

O'SMIR YOSHIDA O'ZINI ANGLASH VA MOTIVATSIYANING ROLI: MUAMMO VA YECHIMLAR

Meliqóziyeva Muxlisa

2-ixtisoslashtirilgan davlat umumta'lim maktabi o'quvchisi

Email: mravshanovna76@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15836409>

Annotatsiya. Ushbu maqolada o'smirlik davridagi o'zini anglash jarayoni, shaxsiy motivatsiya va ichki ruhiy holatning ta'lim va rivojlanishga ta'siri yoritiladi. Muallif o'z shaxsiy tajribasi, sinfdoshlari bilan kuzatuvlari hamda pedagogik yondashuvlarga asoslanib, o'quvchilarda o'ziga ishonch, hayotga maqsad bilan qarash va to'g'ri yo'nalish tanlashda motivatsiyaning qanday rol o'ynashini tahlil qiladi. Shuningdek, maktabdagi muhit, ota-ona va ustozlarning psixologik qo'llab-quvvatlovi muhim omil sifatida ko'rsatilgan.

Kalit so'zlar: o'zini anglash, o'smirlik, motivatsiya, maqsad, ruhiy holat, ijtimoiy bosim, o'ziga ishonch, o'quvchi psixologiyasi.

Kirish

O'smirlik — bu shunchaki “kattalikka o'tish” bosqichi emas, bu inson hayotidagi eng muhim, eng murakkab, lekin eng kuchli ichki energiya bilan to'la davrdir. Bu paytda yoshlar “Men kimman?”, “Qayerga ketayapman?”, “Qanday inson bo'lishni xohlayman?” kabi savollarga javob izlaydi. Har kim bu davrda o'z yo'lini tanlaydi — ba'zilar orzu ortidan yuguradi, ba'zilar esa yo'qotishlar, bosimlar ta'sirida o'z yo'lini yo'qotib qo'yadi.

Men ham aynan shu yoshdaman. O'zimni anglash yo'lida yuribman. Bu maqolani yozishimga sabab ham — o'zim va atrofimdagi tengdoshlarimning hayoti, fikrlari, orzulari va ularni yo'ldan chalg'itayotgan muammolardir.

O'smirlik davrining muammolari

O'smir yoshidagi eng asosiy muammo — bu o'zini anglay olmaslik yoki noto'g'ri anglash. Quyidagilar eng ko'p uchraydigan holatlardir:

1. O'zgalar bilan solishtirish: Ko'pchilik yoshlar o'zini do'sti, ijtimoiy tarmoqdagi “ideal” odamlar bilan solishtiradi. Bu esa o'ziga past baho berishga olib keladi.
2. O'ta tanqidchanlik: “Men hech narsaga yaramayman”, “Boshqalar mendan yaxshi” degan fikrlar ortida motivatsiyaning so'nishi turadi.
3. Noto'g'ri yo'lga kirish xavfi: O'zining kimligini anglay olmagan, yo'lini topolmagan o'smir noto'g'ri guruhlariga qo'shilishi, zararli odatlarga berilishi mumkin.
4. Ota-onalar va ustozlar bilan ziddiyat: Ko'pincha kattalar o'smirni tushunishga emas, faqat “to'g'rilash”ga urinadi.

Motivatsiyaning o'rni va kuchi

Motivatsiya — bu ichki olov. U yonsa, inson qiyinchiliklarga qaramay harakat qiladi. Ayniqsa, o'smirlikda ichki motivatsiya (ya'ni “Men shu maqsadga erishaman!” degan niyat) juda muhim. Menda ham shunday bo'lgan.

Men o'zim jurnalist bo'lishni istayman. Dastlab bu orzumni aytishga ham uyalganman, lekin vaqt o'tib, yozishga, o'rganishga, maqola yozishga bo'lgan ishtiyoqim meni har kuni bir qadam oldinga boshladi. O'zimni topdim. Va shuni bildim: kimki o'zini topgan bo'lsa, u yo'lini ham topadi.

Yechimlar va metodik tavsiyalar

1. Shaxsiy kundalik yuritish: Har kuni o'z fikrlaringni yozish o'zini anglashga xizmat qiladi.
2. "Men kimman?" mashqlari: Maktablarda o'zini anglash, kasb tanlash, maqsad qo'yish bo'yicha treninglar o'tkazilishi kerak.
3. Motivatsion uchrashuvlar: Yutuqqa erishgan insonlar bilan uchrashuvlar, suhbatlar yoshlar uchun katta turtki bo'ladi.
4. Ota-ona va ustozlar tomonidan eshitishtirish: O'smirni eshitishtirish, uni tanqid qilmasdan tushunishga harakat qilish — bu eng kuchli yordamdir.
5. Orzular doskasi: Har bir o'quvchi o'z maqsad va orzularini qog'ozga tushirib, ko'z o'ngida turadigan joyga ilib qo'ysin.

Xulosa va tavsiyalar

O'smirlik — o'zini topish davri. Bu davrda yo'l ko'rsatuvchi bo'lmasa, o'quvchi adashishi mumkin. Shuning uchun maktab, oila, jamiyat birgalikda yosh avlodni ruhlantirishi, qo'llab-quvvatlashi lozim.

- Har bir o'quvchiga orzu qilish va uni aytish imkoniyati berilishi kerak.
- Har bir darsda "Sen kimsan?" degan savolga javob izlatish lozim.
- Har bir ota-ona: "Farzandimni emas, uning orzusini eshitdimmi?" degan savolni o'ziga berishi kerak.

O'zini anglagan o'smir — bu ertangi kuchli shaxs, ertangi ongli jamiyat asosidir.

Shaxsiy fikrim

O'smirlik davri — bu inson hayotidagi eng chalkash, lekin eng g'aroyib bosqich. Men ham aynan shu bosqichdaman. Ba'zida o'zimni anglayman, ba'zida esa yo'qotaman. Shunday kunlar bo'ladi, hamma narsani tashlab ketgim keladi, "kerakmas bu orzular" deyman. Lekin keyinroq o'zimga savol beraman: "Nega boshlagan edim?", "Kim bo'lmoqchiman?"

Shunda tushunaman: men hali hech narsaga kech qolmaganman. Harakat qilsam, men istagan natijaga erishaman. Orzularim meni quvvatlaydi. Atrofimda meni tushunadigan insonlar bo'lmasa ham, men o'zimni tushunishga harakat qilaman. Chunki bilaman — hech kim mening o'rnimga o'zligimni topib bermaydi.

Men jurnalist bo'lishni xohlayman. Bu orzu menga kuch beradi. Har kuni yozish, o'qish, fikrlash orqali o'zimni tanib boryapman. Menga motivatsiya beradigan narsa — bu o'zgarish istagi. O'z hayotimni, kelajagimni o'zgartirish uchun harakat qilayapman.

Shu maqolani yozishim ham o'zimga aytgan ichki gaplarimning bir ifodasi. Balki bu fikrlar boshqa o'smirlarga ham kerakdir. Men bilaman: har bir o'quvchi ichkarida bir kuchga ega — faqat uni uyg'otish kerak.

References:

Используемая литература:

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vahobov A. "Psixologik o'sish bosqichlari". Toshkent, 2021
2. UNESCO. "Yoshlar salohiyatini ro'yobga chiqarish" tavsiyalari, 2020
3. Robbins T. "Awaken the Giant Within", 2015
4. O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi: Psixologik xizmat yo'riqnomasi, 2022
5. "Motivatsiya va shaxsiy rivojlanish" jurnali, 2023, №2