

**O'QUV MOTIVATSIYASINING KLINIK-PSIXOLOGIK OMILLARI****Yo'ldosheva Durdona Baxtiyorovna***Termiz davlat universiteti**Psixologiya yo'nalishi 1-kurs magistranti*

Annotatsiya: *Mazkur maqolada talabalarda o'quv motivatsiyasiga ta'sir qiluvchi klinik-psixologik omillar nazariy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda stress, tashvish, depressiv holatlar va emotsional kuyish sindromining o'quv jarayonidagi motivatsiyaga ta'siri ko'rib chiqilgan. Shuningdek, yetakchi psixolog olimlarning motivatsiya va psixoemotsional holat haqidagi nazariy qarashlari asosida muammoning ilmiy tahlili amalga oshirilgan.*

Kalit so'zlar: *o'quv motivatsiyasi, stress, tashvish, depressiya, emotsional kuyish, ichki motivatsiya, tashqi motivatsiya.*

Аннотация; *В статье представлен теоретический анализ клинико-психологических факторов учебной мотивации студентов. Рассмотрены влияние стресса, тревожности, депрессивных состояний и эмоционального выгорания на учебную деятельность. Проанализированы научные подходы ведущих психологов к проблеме мотивации и эмоционального состояния личности.*

Ключевые слова: *учебная мотивация, стресс, тревожность, депрессия, эмоциональное выгорание, внутренняя мотивация.*

Abstract: *This article presents a theoretical analysis of clinical and psychological factors influencing students' academic motivation. The impact of stress, anxiety, depressive states, and emotional burnout on learning activity is examined. The study also analyzes theoretical perspectives of leading psychologists regarding motivation and emotional well-being.*

Keywords: *academic motivation, stress, anxiety, depression, emotional burnout, intrinsic motivation.*

Zamonaviy ta'lim tizimida o'quv motivatsiyasi talabalarning akademik muvaffaqiyatini belgilovchi muhim psixologik omil hisoblanadi. Motivatsiya shaxsni ma'lum faoliyatga undovchi ichki va tashqi omillar tizimi bo'lib, u o'quv jarayonining samaradorligini ta'minlaydi. Biroq so'nggi yillarda yoshlar orasida psixoemotsional zo'riqishning ortishi o'quv motivatsiyasining pasayishiga olib kelmoqda.

Gumanistik psixologiya vakili Abraham Maslow motivatsiyani ehtiyojlar iyerarxiyasi orqali tushuntiradi. Uning nazariyasiga ko'ra, shaxsning o'zini namoyon qilish ehtiyoji qondirilgandagina ichki motivatsiya shakllanadi. Agar xavfsizlik yoki ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ehtiyojlari qondirilmasa, o'quv faoliyatiga bo'lgan qiziqish susayadi.



Shuningdek, Carl Rogers ta'kidlaganidek, shaxsning "Men-konsepsiyasi" ijtimoiy muhit ta'sirida shakllanadi. Agar talaba o'zini muvaffaqiyatsiz deb his qilsa yoki atrofdagilar tomonidan salbiy baholansa, uning ichki motivatsiyasi pasayadi.

O'quv motivatsiyasiga ta'sir qiluvchi asosiy klinik omillardan biri — stressdir. Akademik yuklama, imtihonlar, raqobat muhiti talabalarda surunkali stressni yuzaga keltiradi. Uzoq davom etgan stress diqqat va xotira jarayonlarini susaytirib, o'quv faoliyatiga befarqlikni kuchaytiradi.

Tashvish (anksiyete) darajasining yuqoriligi ham motivatsiyani kamaytiradi. Doimiy xavotir hissi muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish bilan birga o'ziga ishonchsizlikni kuchaytiradi. Bu esa tashqi motivatsiyaning ustunlashishiga, ichki motivatsiyaning esa zaiflashishiga olib keladi.

Depressiv holatlar esa energiya pasayishi, qiziqishning yo'qolishi va ijtimoiy chekinish bilan namoyon bo'ladi. Bunday sharoitda talaba o'quv jarayonidan qoniqish olmaydi va akademik natijalari pasayadi.

Emotsional kuyish (burnout) sindromi ham dolzarb muammolardan biridir. Doimiy yuklama va yuqori kutilmalar shaxsning psixologik resurslarini kamaytiradi. Natijada motivatsiya susayadi, o'qishga nisbatan befarqlik paydo bo'ladi.

O'quv motivatsiyasiga ta'sir etuvchi klinik psixologik omillar

Emotsional barqarorlik va ruhiy salomatlik

Depressiya, tashvish va stress darajasi o'quv motivatsiyasini sezilarli darajada kamaytiradi. Masalan, klinik depressiya bilan og'rigan talaba o'zining o'quv qobiliyatiga ishonchsiz bo'lib, vazifalarni kechiktirishga moyil bo'ladi.

Psixologik barqarorlik motivatsiyani oshirishga yordam beradi, chunki talaba o'z maqsadlarini aniqlik bilan belgilay oladi.

O'z-o'zini boshqarish va intizom

Impulsivlik va e'tibor yetishmasligi kabi klinik xususiyatlar o'quv jarayoniga salbiy ta'sir qiladi. Masalan, ADHD (diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik buzilishi) bilan og'rigan o'quvchilar motivatsiyani barqaror saqlashda qiyinchiliklarga duch keladi.

Kognitiv funksiyalar va aqliy salohiyat

Kognitiv qobiliyatlar, jumladan, e'tibor, xotira, rejalashtirish va ijodkorlik, o'quv motivatsiyasini to'g'ridan-to'g'ri ta'sir qiladi. Masalan, yodlash va tushunish qiyinchiliklari bo'lgan talaba o'zini tezda charchagan va demotivatsiyalangan his qilishi mumkin.

Shaxsiyat va ichki rag'bat

Klinika psixologiyada shaxsiyatning ba'zi xususiyatlari motivatsiyaga bevosita ta'sir qiladi: mas'uliyatlilik, o'ziga bo'lgan ishonch, perfektsionizm.

Past o'z-o'ziga hurmat va yuqori darajadagi o'zini tanqid qilish motivatsiyani pasaytiradi.

Ijtimoiy va oilaviy muhit





Ota-onalar bilan psixologik munosabat, o'qituvchilar bilan aloqalar, va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash o'quv motivatsiyasini mustahkamlash yoki susaytirishi mumkin.

Klinik hollarda, masalan, oilada zo'ravonlik yoki e'tiborsizlik mavjud bo'lsa, motivatsiya sezilarli darajada pasayadi.

Stress va travmatik tajribalar

Psixologik travma, travmatik hodisalar yoki yuqori darajadagi akademik stress motivatsiyani kamaytiradi.

Stressni boshqarish strategiyalari va psixologik yordam motivatsiyani tiklashda muhim rol o'ynaydi.

Xulosa

Nazariy tahlillar shuni ko'rsatadiki, o'quv motivatsiyasi shaxsning psixoemotsional holati bilan chambarchas bog'liqdir. Stress, tashvish, depressiv holatlar va emotsional kuyish ichki motivatsiyaning pasayishiga olib keladi. Shuning uchun ta'lim muassasalarida psixologik qo'llab-quvvatlash tizimini kuchaytirish, stressni boshqarish dasturlarini joriy etish hamda talabalarda ijobiy "Men-konsepsiya"ni shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

- 1 Maslow A. Motivation and Personality. — New York: Harper & Row, 1970.
- 2 Rogers C. On Becoming a Person. — Boston: Houghton Mifflin, 1961.
- 3 G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. — Toshkent: O'qituvchi, 2010.
- 4 Qodirov B.R. Shaxs psixologiyasi. — Toshkent: Fan, 2015.
- 5 Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. — Toshkent: Noshir, 20
6. Шагазатова, Б. Х., Рахимбердиева, З. А., Юлдашева, Н. Х., & Артикова, Д. М. (2021). ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ АНАЛОГОВ КЕТОАМИНОКИСЛОТ (КЕТОСАН) В УЛУЧШЕНИИ ТЕЧЕНИЯ ХРОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ ПОЧЕК У БОЛЬНЫХ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ. EDITOR COORDINATOR, 309.