



УСМИРЛАРНИНГ УЗИНИ УЗИ БАХОЛАШИ ИЖТИМОЙЛАШУВ ЖАРАЕНИНИНГ ТАРКИБ ТОПИШИНING ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Арибжонова Умида Абдурашитовна

Андижон давлат университети, Умумий психология кафедраси
докторанти

<https://doi.org/10.5281/zenodo.6045193>

MAQOLA TARIXI

Qabul qilindi: 01 - fevral 2022

Ma'qullandi: 05 - fevral 2022

Chop etildi: 10 - fevral 2022

KALIT SO'ZLAR

Ижтимоий мен – образи
хулк-атвори уз - узини
англаш ўз-ўзига бахо уз-
узига буйрук бериш ,
ўсмир шахси
шаклланишига

ANNOTATSIYA

Шахснинг ўзи, ўз хулк-атвори хусусиятлари, жамиятдаги мавкеини тасаввур қилишидан хосил бўлган образ - «Мен» - образи деб аталиб, унинг канчалик адекватлиги реалликка ва баркамоллигининг мезонларидан хисобланади. <<Мен>> - образининг ижтимоий психологик ахамияти шундаки, у шахс тарбиясининг ва тарбияланганлигининг муҳим омилларидан хисобланади. Шу нуктаи назардан олиб каралганда, тарбия шахснинг ўзи ва ўз сифатлари тўғрисидаги тасаввурларининг шаклланиш жараёнидир деб таъриф бериш мумкин.

Ижтимоий нормалар, санкциялар, роллар ижтимоий механизмлар сифатида хулк-атворни маълум маънода бошқариб, мувофиқлаштириб туришга ёрдам беради. Лекин инсоннинг комиллиги.унинг ахлоқ - ижтимоий нормалар доирасидаги макбул харақати унинг ўзи ҳам богликдир. Одамнинг уз - узини англаши, билиши ва ўз устида ишлаши аввало унинг диккати, онги бевосита ўзига, ички имкониятлари. кобилиятлари. хиссий кечинмаларига каратилишини такозо этади. Яъни, ижтимоий хулк шахс томонидан уни ўраб турган одамлар, уларнинг хулк-атворларига эътибор беришдан ташқари, ўзининг шахсий харақатлари, уларнинг оқибатларини мунтазам тарзда таҳлил қилиб бориш орқали,

роллари мувофиқлаштиришни ҳам такозо этади. Шахснинг ўзи, ўз хулк-атвори хусусиятлари, жамиятдаги мавкеини тасаввур қилишидан хосил бўлган образ - «Мен» - образи деб аталиб, унинг канчалик адекватлиги реалликка ва баркамоллигининг мезонларидан хисобланади. <<Мен>> - образининг ижтимоий психологик ахамияти шундаки, у шахс тарбиясининг ва тарбияланганлигининг муҳим омилларидан хисобланади. Шу нуктаи назардан олиб каралганда, тарбия шахснинг ўзи ва ўз сифатлари тўғрисидаги тасаввурларининг шаклланиш жараёнидир. деб таъриф бериш мумкин. Демак, ҳар бир инсон ўзини, ўзлигини канчалик аниқ ва тубдан билса, тасаввур қилиши, унинг



жамият нормаларига мос ҳаракат килиши ҳам шунчалик шахслиги у шахсиятини узига хос ҳимоя механизмидир. Бундай ҳимоя механизми шахс кушимча турли хил мос хиссий кечинмалардандир «Мен» - образи ижобий ёки салбийлиги янаи шахслараро ўраб турган ташки мухит, уллар ва уларнинг муносабати катта рол ўйнайди.

«Мен» - образи катор салбий таассуротларни келтири чиқаради. Кизларда эса ташки тарафдан гўзалликка келишганлик, одоб ва аёалларга хос катор бошка сифатларнинг бор - йуклигига боглик холда <<Мен образи мазмунан идрок килинади. Кизларда ҳам ортикча вазн ёки терисида пайдо бўлган айрим тошмалар ёки шунга ўхшаш физиологик нуксонлар кучли салбий эмоцияларга сабаб бўлса-да, чиройли кийимлар, такинчоклар ёки сочларнинг ўзига хос хусусият бу нуксонларни босиб кетадиган омиллар сифатида қаралади.

Шахс, унинг дунёни билиш, узини ва атрофидаги инсоний муносабатларни билиш, тушуниши ва ўзаро муносабатлар жараёнида узидаги такрорланмас индивидуаллиликни намоён қилиши ҳамда ушбу жараёнларнинг ёшга ва жинсга боглик айрим жиҳатларини таҳлил қилиш бизга умумий равишда шахс жамиятда яшайдиган ижтимоий мавжудотдир, деган ҳулосани қайтаришга имкон беради. Яъни, у тугилган онидан бошлаб узига ўхшаш инсонлар қуршовида бўлади ва унинг бутун рухий потенциали ана шу ижтимоий мухитда намоён бўлади. Чунки агар инсоннинг онтогенетик тараккиёти

тарихига эътибор берадиган бўлсак, хали гапирмай туриб, одам боласи ўзига ўхшаш мавжудотлар даврасига тушади ва кейингина ижтимоий мулоқотнинг барча қуринишларининг фаол объекти ва субъектига айланади. Шу нуқтаи назардан, ҳар биримизнинг жамиятдаги урнимиз, қачон ва қандай шароитларда пайдо бўлгани, жамиятга қушилиб яшашимизнинг психологик механизмлари фаннинг муҳим вазифаларидан биридир. Бу жараён психологияда жойлашув ёки социализация деб юритилади. Демак, социализация ёки ижтимоийлашув - инсон томонидан ижтимоий тажрибани эгаллаш ва ҳаёт - фаолият жараёнида уни фаол тарзда ўзлаштириш жараёнидир. Содда тид билан айтганда, ижтимоийлашув - ҳар бир шахснинг жамиятга қушилиши, унинг нормалари, талаблари, қутишлари ва таъсирини қабул қилган холда, ҳар бир ҳаракати ва муомаласида уни қурсатиши, шу ижтимоий тажрибаси билан ўз навбатида ўзгаларга таъсирини ўтказа олиш жараёнидир. Ижтимоийлашув энг аввало одамлар ўртасидаги мулоқот ва ҳамкорликда турли фаолиятни амалга ошириш жараёнини назарда тутаяди. Ташқаридан шахсга қўрсатилаётган таъсир оддий, механик тарзда қллаштирилмай, у ҳар бир шахснинг икки руҳияти, дунёни акс эттириш хусусиятлари нуқтаи назаридан турлича субъектив идрок қилинади. Шунинг учун ҳам бир хил иштимоий мухит на бир хил таъсирлар одамлар томонидан турлича ҳаракатларини келтириб чиқаради. Масалан, 10-15-та уқувчидан иборат академик лицей уқувчиларини олайлик. Уларнинг



билимии, илми идрок килинган, улардан ота - оналарнинг кутишлари, уқитувчиларнинг бераётган дарслари ва унда етказилаётган маълумотлар, манбалар ва бошка катор омиллар бир хилдай. Лекин барибир ана шу 15 уқувчи хар бири шу таъсирлари узица, узига хос қабул қилади ва бу уларнинг ишдаги ютуқлари, уқув курсатгичлари ва иқтидорида акс этади. Бу уни биз юқорида таъкидлаган ижтимоий шуни жараёнларининг узаро боглик ва узаро карама-карши жараёнлар эканлигидан дарак беради.

Ижтимоийлашув жараёнларининг руй берадиган шарт шароитларини ижтимоий институтлар деб атаймиз. Бундай институтларга оиладан бошлаб, маҳалла расмий давлат муассасалари (боғча, мактаб, махсус таълим ўқослари, олийгоҳлар, меҳнат жамоалари) ҳамда норасмий уюшмалар, нодавлат ташкилотлари қиради. Инсондаги дастлабки ижтимоий тажриба ва ижтимоий ҳуқ элементлари айнан оилада, олий муносабатлар тизимида шаклланади. Шунинг учун ҳам халқимизда «Қуш уясида қурганини қилади деган мақол бор. Яни, шахс сифатларининг дастлабки қоидалари оилада олинади ва бу қолип жамиятдаги бошка қуруқлар таъсирида сайқал топиб, такомиллашиб боради. Бизнинг ўзбекчилик шароитимизда оила билан бир қаторда маҳалла ҳам муҳим тарбияловчи - ижтимоийлаштирувчи роль уйнади. Шунинг учун бўлса керак, баъзан одамнинг қайси маҳалладан эканлиги суриштириб, кейин ҳулоса чиқаришади. Яни маҳалла билан маҳалланинг ҳам фарқи бўлиб, бу фарқ

одамлар психологиясида ўз аксини топади. Масалан, битта маҳалладан яхши келин чиқса, айнан шу маҳалладан қиз қидириб қолишади. Яни, шу маҳалладаги ижтимоий муҳит қизларнинг иболи, ақлли, сариштали бўлиб етишишларига қўмаклашган. Масалан, айрим маҳаллаларда сахар туриб қуча - эшиқларига айланган ва барча оилалар шундай бўлмайдилар. Шунга ўхшаш нормалар тизими хар бир қуча-маҳалланинг бир-биридан фарқи, афзаллик ва қамчилик томонларини белгилайди, охирилар эса шу маҳаллага қатта бўлаётган ёшлар ижтимоийлашувида бевосита таъсирини қўрсатади.

Яна бир муҳим ноижтимоийлашув ўқоқларига мактаб ва бошка таълим масқанлари қиради. Айнан шу ерда ижтимоийлашув ва тарбия жараёнлари махсус тарзда уйғунлаштирилади. Бизнинг ижтимоий тасаввурларимиз шундайки, мактабни бир таълим оладиган, бола билимлар тизимини ўзлаштирадиган масқан сифатида қабул қиламиз. Лекин аслида бу ер ижтимоийлашув тарбиявий воситаларда юз берадиган масқандир. Бу ерда биз атайлаб ташқил этилган, охири йилларда жорий этилган «Манавият дарслари, «Этика ва психология» қаб тарбияловчи фанларни назарда тутмаяпмиз. Гап хар бир дарснинг, умуман мактабдаги шарт-шароитлар, умумий муҳитнинг тарбияловчи роли ҳақида. Масалан, даре пайтида уқитувчи бутун диққати билан янги дарсни тушунтириш билан овора дейлик. Унинг назарида фақат дарс, мавзунинг мазмуни ва ундан қузланган мақсад асосидай. Лекин



аслида ана шу жараёндаги Укитувчининг ўзини кандай тутаётганлиги, кийим - боши, мавзуга субъектив муносабати ва колаверса, бугун синфдаги укувчиларга муносабати ҳамма нарсани белгиловчи, ижтимоий тажриба учун муҳим аҳамиятга эга бўлган омилдир. Шу нуктаи назардан укувчилар анди, кутишлари ва талабларига жавоб берган укитувчи болалар томонидан тан олинади. акс холда эса укитувчининг таъсири факат салбий резонанс беради. Худди шундай ҳар бир синфда шаклланган муҳит ҳам катта роль уйнайди. Баъзи синфларда ўзаро ҳамкорлик, ўртокчилик муносабатлари яхши йўлга қуйилган, гуруҳда ижодий мунозаралар ва бахслар учун қулай шароит бор. Бу муҳит табиий уз аъзолари ижтимоий ҳулкини факат ижобий томонга йўналтириб туради. <<Мен>> - образи асосида ҳам бир шахсда ўз-ўзига нисбатан бахолар тизими шаклланадики, бу тизим ҳам образга мос тарзда ҳар хил бўлиши мумкин. Ўз-ўзига нисбатан баҳо турли сифатлар ва шахснинг орттирилган тажрибаси, шу тажриба асосида ётган ютуқларига боғлиқ холда турлича бўлиши мумкин. Яъни, айни бирор иш, ютук юзасидан ортиб кетса, бошқаси таъсирида - аксинча, пастлаб кетиши мумкин. Бу баҳо аслида шахсга бошқаларнинг реал муносабатларига боғлиқ бўлса-да, аслида у шахс онги тизимидаги мезонларга. Яъни, унинг ўзи субъектив тарзда муносабатларни канчалик кадрлашига боғлиқ тарзда шаклланади. Масалан, мактабда бир фан ўқитувчисининг болага нисбатан ижобий муносабати, доимий мактовлари унинг ўз-ўзига баҳосини

оширса, бошқа бир укитувчининг салбий муносабати ҳам бу баҳони пастлатмаслиги мумкин. Яъни, бу баҳо купрок шахснинг ўзига боғлиқ бўлиб, у субъектив характерга эгадир. Ўз-ўзига баҳо нафакат ҳақиқатга яқин (адекват), тўғри бўлиши, балки у ўта паст ёки юкори ҳам булиши мумкин. Ўз-ўзига баҳонинг паст бўлиши кўпинча атрофдагиларнинг шахсга нисбатан қўяётган талабларининг ўта ортиклиги, уларни уддалай олмаслик, турли хил эътирозларнинг доимий тарзда билдирилиши, ишда, ўқишда ва муомала жараёнидаги муваффақиятсизликлар оқибатида ҳосил бўлиши мумкин. Бундай усмир ёки катта одам ҳам, доимо тушқунлик ҳолатига тушиб қолиши, атрофдагилардан четрокда юришга ҳаракат қилиши, ўзининг қучи ва қобилятларига ишончсизлик қайфиятида бўлиши билан ажралиб туради ва бора-бора шахсда қатор салбий сифатлар ва қаттиқ-ҳаракатларнинг пайдо бўлишига олиб келади. Қаттоқи, бундай ҳолат суицидал ҳаракатлар. Яъни ўз қонига қасд қилиш, реал қорлигидан қчишга интилиш психологиясини ҳам қелтириб қикариши мумкин.

Ўз-ўзига баҳо ўта юкори ҳам шахс ҳулқ-атворига яхши таъсир қурсатмайди. Чунки, у ҳам ютуқлари ёки ундаги сифатларнинг бошқалар томонидан қуний тарзда бўрттирилиши, ноўрин мактовлар, турли қийинчиликларни қетлаб утишга интилиш туқайли шаклланади. Ана шундай шароитда пайдо буладиган психологик ҳолат неадекватлилик эффекти» деб аталиб, унинг оқибатида шахс қаттоқи,



маглубиятга учраганда ёки ўзида ночорлик, укувсизликларни сезганда ҳам бунинг сабабини ўзгаларда деб билади ва шунга ўзини ишонтиралади ҳам (масалан, халакит берди-да», «фалончи бўлмаганида каби бахоналар купаяди). Яъни, нимаики бўлмасин, айбдор ўзи эмас, атрофдагил шароит, тақдир айбдор. Бундайлар хақида бора-бора одамлар оёғи ердан узилган», манмансираган», димоғдор» каби сифатлар билан гапира бошлайдилар. Демак, ўз-ўзига баҳо реалистик, адекват, тугри бўлиши керак.

Реалистик баҳо шахсни ўраб турганлар - ота-она, яқин қариндошлар, педагог ва мураббийлар, кўни-кушни ва яқинларнинг ўринли ва асосли баҳолари, реал самимий муносабатлари маҳсули бўлиб, шахс ушбу муносабатларни илк ёшлигиданок ҳолис қабул қилишга, ўз вақтида керак бўлса тугрилашга ўргатилган бўлади. Бунда шахс учун эталон, ибратли ҳисобланган инсонлар гуруҳи - референт гуруҳнинг роли катта бўлади. Чунки биз кундалик ҳаётда ҳамманинг фикри ва баҳосига қулоқ солавермаймиз, биз учун шундай инсонлар мавжудки, уларнинг хаттоқи, оддийгина танбеҳлари, маслаҳатлари, хаттоқи, мактаб туриб берган танбеҳлари ҳам катта аҳамиятга эга. Бундай референт гуруҳ реал мавжуд бўлиши (масалан, ота-она, ўқитувчи, устоз, яқин дустлар). ёки нореал, ҳаёлий (китоб қахрамонлари, севимли актерлар, идеал) бўлиши мумкин. Шунинг учун ёшлар тарбиясида ёки реал жамоадаги одамларга мақсадга мувофиқ таъсир ёки таъйик курсатиш керак бўлса, уларни эталон,

референт гуруҳини аниқлаш катта тарбиявий аҳамиятга эга бўлади.

Шундай қилиб, Ўз-ўзига баҳо соф ижтимоий ҳодиса бўлиб, унинг мазмуни ва моҳияти шахсни ўраб турган жамият нормаларига, шу жамиятда қабул қилинган ва эъзозланган қадриятларга боғлиқ бўлади. Кенг маънодаги йирик ижтимоий жамоалар эталон ролини ўйнаши оқибатида шаклланидиган ўз-ўзига баҳо - уз-уздини баҳолашнинг юксак даражаси ҳисобланади. Масалан, мустақиллик шароитида мамлакатимиз ёшлари онгига миллий қадриятларимиз, ватанпарварлик, адолат мустақиллик мафқурасига садокат ҳисларининг тарбияланиши, табиий, ҳар бир ёш авлодда ўзлигини англаш, ўзи мансуб бўлган халқ ва миллат манавиятини қадрлаш ҳисларини тарбияламоқда. Бу эса, ўша юксак уз-уздини англашнинг пойдевори ва муҳим шакллантирувчи механизмидир. Демак, уз-уздини баҳолаш-ўз-ўзини тарбиялашнинг муҳим мезонидир. Ўз-ўзини тарбиялаш омиллари ва механизмларига эса, қуйидагилар қиради:

■ уз-узи билан мулоқот (уздини конкрет тарбия объекти сифатида идрок этиш ва узи билан мулоқотни ташкил этиш сифатида); ўз-ўзини ишонтириш (уз имкониятлари, қучи иродасига ишониш орқали, ижобий ҳулқ нормаларига бўйсундириш);

■ уз-узига буйруқ бериш (тиғиз ва экстремал ҳолатларда узини



олиш ва макбул йўлга узини чорлай олиш сифати);кулга в ўз-ўзига таъсир ёки аутосуггестия (ижтимоий нормалардан келиб чиккан холда ўзида махкул установакаларни шакллантириш);

■ ички интизом - ўз-ўзини бошқаришнинг мухим мезони, хар доим хар ерда узининг барча харакатларини мунтазам равишда коррекция килиш ва бошқариш учун зарур сифат.

Юкоридаги ўз-ўзини бошқариш механизмлари орасида психологик

нуктаи назардан ўн узи билан амалга ошириладиган ички диалог алохида ўрин тутати. Ўз-ўзи билан диалог - оддий тил билан айтганда. Узи билан ўзи гаплашишдир. Аслида бу кобилият бизнинг бошкалар билан амалга оширадиган ташки диалогларимиз асосида ривожланади, лекин айнан ички диалог мухим регулатив роль уйнайди. Е. Климон диалогнинг уч боскичини кўрсатиб ўтади. 1 - жадвалда шахс ички диалогининг боскичлари ва хар бир боскичга хос булган белгилар келтирилган.

Жадвал 1 **ШАХС АУТОДИАЛОГНИНГ МУХУМ БЕДГИЛАРИ**

Ички диалогнинг шакланганлик даражаси	Боскичлар	Ички диалогнинг даражавий белгилари(аутокоммуникация)
олий	6-боскич	Шахсий мазмундаги диалог (узидаги шахсий сифатларни мухокама килиш шахсий мулохоза)
даража	5-боскич	Ходиса ва нарсаларга боглик булган сифатлар хусусидаги ички диалог
Урта	4-боскич	Шахсий сифатлар мухокамасига каратилган саволлар узида таларлар



Даража	3-боскич	Бошқаларнинг баҳолари таъсиридаги ички мулоҳазалар шахсий аҳамият касб этган узгалар фикрлари асосида ички диалог
Куйи	2-боскич	Шахсий сифатларга алоқадор булмаган узгалар фикрлари асосидаги диалог (ходиса ва нарсаларга алоқадор фикрлар)
Даража	1-боскич	Кимдир нима хақидадир гапириш мумкин булган ҳолатлар юзасидан тасавурлар лекин аниқ фикр ёки муносабат йук. Аутокомунтикацияга ҳожат йук

Демак, шахснинг қандай сифатларга эга эканлиги, ундаги баҳоларнинг объективлигига боглик тарзда ўз-ўзи билан мулоқотга киришиб, жадвалдагига мувофиқ шахс ўзини назорат қила олади. Шунинг учун ҳам ҳаётда шундай кишилар учрайдики, катта мажлисла иши танқидга учраса ҳам, ўзига ҳолис баҳо бериб, керакли тўғри ҳулосалар чиқара олади, шундай одамлар ҳам борки, арзимаган хатолик учун ўз «ич этини еб ташлайди. Бу ўша ички диалогнинг ҳар қимла ҳар хил эканлигидан дарак берувчи фактлардир.

Хулосалар

Шундай қилиб, ўсмир шахснинг такомиллашуви ва шаклланишига

туртки бўлган омиллардан бири - укув фаолияти мотивларидаги сифат ўзгаришидир. Кичик мактаб ёшидаги боладан фаркли, ўсмир энди факат билимлар тизимига эга бўлиш, ўқитувчининг мактовини эшитиш ва «5» баҳоларни кўпайтириш учун эмас, балки тенгқурлари орасида маълум ижобий мавқени эгаллаш, келажакда яхши одам бўлиш учун уқиш мотивлари устивор булиб боради. Лекин И.В. Дубровинанинг берган маълумотларига кўра, ўқув фаолияти мотивлари орасида умуман билиш. янги билимларга эга бўлиш мотиви кучсиз булгани сабабли, улар мактабга боргиси келмайди, уқишга огриниб келиб, салбий эмоциялар ва ҳавотирлик ҳисларини бошдан



кечирадилар (ўртача 20% укувчилар). Бу катталарнинг усмир билан ишлашини кийинлаштиради. Ўсмирнинг сифатида тараққиётида ҳолат шахс икки хил кузатилади: бир томондан, бошқалар, тенгкурлар билан якинрок бўлишга интилиш, гуруҳ нормаларига бўйсунуш, иккинчи томондан, мустикалликнинг ошиши ҳисобига ички рухий оламида айрим кийинчиликлар кузатилади. Ўзгаларни англаш билан ўз- ўзини англаш ўртасида ҳам карама-каршиликлар пайдо бўлади. Купинча усмир ўз имкониятларини юкори баҳолайди, бошқалар эса унинг кучи, иродаси ва салоҳиятига ишончсизлик билан қарайди. Лекин шундай бўлса-да, ўзини нима қилиб бўлса ҳеч бўлмаганда тенгкурлар жамияти томонидан тан олинисига эришишга интилади ва улар билан мулоқот ҳаётининг маъносига айланиб қолади. Агар мабодо усмир шу даврда бирор сабаб билан тенгкурлари жамияти томонидан инкор қилинса, у бунга жуда

катта мудҳиш воқеадай қарайди, мактабга бормай қўйиши. ҳаттоки, суицидал ҳаракатлар (ўз жонига қасд қилиш) ни ҳам содир этиши мумкин.

Усмирлик давридаги кийинчиликларнинг олдини олиш ишончли ва фойдали йули - бу унинг бирор нарсага тургун қизиқишига эришиш фаолият мотивлари ни мазмунлироқ қилишдир. Масалан, шу даврда техникага қизиқиб қолган бола қизиқишини қондириш шарт шароитининг ҳал этилиши. бекор қолмаслигига эришиш, ҳар бир ҳаракатини рағбатлантириш, унга бир иш қулидан қеладиған одамла муносабатда бўлиш катта педагогик аҳамиятга эга. Унинг қизиқишла била туриб, олдига янғидан янғи мақсадлар қуйиш - бола шахсинин ривожига асосдир. Шундагина унинг ўз «Мен»н тугрисидаги тасаввурлари ижобий, ўз-ўзига баҳоси объектив ва адолатли бўлади, ўзининг нималарга қодирлиги ва қим эканлиги ҳақида яхши фикрлар пайдо бўлади.