

SHAXSNING MALAKA VA ODATLARI

Eshbobyeva Dilnoza Nurbek qizi

Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Fizika va Kimyo fakulteti Fizika yo'nalishi
eshboboyevadilnoza9@gmail.com

Ozodqulov Olimjon Bahodir o'g'li

Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Psixologiya kafedrası o'qituvchisi
Ilmiy rahbar: Olimjonozodqulov30@gmail.com
<https://doi.org/10.5281/zenodo.17815084>

Annotatsiya: Ushbu maqolada shaxsning malaka va odatlari, ularning shakllanish bosqichlari, psixologik mexanizmlari hamda inson faoliyatidagi ahamiyati tahlil etiladi. Malaka va odatlarning o'zaro farqi, mustahkamlovchi omillari, yosh davrlarida shakllanishi va ta'lim jarayonidagi roli bo'yicha ilmiy qarashlar keltiriladi. Tadqiqot psixologiya fani doirasidagi nazariy manbalarga asoslangan bo'lib, amaliy misollar bilan boyitilgan

Kalit so'zlar: Malaka, odat, avtomatlashtirish, shaxs psixologiyasi, faoliyat, takrorlash, ijobiy odat, ko'nikma, motivatsiya, ta'lim, rivojlanish.

Abstract: This article analyzes the skills and habits of an individual, their stages of formation, psychological mechanisms, and their significance in human activity. It presents scientific perspectives on the differences between skills and habits, the factors that reinforce them, their development at different age stages, and their role in the educational process. The study is based on theoretical sources in the field of psychology and is supplemented with practical examples.

Keywords: Skill, habit, automation, personality psychology, activity, repetition, positive habit, ability, motivation, education, development.

KIRISH

Shaxsning malaka va odatlari uning psixologik rivojlanishi va kundalik faoliyati bilan chambarchas bog'liq bo'lgan muhim tarkibiy qismlardir. Malaka insonning xulq-atvori, qaror qabul qilish jarayoni, mehnat samaradorligi va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Psixologiyada malaka - bu faoliyatni ongli ravishda o'zlashtirish va uni takroriy bajarish natijasida avtomatlashtirilgan darajaga yetkazish qobiliyati sifatida talqin qilinadi.

Odat esa shaxs tomonidan muntazam bajariladigan va barqaror xulq shakliga aylangan harakatlar majmuasidir. Odat va malaka bir-biri bilan chambarchas bog'liq bo'lsa-da, ular o'zaro farq qiladi: malaka ko'proq amaliy yoki intellektual faoliyatni avtomatlashtirishga xizmat qilsa, odat shaxsning ijtimoiy va shaxsiy barqarorligini ta'minlaydi.

Shaxsiy rivojlanish va ta'lim jarayonida malaka va odatlarning shakllanishi bir qator psixologik mexanizmlar orqali amalga oshadi: takrorlash, ijobiy rag'batlantirish, teskari aloqa va motivatsiya. Masalan, biror fan bo'yicha tezkor yozma ishlarni bajarish malaka shakllantirsa, ertalabki tartibli ish odati shaxsning intizomini oshiradi. Shu sababli, malaka va odatlarni o'rganish psixologiya, pedagogika va sotsiologiya fanlari uchun muhim hisoblanadi.

Malaka - shaxs tomonidan ongli ravishda o'zlashtirilgan, keyinchalik avtomatlashtirilgan faoliyat shaklidir. Uning shakllanishi uch bosqichda kechadi

1. Ongli faoliyat bosqichi - harakatlarning mohiyati tushuniladi va izohlan
2. Takrorlash bosqichi - faoliyat bir necha bor bajariladi, xatolar kamayadi
3. Avtomatlashtirish bosqichi - harakat tez, aniq va kam kuch sarflab bajariladi

Misol sifatida, kompyuterda tez yozish, mashina haydash yoki matematik masalalarni tez yechish malaka hisoblanadi.

Odat va uning shakllanish mexanizmi

Odat - shaxsning barqaror xulq shakliga aylangan, muntazam bajariladigan harakatlaridir. Odatlar ijtimoiy muhit, ichki ehtiyoj va takroriy faoliyat ta'sirida rivojlanadi. Ular foydali va zararli bo'lishi mumkin:

Foydali odatlar: ertalab erta turish, kitob o'qish, vaqtni samarali

Zararli odatlar: kech uxlamaslik, ortiqcha telefon ishlatish, ssustkashlik

Psixologlar odatlarni shaxsning o'zini boshqarish qobiliyatini belgilovchi muhim omil sifatida ko'radi.

Ta'lim va rivojlanishdagi roli:

Ta'lim jarayonida malaka va odatlarni shakllantirish shaxsning samarali rivojlanishi uchun muhimdir.

- o'quv malakalari (konspekt tuzish, mustaqil izlanish),
- fikrlash malakalari (tahlil qilish, solishtirish, xulosa chiqarish),
- ijobiy odatlar (tartiblilik, mas'uliyat, vaqtni boshqarish)

muvaffaqiyatga erishishda asosiy rol o'ynaydi. Pedagogik psixologiyada malakalarni amaliy mashqlar orqali, odatlarni esa rag'batlantirish orqali mustahkamlash tavsiya qilinadi.

XULOSA

Shaxsning malaka va odatlari insonning psixologik rivojlanishida, kundalik faoliyatida va ijtimoiy hayotida muhim o'rin tutadigan psixologik hodisalardir. Malaka va odatlarning shakllanish jarayoni murakkab bo'lib, bir qator psixologik, pedagogik va ijtimoiy omillar ta'sirida rivojlanadi. Malaka faoliyatni samarali, tezkor va aniq bajarishga xizmat qilsa, odat insonning barqaror xulq-atvori va kundalik hayot tarzini shakllantiradi. Ularning har ikkalasi shaxsning o'zini boshqarish qobiliyati, intizomi, motivatsiyasi va maqsadga intiluvchanligining muhim ko'rsatkichlaridan biridir. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, malaka va odatlar tasodifan shakllanmaydi; ular muntazam takrorlanish, ijobiy rag'batlantirish, teskari aloqa, shaxsning ichki ehtiyoji va tashqi muhitning ta'siri orqali bosqichma-bosqich rivojlanib boradi. Bu jarayonlarda oila, ta'lim muassasalari, do'stlar muhiti, jamiyatning qadriyatlari va shaxsning ichki motivlari birdek muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa, bolalik va o'smirlik davrlari odat va malakalar shakllanishining eng sezgir davrlari hisoblanadi. Shu bois ta'lim jarayonida o'quvchilarda foydali malaka va ijobiy odatlarni shakllantirish ustuvor vazifalardan biri sifatida qaralishi lozim.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Абдуллаева, Н. Психология личности. - Т.: O'zMU nashriyoti, 2019.
2. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания. - М.: Наука, 2001.
3. Выготский, Л. С. Психология развития ребенка. - М.: Просвещение, 1991.
4. Гальперин, П. Я. О формировании умственных действий. - М.: Изд-во МГУ, 1985.
5. Зинченко, В. П. Основы психологии труда. - М.: Академический проект, 2017.
6. Немов, Р. С. Психология: учебник для студентов педвузов. - М.: Владос, 2003.
7. Петровский, А. В., Ярошевский, М. Г. Психология. - М.: Академия, 2010
8. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. - СПб.: Питер, 2000.

9. Turg'unov, S. (2012). Ijtimoiy psixologiya. Toshkent: Sharq.
10. Xolmirzaev, O. (2014). Pedagogik psixologiya asoslari. Toshkent: O'zbekiston.
11. Ozodqulov Olimjon Bahodir o'g'li. (2024). Rahbar va xodim munosabatlarining boshqaruv jarayonidagi psixologik xususiyatlari. Образование наука и инновационные идеи в мире, 41(1), 110-113. Retrieved from <https://www.newjournal.org/index.php/01/article/view/12079>