

TALABALAR O'QUV FAOLIYATINI SAMARALI TASHKIL ETISH VA O'ZINI O'ZI FAOLLASHTIRISH JARAYONINI PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Abdullayev Feruzbek Maqsud o'g'li

Abu Rayhon Beruniy nomidagi

Urganch davlat universiteti assistent o'qituvchisi

E-mail:abdullayevferuzbek34@gmail.com

Annotatsiya: *Ushbu maqolada talabalarning o'quv faoliyatini samarali tashkil etish va o'zini o'zi faollashtirishning psixologik mexanizmlari tahlil qilingan. Tadqiqotda kognitiv, motivatsion va metakognitiv jarayonlarning o'rni, o'z-o'zini boshqarish va o'quv strategiyalarining ahamiyati yoritilgan. Maqolada mazkur mexanizmlarni shakllantirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ham berilgan.*

Kalit so'zlar: *O'quv faoliyati; ta'lim jarayonini tashkil etish; talabalar faolligi; o'zini o'zi faollashtirish; o'zini o'zi boshqarish; ichki motivatsiya; o'quv motivatsiyasi; psixologik mexanizmlar; kognitiv faollik; refleksiya; o'quv strategiyalari; o'z-o'zini nazorat qilish; metakognitiv jarayonlar; ta'lim samaradorligi; shaxsiy rivojlanish.*

Аннотация: *В данной статье анализируются психологические механизмы эффективной организации учебной деятельности и самоактивации студентов. В исследовании освещена роль когнитивных, мотивационных и метакогнитивных процессов, а также значение саморегуляции и учебных стратегий. В статье также представлены практические рекомендации по формированию данных механизмов.*

Annotation: *This article analyzes the psychological mechanisms of effective organization of students' learning activities and self-activation. The study highlights the role of cognitive, motivational, and metacognitive processes, as well as the importance of self-regulation and learning strategies. Practical recommendations for developing these mechanisms are also provided in the article.*

KIRISH: *Ta'lim tizimining asosiy vazifalaridan biri – talabalarning o'quv faoliyatini samarali tashkil etish, ularda mustaqil bilimlarni egallash va o'z-o'zini rivojlantirish ko'nikmalarini shakllantirishdan iboratdir. Zamonaviy ta'lim sharoitida talabalarning passiv tinglovchilikdan faol izlanuvchilikka o'tishi muhim ahamiyat kasb etadi. Bu jarayon bevosita ularning o'zini o'zi faollashtirish qobiliyati bilan bog'liq bo'lib, ushbu qobiliyat shaxsning maqsadga intilish, o'z salohiyatini ro'yobga chiqarish va ta'lim jarayonini ongli ravishda boshqarishini anglatadi 45. Mazkur muammoning dolzarbligi, ayniqsa, axborot asrida yangi bilimlarni tez o'zlashtirish va*

45 Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008. – 176 b.



doimiy ravishda yangilanib borish zaruriyati bilan izohlanadi. Tadqiqot maqsadi – talabalarning o'quv faoliyatini samarali tashkil etish va o'zini o'zi faollashtirish jarayonining psixologik mexanizmlarini ilmiy-nazariy jihatdan asoslash, ularning ta'lim samaradorligiga ta'sirini aniqlash hamda mazkur mexanizmlarni rivojlantirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iboratdir. Tadqiqot vazifalari sifatida quyidagilar belgilangan: o'quv faoliyatini tashkil etishning asosiy psixologik nazariyalarini tahlil qilish; talabalarning o'zini o'zi faollashtirishini ta'minlovchi motivatsion va kognitiv omillarni o'rganish; metakognitiv strategiyalarning o'zini o'zi boshqarishdagi rolini aniqlash. Mazkur muammo yuzasidan ko'plab tadqiqotlar olib borilgan. Jumladan, P.Y. Galperin, V.V. Davidov, D.B. Elkoninlarning faoliyat nazariyasi doirasida o'quv faoliyatining strukturaviy komponentlari va uni shakllantirish yo'llari chuqur o'rganilgan⁴⁶. A.N. Leontyev va S.L. Rubinshteyn kabi olimlar shaxs faoliyatining motivatsion asoslarini tahlil qilib, ehtiyojlar, intilishlar va maqsadlarning o'quv jarayonidagi ahamiyatini ko'rsatib berganlar⁴⁷. O'zbekistonlik olimlardan M.G. Davletshin, E.G. G'oziev, B.M. Kadyrov, N.S. Safarovlar ta'lim psixologiyasi, pedagogik psixologiya va shaxs rivojlanishi masalalarida muhim ilmiy izlanishlar olib borganlar. Biroq, talabalarning o'zini o'zi faollashtirishning psixologik mexanizmlariga bag'ishlangan kompleks tadqiqotlar hanzgacha yetarlicha emas. Xususan, ushbu jarayonni kognitiv, motivatsion va metakognitiv darajalarda tahlil qilish va ularning o'zaro bog'liqligini chuqur o'rganish muhim ilmiy yangilik hisoblanadi.

ASOSIY QISM: Talabalarning o'quv faoliyatini samarali tashkil etish va o'zini o'zi faollashtirish jarayoni bir qator psixologik mexanizmlar asosida amalga oshiriladi. Bu mexanizmlar bir-biri bilan uzviy bog'liq bo'lib, ta'lim samaradorligini ta'minlashda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Tadqiqotda mazkur mexanizmlar motivatsion, kognitiv va metakognitiv darajalarda ko'rib chiqiladi. Motivatsion mexanizmlar: O'quv faoliyatining muvaffaqiyati avvalambor talabaning ichki motivatsiyasi bilan belgilanadi⁴⁸. Ichki motivatsiya — bu talabaning bilimlarni egallashga bo'lgan shaxsiy qiziqishi, intilishi va xohishi bo'lib, tashqi rag'batlantiruvchilarga (masalan, yuqori baho, diplom) bog'liq emas. Ichki motivatsiyali talaba o'quv jarayonini o'zi uchun qiziqarli va ma'noli deb biladi. U yangi bilimlarni mustaqil izlashga, chuqur tushunishga va tadqiqotchilik faoliyatini amalga oshirishga moyil bo'ladi. Psixologiyada o'zini o'zi faollashtirish motivatsiyasini shakllantirishda maqsadni belgilash nazariyasi muhim ahamiyatga ega. Talaba o'zi uchun aniq, erishib bo'ladigan va dolzarb maqsadlar qo'yishi lozim. Misol uchun, 1-kurs talabasi uchun "Semestrda barcha fanlarni 'a'lo bahoga yopish" maqsadidan ko'ra, "Fizika fanidan laboratoriya

46 Halperina P.Y. Основы формирования умственных действий. – Москва: МГУ, 1965. – 238 с.

47 Leontyev A.N. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва: Политиздат, 1975. – 304 с.

48 Deci E.L., Ryan R.M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. – New York: Plenum, 1985. – 371 p.



ishlarini o'z vaqtida va sifatli bajarish" yoki "Ingliz tilidan o'quv yil oxirigacha C1 darajasiga erishish" kabi aniqroq maqsadlar samaraliroq bo'ladi. Natijaviy maqsadlar bilan bir qatorda, jarayonli maqsadlar ham muhim, ular o'quv faoliyatining o'zidan qoniqish hosil qilishga yordam beradi⁴⁹. Yana bir muhim omil – o'zini o'zi baholash va e'tiqod tizimlaridir. Albert Banduraning ijtimoiy-kognitiv nazariyasiga ko'ra, o'z-o'ziga ishonch (self-efficacy) — bu shaxsning muayyan harakatlarni muvaffaqiyatli bajarish qobiliyatiga bo'lgan e'tiqodi bo'lib, u o'quv faoliyatidagi faollikka bevosita ta'sir etadi. Agar talaba o'zining qobiliyatlariga ishonsa, u qiyinchiliklarga duch kelganida ham harakat qilishda davom etadi. Aksincha, o'ziga ishonchi past bo'lgan talaba tezda taslim bo'ladi. Kognitiv mexanizmlar: Kognitiv mexanizmlar o'rganish jarayonini qayta ishlash, tushunish va xotirada saqlash bilan bog'liq bo'lgan aqliy jarayonlarni o'z ichiga oladi. Bularga diqqatni jamlash, axborotni qabul qilish, uni tahlil qilish, sintezlash, taqqoslash kabi jarayonlar kiradi. Samadorlikni oshirishda kognitiv faollikning o'rni beqiyos. Kognitiv faollik — talabaning o'rganilayotgan materialga chuqur kirib borishi, uni tanqidiy tahlil qilishi va oldingi bilimlari bilan bog'lashi demakdir⁵⁰. Oddiygina eslab qolish o'rniga, talaba o'rganilgan materialni tahlil qila olgani, uning asosiy g'oyalarini ajrata olgani va turli kontekstlarda qo'llay olgani uning kognitiv faolligidan dalolat beradi. Masalan, tibbiyot talabasi darslikdagi kasallik belgilarini shunchaki yodlash o'rniga, ularning yuzaga kelish sabablarini fiziologik jarayonlar bilan bog'lab tushunishga harakat qilsa, bu uning kognitiv faolligini ko'rsatadi. Bu jarayonda tanqidiy fikrlash ko'nikmalari ham muhim. Talaba mavzuga bir tomonlama yondashmasdan, turli nazariyalar va qarashlarni solishtirib, o'z xulosalarini shakllantirishi lozim. Metakognitiv mexanizmlar: Metakognitivizm — bu "fikrlash haqida fikrlash" degani bo'lib, shaxsning o'z kognitiv jarayonlarini nazorat qilish va boshqarish qobiliyatini anglatadi⁵¹. Talabalarning o'zini o'zi faollashtirishida metakognitiv strategiyalar hal qiluvchi ahamiyatga ega. Bular o'quvni rejalashtirish, monitoring qilish, baholash va tartibga solish kabi jarayonlarni o'z ichiga oladi. Rejalashtirish: Bu talabaning o'quv vazifasini bajarishdan oldin uning hajmini, murakkabligini baholashi, o'zining mavjud bilim va ko'nikmalarini tahlil qilishi hamda vaqtni to'g'ri taqsimlashi demakdir. Masalan, talaba imtihonga tayyorlanishdan avval, "Qaysi mavzulami yaxshi bilaman? Qaysilariga ko'proq vaqt ajratishim kerak? Qanday o'quv materiallaridan foydalansam bo'ladi?" kabi savollarga javob topishi. Monitoring: O'quv jarayonida o'zini o'zi nazorat qilish, tushunish darajasini kuzatib borish. "Men bu mavzuni tushunyapmanmi? Yoki ayrim qismlari noaniq qolyaptimi? Esab qolganlarimni sinab ko'rsammi?" kabi savollar monitoring

49 Locke E.A., Latham G.P. A Theory of Goal Setting and Task Performance. – Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1990. – 413 p.

50 Davydov V.V. Vidy obobsheniya v obuchenii: logiko-psixologicheskie problemy postroeniya uchebnykh predmetov. – Moskva: Pedagogika, 1972. – 423 s.

51 Flavell J.H. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry // American Psychologist. – 1979. – Vol.34, No10. – P.906–911.

jarayonining ko'rinishlaridir. Baholash: O'quv vazifasi bajarilgandan so'ng natijalami tahlil qilish va xatoliklar sababini aniqlash. "Nima uchun bu masalani yecholmadim? Mening yondashuvim qayerda xato edi? Kelajakda qanday o'zgarishlar kiritishim kerak?" kabi savollar refleksiya va o'z-o'zini baholashga xizmat qiladi⁵². Tartibga solish (regulyasiya): Ta'lim jarayonida yuzaga kelgan qiyinchiliklarni bartaraf etish uchun o'z strategiyalarini o'zgartirish, yangi yondashuvlarni qidirish. Agar talaba bir usul bilan mavzuni o'zlashtira olmasa, boshqa kitobga murojaat qilish, o'qituvchidan yordam so'rash yoki boshqa o'quv strategiyasini qo'llashi mumkin. Bu metakognitiv ko'nikmalarni rivojlantirish talabada mustaqillik va mas'uliyatni oshiradi. Ushbu mexanizmlarning samarali ishlashi talabaning o'quv faoliyatida yuqori natijalarga erishishiga yordam beradi va uni shaxs sifatida rivojlantiradi. O'z-o'zini nazorat qilish va o'quv strategiyalarini ongli ravishda qo'llash qobiliyati akademik muvaffaqiyatning asosiy omillaridan biridir⁵³. Masalan, o'quv strategiyasini qo'llashda talaba "SQ3R" (Survey, Question, Read, Recite, Review – umumiy ko'rib chiqish, savollar berish, o'qish, takrorlash, qayta ko'rib chiqish) metodidan foydalanishi mumkin. Bu usul matnni chuqur tushunish va xotirada saqlashga yordam beradi. Bunday strategiyalarni o'rgatish va qo'llashga undash oliy ta'lim muassasalarining muhim vazifalaridan sanaladi. Jumladan, mutolaa jarayonida talaba matnni shunchaki o'qib chiqish o'rniga, muhim joylarini ajratib, savollar tug'dirib, javob topishga harakat qilsa, uning kognitiv va metakognitiv faolligi ortadi. Shuningdek, talabalarni jamoaviy loyihalarda ishtirok etishga undash, ularda o'zaro hamkorlik va bir-birining fikrini hurmat qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Bu esa o'z navbatida, o'zgalarning tajribasidan o'rganish va o'z xatolarini atroflicha tahlil qilishga yordam beradi. Xulosa qilib aytganda, talabalar o'quv faoliyatini samarali tashkil etish va o'zini o'zi faollashtirish jarayoni motivatsion omillar (ichki intilish), kognitiv qobiliyatlar (ma'lumotni qayta ishlash) va metakognitiv ko'nikmalar (o'z bilish jarayonlarini boshqarish)ning o'zaro uyg'unligi natijasida yuzaga keladi⁵⁴.

XULOSA: Talabalar o'quv faoliyati jarayonini samarali tashkil etish va o'zini o'zi faollashtirish zamonaviy ta'lim tizimining fundamental vazifalaridan biri hisoblanadi. O'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, bu jarayon uchta asosiy psixologik mexanizm – motivatsion, kognitiv va metakognitiv mexanizmlarning o'zaro uyg'unligi va faoliyati natijasida yuzaga keladi. Ichki motivatsiya talabalarda o'qishga bo'lgan chinakam qiziqish va intilishni shakllantirsa, kognitiv faollik bilimlarni chuqur o'zlashtirish va tanqidiy fikrlashni ta'minlaydi. Metakognitiv ko'nikmalar esa o'quv jarayonini rejalashtirish, monitoring qilish, baholash va tartibga solish orqali mustaqil

52 Boekaerts M., Corno L. Self-regulation in the classroom: A perspective on assessment and intervention // Educational Psychologist. – 2005. – Vol.40, No4. – P.199–205.

53 Zimmerman B.J., Schunk D.H. Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspectives. – New York: Springer-Verlag, 2011. – 408 p.

54 Pintrich P.R. A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students // Educational Psychology Review. – 2004. – Vol.16, No4. – P.385–407.



bilim olish qobiliyatini rivojlantiradi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, talabalarning o'zini o'zi faollashtirish qobiliyatini rivojlantirish uchun quyidagi tavsiyalarni amalga oshirish muhimdir: 1. Talabalarda ichki motivatsiyani rag'batlantirish: O'quv materialining dolzarbligini ko'rsatish, amaliy ahamiyatini ta'kidlash, shaxsiy qiziqishlarga mos keladigan loyihalarni taklif qilish. 2. Kognitiv faollikni oshirish: Tanqidiy fikrlashga undovchi mashqlar, muammoli vaziyatlarni yechishga qaratilgan topshiriqlar berish, turli manbalardan foydalanishga o'rgatish. 3. Metakognitiv strategiyalarni shakllantirish: Talabalarga o'quv jarayonini rejalashtirish, o'zlashtirish darajasini nazorat qilish va xatolardan xulosa chiqarish usullarini o'rgatish bo'yicha maxsus seminarlar va treninglar o'tkazish. 4. O'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish: O'quv strategiyalarini tanlash va ularni samarali qo'llashga o'rgatish, o'quv natijalarini sharhlash va kelajakdagi o'quv faoliyatini rejalashtirishga yordam berish. Ushbu mexanizmlarni shakllantirish talabalarning nafaqat akademik muvaffaqiyatini, balki ularning shaxsiy va kasbiy rivojlanishini ham ta'minlaydi, ularni jamiyat uchun faol va mustaqil shaxslar qilib tarbiyalaydi. Kelajakdagi tadqiqotlar ushbu mexanizmlarning turli ta'lim bosqichlari (bakalavriat, magistratura) va turli ixtisosliklar (gumanitar, texnik, tabiiy fanlar) talabalaridagi o'ziga xos xususiyatlarini, shuningdek, distant ta'lim sharoitida ularning ahamiyatini chuqurroq o'rganishga qaratilishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008. – 176 b.
2. Halperina P.Y. Основы формирования умственных действий. – Москва: МГУ, 1965. – 238 s.
3. Leontyev A.N. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва: Политиздат, 1975. – 304 s.
4. Deci E.L., Ryan R.M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. – New York: Plenum, 1985. – 371 p.
5. Locke E.A., Latham G.P. A Theory of Goal Setting and Task Performance. – Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1990. – 413 p.
6. Davydov V.V. Введение в психологию: логико-психологические проблемы построения учебных предметов. – Москва: Педагогика, 1972. – 423 s.
7. Flavell J.H. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry // American Psychologist. – 1979. – Vol.34, No10. – P.906–911.
8. Boekaerts M., Corno L. Self-regulation in the classroom: A perspective on assessment and intervention // Educational Psychologist. – 2005. – Vol.40, No4. – P.199–205.



9. Zimmerman B.J., Schunk D.H. Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspectives. – New York: Springer-Verlag, 2011. – 408 p.
10. Pintrich P.R. A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students // Educational Psychology Review. – 2004. – Vol.16, No4. – P.385–407.