

## TALABALARDA O'ZINI-O'ZI NAZORAT QILISH MUAMMOSINING O'RGANILISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Sharifova Mahliyo Zarif qizi  
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

*Annotatsiya. Ushbu maqolada talabalarda o'z ustida mustaqil ishlash faoliyatini shakllantirishning psixologik xususiyatlari hamda talabalarda o'zini o'zi nazorat qilish tizimining xususiyatlarini rivojlanish mexanizmlarini o'rganilgan. Talaba shaxsida o'zini o'zi nazorat qilish xususiyatini rivojlantirish bo'yicha pedagogik-psixologik xulosa, tavsiyalar ishlab chiqish. O'zini o'zi nazorat qilish darajasining o'zaro ta'sir xususiyatlarini o'rganilgan. Bundan tashqari talabalarda o'zini-o'zi nazorat qilish muammosining o'rganilishining psixologik xususiyatlari haqida fikr boradi.*

*Kalit so'zlar. irodaviy sifatlar, mustaqil ta'lim, o'quv dasturi, ko'nikma darajasi, elektron konspekt, talaba, yosh xususiyatlari, kognitiv faoliyat, kuzatish, introspeksiya, bilish jarayonlari.*

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ САМОКОНТРОЛЯ У УЧАЩИХСЯ

Шарифова Махлиё Зариф қизи  
Исследователь Бухарского государственного университета

*Ключевые слова. волевые качества, самостоятельное обучение, учебная программа, уровень навыков, электронный конспект, ученик, возрастные особенности, познавательная деятельность, наблюдение, самоанализ, познавательные процессы.*

*Аннотация. В данной статье рассмотрены психологические особенности формирования у обучающихся самостоятельной трудовой деятельности над собой, а также механизмы развития у обучающихся особенностей системы самоконтроля. Разработка педагогико-психологического заключения, рекомендаций по развитию характера самоконтроля в личности учащегося. Изучены особенности взаимодействия уровня самоконтроля. Далее идет рассуждение о психологических особенностях изучения проблемы самоконтроля у учащихся.*

## PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE STUDY OF THE PROBLEM OF SELF-CONTROL IN STUDENTS

Sharifova Mahliyo Zarif qizi  
Researcher at Bukhara State University

*Annotation. This article explores the psychological features of the formation of independent work activity on oneself in students, as well as the mechanisms of development of the features of the self-control system in students. Development of pedagogical-psychological conclusions, recommendations on the development of the nature of self-control in the student's personality. The interaction properties of self-control levels have been studied. In addition, students will have an idea of the psychological characteristics of the study of the problem of self-control.*

*Key words: volitional qualities, independent education, curriculum, skill level, electronic synopsis, student, age characteristics, cognitive activity, observation, introspection, cognitive processes.*

Dunyoning ibtidosidan to hozirgi kungacha bo'lgan barcha kategoriyadagi vaziyat, holat va jarayonlar qarama-qarshiliklarga uchrab kelgan, shunga mos ravishda har qanday intiho o'zini ijobiy yakun bilan aks ettirgan. Ushbu holat doimo yovuz kuchlarning ezgulik bilan yengilishini ifodalaydi.

O'zini nazorat qilish – inson tomonidan o'z emosiyalari, fikrlari va hulq-atvorini nazorat etish tushuniladi. O'zini nazorat etish oliy psixik funktsiya - irodaga tayanib, inson tomonidan anglanilgan qarorlarni qabul etish va ularni amalga oshirish qobiliyatida aniqlanadi. O'zini nazorat etish yana o'zini boshqarish deb ham ataladi. O'zini nazorat etish darajasi tug'ma nasliy va psixologik ko'nikmalar orqali belgilanadi.

O'zini nazorat etishga javob beruvchi neyrofiziologik jarayonlar inson miya yarimsharlarining peshona qismida joylashgan. Bosh miya yarimsharlarining peshona qismini jarohatlanishi o'zini nazorat etishdagi patologiyani keltirib chiqarishi mumkin. Insondagi agressiv hulq-atvor ko'pincha peshona qismdagi jarohatlar bilan bog'liqdir.

O'zini o'zi nazorat qilish bu – o'zining hayotiy pozitsiyasini anglash va uni ijodiy qo'llash bilan bog'liq shaxs xususiyatidir.

O'zini o'zi nazorat qilish xususiyati o'smirlilik vaqtida mahalliy muhitda tadqiq etilmaganligi bois bu davrda

o'zini o'zi nazorat qilishning namoyon bo'lishi aniqlanmagan holatlar bilan bog'liqligini o'rganish dolzarb muammo hisoblanadi. O'smirlik davri irodaviy sifatlar bilan bog'liq shaxs xususiyatlarining shakllanishi vaqtida qulay sharoitga ega bo'lishini hisobga olib, o'smirlardagi o'zini o'zi nazorat qilish komponentlariga kiruvchi irodaviy sifatning rivojlanishiga xos qonuniyatlarni o'rganish dolzarb muhim ekanligi ahamiyatga molik.

Adabiyotlar tahlili. Shaxsda o'zini o'zi nazorat qilishning shakllanishi muammosi xorij psixologlari va pedagoglari tomonidan keng ko'lamda tadqiq qilib kelingan. Jumladan, o'zini o'zi nazorat qilishning tuzilishi, rivojlanish darajasi, shaxs xususiyatlari va boshqa jarayonlar bilan o'zaro aloqasi (M.I.Borishevskiy, V.V.Davidov, L.B.Itelson, A.N.Leontyev, A.Ya.Savchenko, D.B.Elkonin va boshqalar), o'zini o'zi nazorat qilishning mazmuni (T.I.Gavakova, A.I.Lipkina, K.A.Malseva, G.A.Sobiyeva, A.K.Serdyuk va boshqalar), xulq-atvor va faoliyatning har xil turlarida o'zini- o'zi nazorat qilishning o'rni va funksiyalari (P.Ya.Galperin, V.V.Davidov, A.K.Markova, A.V.Zaxarova V.G.Romanko, I.V.Straxov, B.A.Fedorishin,), o'zini o'zi nazorat qilishning yosh va individual-psixologik xususiyatlarga bog'liqligi (Ye.A.Bugrimenko, N.S.Leytes, A.I.Lipkina), o'zini nazorat etish shaxsning "o'zlik" xususiyatlari sifatida namoyon bo'lishi (S.L. Rubinshteyn, A.I.Lipkina, O.A.Konopkin, Yu.A.Mislavskiy, V.I. Morosanova); o'zini nazorat qilish o'zini boshqarishning qismi sifatida (M.I.Borishevskiy, N.M.Gnedova, S.A.Dudnikova, L.V.Dolinskaya, L.V. Kopes, A.K.Osniskiy), shaxs o'zidagi samaradorlikni, imkoniyatini oshirishi, ma'lum faoliyat turini aniq bajara olishi - o'zini nazorat etish sifatida (A.Bandura, Mishel; G. Davidson; F. Logan; D. Premark i B. Englin; Ye. Torensen i M. Maxoni, T.O.Gordeyeva, Dj. Kaprara, D. Servon, L. Pervin, O.Djon, V.G. Romek, B.Takman, L. X'byell, D. Zigler) o'rganilgan va ma'lumotlar to'plangan.

O'zini o'zi nazorat qilish muammosini psixologik jihatdan o'rgangan olimlardan biri Z.Freyd bo'lib, u shaxsning o'z xulq-atvorini boshqarish qobiliyatini tushuntirish uchun qaror qabul qilish, xulq-atvorni nazorat qilish bilan bog'liq bo'lgan bir qancha ichki psixik agentlarni sanab o'tadi. Z.Freyd o'zini o'zi nazorat qilishni "Men"ning o'zini o'zi himoyalash instinkti sifatida tahlil qiladi. Uning nazarida "Men"ning rivojlanishi avtomatik tarzda o'zini o'zi nazorat qilish kuchayishiga olib keladi. Keyinchalik xorij psixologlari o'zini o'zi nazorat qilish o'zlashtirilgan strategiya ekanligini uqtira boshladilar (A.Bandura, B.Mishel, G.Devirson, F.Logan, D.Premark, B.Englin, Ye.Torensen, M.Maxoni va boshqalar). Natijada o'zini o'zi nazorat qilish o'zini o'zi idora qilish bilan turlicha tushuncha ekanligi amalda o'z isbotini topdi.

Muhokama.

S.T.Suleymanovanning kuzatuvlariga ko'ra, jamoaviy hayotning negativ xususiyatlari aynan o'smirlik yoshida to'planadi. Oqibatda ushbu yosh guruhlarida deviant hulq ko'rinishlarining o'sishiga olib keladi.

Irodaviy faollikni I.M.Sechenov fiziologik va psixologik mexanizmlari mavjud ekanligini aytib o'tgan.

Erik Bern o'zining "Psixika harakatda" nomli kitobida shunday deb yozadi: "Inson tomonidan o'z muhabbati va nafratini o'zga insonga namoyon etishni agressivlik deyiladi.... eng asosiysi uni yo'nalganligida, o'zga odamga bo'lgan nafrat - qotillik, o'ziga bo'lgan nafrat - o'z joniga qasd etish bilan kifoyalangani".

V. V. Chebsheva o'zini nazorat etishning quyidagi ko'rinishlarini texnologik jarayon bosqichlari bo'yicha ko'rib chiqadi:

- dastlabki o'zini nazorat etish: unga ko'ra bu bosqichda profilaktik ishlar olib borilishi maqsadga muvofiqligi qayd etiladi;

- joriy nazorat amalga oshiriladigan harakatlar va uning natijalarini ko'rib chiqadi: u davriy ko'rinishga ega bo'lib, joriy faoliyat, natijani bir maromda yo'naltirib turadi va boshqaradi:

- yakuniy o'zini nazorat etish hisob-kitob va korreksiyaning umumlashtirish usun o'tkaziladi.

O'zini o'zi nazorat qilishning mohiyatiga bunday yondashuvda, yuqoridagilardan farqli ravishda, o'zini o'zi nazorat qilish shaxs xulq-atvorining o'ziga xosligi, emosional hissiy holatlar hamda uning insonlar jamoasi, shaxslararo munosabatlar, jamiyat haqidagi qarashlari, fikrlari bilan uzviy bog'liqligi ta'kidlanadi. Shu bilan birga, o'zini o'zi nazorat qilish xususiyatlari shaxsda o'zini o'zi anglash, idora qilish va o'zini o'zi boshqarish malakalari shakllanganligi bilan belgilanadi.

N.I.Kuvshinov psixologiyada o'zini o'zi nazorat qilish muammosini atroflicha o'rgangan olimlardan sanalib, uning izlanishlari predmetlar bilan bajariladigan mehnatdagi o'zgarishlarni tahlil qilish orqali qo'yilgan maqsadga erishishga asoslangan faoliyatni ongli idora qilish va rejalashtirish mexanizmlarini o'rganishga qaratilgan. Muallif nazarida shaxs o'zini o'zi nazorat qilishi, o'z oldiga maqsad qo'yishi va uni amalga oshirish jarayonida xatti-harakatlarini ongli ravishda tashkillashtirishi, rejalashtirishi va boshqarishini nazarda tutadi.

A.S.Linda o'zini o'zi nazorat qilishni insonning shaxsiy faoliyati va xulq-atvorini idora qilish bilan bog'liq o'zini o'zi anglash komponenti sifatida qayd etadi. Muallifning fikricha, o'zini o'zi boshqargan holda harakat qilish, ayniqsa, o'z o'ziga baho berish, shaxsiy faoliyat va xulq-atvorni korreksiyalash va takomillashtirish shaxs o'zini o'zi nazorat qilishining asosini tashkil etadi. A.S.Linda o'zini o'zi nazorat qilish jarayonida faoliyat hamda xulq-atvorni idora etish va to'g'rilashda insonning faol ishtirokini inkor etuvchi fikrlarga qarshidir.

Xulosa

O'smirlik davrida o'zini o'zi nazorat qilishning shakllanishi muammosini tadqiq etishga bag'ishlangan ilmiy va ma'naviy-ma'rifiy ishlar hisoboti hozirgi kunning asosiy muammosi bo'lmish axborot-psixologik xurujlardan

himoyalaniş va bu xurujlarga qarshi ma'rifat, sog'lom immunitetni shakllantirishni taqozo etadi.

Xorij psixologlari tomonidan o'zini o'zi nazorat qilishning mohiyat - mazmuni, tarkibi va tuzilishi, funksiyalari, tamoyili, turlari hamda shaxs xususiyatlari, bilish jarayonlari, emosional holatlar, shaxsning individual xususiyatlari bilan bog'liqligi masalalari atroflicha tahlil qilingan. Shuningdek, faoliyat turi o'quv jarayoni mazmuni hamda yosh davri xususiyatlariga muvofiq ravishda o'zini o'zi nazorat qilishning mexanizmlari atroflicha asoslab berilgan.

#### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

Psixologicheskiye testy dlya professionalov/ avt. Sost N.F. Greben. – Minsk: Sovrem. Shk., 2007. – 496s.

Mischel W., Cantor N, & Feldman S. Principles of self-regulation: The nature of willpower and self-control

// Social psychology: Handbook of basic principles /

E. T. Higgins, A.W. Kruglanski (Eds.). - N.Y.: Guilford, 1996. - P. 329-360.

Sneider, D. J. Social Psychology. — Mass, 1976.

Cherulnik P. D., Citrin M.M. Individual difference in psychological reactance: an interaction between locus of control and mode of elimination of freedom. //

J. Person. Soc. Psychol. — 1974. — V. 29.