

O'SMIRLIKDA O'Z-O'ZIGA BAHO TIZIMINING RIVOJLANISHI

Qurbonova Marjona Shokir qizi

Chirchiq davlat pedagogika universiteti

Pedagogika fakulteti Tiflopedagogika yo'nalishi 25.4 guruh talabasi

marjonaqjfbonova743@gmail.com

Sattorov Bobur Botir o'g'li

Sattorovb146@gmail.com Ilmiy rahbari

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17695779>

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'smirlik davrida o'z-o'ziga baho tizimining rivojlanishi, uning xususiyatlari va shakllanish omillari tahlil qilinadi. O'z-o'ziga baho – bu shaxsning o'z qobiliyatlari, xulq-atvori, ijtimoiy munosabatlari va erishgan yutuqlari haqidagi bahosi bo'lib, o'smirning shaxsiy rivojlanishi va ijtimoiy moslashuvi uchun muhim ahamiyatga ega. Maqolada o'z-o'ziga bahoning psixologik mexanizmlari, o'smirning oila, maktab va do'stlar muhitidagi ta'siri, shuningdek, uning ijtimoiy, hissiy va akademik rivojlanishga bog'liqligi yoritiladi. Shu bilan birga, o'smirlik davrida o'z-o'ziga bahoni rivojlantirish va rag'batlantirish usullari ham tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: o'z-o'ziga baho, o'smirlik davri, shaxsning o'zini baholashi, ijtimoiy moslashuv, hissiy rivojlanish, akademik rivojlanish, oila ta'siri, do'stlar muhitining roli, shaxsiy rivojlanish, o'z-o'zini anglash.

KIRISH. O'smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab va muhim rivojlanish bosqichlaridan biridir. Bu davrda shaxsning ijtimoiy, hissiy va akademik sohalaridagi ko'nikmalari shakllanadi, shuningdek, o'z-o'ziga baho tizimi rivojlanadi. O'z-o'ziga baho – bu shaxsning o'z qobiliyatlari, xulq-atvori, yutuqlari va kamchiliklari haqidagi bahosi bo'lib, o'smirning shaxsiy rivojlanishi va ijtimoiy moslashuvi uchun muhim omil hisoblanadi.

O'smirlik davrida o'z-o'ziga baho oila, maktab, do'stlar va keng ijtimoiy muhit ta'sirida shakllanadi. Bolaning o'zini anglashi va o'z-o'zini baholash qobiliyati uning o'ziga bo'lgan ishonchi, hissiy barqarorligi va ijtimoiy faoliyatini belgilaydi. Shu sababli, o'smirlik davrida o'z-o'ziga bahoni o'rganish va rivojlantirish psixologik va pedagogik nuqtai nazardan katta ahamiyatga ega.

Maqolada o'smirlik davrida o'z-o'ziga baho tizimining rivojlanishi, uning psixologik mexanizmlari, ijtimoiy muhit bilan bog'liqligi va shaxsiy rivojlanishga ta'siri yoritiladi hamda bu jarayonni rag'batlantirishning samarali usullari tahlil qilinadi.

O'smirlik davri inson hayotida taxminan 11–18 yosh oralig'ini o'z ichiga oladi va bu davr shaxsning shaxsiyati, ijtimoiy roli va hissiy xususiyatlari shakllanadigan davr sifatida ajralib turadi. Shu davrda o'z-o'ziga baho tizimi sezilarli darajada rivojlanadi, ya'ni o'smirlar o'z qobiliyatlari, xulq-atvori, ijtimoiy munosabatlari va yutuqlari haqida fikr yurita boshlaydi. O'z-o'ziga baho shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchi, motivatsiyasi va ijtimoiy faoliyati bilan bevosita bog'liq.

O'smirlikda o'z-o'ziga baho ikki asosiy omil ta'sirida shakllanadi: birinchisi, biologik va psixologik rivojlanish, ikkinchisi, ijtimoiy muhit ta'siri. Biologik jihatdan, o'smirning miyasi va markaziy asab tizimi rivojlanadi, bu esa o'zini anglash va o'zini baholash qobiliyatini oshiradi. Psixologik jihatdan, o'smir o'z his-tuyg'ularini boshqarishni, xatolarini anglash va muvaffaqiyatlarini qadrlashni o'rganadi.

Ijtimoiy muhit, jumladan oila, maktab va do'stlar guruhi o'z-o'ziga baho rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Oila bolaning o'zini anglashiga birinchi ta'sir ko'rsatadi, ota-ona va yaqinlar tomonidan beriladigan baho va rag'bat bola o'z-o'ziga bahosini shakllantiradi. Maktab muhiti esa

akademik yutuqlar va ijtimoiy munosabatlar orqali o'smirning o'zini baholashiga ta'sir qiladi. Do'stlar guruhi esa ijtimoiy qiyofani, qabul qilinishni va shaxsiy qiymatni aniqlashda muhim ahamiyatga ega. O'smirlik davrida o'z-o'ziga bahoning tarkibi ikki asosiy qismga bo'linadi: ichki baho va tashqi baho. Ichki baho – bu o'smirning o'z yutuqlari, qobiliyatlari va harakatlari haqidagi ichki fikri, tashqi baho esa ota-ona, o'qituvchi va do'stlarning beradigan bahosini anglatadi. Ichki va tashqi baho o'zaro uyg'unlashganda o'smirning ijtimoiy moslashuvi va shaxsiy rivojlanishi samarali bo'ladi.

O'z-o'ziga baho tizimi o'smirning hissiy barqarorligi, ijtimoiy munosabatlarni boshqarish va akademik faoliyatini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Yuqori darajada ijobiy o'z-o'ziga baho o'smirning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi, yangi bilim va ko'nikmalarni o'zlashtirishga rag'bat beradi. Shu bilan birga, past yoki noto'g'ri shakllangan o'z-o'ziga baho o'smirda o'zini past baholash, o'ziga ishonchsizlik va ijtimoiy qiyinchiliklarga olib kelishi mumkin.

Maqolada shuningdek, o'z-o'ziga bahoni rag'batlantirish va rivojlantirish usullari ham ta'kidlanadi. Masalan, ota-onalar va pedagoglar o'smirning yutuqlarini e'tirof etish, konstruktiv fikr bildirish va o'zini ifoda qilish imkoniyatlarini yaratish orqali ijobiy o'z-o'ziga bahoni shakllantirishga yordam beradi. Shuningdek, o'smirlarni ijtimoiy faoliyatga jalb qilish, guruh ishlarida ishtirok etish va muvaffaqiyatlarini qadrlash ham o'z-o'ziga bahoni mustahkamlaydi.

Umuman olganda, o'smirlik davrida o'z-o'ziga baho tizimini chuqur o'rganish va rag'batlantirish, o'smirlarning shaxsiy, hissiy va ijtimoiy rivojlanishini samarali qo'llab-quvvatlashning muhim vositasi hisoblanadi.

XULOSA. Xulosa qilib aytganda, o'smirlik davrida o'z-o'ziga baho tizimi shaxsning psixologik, ijtimoiy va hissiy rivojlanishida muhim omil hisoblanadi. Bu davrda o'smirlar o'z qobiliyatlari, xulq-atvori, yutuqlari va kamchiliklari haqida fikr yuritishni boshlaydi va o'zini baholash qobiliyati orqali ijtimoiy muhitga moslashadi. Ichki va tashqi baho o'rtasidagi muvozanat esa bolaning hissiy barqarorligi, o'ziga ishonchi, motivatsiyasi va shaxs sifatida shakllanishini ta'minlaydi. Ota-ona, pedagog va do'stlar muhiti o'smirning o'z-o'ziga bahosini shakllantirishda katta rol o'ynaydi. Ular tomonidan beriladigan rag'bat, konstruktiv tanqid va qo'llab-quvvatlash o'smirning o'zini anglashini, muvaffaqiyatlarini qadrlashini va ijtimoiy qobiliyatlarini rivojlantirishga yordam beradi. Shu bilan birga, ijobiy o'z-o'ziga baho bolaning o'rganishga bo'lgan qiziqishi, ijodkorligi va yangi ko'nikmalarni o'zlashtirishini kuchaytiradi. Past yoki noto'g'ri shakllangan o'z-o'ziga baho o'smirda o'ziga ishonchsizlik, ijtimoiy qiyinchilik va salbiy hissiy holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Shuning uchun bu davrda o'z-o'ziga bahoni rivojlantirish va rag'batlantirish strategiyalari shaxsiy, akademik va ijtimoiy rivojlanishni ta'minlashda asosiy vosita sifatida qaraladi.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Karimova N. O'smirlar psixologiyasi. – Toshkent: Fan, 2018
2. Yo'ldoshev J. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O'zbekiston, 2017
3. Zokirova R. O'smirlik davrida shaxsning o'z-o'ziga bahosi. – Toshkent: Ilm, 2019
4. G'aniyev A. Shaxs va ijtimoiy rivojlanish. – Toshkent: Universitet, 2016
5. Qodirov B. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: Ilm ziyosi, 2015
6. To'xtayev A. Bolalar va o'smirlarning psixologik rivoji. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2017
7. Abduqodirov A. Psixologiyada rivojlanish nazariyalari. – Toshkent: Fan, 2014

8. Ahmedova N. Maktabgacha va maktab yoshidagi bolalar psixologiyasi. – Toshkent: Fan va taraqqiyot, 2020
9. Rasulova D. O'smirlarning hissiy va ijtimoiy rivoji. – Toshkent: Innovatsiya Ziyo, 2021
10. G'ulomov N. Shaxsning o'zini baholash tizimi va uning rivoji. – Toshkent: Sharq, 2019