

MOTIVATSIYA TUSHUNCHASI VA UNING RIVOJLANISHI

Saidova Ozoda Toxirovna

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori PhD

Baxtiyorova Sarvinoz Umidjon qizi

KatDPI 1- bosqich talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17721736>

Inson faoliyatini harakatga keltiruvchi ichki omillar psixologiyada *motivatsiya* tushunchasi bilan izohlanadi. Motivatsiya — bu shaxsning faoliyatga bo'lgan ichki ehtiyoji, maqsad sari harakat qilishiga undovchi psixik jarayonlar majmuasidir. Ushbu maqolada motivatsiyaning ilmiy ta'rifi, inson hayoti davomida (ontogenez) shakllanish bosqichlari hamda mashhur psixolog olimlar - Z.Freyd, A.Maslow, R.Ryan va E.Deci nazariyalari tahlil qilinadi. Maqola mavzuni chuqurroq tushunishga yordam beruvchi ilmiy manbalar, shuningdek, real hayotiy misollar bilan boyitiladi.

Motivatsiya lotincha "*movere*" - "harakatga keltirmoq" so'zidan kelib chiqqan. Psixologiyada motivatsiya quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- ehtiyojlar (needs)
- qiziqishlar (interests)
- maqsadlar (goals)
- ichki va tashqi omillar (intrinsic & extrinsic factors)
- rag'bat va undovlar (drives, incentives)

Zamonaviy ilmiy adabiyotlarda motivatsiya shaxsni faoliyatga yo'naltiruvchi ichki energiya manbai sifatida qaraladi.

Motivatsiyaning asosiy funksiyalari:

1. Faollashtiruvchi - inson faoliyatini boshlaydi.
2. Yo'naltiruvchi - maqsad tanlashga yordam beradi.
3. Boshqaruvchi - xatti-harakatni tartibga soladi.
4. Barqarorlashtiruvchi - faoliyatni davom ettirishga turtki bo'ladi.

Inson motivatsiyasi tug'ilgan vaqtdan boshlab hayot davomida rivojlanadi. Tadqiqotchilar motivatsiyaning shakllanishini quyidagi bosqichlarga bo'ladilar:

1) Go'daklik davri (0–3 yosh)

- Asosiy ehtiyojlar: oziq-ovqat, xavfsizlik, mehr.
- Motivatsiya biologik ehtiyojlar bilan belgilanadi.
- Onaning mehr-muhabbati kelajakdagi motivatsion tizimning poydevorini yaratadi.

2) Maktabgacha yosh (3–7 yosh)

- O'yin motivatsiyasi yetakchi o'rinda.
- Qiziqishlar kuchli shakllanadi.
- Mustaqillikka intilish paydo bo'ladi ("o'zim qilaman").

3) Maktab davri (7–17 yosh)

- O'quv motivatsiyasi shakllanadi.
- Ijtimoiy motivlar (do'stlar, obro', baho) paydo bo'ladi.
- Shaxsiy maqsadlar asta-sekin aniqlana boshlaydi.

4) O'smirlik va yoshlik davri (17–25 yosh)

- O'zini anglash motivatsiyasi kuchayadi.
- Kasb tanlash motivi shakllanadi.

– Mustaqil qarorlar qabul qilish o'rganiladi.

5) Kattalik davri (25 yoshdan keyin)

– Professional va oilaviy motivlar asosiy o'ringa chiqadi.

– O'zini rivojlantirish, karera, jamiyatga foyda keltirish motivlari kuchayadi.

Freyd motivatsiyaning asosiy manbai ong osti istaklari va biologik ehtiyojlar deb hisoblagan.

Uning fikricha, inson xatti-harakatining asosida:

1) hayot instinkti (Eros) - sevish, yaratuvchanlik, hayotni davom ettirish;

2) o'lim instinkti (Thanatos) - agressiya, tanazzulga moyillik

yotadi.

Freydga ko'ra, motivatsiya ongsiz jarayonlarga juda bog'liq va bolalikdagi kechinmalar kelajakdagi motivatsion tizimga kuchli ta'sir qiladi.

Maslov motivatsiyani ehtiyojlar piramidasi orqali izohlaydi. Ehtiyojlar pastdan yuqoriga qarab qondiriladi:

1. Fiziologik ehtiyojlar (ovqat, suv, uyqu)

2. Xavfsizlik

3. Muhabbat va ijtimoiylik

4. Hurmat va o'z-o'zini baholash

5. O'zini namoyon qilish (self-actualization)

Maslovga ko'ra, insonning haqiqiy motivatsiyasi o'zini ro'yobga chiqarish bosqichida to'liq namoyon bo'ladi. Real hayotda buni sportchi, ixtirochi yoki san'atkor misolida ko'rish mumkin. SDT zamonaviy motivatsiya nazariyalari ichida eng ko'p qo'llaniladiganidir. U motivatsiyani ikki turga ajratadi:

– Ichki motivatsiya (intrinsic) – qiziqish, zavq, shaxsiy istaklar orqali yuzaga keladi.

– Tashqi motivatsiya (extrinsic) – mukofot, baho, jazodan qochish kabi tashqi omillar orqali yuzaga keladi.

Desi va Ryan fikricha, motivatsiyaning eng sog'lom ko'rinishi ichki motivatsiya bo'lib, uni rivojlantirish uchun insonning uchta asosiy psixologik ehtiyoji qondirilishi kerak:

1. Avtonomiya – mustaqil qaror qabul qilish.

2. Kompetentlik – o'z qobiliyatiga ishonch.

3. Aloqadorlik – atrofdagilar bilan ijobiy munosabatlar.

Real hayotiy misol: talaba o'qishni faqat baho uchun emas, balki o'zi xohlagani uchun davom ettirsa, bu ichki motivatsiyaning shakllanganligini ko'rsatadi.

1-jadval.

Nazariyalarni taqqoslash va umumiy xulosalar.

Nazariya	Asosiy g'oya	Kuchli tomonlari	Cheklovlari
Freyd	Ongsiz istaklar, biologik energiya	Motiving chuqur psixodinamik asosini tushuntiradi	Juda pessimist va biologik omillarga ortiqcha urg'u beradi
Maslow	Ehtiyojlar piramidasi	Tushunarli, amaliy, ta'limda ko'p qo'llaniladi	Barcha odamlar bir xil tartibda rivojlanadi degan qarash har doim to'g'ri emas

Deci & Ryan (SDT)	Ichki motivatsiya, avtonomiya, kompetentlik	Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar bilan eng ko'p tasdiqlangan	Motivatsiyani o'lchash jarayoni murakkab
------------------------------	---	---	--

Nazariyalar turlicha yondashuvga ega bo'lsa-da, ularning barchasi motivatsiyaning murakkab va ko'p omilli jarayon ekanligini tasdiqlaydi.

Xulosa. Motivatsiya shaxs rivojlanishining asosiy psixologik mexanizmlaridan biridir. Uning shakllanishi biologik instinktlardan boshlab, ijtimoiy tajribalar, shaxsiy maqsadlar va o'zini anglash kabi murakkab omillar bilan belgilanadi. Freyd motivatsiyani ong ostidagi istaklar orqali tushuntirgan bo'lsa, Maslow ehtiyojlar piramidasini taklif qilgan, Deci va Ryan esa ichki motivatsiyaning ahamiyatini ilmiy asoslab bergan. Ushbu nazariyalar birgalikda inson faoliyati va xulq-atvorini yanada chuqurroq anglashga imkon yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Maslow, A. H. *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row, 1987.
2. Freud, S. *An Outline of Psychoanalysis*. New York: W. W. Norton & Company, 1949.
3. Deci, E. L., & Ryan, R. M. *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press, 1985.
4. Ryan, R. M., & Deci, E. L. *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. Guilford Press, 2017.
5. Atkinson, J. W. *An Introduction to Motivation*. Princeton: Van Nostrand, 1964.
6. Reeve, J. *Understanding Motivation and Emotion*. Wiley, 2018.
7. Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. *Motivation in Education: Theory, Research, and Applications*. Pearson, 2014.
8. Myers, D. G. *Psychology*. Worth Publishers, 2020.
9. Zimbardo, P., Johnson, R., & McCann, V. *Psychology: Core Concepts*. Pearson, 2012.
10. O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim muassasalari uchun psixologiya bo'yicha darslik va o'quv qo'llanmalar.