabul qilishadi. Yuqoridagidan tashqari yana boshqacharoq holat ham kuzatilishi mumkin: inson qayta muvaffaqiyatsizlikka uchrashdan qo’rqib qiyin vazifalarni olishga ikkilanadi va o’ziga nisbatan ishonchsizlikni namoyon qiladi. Muvaffaqiyatsizlikka nisbatan barqarorlik o’z imkoniyatlari bilan avvalgi olingan tajribalar asosida berilgan vazifani bajarishga urinish bilan namoyon bo’ladi. Bunday vaziyatlarda muvaffaqiyatsizlik faoliyat tizimini to’xtatadigan omil bo’lmaydi[7].

Eksperimental psixologiyada maqsadni aniqlash hamda vazifalarni tanlashdagi xulq-atvorning turli shakllarini ajratib olish bo’yicha ko’plab tadqiqotlar olib borilgan. V.K.Gerbachevskiy yuqorida keltirilgan tadqiqotlarning umumiy tahlilini amalga oshirgan. Maqsad aniqlash va vazifalarni belgilab olishda xulq-atvorning shakllarini aniqlash uchun ikkita mezondan foydalaniladi: umumiy farqlar kattaligi(avvalgi ijro va da’vogarlik darajasining keyingi ijro bilan farqi) va tafovutlarning umumiy dinamikasi.

Birinchi mezonda xulq-atvorning uch tipi ajratib ko’rsatiladi: umumiy tafovutning past ijobiy kattaligi; umumiy tafovutning past salbiy kattaligi; umumiy tafovutning yuqori ijobiyliigi. Ikkinchi mezon bo’yicha xulq-atvorning 4 ta turi ajratib

ko'rsatiladi: "bosqichma-bosqich tip" - da'vogarlik darajasi faqat yuqoriga ko'tariluvchi tip, "rigid tip" – ijroning qanday bo'lishidan qat'iy nazar da'vogarlik darajasining o'zgarishi kuzatilmaydi, "muvaffaqiyatga intiluvchi tip" – avvalgi vazifa ijrosiga nisbatan da'vogarlik darajasi doimiy o'zgarib turadi.

Intellektning tavsifi da'vogarlik darajasi dinamikasining determinantlari sifatida qaraladi. Shu asosda da'vogarlik darajasiga ikki yo'l orqali ta'sir qiladi. Birinchi yo'lda individning faoliyatidagi imkoniyatlari inobatga olinadi: imkoniyatlar qancha yuqori bo'lsa da'vogarlik darajasi ham shuncha yuqori bo'ladi. Ikkinchi yo'l o'z imkoniyatlariga nisbatan adekvat baholay olish: intellekt yuqori bo'lsa individ o'z imkoniyatlarini adekvat baholay oladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, imkoniyatlar(intellektual qobiliyatlar) da'vogarlikning o'zaro ijobiy aloqasini tasdiqlaydi.

### **Adabiyotlar ro'yxati**

1. Гербачевский В.К. Исследование уровня притязаний в связи с индивидуально-типическими характеристиками эмоциональности и интеллекта: автореф. канд. психол. наук. Л., 1970.

2. Гербачевский, В.К. Исследование уровня притязаний в связи с индивидуально-типическими характеристиками эмоциональности и интеллекта: автореф. дис. ...канд. психолог. наук / Гербачевский Владимир Константинович.- Л., 1970. - 16 с.

3.Jurayev, Vohidjon Muhammedovich. "SPORTCHILARNING DA'VOGARLIK DARAJASINI SPORT FAOLIYATIGA TA'SIRINI BELGILOVCHI YETAKCHI PSIXOLOGIK OMILLAR." *Academic research in educational sciences* 1 (2024): 214-217.

4.Jurayev, Vohidjon Muhammedovich. "SPORTCHILARNING DA'VOGARLIK DARAJASI BILAN FAOLIYATI MOTIVLARINI SPORTDAGI NATIJALARGA TA'SIRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI." *Academic research in educational sciences* 1 (2024): 251-256.

5.Джураев, Вохиджон Мухаммедович. "ШАХСДАГИ ДАЪВОГАРЛИК ДАРАЖАСИ ВА ЎЗ-ЎЗИНИ БАҲОЛАШНИНГ ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК ТОМОНЛАРИ: Жураев Вохиджон Мухаммедович Қўқон давлат педагогика институти Жисмоний маданият методикаси кафедраси мустақил тадқиқотчиси." *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал* 6 (2023): 322-324.

6.Muhammedovich, Jurayev Vohidjon, and Ismoilov Isломjon Qaxramonjon o'g'li. "DA'VOGARLIK PSIXOLOGIK FENOMENINING PSIXOLOGIYADA TADQIQ ETILGANLIK HOLATI." *INTERNATIONAL JOURNAL OF SCIENCE AND TECHNOLOGY* (2024): 434-439.