



O'Z USTIDA ISHLASH VA O'Z-O'ZINI TARBIYALASHNING ASOSIY USULLARI

Muhtarova Nigora Muradbekovna

Turon universiteti Andijon filiali magistranti

MAQOLA HAQIDA

Qabul qilindi: 12-yanvar 2026-yil

Tasdiqlandi: 15-yanvar 2026-yil

Jurnal soni: 17

Maqola raqami: 17

DOI:

<https://doi.org/10.54613/ku.v17i.1360>

KALIT SO'ZLAR/ КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА/

KEYWORDS

o'z-o'zini rivojlantirish, o'z-o'zini tarbiyalash, o'z-o'zini boshqarish mexanizmlari, shaxsiy rivojlanish, o'zini o'zi boshqarish, pedagogik mahorat, axloqiy, jismoniy, estetik fazilatlar, ijtimoiy omil, tashqi ta'sir, motivatsiya, kasbiy rivojlanish, pedagogik refleksiya

ANNOTATSIYA

Maqolada shaxsning o'z-o'zini rivojlantirish va o'z-o'zini tarbiyalash jarayonlarining mazmuni, tarkibiy qismlari hamda bosqichlari yoritilgan. Shaxsning o'z ustida ishlashi, o'zini tahlil qilish, o'z-o'zini boshqarish va o'z-o'zini baholash mexanizmlarining psixologik-pedagogik asoslari tahlil qilingan. Tadqiqotda o'qituvchilarning kasbiy o'zini rivojlantirish usullari, pedagogik vaziyatlarni tahlil qilish va o'z faoliyatini baholashdagi qiyinchiliklar, shuningdek, o'z-o'zini takomillashtirishga ta'sir etuvchi omillar o'rganilgan. O'z-o'zini tarbiyalashning shaxs taraqqiyoti va pedagogik mahorat shakllanishidagi o'rni asoslab berilgan. O'z ustida ishlash va o'z-o'zini tarbiyalash – bu insonning shaxsiy rivojlanish yo'lida bir-birini to'ldiruvchi jarayonlardir. O'z ustida ishlash – bu bilim, ko'nikma, sog'liq va ijtimoiy munosabatlarni yaxshilash orqali hayot sifatini oshirishga intilishdir. Shu bilan birga, o'z-o'zini tarbiyalash insonning ichki dunyosini, xulq-atvorini va axloqiy fazilatlarini shakllantirishga qaratilganligi maqolada ko'rsatib berilgan.

Kirish. Inson shaxs sifatida shakllanishida o'z-o'zini rivojlantirish va o'z-o'zini tarbiyalash jarayonlari alohida ahamiyat kasb etadi. Zamonaviy psixologik va pedagogik tadqiqotlar shaxsning faolligi, o'z ustida ishlashi, qadriyatlar va ichki motivlarning rivojlanishi uning intellektual, axloqiy va kasbiy taraqqiyotida asosiy omil bo'lib xizmat qilishini ko'rsatadi. O'z-o'zini rivojlantirish insonning mavjud imkoniyatlarini kengaytirishga, kamchiliklarini bartaraf etishga, ichki resurslarini safarbar qilishga qaratilgan davomli jarayondir.

O'z-o'zini rivojlantirish – bu insonning o'z qobiliyatlarini ro'yobga chiqarish va rivojlantirishga, kamchiliklarni bartaraf etishga qaratilgan o'z ustida muntazam ishlashi. Ushbu yondashuv tufayli inson o'z bilim va ko'nikmalarini yaxshilaydi, kundan-kunga yaxshilanadi. O'z-o'zini rivojlantirish jarayoni ma'lum vaqt oralig'iga ega emas va ko'pincha umr bo'yi davom etadi, chunki hamma narsani bilish va qila olish mumkin emas.

O'z-o'zini tarbiyalash – bu shaxs tomonidan shaxs sifatida uni maksimal darajada amalga oshirishga qaratilgan ongli faoliyat. O'z-o'zini boshqarish mexanizmlarini faollashtirishga asoslanib, u aniq amalga oshirilgan maqsadlar, ideallar va shaxsiy ma'nolarning mavjudligini taxmin qiladi. Bu nafaqat ta'limni mustahkamlash, balki shaxsni shakllantirish jarayonini rivojlantirish bilan ham uzviy bog'liqdir. O'z-o'zini tarbiyalashning zaruriy tarkibiy qismlari shaxsiy rivojlanishni o'z-o'zini tahlil qilish, o'zini o'zi hisobot qilish va o'zini o'zi boshqarishdir. O'z-o'zini tarbiyalash texnikasi qoniqish, o'zini o'zi baholash, o'z-o'zini tartibga solish, o'ziga ishonish va o'z-o'zini gipnoz qilishni o'z ichiga oladi.

O'z-o'zini tarbiyalashning zaruriy sharti – bu o'zi haqida haqiqiy bilimlarning mavjudligi, to'g'ri qadrlash, o'z-o'zini anglash. O'z-o'zini tarbiyalash bir qator subyektiv va obyektiv sabablar bilan shartlangan: yaxshiroq bo'lishga intilish, jamiyatning fuqarolarga bo'lgan talablari, ularning ma'lumotlari va fazilatlarini; ta'lim va tarbiya jarayonida o'quvchiga ta'sir ko'rsatadigan pedagogik ta'sirlar. Ushbu sabablarning ta'siri ostida o'z-o'zini tarbiyalashning ichki old shartlari yaratiladi, ehtiyojlar, qarashlar va e'tiqodlar shakllanadi, hayotiy ideallar va maqsadlar aniqlanadi yoki shakllanadi.

Bugungi zamonaviy jamiyat sharoitida shaxsiy va kasbiy rivojlanish masalalari tobora muhim ahamiyat kasb etmoqda. Innovatsion texnologiyalar, tezkor ma'lumot almashinuvi va global raqobat sharoitida insonning o'z ustida ishlashi, shaxsiy intizomni rivojlantirishi va o'z-o'zini tarbiyalash ko'nikmalarini shakllantirishi ajralmas ehtiyojga aylanmoqda. Shu bilan birga, individualning psixologik barqarorligi, ijodiy salohiyati va kommunikativ qobiliyatlari uning kasbiy muvaffaqiyati va ijtimoiy

moslashuvchanligini belgilovchi asosiy omillardan biri sifatida ko'riladi.

Shu sababli, o'z ustida ishlash va o'z-o'zini tarbiyalash usullarini tizimli o'rganish ilmiy va amaliy jihatdan dolzarbdur. U nafaqat ta'lim jarayonida, balki korporativ treninglar, psixologik konsalting, sport va san'at sohalarida ham samarali qo'llanilmoqda. Mazkur maqola shaxsning o'zini rivojlantirish strategiyalari, intellektual va axloqiy salohiyatini oshirish yo'llarini aniqlashga yordam beradi va zamonaviy sharoitda individual rivojlanishning samarali metodlarini belgilashda ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. Shaxsni shakllantirishda o'z-o'zini takomillashtirishning ahamiyati ko'plab zamonaviy pedagogik va psixologik olimlar tomonidan tan olingan. A.G.Kovalevning tadqiqotlarida o'zini o'zi boshqarish va o'zini takomillashtirish jarayonlarining mohiyatini asoslash berilgan¹. V. G. Kutsenko, A. A. Bodalev va boshqa olimlarning asarlarida bolalarni tarbiyalash va o'z-o'zini tarbiyalashning o'zaro bog'liqligi, o'z-o'zini tarbiyalash jarayonini tashkil etish usuli ko'rib chiqilgan. P. M. Yakobson asarlarida hissiyotlarni o'z-o'zini tarbiyalash muammosi, hissiyotlar sohasidagi o'zini o'zi boshqarishning psixologik xususiyatlari tahlil qilingan. Nazariyalar, shu jumladan asosiy tushunchalar, motivlarning tavsifi, maqsadlari, vazifalari, vositalari, o'z-o'zini tarbiyalash va takomillashtirish usullari, ushbu jarayonlarning rivojlanishiga ta'sir qiluvchi omillar P.Ya. Aret, A.G. Kovalev, L.I. Ruvinskiy, L.I. Chesnokova tadqiqotlarida o'z aksini topgan.

E.G'oziyev o'z-o'zini tarbiyalashni shaxslarning o'z oldiga maqsad qo'yishi, vazifalar belgilashi, o'z faoliyatini tahlil qilib, nazorat qilish, o'zini rivojlantirish (takomillashtirish) va xulq-atvorini nazorat qilish kabi jarayonlarni o'z ichiga olgan muhim psixologik hodisa sifatida ko'radi².

Metodologiya. O'z-o'zini tarbiyalash shaxsiyat rivojlanishining ma'lum bir darajasini, uning o'zini anglashini, o'z harakatlarini boshqa odamlarning harakatlari bilan ongli ravishda taqqoslash bilan birga uni tahlil qilish qobiliyatini nazarda tutadi. Shaxsning potensial imkoniyatlariga munosabati, o'zini o'zi qadrlashning to'g'riligi, kamchiliklarini ko'rish qobiliyati insonning yetukligini tavsiflaydi va o'z-o'zini tarbiyalashni tashkil etish uchun zarur shartdir.

O'z-o'zini tarbiyalash – bu subyektning o'zini shaxs sifatida iloji boricha ro'yobga chiqarishga qaratilgan, uning shaxsiyatini aniq qabul qilingan maqsadlar, ideallar, shaxsiy ma'nolarga muvofiq ravishda o'zgartirishga qaratilgan ongli faoliyati³. O'z-o'zini tarbiyalash insonning haqiqiy qobiliyatlariga, ularning individual xususiyatlarini va potensialini tanqidiy baholash qobiliyatiga mos keladigan o'zini o'zi qadrlashga asoslangan. Xabardorlik darajasi

¹ Ковалев А.Г. (1975) Психология личности. – М.: Мысль. – С. 19.

² G'oziyev E. G'. (2002) Umumiy psixologiya 1-2 tom. Toshkent.

³ Ковалев А.Г. (1975) Психология личности. – М.: Мысль. – С. 19.

o'shgani sayin o'z-o'zini tarbiyalash shaxsning o'zini rivojlantirish uchun tobora muhim kuchga aylanib boradi. O'z-o'zini tarbiyalashning zaruriy tarkibiy qismlari shaxsiy rivojlanishni o'z-o'zini tahlil qilish, o'zini o'zi hisobot qilish va o'zini o'zi boshqarishdir.

O'z-o'zini tarbiyalashning boshlang'ich bosqichi – tashqi talab bosqichi yosh o'spirinlik davriga xos bo'lib, qisman kichik maktab yoshiga to'g'ri keladi. O'z-o'zini tarbiyalash tarbiya natijasida vujudga keladi, bolaning bu jarayonga faol munosabatini rag'batlantirish kattalar talabidir. Bola kattalar talablarini bajaradi, dastlab e'tiborni harakatlarga taqlid tarzida yoki tarbiyachilarning "ko'rsatmalariga" qaratadi; u holda harakatning variantini tanlash qobiliyati paydo bo'ladi; keyinchalik, ushbu ijtimoiy talablar o'zini tutishning tashqi regulatori va o'zini o'zi boshqarish vositasi sifatida ishlay boshlaydi⁴.

Keyingi bosqich – majburlash bosqichi – odamning u yoki bu holatga bo'ysunib, o'zgarishga majbur bo'lishi bilan tavsiflanadi. Ushbu bosqichda shaxsiyat o'zgarishi ularning xabardorligidan boshlanadi va allaqachon o'zboshimchalik bilan tartibga solinadi. Bunday holda, taqlid va ko'rsatmalarga bo'ysunish butunlay yo'qolmaydi⁵.

Shu nuqtai nazardan shaxsiyat rivojlanishining uchinchi bosqichi ongli o'z-o'zini tarbiyalashdir. Bu shaxsning ichki ehtiyojlari tomonidan boshqariladi. Motivatsiya o'z-o'zini tarbiyalashning yetakchi tarkibiy qismiga aylanadi. Ushbu turtki interiorizatsiya deb nomlangan jarayon natijasida paydo bo'ladi: tashqi sharoitlar ta'siri ostida o'z-o'zini tarbiyalash harakatlarining tuzilmalari shakllanadi – o'z-o'ziga ishonish, o'ziga motivatsiya, o'z-o'zini tartibga solish va boshqalar, keyinchalik ichki, idealga aylanadi.

O'z-o'zini tarbiyalash o'z-o'zini majburlash, o'z-o'ziga hisobot berish, o'z faoliyati va xatti-harakatlarini tushunish; o'zligini boshqara olish kabi usullardan foydalanishni o'z ichiga oladi. O'z-o'zini tarbiyalash inson tomonidan shakllangan maqsadlar, harakatlar dasturi, dasturning bajarilishini nazorat qilish, olingan natijalarni baholash va o'z-o'zini tuzatish asosida qurilgan o'zini o'zi boshqarish jarayonida amalga oshiriladi.

O'z-o'zini tarbiyalash, axloqiy, jismoniy, estetik fazilatlarini, xulq-atvor odatlarini ma'lum ijtimoiy aniqlangan idealga muvofiq ravishda rivojlantirish yoki takomillashtirishga qaratilgan insonning tizimli faoliyati. O'z-o'zini tarbiyalashning mazmuni har doim shaxs yashaydigan va rivojlanadigan ijtimoiy-tarixiy sharoitlarga bog'liq. Uning o'ziga qo'yadigan talablari va u shakllantirmoqchi bo'lgan fazilatlar hayot sharoitlari bilan belgilanadi, g'oyaviy asoslarni, o'z-o'zini tarbiyalash idealini, shuningdek, ularga erishish vositalarini belgilaydi⁶.

O'zgartirishni boshlashdan oldin, maqsadlarga erishish uchun kichik reja tuzish kerak.

Shaxsni tahlil qilish va o'zini o'zi so'roq qilish. Ushbu bosqichda, avval javob bera olmagan savollarni hisobga olgan holda, hayotini tahlil qilish muhimdir. Qanday xarakter xususiyatlari soldinga siljishingizga xalaqit beradi? Keyingi rivojlanish uchun qanday ko'nikmalarga ega bo'lish kerak? Asosiysi, o'ziga nisbatan halol bo'lish, aks holda o'zgarish bo'lmaydi.

Kamchiliklarni aniqlash. O'z-o'zini tanqid qilish me'yorida foydalidir va agar o'z kamchiliklarni halol tan olinsa, bu maqsad sari harakat qilish rejasini tuzishga yordam beradi.

Maqsadlarni shakllantirish. Ushbu bosqich avvalgisidan muammosiz davom etadi, ya'ni agar insonda baxtli hayotga xalaqit beradigan qusur bo'lsa, uni yo'q qilish maqsadlardan biri bo'ladi.

Rejani amalga oshirish imkoniyatlarini qidirish. Istaklar to'g'risida qaror qabul qilib, barcha kuchlarni kerakli ma'lumotlarni to'plash uchun jamlash kerak: foydali adabiyotlar, kurslar, treninglar, muvaffaqiyatli odamlar bilan muloqot.

Ta'riflangan rejaga rioya qilgan holda va vaqt o'tishi bilan jismoniy yoki intellektual fazilatlarini rivojlantirish. Olingan fazilatlar insonni o'zgartiradi, uni maqsadlarga erishish uchun ichki resurslar bilan to'ldiradi, keyin esa o'z ustida ishlashni muvaffaqiyatli deb hisoblash mumkin.

O'z shaxsiyatining barcha nozikliklari va o'ziga xos xususiyatlari haqida oldindan bilmaslik hech qanday rivojlanishga olib kelmaydi⁷. O'z-o'zini bilish shaxsni o'rganish uchun eng muhim manbadir. Faqat insonning o'zi tajribasi, hayotiy tanlovi va harakatlariga asoslanib, o'zi haqida eng aniq tasavvurni shakllantirishga qodir.

Bir vaqtning o'zida hayotning barcha jabhalarini qamrab olishga harakat qilishning hojati yo'q, aks holda hech qanday jihatda muvaffaqiyat bo'lmaydi. Shaxsiy o'z-o'zini rivojlantirishni eng ko'p tashvishlantiradigan muammolardan boshlashga arziydi va asta-sekin, ularni hal qilib, boshqalarga o'tish.

Ruhiiy tomon. Insonning rivojlanishi ichkaridan boshlanadi. Hasad, g'azab yoki jahl kabi salbiy his-tuyg'ular hayotga xalaqit beradi, depressiya va apatiyaga olib keladi. Shuning uchun o'zini va atrofdagi odamlarni, butun dunyoni kamchiliklari bilan sevisish muhimdir. Ijibiy munosabat ijodiy energiya bilan to'ldiradi, buyuk ishlarga ilhomlantiradi. Xotirjamlikni saqlash uchun meditatsiya yoki ma'naviy adabiyotlarni o'qish mashq qilinadi.

Jismoniy. Hayot sifatini yaxshilash uchun o'z sog'lig'iga g'amxo'rlik qilish muhimdir. Bu muammoning yechimi aniq: yomon odatlardan voz kechish, diyetangizni qayta ko'rib chiqish va sport bilan shug'ullanish. Bu kuch va quvvat bag'ishlashiga qo'shimcha ravishda, tana va gullab-yashnagan ko'rinish o'z-o'zini hurmat qilishni oshiradi.

Material. Insonning baxti pulda emasligiga qaramay, moddiy boylikdan voz kechishning hojati yo'q. Va turmush darajasini yaxshilash uchun ham rivojlanish kerak. Buning uchun juda ko'p imkoniyatlar mavjud: malakani o'zgartirish, boshqa ishga o'tish, yangi mutaxassislik olish, o'z biznesini boshlash.

Intellektual. Har doim bir xil shaklda bo'lish uchun aqlni rivojlantirish kerak. Miya yangi ma'lumotlar va bilimlar bilan oziqlanishi kerak: kitob o'qish, seminarlarda qatnashish, turli sohalardagi mutaxassislar bilan muloqot qilish – nafaqat xotira va e'tiborni rivojlantirish, balki barcha voqealardan xabardor bo'lishga va muvaffaqiyatga erishish uchun keyingi imkoniyatni qo'ldan boy bermaslikka yordam beradi.

Ijtimoiy. Ijtimoiy muhit bilan o'zaro munosabat inson hayoti va rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun yaqinlar, qarindoshlar, hamkasblar va biznes hamkorlar bilan uyg'un munosabatlarni o'rnatish uchun boshqalarni tinglashni va eshitishni, boshqa odamlarning fikrlarini hurmat qilishni va his-tuyg'ularni nazorat qilishni o'rganish muhimdir.

O'qituvchining kasbiy o'zini o'zi rivojlantirishning asosiy usullari:

Malaka oshirish kurslari. Hozirgi vaqtda bunday kurslar o'qituvchining o'zini o'zi rivojlantirishning muhim va asosiy bosqichi, o'ziga xos usuli hisoblanadi.

Shuningdek, har bir o'qituvchi joriy yil boshida o'z-o'zini rivojlantirish dasturini tuzishi kerak. Ushbu dastur bir yil oldin ishlab chiqilmoqda va u istiqbol reja sifatida o'z-o'zini rivojlantirish mavzusini ko'rsatib, aniq maqsadlarni belgilashni o'z ichiga oladi. Har bir holatda, hatto ishda ham vazifa rejasini tuzish. Bu bilan ularni boshqarish va maqsadlaringizga borish uchun ancha oson bo'ladi.

O'z-o'zini nazorat qilish, imkoniyatlarni yetarli darajada baholash. O'z ishining ustasi bo'lishni orzu qilgan har bir kishi uchun harakatlarda o'zini tuta bilish muhimdir. Shaxsiy qobiliyatlarni adekvat baholash ham bir xil darajada muhim bo'ladi. Inson xohlagan hamma narsani o'zlashtira oladi, asosiysi buning uchun shaxsiy qobiliyatlarni ehtiyotkorlik bilan baholashdir.

Ishga nisbatan shaffof qarash. Vaziyatga haqqoniy qaramaslik samarali ishlashga xalaqit beradi.

Ko'nikmalarni takomillashtirish. "Beshikdan to qabrgacha ilm izla" degan naql bor. Har doim ham talaba bo'lib ilm olish mumkin emas, asosiysi o'zini yaxshilash va hayot sifatini yaxshilashni to'xtatmaslikdir.

O'z shaxsiy imidjini yaratish. Zamonaviy jamiyatning har bir a'zosi o'zining professional portretiga ega bo'lib, u insonning xodim sifatida qadr-qimmatini belgilaydi.

Motivatsiyani saqlab qolish. Amalga oshirish kuchli rag'batsiz haqiqiy emas. G'ayratli bo'lish, faqat oldinga intilish, hayot muvaffaqiyatlariga erishish.

Hayot davomida o'qish shaxsiy rivojlanishga qaratilgan mustaqil ta'limning shakli hisoblanadi. Garchi hayot davomida o'qish standartlashtirilmagan bo'lsa-da, odatda, maktab, universitet yoki korporativ mashg'ulot kabi rasmiy o'quv muassasalaridan tashqarida ro'y beradigan o'qishni ta'riflash uchun ishlatiladi.

Biroq, hayot davomida o'qish norasmiy ta'lim bilan cheklanishi shart emas. Bunga insonni o'zining shaxsiy sifatlarini rivojlantirish uchun ixtiyoriy tarzda bilimlarini oshirishini aytisak ham to'g'ri

⁴ Рубинштейн С.Л. (1989). *Основы общей психологии*. – М.,

⁵ Выготский Л.С. (1991) *Мышление и речь*. – М.

⁶ Макаренко А.С. *Лекции о воспитании детей*. – М., 1987.

⁷ Чеснокова Н.И. (1977) *Проблемы самосознания личности*. – М.

bo'ladi. Ushbu maqsadga erishish vositasi norasmiy ta'lim ham, rasmiy ta'lim ham bo'lishi mumkin.

Hayot davomida o'qish – bu nafaqat shaxsiy va kasbiy bilimlarga butun umr davomida, ixtiyoriy va mustaqil tarzda intilishdir. Bu nafaqat ijtimoiy faol fuqarolik va individual rivojlanishni bildiradi, balki raqobatbardoshlik va bandlikni oshiradi. Hayot davomida o'qishning ahamiyati ba'zi muhim sabablarga ko'ra ortib bormoqda. Bularga umr ko'rish davomiyligining oshganligi, "keksalikka qaramlik" nisbatini oshganligi, hayot sifatini oshirish istagi, odamlar tomonidan o'zlarini yaxshi jismoniy va ruhiy holatda saqlashga harakat qilishni misol qilish mumkin. Ushbu sabablarga ko'ra hayot davomida o'qishning ahamiyati ortib bormoqda.

Xitoy faylasufi va siyosatchisi Guanzi ta'limning muhimligiga alohida urg'u berib shunday degan edi: Agar keyingi yilni orzu qilsang, guruch ek, agar keyingi o'n yillikni mo'ljallasang, daraxt ek, agar kelajakni orzu qilsang, insonlarga ta'lim ber.

O'z shaxsini rivojlantirish quyidagi omillarga bog'liq:

Shaxsning o'z qobiliyatlari – bu ko'pincha intellektual, ruhiy masalalarga bog'liq bo'lib, bu ko'proq pedagogning shaxsiy mas'uliyatiga borib taqaladi.

Ish joyidagi muhit – pedagog ishlaydigan muhitda o'z ustida ishlaydigan xodimlarga nisbatan imtiyozlar, mukofotlar mavjud bo'lsa, bu muhitda ishlaydigan pedagog, albatta, o'z-o'zini rivojlantirishga harakat qiladi.

Shaxs o'z-o'zini rivojlantirish uchun, avvalo, o'ziga baho bera olishi kerak, ya'ni o'z-o'zini baholay olishi kerak.

Shaxsning o'z-o'zini baholashi quyidagi darajalarda bo'ladi:

- o'ziga o'ta yuqori baho berish – inson o'ziga imkoniyatidan ko'proq baho berishi⁸;

- o'zini real holatda baholash – imkoniyati darajasida o'z-o'ziga haqqoniy baho berish;

- o'ziga nisbatan bahoning pastligi – inson tabiatan o'ziga past baho beruvchi bo'lishi mumkin, bu ko'proq o'z imkoniyatini yetarlicha baholamaslikdan kelib chiqadi.

Bu baholar o'rtasida eng ma'quli o'zini real holatda baholashdir.

O'z pedagogik faoliyatini o'zi shakllantirib borishning umumiy yo'li – uning har qaysi tarkibiy qismi va ular orasidagi aloqalar ustida ongli ravishda ishlashdan iborat. Avvallari qo'lga kiritilgani pedagogik malakalarga aylanadi. O'qituvchida o'z ustida ishlash ichki dasturining mavjudligi mazkur sohaga mos mashq qilishni kuchaytiradi. Mashq turlari:

1. Pedagogik vaziyatni tahlil qilish, uning faol ishtirokchilarini va imkoniyati boricha hulq motivini aniqlash, ana shu vaziyatdagi har bir ishtirokchining hatti-harakatiga uning hulqi bilan bir butunlikda qarash⁹.

2. Yuzaga chiqqan pedagogik muammoning ichki psixologik-pedagogik ma'nosini tushunish.

3. Vaziyat mohiyatini tahlil qilishdan kelib chiqqan holda o'zining bir yoki bir nechta pedagogik vazifalarini ifodalash.

4. Hatto biror tahlila yuz berishi mumkin bo'lgan noaniq sharoitlardan ham oldindan pedagogik qaror qabul qilish.

5. Pedagogik ta'sir ko'rsatishning sinovini amalga oshirish. To'la - to'kis qaror qabul qilish, oldindan vaziyatni fikran oxirigacha o'ylash, ushbu ta'sirning (yaqin va uzoq) o'quvchilar hatti - harakatida qanday iz qoldirishini ko'ra bilishga intilish. Vaziyatni tahlil etish nihoyasiga yetganidan keyin va uning natijalarini e'tiborga olgan holda yana bir marta unga qaytish va xudi shu vaziyatni hal qilish imkoniyatining boshqa yo'llarini o'ylab ko'rish ("variativ pedagogika"), shuningdek, shunga o'xshash vaziyatlarda keyingi safar qanday yo'l tutish ma'qul ekanligini aniqlash.

6. Xudi shu vaziyatni yana bir marta, lekin, agar uning ishtirokchilari o'zlarini boshqacha tutsalar, qanday vaziyat yuz berishi mumkinligidan kelib chiqib, o'zgacha ko'rinishlarda o'ylab ko'rish.

7. Muhokama qilinayotgan pedagogik vaziyatda o'zini uning boshqa ishtirokchilari qatoriga qo'yish va shu holatda o'zining hatti-harakatiga baho berish va tuzatish kiritish. O'zini avval uchramagan har xil pedagogik vaziyatlarda sinab ko'rish, o'zining hatti-harakatini boshqa shunga yaqin o'qituvchilar hatti-harakati bilan taqqoslash.

Bunday mashqlarning umumiy mohiyati pedagogik vaziyatni tez va to'g'ri tahlil qilishga va o'zgartirishga o'rganishdan, yuz

beradigan vaziyatlarni intuitiv tarzda emas, balki bilimlarga asoslangan holda yondashishni bilishdan iborat. Oldindan to'liq aytish mumkin bo'lmagan, qiyin vaziyatlarni tahlil qilishga doir mashqlar eng katta samara beradi.

Natijalar. Ko'rinish turibdiki, zamonaviy o'qituvchining asosiy vazifasi ma'lumotni chuqur o'rganish bo'lib, u keyinchalik malaka va umumiy kasbiy mahorat darajasini oshirish uchun asos bo'lishi mumkin.

Har bir o'qituvchi pedagogik faoliyat yuritar ekan, berayotgan ta'lim-tarbiyasini yanada samarali chiqishi uchun u o'z ustida muttasil ishlashi, bilimini, mahoratini o'stirishi kerak. O'quvchilar bilan bo'ladigan munosabatlarni puxta o'ylab, ularning ko'ngliga ozor yetkazmasdan ish olib borishi kerak. Muomala madaniyati o'zini tuta bilishini nazorat qilishi kerak. Har bir tarbiyachining dunyoqarashi uning muomalasidan namoyon bo'ladi. Muomalaning asosiy vositasi tildir. Xalqimizdan shunday naql bor: "Bola shirin so'zning gadosi". Shunday ekan tarbiyachi muomalasida juda ehtiyotkor bo'lishi kerak. Alisher Navoiy muomala qiluvchi shaxsning mahorati haqida shunday deydi: "Shirin so'z ko'ngillar uchun bamiqli asaldir".

O'z shaxsiy faoliyatini tahlil qilish va baholash o'qituvchilar uchun eng katta qiyinchilik tug'diradi. Ba'zan, hatto o'z ishini umumiy nazariy asoslari ma'nosini bilgan holda o'qituvchi vaziyatning ichki psixologik amaliy jihatdan boshqara olmaydi. Yoki o'qituvchi o'zining pedagogik ta'siri natijasini oldindan ko'ra bilmaydi, oldindan taxmin qila olmaydi va shuning uchun ham noto'g'ri pedagogik xulosalarga keladi. Boshqa hollarda u sodir bo'gan vaziyatga o'zini moslaydi va uni o'zgartirmaydi. Eng katta qiyinchiliklardan biri shundan iboratki, o'qituvchi o'zining pedagogik faoliyatini bir butunlikda ko'ra olmaydi, o'z faoliyatining vazifalarini, vositalari va natijalari orasidagi aloqalarni e'tibordan chetda qoldiradi. Har bir o'qituvchi o'zi uchun qanday qiyinchiliklar xarakterli ekanligining bilishi va ana shu nuqtai nazardan o'z mehnatiga baho berishi muhimdir.

Muhokama. Hayotimizning dastlabki yigirma ikki yilida bizning asosiy "ishimiz" o'rganishdir. Bizning vaqtimizning asosiy qismi yangi bilimlarni o'zlashtirish uchun sinflarda o'tkaziladi, keyin, o'qishni bitirgandan so'ng, o'zimizni hayotning ta'lim bosqichi tugadi, endi dunyoga chiqish vaqti keldi va o'qish shart emas deb o'ylaymiz. Bu fikr noto'g'ri ekanligi haqida o'ylab ko'rildimi? Ta'limga hayotning chorak qismini sarflab, keyin esa qolgan to'rttdan uch qismida erishgan yutuqlar bilan muammosiz yashash mumkinmi?

Bu noto'g'ri fikr. Lekin ko'pchilik hech bo'lmaganda ongsiz ravishda shu fikrni qo'llab quvvatlagan. Ammo maktab – bilimning birdan bir manbasi bo'lib qolmasligi kerak. Xodimning rasmiy ta'lim olishi tugashi bilan uning yangi sohalarini o'rganishi to'xtab qolishi kerak emas. Shunga ko'ra hayot davomida o'qish – bu shaxsiy yoki professional sabablarga ko'ra "doimiy, ixtiyoriy va o'z-o'zini rag'batlantirgan holda" yangi bilimlarni o'rganishga intilish deganidir. Shuning uchun u nafaqat ijtimoiy moslashuvchanlik, faol fuqarolik va shaxsiy rivojlanishni kuchaytiradi, balki ijtimoiy barqarorlik bilan birga raqobatbardoshlik va bandlikni ta'minlaydi. Bu atama o'rganish bolalik yoki maktab bilan chegaralanmaganligini, inson hayoti davomida va turli vaziyatlarda davom etishini ko'rsatadi. So'nggi ellik yil ichida doimiy ilmiy va texnologik innovatsiyalar va o'zgarishlar mavjud ta'lim ehtiyojlari va uslublariga chuqur ta'sir qildi. O'rganishni endi bilim olish vaqti (maktab) va olingan bilimlarni qo'llash joyi va vaqti (ish joyi)ga ajratish mumkin emas. Buning o'rniga, o'rganishni boshqalar va atrofimizdagi dunyo bilan kundalik munosabatlarimiz asosida doimiy ravishda sodir bo'ladigan holat sifatida ko'rish mumkin. Hayot davomida o'qish – bu shaxsiy hayotimizdagi doimiy o'zgarish, ish hayotimizdagi o'zgarish, boshqaruv, uyushmalar va tashkilotlardagi o'zgarishlarga qarshi kurashishning eng samarali usullaridan biri.

Hozirgi paytdagi doimiy o'zgarishlar doimiy o'rganishni talab qiladi. Afsuski, hozirgi jamiyatimizda ko'plab katta yoshlilar o'zlarini o'zgartirishga, o'rganishga yoki o'z hayotlarini boshqarishga qodir emas yoki xohlamaydilar.

Shunday qilib, o'z-o'zini tarbiyalash – bu o'z-o'zini rivojlantirish va o'zining asosiy madaniyatini shakllantirishga qaratilgan insonning tizimli va ongli faoliyati. O'z-o'zini tarbiyalash muammosi ko'plab o'qituvchilar va psixologlar tomonidan hal qilingan va hal qilinmoqda. O'z-o'zini tarbiyalash majburiyatlarni ixtiyoriy ravishda, ham shaxsiy, ham jamoa talablari asosida bajarish qobiliyatini

⁸ Yadgarova O.I. (2023) Shaxsda o'z-o'zini baholashning ahamiyatli jihatlari Journal of Integrated Education and Research 2(12)

⁹ Данилов М.А. (1996) Педагогика. – М.

mustahkamlash va rivojlantirish, axloqiy his-tuyg'ular, zarur xulq-atvor odatlari, irodaviy fazilatlarni shakllantirish uchun mo'ljallangan. O'z-o'zini tarbiyalash – bu ta'limning ajralmas qismi va natijasi va shaxsni rivojlantirishning butun jarayoni. Bu inson yashaydigan o'ziga xos sharoitlarga bog'liq.

Adabiyotlar ro'yxati.

1. Данилов М.А. (1996) *Педагогика*. – М.
2. Ковалев А.Г. (1975) *Психология личности*. – М.: Мысль. – С. 19.
3. Макаренко А.С. *Лекции о воспитании детей*. – М., 1987.
4. Рубинштейн С.Л. (1989.) *Основы общей психологии*. – М.
5. Выготский Л.С. (1991) *Мышление и речь*. – М.

Demak, o'z-o'zi tustida ishlash – bu pedagogik yo'naltirilgan jarayon. O'z ustida ishlashga psixologik va amaliy tayyorgarlik bu ta'limning eng muhim vazifalaridan biridir.

6. Yadgarova O.I. (2023) Shaxsda o'z-o'zini baholashning ahamiyatli jihatlari *Journal of Integrated Education and Research* 2(12)
7. G'ozdiyev E. G'. (2002) *Umumiy psixologiya* 1-2 tom. Toshkent.
8. Чеснокова И.И. (1977) *Проблемы самосознания личности*. – М.