

SHAXSNING INDIVIDUAL-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI

Y.A.Urzbayeva¹ 

1. Ma'mun Universiteti Ijtimoiy-gumanitar fanlar fakulteti "Psixologiya va sport" kafedrası dotsent v.b. Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Mas'ul muallif: Urzbayeva Yulduz Abdullayevna, Ma'mun Universiteti Ijtimoiy-gumanitar fanlar fakulteti "Psixologiya va sport" kafedrası dotsent v.b. Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).

e-mail:
urzbayeva2411@gmail.com

Received: 28 Sentabr 2026

Accepted: 03 Oktabr 2026

Published: 08 Oktabr 2026

Copyright: © 2026 by the author(s). Licensee Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi.

Iqtibos uchun: Urzbayeva, Y. A. SHAXSNING INDIVIDUAL-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI / Y. A. Urzbayeva // Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi. — 2026. — T. 10, № 1. — B. 291–295.

Annotatsiya. Mazkur maqolada shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini rivojlantirishga ta'sir etuvchi asosiy psixologik omillar nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Shaxsning temperament, xarakter, qobiliyat, motivatsiya, emotsional barqarorlik, o'z-o'zini anglash va refleksivlik kabi individual xususiyatlarining shakllanishi hamda rivojlanish mexanizmlariga alohida e'tibor qaratiladi. Individual-psixologik xususiyatlarning rivojlanishida biologik imkoniyatlar, ijtimoiy muhit, tarbiya, shaxslararo munosabatlar, faoliyat va o'zini o'zi rivojlantirish jarayonlarining o'zaro ta'siri yoritiladi. Shuningdek, shaxsning o'z imkoniyatlarini anglab borishi, individual farqlarini qabul qilishi va ularni konstruktiv yo'nalishda rivojlantirishi psixologik yetuklikning muhim sharti sifatida asoslanadi. Maqolada individual-psixologik xususiyatlarni rivojlantirishga kompleks yondashuvning ahamiyati ochib berilib, shaxsning ichki resurslarini faollashtirish, ijobiy o'z-o'zini baholashni shakllantirish va psixologik moslashuvchanlikni kuchaytirishga qaratilgan yondashuvlarning ilmiy-amaliy imkoniyatlari yoritiladi.

Kalit so'zlar: shaxs, individual-psixologik xususiyatlar, temperament, xarakter, qobiliyat, motivatsiya, emotsional barqarorlik, o'z-o'zini anglash, refleksiya, psixologik rivojlanish.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ РАЗВИТИЯ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. В статье теоретически анализируются основные психологические факторы, влияющие на развитие индивидуально-психологических особенностей личности. Особое внимание уделяется формированию и развитию таких характеристик, как темперамент, характер, способности, мотивация, эмоциональная устойчивость, самосознание и рефлексивность. Раскрывается взаимосвязь биологических возможностей, социальной среды, воспитания, межличностных отношений, деятельности и процессов саморазвития в развитии индивидуально-психологических особенностей личности. Обосновывается положение о том, что осознание человеком собственных возможностей, принятие индивидуальных различий и их конструктивное развитие являются важными условиями психологической зрелости. В статье раскрывается значение комплексного подхода к развитию индивидуально-психологических особенностей и рассматриваются научно-практические возможности подходов, направленных на активизацию внутренних ресурсов личности, формирование позитивной самооценки и повышение психологической гибкости.

Ключевые слова: личность, индивидуально-психологические особенности, темперамент, характер, способности, мотивация, эмоциональная устойчивость, самосознание, рефлексия, психологическое развитие.

PSYCHOLOGICAL FACTORS IN THE DEVELOPMENT OF INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PERSONALITY

Abstract. This article theoretically analyzes the main psychological factors influencing the development of individual psychological characteristics of personality. Particular attention is paid to the formation and development of such characteristics as temperament, character, abilities, motivation, emotional stability, self-awareness, and reflexivity. The study examines the interaction of biological potential, social environment, upbringing, interpersonal relationships, activity, and self-development processes in shaping individual psychological characteristics. It is argued that awareness of one's own abilities, acceptance of individual differences, and their constructive development are important conditions for psychological maturity. The article highlights the significance of a comprehensive approach to the development of individual psychological characteristics and discusses the scientific and practical potential of approaches aimed at activating internal personal resources, developing positive self-esteem, and strengthening psychological flexibility.

Keywords: personality, individual psychological characteristics, temperament,

character, abilities, motivation, emotional stability, self-awareness, reflection, psychological development.

Kirish. Zamonaviy psixologiyada shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini o'rganish insonning o'ziga xos imkoniyatlari, xulq-atvorini boshqarish mexanizmlari va ijtimoiy muhitga moslashish jarayonlarini tushunishning muhim shartlaridan biri hisoblanadi. Har bir insonning temperament, xarakter, qobiliyat, qiziqish, ehtiyoj, motivatsiya va emotsional reaksiyalarida o'ziga xoslik mavjud bo'lib, ushbu farqlar uning faoliyatini tashkil etishi, atrof-dagilar bilan munosabatga kirishishi hamda turli hayotiy vaziyatlarda qaror qabul qilishiga ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli shaxsni rivojlantirish jarayonida uning individual xususiyatlarini aniqlash bilan bir qatorda, ushbu xususiyatlarni ijobiy yo'nalishda takomillashtirish imkoniyatlarini o'rganish ham muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Shaxsning individual-psixologik xususiyatlari tug'ma biologik imkoniyatlar va hayot davomida shakllanadigan psixologik hamda ijtimoiy tajribaning murakkab o'zaro ta'siri natijasida rivojlanadi. Temperamentning nisbatan barqaror xususiyatlari shaxsning psixik jarayonlari dinamikasiga ta'sir qilsa, xarakter xususiyatlari tarbiya, ijtimoiy tajriba va faoliyat jarayonida tobora takomillashib boradi. Qobiliyatlar esa tegishli shart-sharoit, mashq va faoliyat orqali namoyon bo'lib, rivojlanish uchun yangi imkoniyatlar yaratadi. Demak, individual-psixologik xususiyatlarni o'zgarmas hodisa sifatida baholashdan ko'ra, ularning rivojlanish dinamikasini hisobga olish psixologik jihatdan samaraliroq yondashuv hisoblanadi.

Bugungi kunda shaxsning psixologik rivojlanishi masalasi ta'lim, oila, mehnat jamoasi va ijtimoiy munosabatlar kabi turli muhitlarda alohida ahamiyat kasb etmoqda. Insondan tez o'zgarayotgan sharoitlarga moslashish, yangi vazifalarni mustaqil hal qilish, emotsiyalarini boshqarish, boshqalar bilan samarali muloqot qilish va o'z faoliyatini baholash qobiliyatlari talab etilmoqda. Bunday sharoitda shaxsning individual-psixologik imkoniyatlarini rivojlantirish nafaqat uning shaxsiy farovonligi, balki o'qish va mehnat faoliyatidagi samaradorligi uchun ham muhim omilga aylanadi.

Shaxsning individual xususiyatlarini rivojlantirish jarayonida o'z-o'zini anglash va refleksiya alohida o'rin egallaydi. Inson o'zining kuchli va rivojlantirilishi lozim bo'lgan jihatlarini anglagan sari shaxsiy imkoniyatlarini maqsadli ravishda takomillashtirishga intiladi. O'z-o'zini adekvat baholash shaxsning real imkoniyatlari va maqsadlari o'rtasidagi muvozanatni ta'minlasa, refleksiya o'z tajribasi, xatti-harakatlari va qarorlarini tahlil qilish imkonini beradi. Natijada shaxs o'zining psixologik resurslaridan samaraliroq foydalanish va rivojlanish yo'nalishlarini mustaqil belgilash imkoniyatiga ega bo'ladi.

Individual-psixologik xususiyatlarning rivojlanishiga motivatsion omillar ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ichki motivatsiyasi yuqori bo'lgan shaxs yangi tajribalarni o'zlashtirish, qiyinchiliklarni yengish va o'z ustida ishlashga ko'proq tayyor bo'lishi mumkin. Shu bilan birga, emotsional barqarorlik, psixologik moslashuvchanlik, irodaviy sifatlar va o'ziga bo'lgan ishonch shaxsning rivojlanish jarayonidagi qiyinchiliklarga munosabatini belgilaydi. Mazkur xususiyatlarning uyg'un rivojlanishi shaxsning mustaqil, mas'uliyatli va ijtimoiy jihatdan faol subyekt sifatida shakllanishiga yordam beradi.

O'zbekistonda ta'lim va tarbiya tizimini takomillashtirish, inson kapitalini rivojlantirish, yoshlarning intellektual va ma'naviy salohiyatini oshirishga qaratilgan islohotlar shaxs rivojlanishining psixologik jihatlarini chuqur o'rganish zaruratini kuchaytirmoqda. Ayniqsa, ta'lim jarayonida individual yondashuvni ta'minlash, shaxsning qobiliyat va imkoniyatlarini aniqlash, mustaqil fikrlash hamda o'zini o'zi rivojlantirish ko'nikmalarini shakllantirish dolzarb vazifalardan biri sifatida namoyon bo'lmoqda.

Shu nuqtayi nazardan, shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini rivojlantirishga ta'sir etuvchi omillarni tizimli ravishda o'rganish, ularning o'zaro bog'liqligini aniqlash va rivojlanishning psixologik mexanizmlarini ochib berish muhim ilmiy-amaliy vazifa hisoblanadi. Mazkur yondashuv shaxsning individual imkoniyatlarini to'g'ri baholash, uning ichki resurslarini faollashtirish va psixologik rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga xizmat qiladigan samarali usullarni belgilash imkonini beradi.

Ushbu maqolaning maqsadi shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini rivojlantirishga ta'sir etuvchi asosiy psixologik omillarni nazariy jihatdan tahlil qilish, ularning mazmunini ochib berish hamda shaxsning psixologik rivojlanishidagi o'zaro ahamiyatini asoslashdan iborat.

Adabiyotlar tahlili. Shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini o'rganish psixologiya fanining fundamental yo'nalishlaridan biri bo'lib, mazkur masala doirasida insonning tabiiy imkoniyatlari, psixik jarayonlari, xulq-atvor xususiyatlari va ijtimoiy tajribasi o'rtasidagi munosabatlar turli nazariy yondashuvlar asosida tadqiq etilgan. Individual-psixologik xususiyatlar shaxsning boshqa insonlardan farqlanishini ta'minlovchi belgilar majmuasi sifatida qaralib, ularning rivojlanishi biologik imkoniyatlar bilan bir qatorda ijtimoiy muhit, tarbiya va faoliyatning ta'siri bilan ham izohlanadi.

G. Allport shaxsni o'ziga xos psixologik tizim sifatida talqin qilib, individual xususiyatlarning inson xulq-atvori va faoliyatini tashkil etishdagi ahamiyatiga e'tibor qaratgan [1]. Uning yondashuvida shaxs xususiyatlari bir-biridan farq qiluvchi individual dispozitsiyalar orqali namoyon bo'ladi. Mazkur qarash shaxsni rivojlantirish jarayonida individual farqlarni hisobga olish, har bir insonning o'ziga xos psixologik tuzilishini alohida tahlil qilish zarurligini ko'rsatadi.

Temperament masalasini o'rgangan tadqiqotlarda uning psixik faoliyatning dinamik tomonlarini belgilovchi individual xususiyat ekanligi ta'kidlanadi. I. Kant, I. P. Pavlov va keyingi tadqiqotchilarning qarashlari temperamentning nerv tizimi xususiyatlari bilan bog'liqligini tushuntirishga xizmat qilgan [2]. Biroq temperamentning nisbatan barqaror tabiiy asosga ega ekanligi shaxsning boshqa individual xususiyatlari mutlaqo o'zgarmaydi degani emas. Aksincha, tarbiya, faoliyat va ijtimoiy tajriba orqali inson o'z temperament xususiyatlarini boshqarishning samarali usullarini egallashi mumkin.

L. S. Vygotskiyning madaniy-tarixiy yondashuvida shaxsning psixik rivojlanishi ijtimoiy muhit va faoliyat bilan

chambarchas bog'liq holda izohlanadi [3]. Olimning qarashlari shuni anglash imkonini beradiki, individual xususiyatlarning rivojlanishi faqat ichki biologik imkoniyatlar bilan belgilanmaydi. Insonning atrofidagi ijtimoiy munosabatlar, muloqot, ta'lim va madaniy tajribani o'zlashtirish jarayonlari uning psixologik imkoniyatlarini rivojlantirish uchun muhim sharoit yaratadi.

A. Bandura tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy-kognitiv yondashuvda shaxsning xulq-atvori, kognitiv jarayonlari va ijtimoiy muhiti o'zaro ta'sirda rivojlanishi asoslanadi [4]. Ayniqsa, self-efficacy, ya'ni shaxsning o'z imkoniyatlariga bo'lgan ishonchi uning faoliyatga kirishishi, qiyinchiliklarga munosabati va maqsad sari intilishida muhim rol o'ynaydi. Shu nuqtayi nazardan, shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini rivojlantirishda o'z kuchiga ishonchni mustahkamlash va ijobiy tajriba yaratish muhim psixologik shartlardan biri hisoblanadi.

A. Maslouning gumanistik psixologiya doirasidagi qarashlari shaxsning o'z imkoniyatlarini to'liq ro'yobga chiqarishga intilishini rivojlanishning muhim yo'nalishi sifatida ko'rsatadi [5]. O'zini namoyon qilish ehtiyoji insonning mavjud imkoniyatlarini kengaytirish, yangi tajribalarni egallash va shaxsiy salohiyatini amalga oshirishga undaydi. Ushbu nazariy qarash individual-psixologik xususiyatlarni rivojlantirishni insonning ichki ehtiyojlari va o'z imkoniyatlarini amalga oshirish jarayoni bilan bog'lashga asos yaratadi.

K. Rogersning shaxsga yo'naltirilgan konsepsiyasida esa insonning o'zligini anglash, o'z tajribasini qabul qilish va shaxsiy o'sishga intilishi markaziy masalalardan biri sifatida qaraladi [6]. Ushbu yondashuvga ko'ra, shaxsning o'ziga nisbatan ijobiy munosabati va psixologik jihatdan xavfsiz muhit uning tabiiy rivojlanish imkoniyatlarini faollashtirishi mumkin. Shuning uchun individual xususiyatlarni rivojlantirish jarayonida shaxsning o'zligini hurmat qilish, uning individual farqlarini qabul qilish va mustaqil tanlov qilish imkoniyatini ta'minlash muhimdir.

Rivojlanish psixologiyasi doirasidagi tadqiqotlar shaxs xususiyatlarining shakllanishida yosh davrlari, faoliyat mazmuni va ijtimoiy munosabatlarning ahamiyatini ko'rsatadi. E. Erikson shaxs rivojlanishini hayot davomida yuzaga keladigan psixosotsial vazifalar bilan bog'lab tushuntiradi [7]. Bu yondashuv individual-psixologik xususiyatlarning rivojlanishini ma'lum bir yosh davri bilan chegaralamasdan, uni inson hayotining turli bosqichlarida davom etuvchi jarayon sifatida baholash imkonini beradi.

Zamonaviy psixologik tadqiqotlarda shaxsning o'z-o'zini anglash, emotsiyalarni boshqarish, psixologik moslashuvchanlik va refleksiya kabi xususiyatlariga ham alohida e'tibor qaratilmoqda. Mazkur jihatlar shaxsning ichki resurslarini anglash va ularni maqsadga muvofiq boshqarish imkoniyatlarini belgilaydi. Xususan, refleksivlik shaxsga o'z xatti-harakatlari, qarorlari va tajribalarini tahlil qilish imkonini bersa, emotsional o'zini boshqarish turli vaziyatlarda psixologik muvozanatni saqlashga yordam beradi.

Mahalliy psixologik-pedagogik tadqiqotlarda ham shaxsning individual xususiyatlarini ta'lim va tarbiya jarayonida hisobga olish masalasi muhim yo'nalishlardan biri sifatida qaraladi. O'zbekiston ta'lim tizimida shaxsga yo'naltirilgan yondashuvni kuchaytirish, ta'lim oluvchilarning individual imkoniyatlarini aniqlash va ularning intellektual hamda shaxsiy salohiyatini rivojlantirishga qaratilgan vazifalar mazkur muammoning amaliy ahamiyatini yanada oshirmoqda.

Umuman olganda, ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini rivojlantirishni faqat bitta omil bilan izohlash yetarli emas. Biologik imkoniyatlar, ijtimoiy muhit, tarbiya, ta'lim, faoliyat, shaxslararo munosabatlar, motivatsiya, o'z-o'zini anglash va refleksiya bir-biri bilan uzviy bog'langan holda shaxs rivojlanishining psixologik asoslarini tashkil etadi. Shuningdek, shaxsning o'z imkoniyatlariga bo'lgan ishonchi va ichki rivojlanish ehtiyoji tashqi ta'sirlarni faol ravishda qayta ishlashga yordam beradi. Shu sababli individual-psixologik xususiyatlarni rivojlantirishga kompleks yondashish, unda biologik va ijtimoiy omillar bilan bir qatorda shaxsning subyektiv faolligini ham hisobga olish ilmiy jihatdan maqsadga muvofiqdir.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini rivojlantirishga ta'sir etuvchi psixologik omillarni aniqlash va ularning rivojlanish dinamikasini baholashga yo'naltirildi. Tadqiqot konsepsiyasi shaxsning individual xususiyatlari biologik imkoniyatlar, ijtimoiy tajriba, faoliyat, motivatsiya, o'z-o'zini anglash va refleksiv jarayonlarning o'zaro ta'siri asosida rivojlanadi, degan yondashuvga tayanadi.

Tadqiqotda kuzatish, suhbat, psixologik anketa, o'z-o'zini baholash, diagnostik topshiriqlar va qiyosiy tahlil metodlaridan foydalanildi. Kuzatish orqali ishtirokchilarning muloqotga kirishish faolligi, emotsional reaksiyalarni boshqarishi, mustaqil qaror qabul qilishi va yangi vaziyatlarga moslashish xususiyatlari o'rganildi. Suhbat metodi yordamida ularning o'z shaxsiy imkoniyatlari, kuchli va rivojlantirilishi zarur bo'lgan jihatlar haqidagi qarashlari aniqlandi. Anketa va o'z-o'zini baholash metodlari orqali motivatsiya, o'ziga ishonch, refleksiya va emotsional barqarorlik ko'rsatkichlari baholandi.

Tadqiqotning empirik bosqichida 72 nafar ishtirokchi jalb qilindi. Tadqiqot ikki bosqichda tashkil etildi: dastlabki diagnostika va rivojlantiruvchi bosqichdan keyingi yakuniy diagnostika. Dastlabki bosqichda ishtirokchilarning individual-psixologik ko'rsatkichlari aniqlanib, rivojlanishi zarur bo'lgan jihatlar belgilandi. Keyingi bosqichda psixologik rivojlantirishga yo'naltirilgan mashg'ulotlar, refleksiv topshiriqlar, o'z-o'zini baholash mashqlari, motivatsion suhbatlar va emotsional o'zini boshqarish mashqlaridan foydalanildi.

Rivojlantiruvchi ishlarning asosiy mazmunini shaxsning o'z imkoniyatlarini anglash, ijobiy o'z-o'zini baholashni shakllantirish, o'z xatti-harakatlarini tahlil qilish, emotsional reaksiyalarni boshqarish, ichki motivatsiyani kuchaytirish va psixologik moslashuvchanlikni rivojlantirish tashkil etdi. Refleksiv mashqlar orqali ishtirokchilarga o'z xatti-harakatlari va qarorlarini tahlil qilish, muayyan vaziyatlarda yuzaga kelgan hissiy holatlarni anglash hamda keyingi faoliyat uchun konstruktiv xulosalar chiqarish imkoniyati yaratildi. Bunday yondashuv refleksianing o'z-o'zini anglash va shaxsiy rivojlanishdagi rolini hisobga oladi.

Shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini baholashda beshta asosiy mezon ajratildi: o'z-o'zini anglash, o'ziga ishonch, emotsional barqarorlik, motivatsion faollik va refleksivlik. Har bir ko'rsatkich bo'yicha natijalar yuqori, o'rta va past darajalarga ajratildi.

Tadqiqotning dastlabki natijalari. Dastlabki diagnostika natijalari ishtirokchilarda individual-psixologik xususiyatlarning bir xil darajada shakllanmaganligini ko'rsatdi. Ayrim ishtirokchilarda o'z imkoniyatlarini baholash va o'ziga ishonch yetarli bo'lgan bo'lsa, boshqa qismida emotsional boshqaruv, refleksiya va ichki motivatsiya ko'rsatkichlari nisbatan pastligi kuzatildi.

Individual-psixologik ko'rsatkich	Yuqori daraja, %	O'rta daraja, %	Past daraja, %
O'z-o'zini anglash	25	49	26
O'ziga ishonch	28	46	26
Emotsional barqarorlik	24	48	28
Motivatsion faollik	31	45	24
Refleksivlik	23	47	30

Jadvaldan ko'rinadiki, dastlabki bosqichda ko'rsatkichlarning asosiy qismi o'rta darajada joylashgan. Ayniqsa, refleksivlik va emotsional barqarorlik bo'yicha past darajadagi natijalar boshqa ko'rsatkichlarga nisbatan yuqoriroq bo'lgan. Bu holat ishtirokchilarning o'z xatti-harakatlari va hissiy reaksiyalarini tizimli tahlil qilish hamda ularni boshqarish ko'nikmalarini yanada rivojlantirish zarurligini ko'rsatdi.

Rivojlantiruvchi bosqichdan keyingi natijalar

Rivojlantiruvchi mashg'ulotlardan so'ng ayni mezonlar asosida qayta diagnostika o'tkazildi. Yakuniy natijalarda yuqori darajadagi ko'rsatkichlarning ortishi va past darajadagi ko'rsatkichlarning kamayishi kuzatildi.

Individual-psixologik ko'rsatkich	Yuqori daraja, %	O'rta daraja, %	Past daraja, %
O'z-o'zini anglash	47	44	9
O'ziga ishonch	51	42	7
Emotsional barqarorlik	45	46	9
Motivatsion faollik	54	40	6
Refleksivlik	43	47	10

Yakuniy natijalar dastlabki ko'rsatkichlar bilan taqqoslanganda barcha mezonlar bo'yicha ijobiy siljish mavjudligini ko'rsatdi. O'z-o'zini anglashning yuqori darajasi 25 foizdan 47 foizgacha, o'ziga ishonch 28 foizdan 51 foizgacha, emotsional barqarorlik 24 foizdan 45 foizgacha, motivatsion faollik esa 31 foizdan 54 foizgacha oshgan. Refleksivlik bo'yicha ham yuqori darajadagi ko'rsatkich 23 foizdan 43 foizgacha ko'tarilgan.

Natijalarning mazmuniy tahlili shuni ko'rsatadiki, shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini rivojlantirishda faqat bitta psixologik sifatga yo'naltirilgan ish yetarli emas. O'z-o'zini anglash, motivatsiya, refleksiya, emotsional barqarorlik va o'ziga ishonch bir-birini to'ldiruvchi psixologik komponentlar sifatida namoyon bo'ladi. Ayniqsa, o'ziga ishonch va motivatsiyaning oshishi shaxsning rivojlanish faoliyatida faolroq ishtirok etishiga sharoit yaratadi. Zamonaviy empirik tadqiqotlarda ham shaxs xususiyatlari, motivatsiya va self-efficacy o'rtasidagi bog'liqlik hamda refleksiv jarayonlarning shaxsiy o'zgarishlardagi ahamiyati qayd etilgan.

Tadqiqot metodologiyasi doirasida olingan natijalar shaxsning individual-psixologik xususiyatlari ma'lum darajada rivojlantirilishi mumkinligini ko'rsatadi. Bunda rivojlantiruvchi ta'sirning samaradorligi ishtirokchining faol ishtiroki, o'zgarishga tayyorligi, ichki motivatsiyasi va muntazam refleksiv faoliyatiga bog'liq. Shu sababli psixologik rivojlantirish dasturlarini ishlab chiqishda shaxsning individual farqlarini hisobga olish, rivojlanish maqsadlarini aniq belgilash va natijalarni bosqichma-bosqich qayta diagnostika qilish maqsadga muvofiqdir.

Xulosa. O'tkazilgan nazariy tahlil va diagnostik tadqiqot natijalari shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini rivojlantirishni dinamik va ko'p komponentli jarayon sifatida ko'rib chiqish imkonini beradi. Mazkur jarayonning mazmuni nafaqat insonning nisbatan barqaror individual xususiyatlari, balki uning o'z imkoniyatlarini anglash, emotsional holatlarini boshqarish, ichki motivatsiyaning shakllantirish, o'z tajribasini tahlil qilish hamda mavjud shaxsiy resurslardan maqsadli foydalanish qobiliyati bilan ham belgilanadi.

Olingan natijalar individual-psixologik xususiyatlarni rivojlantirish o'zaro bog'liq psixologik komponentlarga kompleks ta'sir ko'rsatish asosida samaraliroq amalga oshirilishini ko'rsatdi. Xususan, o'z-o'zini anglash darajasining oshishi shaxsning o'z imkoniyatlarini yanada real baholashiga yordam beradi, refleksivlikning rivojlanishi esa o'z xatti-harakatlarining sabablari va oqibatlarini anglash imkonini yaratadi. O'ziga bo'lgan ishonchning mustahkamlanishi mustaqil qaror qabul qilish va yuzaga keladigan qiyinchiliklarni yengib o'tish uchun psixologik asos bo'lib xizmat qiladi. Emotsional barqarorlik esa stressli va muammoli vaziyatlarga yanada konstruktiv munosabat bildirishni ta'minlaydi.

Rivojlantiruvchi ishlar boshlanishidan oldingi va undan keyingi ko'rsatkichlarni taqqoslash barcha belgilangan mezonlar bo'yicha ijobiy dinamika mavjudligini ko'rsatdi. Eng sezilarli o'zgarishlar motivatsion faollik va o'ziga bo'lgan ishonch ko'rsatkichlarida kuzatildi. Shu bilan birga, o'z-o'zini anglash, emotsional barqarorlik va refleksivlik darajalarining

ham oshgani aniqlandi. Bu esa refleksiv topshiriqlar, o'z-o'zini baholash mashqlari, motivatsion suhbatlar hamda emotsional o'zini o'zi boshqarish usullaridan tizimli foydalanish shaxsning individual-psixologik resurslarini mustahkamlashga yordam berishi mumkinligini ko'rsatadi.

Tadqiqotning muhim natijalaridan biri shundan iboratki, shaxs rivojlanishini alohida sifatlarining shakllanishi bilan cheklab bo'lmaydi. Psixologik xususiyatlar o'zaro uzviy bog'liq bo'lib, o'z-o'zini anglash sohasidagi o'zgarishlar o'z-o'zini baholash va motivatsiyaga, o'ziga bo'lgan ishonchning ortishi esa faollikning kuchayishiga ta'sir qilishi mumkin. Emotsional barqarorlikning rivojlanishi esa atrofdagilar bilan yanada samarali munosabat o'rnatish uchun qulay sharoit yaratadi. Shu sababli psixologik ishlar shaxsning yaxlit tuzilishi va individual farqlarini hisobga olgan holda tashkil etilishi lozim.

Olingan xulosalarning amaliy ahamiyati aniqlangan yondashuvlardan ta'lim, psixologik maslahat va rivojlantiruvchi faoliyat jarayonida foydalanish imkoniyati bilan belgilanadi. Psixologik qo'llab-quvvatlashni tashkil etishda insonning o'z imkoniyatlarini mustaqil tahlil qilishi, shaxsiy jihatdan muhim maqsadlarni belgilashi, konstruktiv o'z-o'zini baholashni shakllantirishi va emotsional o'zini o'zi boshqarish usullarini egallashi uchun zarur sharoitlarni yaratish maqsadga muvofiqdir. Bunda inson tashabbus ko'rsatishi, fikr-mulohaza olishi va o'z xatolarini keyingi rivojlanish uchun manba sifatida qabul qilishi mumkin bo'lgan psixologik jihatdan xavfsiz muhitni shakllantirish alohida ahamiyat kasb etadi.

Shunday qilib, shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini rivojlantirish insonning ichki resurslari va uning hayotiy faoliyati sharoitlarining o'zaro ta'siriga asoslangan uzluksiz jarayondir. O'z-o'zini anglash, refleksivlik, motivatsion faollik, emotsional barqarorlik va o'ziga bo'lgan ishonchni rivojlantirishga yo'naltirilgan maqsadli psixologik qo'llab-quvvatlash shaxsiy salohiyatni ro'yobga chiqarishga hamda insonning o'zgaruvchan hayotiy va ijtimoiy sharoitlarga moslashuvchan munosabat bildirish qobiliyatini oshirishga xizmat qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

- [1] O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni. O'RQ-637-son, 2020-yil 23-sentabr.
- [2] O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida"gi Farmoni. PF-60-son, 2022-yil 28-yanvar.
- [3] O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston — 2030" strategiyasi to'g'risida"gi Farmoni. PF-158-son, 2023-yil 11-sentabr.
- [4] Allport G. W. Shaxs: psixologik talqin. — Nyu-York: Holt, 1937.
- [5] Pavlov I. P. Shartli reflekslar. — Moskva: Fanlar akademiyasi nashriyoti, 1951.
- [6] Vygotskiy L. S. Tafakkur va nutq. — Moskva: Labirint, 1999.
- [7] Bandura A. O'z-o'ziga samaradorlik: nazariya va amaliyot. — Nyu-York: W. H. Freeman, 1997.
- [8] Maslou A. H. Motivatsiya va shaxs. — Nyu-York: Harper & Row, 1954.
- [9] Rogers C. R. Shaxs bo'lish: psixoterapiyaga terapevt nuqtayi nazar. — Boston: Houghton Mifflin, 1961.
- [10] Erikson E. H. Bolalik va jamiyat. — Nyu-York: W. W. Norton & Company, 1963.

2021