O‘QUVCHILARDA O‘ZIGA ISHONCHNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Saparova Zulfiya Axmedovna

Xorazm viloyati Yangibozor tumani 17-maktab psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada o‘quvchilarda o‘ziga ishonch hissini shakllantirishning psixologik asoslari, uning shaxs rivojlanishidagi ahamiyati hamda o‘ziga ishonchni rivojlantirish usullari yoritilgan. O‘quvchilarning o‘z kuchiga ishonishi, mustaqil fikrlashi va ijtimoiy faolligining shakllanishiga ta’sir etuvchi psixologik omillar tahlil qilingan. Shuningdek, oilaviy muhit, pedagogik yondashuv, ijobiy rag‘batlantirish va psixologik qo‘llab-quvvatlashning o‘quvchilarda o‘ziga ishonchni rivojlantirishdagi o‘rni ko‘rsatib o‘tilgan. Maqolada o‘quvchilarning emotsional barqarorligini mustahkamlash va ularning shaxsiy imkoniyatlarini yuzaga chiqarishga xizmat qiluvchi amaliy tavsiyalar ham berilgan.

Kalit so‘zlar: o‘ziga ishonch, psixologik rivojlanish, o‘quvchilar, shaxs shakllanishi, motivatsiya, emotsional barqarorlik, rag‘batlantirish, psixologik qo‘llab-quvvatlash, ijtimoiy faollik, pedagogik yondashuv.

Kirish

Bugungi kunda ta’lim tizimida o‘quvchilarning nafaqat bilim va ko‘nikmalarini rivojlantirish, balki ularning shaxsiy sifatlarini shakllantirish ham muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, o‘quvchilarda o‘ziga ishonch hissini rivojlantirish ularning psixologik salomatligi, ijtimoiy faolligi va kelajakdagi muvaffaqiyatini ta’minlovchi muhim omillardan biridir. O‘ziga ishonch shaxsning o‘z

imkoniyatlari, qobiliyatlari va kuchiga bo‘lgan ijobiy munosabatini ifodalaydi. O‘ziga ishongan o‘quvchi o‘z fikrini erkin bayon qila oladi, qiyinchiliklardan qo‘rqmaydi, yangi bilimlarni egallashga intiladi va mustaqil qaror qabul qilishga harakat qiladi. Aksincha, o‘ziga ishonchi past bo‘lgan o‘quvchilarda qo‘rquv, tortinchoqlik, tashabbussizlik va muvaffaqiyatsizlikdan hadiksirash holatlari ko‘proq uchraydi. Bu esa ularning ta’lim jarayonidagi faolligiga va shaxsiy rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. O‘quvchilarda o‘ziga ishonchning shakllanishiga bir qator psixologik va ijtimoiy omillar ta’sir etadi. Eng avvalo, oilaviy muhit, ota-onaning munosabati va tarbiya uslubi bolaning o‘zini baholashiga kuchli ta’sir qiladi. Mehr va qo‘llab-quvvatlashga asoslangan oilaviy muhit bolada ijobiy “Men” konsepsiyasini shakllantiradi. Shuningdek, maktab muhiti, o‘qituvchilarning munosabati, tengdoshlar bilan muloqot va rag‘batlantirish tizimi ham o‘ziga ishonch rivojlanishida muhim rol o‘ynaydi. Psixologik nuqtayi nazardan, o‘ziga ishonch shaxsning emotsional barqarorligi va ichki motivatsiyasi bilan chambarchas bog‘liqdir. O‘quvchi muvaffaqiyatga erishgan sari unda o‘z kuchiga bo‘lgan ishonch ortadi. Shu sababli ta’lim jarayonida ijobiy rag‘batlantirish, individual yondashuv va psixologik qo‘llab-quvvatlash juda muhim.

Asosiy qism

O‘quvchilarda o‘ziga ishonchni shakllantirish shaxs rivojlanishining muhim tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. O‘ziga ishonch insonning o‘z imkoniyatlari, bilim va qobiliyatlariga bo‘lgan ijobiy munosabatini ifodalaydi. Ushbu sifat o‘quvchilarning ta’lim jarayonidagi faolligi, ijtimoiy munosabatlari va kelajakdagi muvaffaqiyatiga katta ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli o‘quvchilarda o‘ziga ishonchni rivojlantirish pedagogika va psixologiyaning dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi. Psixologik jihatdan o‘ziga ishonch bolaning “Men” konsepsiyasi bilan bog‘liq bo‘lib, u shaxsning o‘zini qanday baholashi orqali shakllanadi. Agar bola o‘zini qadrlangan va

qo‘llab-quvvatlangan his qilsa, unda ijobiy o‘zini baholash rivojlanadi. Aksincha, doimiy tanqid, taqqoslash va bosim bolaning o‘ziga bo‘lgan ishonchini pasaytiradi.

O‘quvchilarda o‘ziga ishonch shakllanishiga ta’sir etuvchi asosiy omillardan biri — oilaviy muhitdir. Ota-onaning mehribonligi, farzandga nisbatan hurmat bilan munosabatda bo‘lishi va uni qo‘llab-quvvatlashi bolada xavfsizlik hissini shakllantiradi. Ota-onaning farzand yutuqlarini qadrlashi, uning fikrini tinglashi va muvaffaqiyatsizlik holatlarida ruhiy yordam ko‘rsatishi bolaning o‘z kuchiga bo‘lgan ishonchini oshiradi.

Ikkinchi muhim omil — maktab muhiti va pedagogik yondashuvdir. O‘qituvchi o‘quvchining qobiliyatini e’tirof etishi, uni rag‘batlantirishi va individual yondashuv asosida ishlashi o‘quvchining o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamlaydi. Aksincha, o‘quvchini kamsitish yoki uni boshqalar bilan taqqoslash salbiy psixologik oqibatlarga olib kelishi mumkin.

O‘ziga ishonchni shakllantirishda ijobiy rag‘batlantirish usuli muhim ahamiyatga ega. O‘quvchi erishgan kichik muvaffaqiyatlarni ham e’tirof etish va maqtov orqali qo‘llab-quvvatlash unda yangi yutuqlarga intilish hissini uyg‘otadi. Rag‘batlantirish o‘quvchining ichki motivatsiyasini kuchaytiradi va emotsional holatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Shuningdek, psixologik treninglar va rivojlantiruvchi mashg‘ulotlar ham o‘ziga ishonchni rivojlantirishda samarali hisoblanadi. Guruhiy treninglar, muloqot mashqlari, rolli o‘yinlar va jamoaviy faoliyat o‘quvchilarning ijtimoiy faolligini oshiradi hamda o‘z fikrini erkin ifoda etishga o‘rgatadi. Yana bir muhim jihat — muvaffaqiyat hissini shakllantirishdir. O‘quvchiga uning imkoniyatiga mos vazifalar berilishi va asta-sekin murakkab topshiriqlarga o‘tish o‘ziga bo‘lgan ishonchni mustahkamlaydi. Chunki muvaffaqiyatni his qilgan bola o‘z imkoniyatlariga ko‘proq ishonadi. O‘ziga ishonchni rivojlantirishda tengdoshlar bilan sog‘lom

munosabatlar ham muhim rol o‘ynaydi. Jamoada qo‘llab-quvvatlash va hurmat mavjud bo‘lsa, o‘quvchi o‘zini erkin his qiladi va ijtimoiy faolligi ortadi. Shu sababli maktabda ijobiy psixologik muhit yaratish muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Umuman olganda, o‘quvchilarda o‘ziga ishonchni shakllantirish kompleks psixologik va pedagogik yondashuvni talab qiladi. Oilaviy qo‘llab-quvvatlash, pedagogik rag‘batlantirish, psixologik treninglar va ijobiy muhit orqali o‘quvchilarning o‘z kuchiga bo‘lgan ishonchini rivojlantirish mumkin. Bu esa ularning shaxs sifatida barkamol rivojlanishiga va kelajakdagi muvaffaqiyatiga mustahkam zamin yaratadi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, o‘quvchilarda o‘ziga ishonchni shakllantirish ularning shaxsiy rivojlanishi, psixologik barqarorligi va ijtimoiy faolligini ta’minlashda muhim ahamiyatga ega. O‘ziga ishongan o‘quvchi o‘z imkoniyatlariga ishonadi, mustaqil fikrlaydi, qiyinchiliklarni yengishga harakat qiladi va ta’lim jarayonida faol ishtirok etadi. O‘ziga ishonchning shakllanishi avvalo oilaviy muhit, ota-onaning munosabati va pedagogik yondashuv bilan chambarchas bog‘liqdir. Mehr, qo‘llab-quvvatlash, ijobiy rag‘batlantirish va hurmat asosidagi munosabatlar bolada ijobiy “Men” konsepsiyasini rivojlantiradi. Maktabdagi sog‘lom psixologik muhit, o‘qituvchi va psixologning individual yondashuvi, trening va rivojlantiruvchi mashg‘ulotlar o‘quvchilarda o‘ziga ishonchni rivojlantirishda muhim vosita hisoblanadi. O‘quvchilarning muvaffaqiyatlarini e’tirof etish va ularni rag‘batlantirish esa ichki motivatsiyani kuchaytiradi. O‘quvchilarda o‘ziga ishonchni shakllantirish tizimli va uzluksiz jarayon bo‘lib, u oila, maktab va jamiyat hamkorligida samarali amalga oshiriladi. To‘g‘ri psixologik yondashuv orqali o‘quvchilarning shaxsiy imkoniyatlarini ro‘yobga chiqarish va ularni kelajakda muvaffaqiyatli inson sifatida tarbiyalash mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Karimova V.M. **Pedagogik psixologiya.** – Toshkent: Fan va texnologiya, 2018..
2. G‘oziev E.G‘. **Yosh davrlari psixologiyasi.** – Toshkent: O‘qituvchi, 2015.
3. Davletshin M.G. **Umumiy psixologiya.** – Toshkent: O‘zbekiston Milliy ensiklopediyasi, 2017.
4. Muslimov N.A. **Ta’lim jarayonida shaxs rivoji.** – Toshkent: Innovatsiya, 2019. *Ta’lim va rivojlanish*, 3(1), 33-40.
5. Vygotskiy L.S. **Tafakkur va nutq.** – Moskva: Pedagogika, 2016.
6. Shamsiev, B. (2022). Psixologik maslahat va treninglar maktabda. *Pedagogik amaliyot*, 5(3), 22-29.