



MAKTAB O'QUVCHILARIGA MOTIVATSIYA BERISH HAMDA ONGLI QO'LLAB-QUVVATLASHNING PSIXOLOGIK USULLARI

Mirzarahmedova Nodira Xondamirovna

Toshkent viloyati, O'rta Chirchiq tumani 8-sonli maktab psixologi

Annotatsiya: O'quv motivatsiyasi – bu o'quvchilarning ta'lim jarayoniga bo'lgan qiziqishi, ishtiyoqi va faoliyatini belgilovchi psixologik jihatdir. Motivatsiya manbalari sifatida ichki va tashqi faktorlar, shuningdek, o'quvchilarning qiziqishlari va ehtiyojlari e'tiborga olinadi.

Kalit so'zlar: motivatsiya, ichki motivatsiya, o'z-o'ziga ishonch, emotsional, ta'lim muhitining ahamiyati, ruhiyat, psixik jarayonlar

KIRISH:

Maktab o'quvchilarida o'quv motivatsiyasini oshirish, ta'lim jarayonining samaradorligini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Ushbu tadqiqotda o'quv motivatsiyasining psixologik xususiyatlari, uning shakllanishi va rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar tahlil qilinadi. O'quvchilarda motivatsiyani oshirish uchun psixologik yondashuvlar, shaxsiy xususiyatlar, ijtimoiy muhit va o'qituvchilar bilan muloqotning roli ko'rib chiqiladi. Ko'plab insonlar muvaffaqiyatli bo'lishni, yaxshi maosh bilan barqaror ishda ishlashni xohlashadi, lekin hamma ham bunga qanday erishishni bilmaydi. Quyida keltirilgan martaba cho'qqilariga erishganlarning maslahatlari sizga bu bilan kurashishga va martaba zinapoyasiga ko'tarilishga yordam beradi.

1. O'zingizga yoqqan narsani qiling

Agar ish zavq keltirsa, muvaffaqiyatga erishish osonroq. O'zlari yaxshi ko'rgan ishda odamlar kun oxirigacha bo'lgan daqiqalarni hisoblamaydilar, hamkasblari gaplashib vaqt o'tkazmaydilar, shunchaki o'zlari sevgan ish bilan shug'ullanishadi.

Inson o'ziga yoqqan ish bilan shug'ullansa, u normadan tashqari vazifalarni





bajarishga tayyor. Binobarin, u o'zi yoqtirmaydigan ishga vaqt sarflagandan ko'ra yaxshiroq natijalarga erishadi.

2. O'zingizga ishonning

O'ziga ishonmaydigan har bir kishi o'z karerasida ko'tarila olmaydi. Ta'sirchan natijalarga erishish uchun siz barcha kuchli va zaif tomonlaringizdan xabardor bo'lishingiz, ehtiyojlaringiz va e'tiqodlaringizni tinglashingiz kerak.

3. Mas'uliyatni o'z zimmangizga oling

Har qanday harakat va har qanday tanlov oqibatlariga olib keladi, shuning uchun muvaffaqiyatga erishish uchun siz ular uchun mas'uliyatni o'z zimmangizga olishni o'rganishingiz kerak. Bu har bir harakat faqat ijobiy natijalarga olib kelishi uchun puxta o'ylangan reja asosida ongli va ehtiyotkorlik bilan amalga oshirilishi kerak.

4. Konfor zonangizdan chiqing

Yana va yana ko'p narsaga erishish uchun siz o'zingizning konfor zonangizni tark etishingiz, yangi narsalarni sinab ko'rishingiz va ba'zan mutlaqo notanish narsalar uchun javobgarlikni o'z zimmangizga olishingiz kerak. Siz allaqachon yaxshi bo'lgan narsani qilishni to'xtatishingiz kerak, ufqlaringizni kengaytirib, yangi narsalarni o'rganishingiz kerak. Yangi ufqlarni Xodimlar uyi veb-saytida topish mumkin.

5. Doimiy ravishda yaxshilanish

Doimiy o'rganish va takomillashtirish orqali inson mehnat jarayonlarida yanada moslashuvchan bo'ladi. U qanchalik ko'p ko'nikmalarga ega bo'lsa, u shunchalik oson moslashadi va turli vaziyatlarda o'zini topadi. O'qishni e'tiborsiz qoldirmaydiganlar har qanday rol va sharoitlarga osongina moslashadi, bu ish beruvchilar tomonidan yuqori baholanadi.

6. Atrof-muhitingizni tanlang

O'z sohasida allaqachon ko'p yutuqlarga erishgan odamlar bilan muloqot qilish muhimdir. Birinchidan, u rag'batlantiradi. O'zini professionallar bilan o'rab olgan odam, xuddi shunday bo'lishni xohlaydi va buning uchun harakat qila boshlaydi. Ikkinchidan, bunday tanishlar qiyin vaziyatlardan chiqishga yordam





beradi, muammolarni hal qilish yo'llarini taklif qiladi va martaba zinapoyasiga ko'tarilishni osonlashtiradi.

7. Puldan tashqariga chiqing

Pul uchun ishlash - muvaffaqiyatsiz pozitsiya. Har qanday biznesda muvaffaqiyatga erishish uchun siz motivatsiyani nafaqat pul mukofotlarida topa olishingiz kerak: ishning o'zi mukofotga aylanishi kerak.

Inson diqqatni natijalarga qaratishga odatlangan va odatda maqsadga erishish jarayonidan zavqlanmaydi. Bu nafaqat karerangizda ko'tarilishingizga to'sqinlik qiladi, balki odamlarni umuman baxtsiz qiladi.

8. Taslim bo'lmang

Hech narsa qilayotganda taslim bo'lolmaysiz. Ishga kelganda taslim bo'lmaslik ayniqsa muhimdir. Afsuski, barcha vazifalar birinchi marta to'g'ri bajarilishi mumkin emas, lekin bunga juda katta ahamiyat bermaslik kerak. Xatolaringizdan saboq olib, keyingi safar ulardan qochish yaxshiroqdir. Muvaffaqiyat yo'li qiyin, shuning uchun undan o'tishda siz o'zingizni nazorat qilishingiz va faqat oldinga intishingiz kerak. Rezyumeni yarating va doimiy ravishda yangilab turing.

9. Ko'p ishlash hurmatga sazovor bo'lish degani emas

Ko'pchilik, ular qanchalik ko'p vazifalarni bajarsalar, shunchalik hurmatga sazovor bo'lishlariga ishonishadi. Bu mutlaqo to'g'ri emas. Ortiqcha mas'uliyatni o'z zimmasiga olishning hojati yo'q. O'z vazifasini o'z vaqtida boshqalarga topshira oladigan xodim ancha qadrlanadi. Muvaffaqiyatli odamlar ushbu strategiya tamoyilini uzoq vaqtdan beri tushunib yetishgan. Ular boshqalarga o'z ishlarini bajarishlari uchun pul to'lashga va bo'sh vaqtlarini muhimroq ishlarga sarflashga tayyor.

10. Sog'lom odatlarni rivojlantiring

Biror kishi barcha harakatlarning taxminan 80 foizini avtomatik ravishda bajaradi. Xo'sh, nima uchun muvaffaqiyatga erishishingizga yordam beradigan ushbu 80% odatlarni kiritmaysiz?



Misol uchun, siz o'zingizni belgilangan muddatga yetmasdan darhol ishni bajarishga o'rgatishingiz mumkin. Ko'p odamlar ishni kechiktiradilar va keyin stress ostida hamma narsani qisqa vaqt ichida bajarishga harakat qiladilar. Topshiriqlarni muddatidan oldin bajarib, ko'proq vaqtni bo'shatib, uni osonroq tarqatishingiz mumkin.

Muvaffaqiyat kamdan-kam hollarda o'z-o'zidan keladi, shuning uchun unga erishish uchun siz ko'p harakat qilishingiz kerak. Ushbu tavsiyalarga amal qilish orqali siz bu yo'ldan tezroq va osonroq o'tishingiz mumkin.

Motivatsiya manbalari sifatida ichki va tashqi faktorlar, shuningdek, o'quvchilarning qiziqishlari va ehtiyojlari e'tiborga olinadi. Tadqiqot natijalari asosida maktabda o'quvchilarda yuqori motivatsiyani shakllantirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqiladi. Bu esa nafaqat akademik muvaffaqiyatga olib keladi, balki o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishi va ijtimoiy moslashuviga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ushbu maqola, shuningdek, maktab ta'limida innovatsion usullarni qo'llash orqali motivatsiyani oshirish imkoniyatlarini ham o'rganadi. O'qituvchilar va pedagogik jamoa uchun amaliy tavsiyalar berish orqali, maktab muhitini yanada samarali qilish maqsadida muallifning fikrlarini taqdim etadi.

O'quv motivatsiyasi – bu o'quvchilarning ta'lim jarayoniga bo'lgan qiziqishi, ishtiyoqi va faoliyatini belgilovchi psixologik jihatdir. Maktab o'quvchilarida o'quv motivatsiyasini oshirish uchun bir qator psixologik xususiyatlar va yondashuvlar mavjud:

1. Shaxsiy qiziqish: O'quvchilarning shaxsiy qiziqishlari va ehtiyojlari inobatga olinishi zarur. O'quvchilarni qiziqtiradigan mavzularni tanlash, ularning o'z fikrlarini bildirish imkoniyatini berish muhimdir.

2. Ma'naviy-madaniy muhit: O'quvchilarning ijtimoiy muhiti, ya'ni oila, do'stlar va o'qituvchilar bilan aloqalari motivatsiyani oshirishda katta rol o'ynaydi.

Ijobiy muhit yaratish, hamkorlikka asoslangan ta'lim usullarini qo'llash foydalidir.



3. Ma'lumotlarni shaxsiylashtirish: O'quvchilarga o'z bilimlarini amalda qo'llash imkoniyatini berish, masalan, loyihalar va tajribalar orqali, ularning motivatsiyasini oshiradi.

4. Maqsadlarni belgilash: O'z maqsadlarini aniqlash va ularga erishishda yordam beruvchi yo'l-yo'riqlar ko'rsatish muhimdir. Kichik maqsadlarni belgilash orqali o'z-o'zini rag'batlantirish mumkin.

5. Ijobiy fikrlar va rag'batlantirish: O'quvchilarni muvaffaqiyatlari uchun rag'batlantirish, ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Ijobiy fikrlar va konstruktiv tanqid berish orqali ularning rivojlanishini qo'llab-quvvatlash kerak.

6. O'z-o'zini boshqarish: O'quvchilarga o'z vaqtlarini samarali boshqarishni o'rgatish, stressni kamaytirishga yordam beradi va bu ularning motivatsiyasini oshiradi.

7. Qobiliyatlarni rivojlantirish: Har bir o'quvchining individual qobiliyatlari e'tiborga olinishi kerak. Ularni rivojlantirishga yo'naltirilgan faoliyatlar motivatsiyani oshiradi.

8. Yangi texnologiyalarni qo'llash: Zamonaviy texnologiyalar yordamida taqdimotlar tayyorlash yoki interaktiv darslar o'tkazish orqali darslarni qiziqarliroq qilish mumkin.

9. Emotsional jihatlar: Darslarda emotsional aloqalarni yaratish – munosabatlarni mustahkamlashga yordam beradi va bu esa motivatsiyani kuchaytiradi.

Ushbu psixologik xususiyatlar maktabda o'qituvchilar tomonidan amalga oshirilsa, o'quvchilarning ta'lim jarayoniga bo'lgan qiziqishi ortadi hamda ular muvaffaqiyatliroq bo'lishlariga yordam beradi.

Asosiy qism:

Maktab o'quvchilarida o'quv motivatsiyasini oshirish psixologik xususiyatlari mavzusi, ta'lim jarayonining samaradorligini kuchaytirish va o'quvchilarning umumiy rivojlanishiga hissa qo'shish nuqtai nazaridan juda muhimdir. Ushbu mavzuning ahamiyati quyidagi jihatlardan iborat:



1. Ta'lim samaradorligi: O'quv motivatsiyasi yuqori bo'lgan o'quvchilar darslarga faol qatnashadilar, bilim olishga intilishadi va o'z maqsadlariga erishishga harakat qilishadi. Bu ta'lim jarayonining samaradorligini oshiradi.

2. Shaxsiy rivojlanish: O'quv motivatsiyasi shaxsning intellektual va emosional rivojlanishini ta'minlaydi. Motivatsiya orqali o'quvchilar o'zlarining qobiliyatlarini ochish, yangi narsalarni o'rganish va shaxsiy maqsadlariga erishishda ko'proq ishtirok etadilar.

3. Ijtimoiy adaptatsiya: O'z-o'zini rag'batlantira olish qobiliyati ijtimoiy muhitda muvaffaqiyatli integratsiya qilinishiga yordam beradi. Motivatsiya orqali o'quvchilar muloqot qilish, hamkorlik qilish va jamoa ichida ishlash ko'nikmalarini rivojlantiradilar.

4. Emotsional farovonlik: Motivatsiya oshishi bilan birga, o'quvchilarning psixologik salomatligi ham yaxshilanadi. Ular darslardan qoniqish hosil qilib, stress darajalarini kamaytirishi mumkin.

5. O'qituvchilarga yordam: O'qituvchilar uchun ham motivatsiyani tushunish va uni oshirish usullarini bilish muhimdir. Bu ularga darslarni qiziqarli va samarali o'tkazishga yordam beradi.

6. Innovativ yondashuvlar: Motivatsiyani oshirishda zamonaviy pedagogik texnologiyalar va innovativ metodlardan foydalanish mumkin, bu esa ta'lim jarayonini yanada qiziqarli qiladi.

Umuman olganda, maktabda o'quvchilarda motivatsiyani oshirish nafaqat ularning akademik muvaffaqiyatlariga yordam beradi, balki ularning shaxs sifatlarini ham rivojlantiradi va kelajakdagi hayotlari uchun mustahkam poydevor yaratadi.

Maktab o'quvchilarida o'quv motivatsiyasini oshirish psixologik xususiyatlari bir necha asosiy omillarga bog'liq. Ushbu omillar o'quvchilarni ta'lim jarayoniga jalb qilish va ularning muvaffaqiyatli o'rganishlariga yordam berishi mumkin.

Quyida bu jihatlar haqida batafsil ma'lumot beriladi:



1. Ichki va tashqi motivatsiya

- Ichki motivatsiya: O'quvchilar o'zlarini qiziqtiradigan va yoqtiradigan faoliyatlar bilan shug'ullanishganda, ularning ichki motivatsiyasi oshadi. Bu, masalan, bilim olishning qiziqarli jarayoni yoki yangi narsalarni o'rganish istagi bo'lishi mumkin.

- Tashqi motivatsiya: Odatda baholar, mukofotlar yoki ota-onalarning e'tibori kabi tashqi omillar orqali shakllanadi. Tashqi motivatsiyani samarali ravishda boshqarish, ichki motivatsiyani kuchaytirishga yordam beradi.

2. O'z-o'zini anglash va ishonch

O'quvchilarning o'ziga bo'lgan ishonchi va qobiliyatlarini anglashlari ularning motivatsiyasini oshirishda muhim rol o'ynaydi. Agar o'quvchilar o'zlarini muvaffaqiyatli deb hisoblasa, ular ko'proq harakat qilishga tayyor bo'ladi.

3. Ma'lumotlarga qiziqish

O'quvchilarda ma'lumotlarga bo'lgan qiziqishni rag'batlantirish uchun interaktiv darslar, muammoli vazifalar va amaliy mashg'ulotlar o'tkazish muhimdir. Bu usullar orqali bilimlarni amalda qo'llash imkoniyati yaratiladi.

4. Ijtimoiy muhit

Ijtimoiy muhit (do'stlar, oilaviy muhit, murabbiylar) ham motivatsiyani oshirishda katta ahamiyatga ega. Ota-onalar va o'qituvchilar tomonidan qo'llabquvvatlash, ijobiy fikrlar va rag'batlantirish orqali bolalarning bilim olish jarayoniga bo'lgan munosabatini yaxshilash mumkin.

5. Shaxsiy maqsadlar belgilash

O'quvchilarga shaxsiy maqsadlarni belgilashda yordam berish juda samarali usul hisoblanadi. O'zlariga nisbatan realistik maqsadlarni belgilagandan so'ng, ular ularga erishishga intilishadi.

6. Muvaffaqiyatni his qilish

O'quvchilar kichik muvaffaqiyatlarni his qilishlari zarur — bu ularning kelajakdagi faoliyatlari uchun kuchli motivator hisoblanadi. Muvaffaqiyatli



natijalarga erishganda rag'batlantirish va e'tirof etish ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi.

XULOSA

Maktab o'quvchilarida o'quv motivatsiyasini oshirish psixologik jihatdan ko'p omillarga bog'liqdir. Ichki va tashqi motivatsiyalarni muvozanatlash, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni kuchaytirish, shaxsiy maqsadlarni belgilash va muvaffaqiyatlarni tan olish orqali ta'lim jarayonida samaradorlikni oshirish mumkin. Ustozlar va ota-onalar bu jarayonda faol ishtirok etishi lozimdir, chunki ulardan qayta-qayta beriladigan ijobiy fikrlar bolalarning rivojlanishi uchun zarurdir. O'quv motivatsiyasi - bu o'quvchilarning ta'lim jarayoniga bo'lgan qiziqishi, maqsadga erishish istagi va intilishi. Motivatsiya masalasi psixologiya va pedagogikada muhim, chunki u o'qitish jarayonining samaradorligini belgilaydi. O'quvchilarni motivatsiyalashda quyidagi psixologik xususiyatlar muhim rol o'ynaydi:

1. Shaxsiy qiziqish: O'quvchilarning o'z qiziqishlari va ehtiyojlarini inobatga olish motivatsiyani oshiradi. Ularning individual xususiyatlarini bilish orqali ta'lim jarayonini shaxsiylashtirish mumkin.

2. Ma'naviy qo'llab-quvvatlash: Oila, ustozlar va do'stlarning qo'llabquvvatlashi o'quvchilarda ijobiy hissiyotlar yaratadi. Ijobiy muhiti bo'lgan sinfda o'qiyotgan bolalar ko'proq motivatsiyani his qilishadi.

3. Maqsadlarni belgilash: O'z oldiga maqsadlar qo'ygan o'quvchilar o'zini ko'proq rivojlantirishga intilishadi. Maqsadli yondashuv, ayniqsa, qisqa muddatli va uzoq muddatli maqsadlarni belgilashda muhimdir.

4. O'z-o'zini baholash: O'quvchilarda muvaffaqiyatni baholash va natijalarni tahlil qilish qobiliyati ham motivatsiyani oshirishi mumkin. Bu jarayonda, ularning kuchli tomonlarini aniqlash va rag'batlantirish muhimdir.

5. Samarali fikrlash: Tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish orqali o'quvchilar mustaqil ravishda yechim izlashga intilishlari mumkin.



FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2017). Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development and wellness.
2. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control.
3. Akhmedova, D. (2019). O'quvchilarning motivatsiyasini oshirishda innovatsion usullar. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi.
4. Ergasheva, N. (2020). Psixologik motivatsiya va uning ta'lim jarayonidagi roli. "Ta'lim va psixologiya" jurnalida maqola.
5. Khamraev, A., & Murodov, A. (2021). Ta'limda motivatsiyani oshirishning psixologik asoslari. Tashkent: Fan va texnologiyalar.
6. Nazarov, I. (2018). O'quvchilarda motivatsiya shakllantirish: nazariya va amaliyot. "O'zbekiston ta'limi" jurnalida maqola.

