TALABALARDA O‘ZINI-O‘ZI BOSHQARISH KOMPETENTLIGINING MOTIVATSION MEXANIZMLARI

Iskandarov Erkin G‘ayrat o‘g‘li,
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch davlat universiteti
Pedagogika va psixologiya kafedrasi dotsenti v.b.,
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
erkinboyiskandarov96@gmail.com
Orcid:https://orcid.org/0009-0009-6908-586X

Mazkur maqolada talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining shakllanishi va namoyon bo‘lishida motivatsiyaning psixologik mexanizmlari tahlil qilinadi. O‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi talabaning o‘z faoliyatini ongli ravishda tashkil etishi, maqsadlarini belgilashi, faoliyat jarayonini nazorat qilishi va kutilayotgan natijaga muvofiq xatti-harakatlarini moslashtirishi bilan bog‘liq jarayon sifatida yoritiladi. Tadqiqotda ichki va tashqi motivatsiya, maqsadga yo‘nalganlik, muvaffaqiyatga intilish, o‘z kuchiga ishonch, shaxsiy ahamiyatni anglash hamda natijani kutish kabi motivatsion omillarning o‘zini-o‘zi boshqarishdagi roli ochib beriladi. Talabaning faoliyatni ichki ehtiyoj va shaxsiy maqsadlar asosida tashkil qilishi uning mustaqil rejalashtirish, o‘zini nazorat qilish va qiyinchiliklarni yengib o‘tish imkoniyatlarini kuchaytirishi asoslanadi. Shuningdek, motivatsion mexanizmlarning kognitiv, emotsional va irodaviy jarayonlar bilan o‘zaro bog‘liqligi yoritilib, o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligini rivojlantirishda motivatsion muhitni to‘g‘ri tashkil etishning ahamiyati ko‘rsatiladi.

Kalit so‘zlar: *o‘zini-o‘zi boshqarish, kompetentlik, motivatsiya, ichki motivatsiya, tashqi motivatsiya, maqsadga yo‘nalganlik, muvaffaqiyat motivi, o‘ziga ishonch, o‘zini nazorat qilish, mustaqil faoliyat, talaba shaxsi.*

МОТИВАЦИОННЫЕ МЕХАНИЗМЫ КОМПЕТЕНТНОСТИ САМОУПРАВЛЕНИЯ У СТУДЕНТОВ

В статье анализируются психологические механизмы мотивации, определяющие формирование и проявление компетентности самоуправления у студентов. Компетентность самоуправления рассматривается как способность студента осознанно организовывать собственную деятельность, определять цели, контролировать процесс выполнения задач и корректировать поведение в соответствии с ожидаемым результатом. Особое внимание уделяется внутренней и внешней мотивации, целевой направленности, стремлению к достижению, уверенности в собственных возможностях, осознанию личной значимости деятельности и ожиданию результата. Обосновывается положение о том, что организация деятельности на основе внутренних потребностей и личностно значимых целей способствует развитию самостоятельного планирования, самоконтроля и способности преодолевать возникающие трудности. Также рассматривается взаимосвязь мотивационных механизмов с когнитивными, эмоциональными и волевыми процессами. Подчёркивается значение психологически благоприятной мотивационной среды в образовательном процессе для формирования устойчивой компетентности самоуправления студентов.

Ключевые слова: *самоуправление, компетентность, мотивация, внутренняя мотивация, внешняя мотивация, целевая направленность, мотивация достижения, уверенность в себе, самоконтроль, самостоятельная деятельность, личность студента.*

MOTIVATIONAL MECHANISMS OF STUDENTS’ SELF-MANAGEMENT COMPETENCE

This article examines the psychological mechanisms of motivation that contribute to the development and manifestation of students’ self-management competence. Self-management competence is considered as the ability of students to consciously organize their activities, establish meaningful goals, monitor the process of task completion, and adjust their behavior in accordance with expected outcomes. Particular attention is given to intrinsic and extrinsic motivation, goal orientation, achievement motivation, self-confidence, perceived personal significance, and outcome expectations as important motivational factors in self-management. The study emphasizes that organizing academic activity around internal needs and personally meaningful goals can strengthen students’ capacity for independent planning, self-monitoring, and overcoming difficulties. The relationship between motivational mechanisms and cognitive, emotional, and volitional processes is also highlighted. The article underlines the importance of creating a supportive

motivational environment within higher education institutions to promote sustainable self-management competence and increase students’ active participation in their own learning and personal development.

Keywords: *self-management, competence, motivation, intrinsic motivation, extrinsic motivation, goal orientation, achievement motivation, self-confidence, self-monitoring, independent activity, student personality.*

Kirish. Oliy ta’lim jarayonida talabaning muvaffaqiyati faqat uning bilim darajasi yoki fanlarni o‘zlashtirish ko‘rsatkichi bilan belgilanmaydi. Ta’lim faoliyatini mustaqil tashkil etish, maqsadni to‘g‘ri belgilash, vaqt va resurslardan oqilona foydalanish, qiyinchiliklarga qaramay faoliyatni davom ettirish hamda o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilish qobiliyati ham muhim psixologik omil hisoblanadi. Ushbu jarayonlarning samarali amalga oshishida motivatsiya alohida o‘rin egallaydi. Chunki insonning muayyan faoliyatga kirishishi, uni davom ettirishi va natijaga erishishga intilishi, avvalo, faoliyatning ichki va tashqi motivlari bilan bog‘liq.

Talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining shakllanishi motivatsion jarayonlar bilan chambarchas aloqador. Talaba o‘z oldiga aniq maqsad qo‘yganida, ushbu maqsadni shaxsan muhim deb qabul qilganida va unga erishish imkoniyatiga ishonganida o‘z faoliyatini boshqarishga nisbatan yuqori tayyorgarlik namoyon etadi. Bunday holatda maqsad shunchaki bajarilishi lozim bo‘lgan vazifa emas, balki shaxsning kelajak haqidagi tasavvurlari va ehtiyojlari bilan bog‘langan ichki yo‘nalishga aylanadi.

Motivatsiya o‘zini-o‘zi boshqarishning dastlabki bosqichini tashkil etuvchi kuch sifatida qaralishi mumkin. Biroq uning ta’siri faqat faoliyatni boshlash bilan cheklanmaydi. Motivatsiyaning barqarorligi talabaning qiyinchiliklarga munosabatida, vazifani oxirigacha bajarishida, vaqtinchalik muvaffaqiyatsizlikdan keyin qayta harakat qilishida va o‘z faoliyatini tahlil qilishida ham namoyon bo‘ladi. Shu sababli motivatsion mexanizmlarni o‘rganish talabalarning o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligini tushuntirish uchun muhim nazariy asoslardan biridir.

Talabalik davrida shaxsning kasbiy va hayotiy maqsadlari tobora aniqroq shakllanadi. Kasb tanlovi, kelajakdagi professional mavqe, mustaqillikka intilish va shaxsiy imkoniyatlarni ro‘yobga chiqarish kabi omillar o‘quv faoliyatining mazmuniga nisbatan munosabatni belgilaydi. Agar ta’lim jarayoni talabaning uzoq muddatli maqsadlari bilan bog‘lansa, o‘quv topshiriqlarini bajarish uchun ichki rag‘bat kuchayishi mumkin. Natijada talaba tashqi nazoratga kamroq tayanib, o‘z faoliyatini mustaqil tashkil etishga intiladi.

O‘zini-o‘zi boshqarish jarayonida ichki motivatsiya bilan bir qatorda tashqi motivatsiyaning ham o‘ziga xos o‘rni mavjud. Baholar, rag‘batlantirish, o‘qituvchi yoki ota-onaning talablari kabi tashqi omillar talabaning faoliyatga kirishishiga turtki berishi mumkin. Biroq faoliyatni uzoq muddat davomida barqaror saqlash uchun uning shaxsiy mazmunini anglash va ichki qiziqishning shakllanishi muhim ahamiyat kasb etadi. Shu nuqtayi nazardan, tashqi rag‘batlarning asta-sekin shaxsiy maqsadlar bilan uyg‘unlashishi o‘zini-o‘zi boshqarishning barqaror shakllanishiga xizmat qilishi mumkin.

Talabaning o‘z imkoniyatlariga bergan bahosi ham motivatsion mexanizmlarning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Shaxs muayyan vazifani uddalay olishiga ishonsa, murakkab topshiriqni bajarishga ko‘proq tayyor bo‘ladi va qiyinchilik yuzaga kelganda faoliyatdan voz kechish ehtimoli kamayadi. Aksincha, o‘z imkoniyatlarini past baholash vazifani boshlashdan oldingi ikkilanishni kuchaytirishi, muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqishga va faoliyatni kechiktirishga olib kelishi mumkin. Demak, o‘z kuchiga bo‘lgan ishonch o‘zini-o‘zi boshqarishning motivatsion tayanchlaridan biri sifatida namoyon bo‘ladi.

Maqsadga yo‘nalganlik ham ushbu jarayonda alohida ahamiyatga ega. Talabaning faoliyat natijasiga qanday ma’no berishi uning o‘zini boshqarish strategiyasini belgilaydi. Natijaga erishishni rivojlanish imkoniyati sifatida qabul qiladigan talaba xatolarni tajriba sifatida ko‘rishi va faoliyat usullarini takomillashtirishga intilishi mumkin. Faqat yuqori baho olishga yo‘naltirilgan holatda esa tashqi natija asosiy mezonga aylanib, ichki rivojlanish jarayoni ikkinchi darajaga tushib qolishi ehtimoli mavjud.

Shuningdek, motivatsiya o‘zini-o‘zi boshqarishning boshqa psixologik mexanizmlari bilan uzviy aloqada ishlaydi. Kognitiv jarayonlar maqsadga erishish yo‘llarini aniqlashga yordam bersa, emotsional boshqaruv faoliyat jarayonidagi ruhiy barqarorlikni ta’minlaydi. Irodaviy sifatlar esa motivatsion niyatni real harakatga aylantirish imkonini beradi. Shu sababli talabaning motivatsiyasini uning tafakkuri, emotsional holati va irodaviy imkoniyatlaridan ajratib o‘rganish o‘zini-o‘zi boshqarishning yaxlit mexanizmini to‘liq ochib bera olmaydi.

Mazkur masalaning dolzarbligi shundaki, zamonaviy ta’lim sharoitida talabaga tayyor bilimni qabul qiluvchi shaxs sifatida emas, balki o‘z ta’lim faoliyatining faol tashkilotchisi sifatida yondashish tobora muhimlashmoqda. Bunday pozitsiya esa yuqori darajadagi ichki faollik, maqsadga intilish va o‘z faoliyatini boshqarish qobiliyatini talab qiladi. Shuning uchun talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining

motivatsion mexanizmlarini aniqlash va ularning psixologik xususiyatlarini ochib berish ilmiy hamda amaliy jihatdan muhim hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining motivatsion mexanizmlarini o‘rganish motivatsiya, o‘zini-o‘zi tartibga solish, maqsadga yo‘nalganlik va shaxsiy faollik bilan bog‘liq nazariy qarashlarning kesishgan nuqtasida shakllangan. Ilmiy adabiyotlarda o‘zini-o‘zi boshqarish ko‘pincha shaxsning maqsadga erishish jarayonida o‘z fikrlari, hissiyotlari va xatti-harakatlarini boshqarish qobiliyati sifatida talqin qilinadi. Bunday yondashuvda motivatsiya faoliyatning boshlanishini ta’minlovchi omil bo‘lish bilan birga, uning davomiyligi va barqarorligini ham belgilovchi mexanizm sifatida qaraladi [1].

A. Banduraning ijtimoiy-kognitiv yondashuvida inson xulq-atvori shaxsiy omillar, xatti-harakatlar va atrof-muhit o‘rtasidagi o‘zaro ta’sir asosida shakllanishi ta’kidlanadi [2]. Mazkur qarash talabalarning o‘zini-o‘zi boshqarish jarayonini tushuntirishda muhim ahamiyatga ega. Chunki talaba o‘quv faoliyatida faqat tashqi sharoitlarning ta’sirini qabul qilib qolmaydi, balki o‘z imkoniyatlarini baholaydi, maqsad belgilaydi va faoliyatini ushbu maqsadga muvofiq ravishda tashkil etadi. Demak, motivatsiya shaxsning ichki imkoniyatlari bilan tashqi ta’lim muhiti o‘rtasidagi bog‘lovchi mexanizmlardan biri sifatida namoyon bo‘ladi.

B. Zimmerman o‘zini-o‘zi boshqaradigan faoliyatni maqsadni belgilash, strategiyani tanlash, faoliyatni kuzatish va natijalarni baholash bilan bog‘laydi [3]. Ushbu yondashuvda motivatsion jarayonlar alohida bosqich emas, balki o‘zini boshqarishning barcha bosqichlariga ta’sir etuvchi omil sifatida qaraladi. Talaba maqsadni qanchalik muhim deb hisoblasa va unga erishish imkoniyatiga qanchalik ishonsa, o‘z faoliyatini nazorat qilish va zarur hollarda strategiyasini o‘zgartirishga shunchalik ko‘proq tayyor bo‘lishi mumkin.

P. Pintrichning tadqiqotlarida o‘quv motivatsiyasi va o‘zini-o‘zi boshqarish o‘zaro bog‘langan jarayonlar sifatida ko‘rib chiqiladi [4]. Talabaning o‘quv vazifasiga bergan qiymati, o‘z kompetentligini qanday baholashi va kutilayotgan natija haqidagi tasavvurlari uning faoliyat strategiyasiga ta’sir qilishi mumkin. Bu nuqtayi nazardan, o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligini rivojlantirishda talabaning faqat “nima qilish kerakligini” bilishi emas, balki “nima uchun qilish kerakligi”ni anglashi ham muhimdir.

E. Deci va R. Ryan tomonidan ishlab chiqilgan o‘zini o‘zi belgilash nazariyasida inson motivatsiyasining ichki manbalari, avtonomiya, kompetentlik va ijtimoiy aloqadorlik ehtiyojlari markaziy o‘rin egallaydi [5]. Ushbu nazariy qarashlar talabalarning o‘z faoliyatini mustaqil boshqarishi uchun ichki motivatsiyaning ahamiyatini tushuntirish imkonini beradi. Talaba o‘z tanlovini mustaqil amalga oshirayotganini, faoliyatni bajarishga qodirligini va ta’lim muhitida o‘zini ijtimoiy jihatdan qo‘llab-quvvatlangan deb his qilganida faoliyatga nisbatan ichki munosabatining kuchayishi mumkin.

Ryan va Deci motivatsiyani faqat ichki va tashqi motivlarga ajratish bilan cheklanmasdan, tashqi sabablarning shaxs tomonidan qay darajada qabul qilinishi va ichkilashtirilishiga ham e’tibor qaratadi [6]. Bu jihat talabalarning o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligini tushuntirishda muhimdir. Masalan, talaba dastlab baho yoki o‘qituvchining talabi sababli topshiriqni bajarsa, vaqt o‘tishi bilan ushbu faoliyatning kasbiy rivojlanishi uchun ahamiyatini anglab, uni shaxsiy maqsadlari bilan bog‘lashi mumkin. Natijada tashqi talab asta-sekin ichki qabul qilingan motivga aylanishi ehtimoli mavjud.

E. Panadero o‘zini-o‘zi boshqarish bo‘yicha turli nazariy modellarni tahlil qilib, ushbu jarayonning ko‘p komponentli xususiyatini ko‘rsatadi [7]. Uning yondashuvlaridan kelib chiqib, talabaning o‘zini-o‘zi boshqarishi faqat xulqiy nazorat bilan cheklanmay, motivatsion va metakognitiv jarayonlarni ham qamrab olishi mumkin. Bu esa motivatsiyani o‘zini-o‘zi boshqarish tizimining doimiy faol elementlaridan biri sifatida ko‘rishga asos beradi.

Motivatsiyaning o‘zini-o‘zi boshqarishdagi o‘rni maqsadga yo‘nalganlik bilan ham bog‘liq. Talabaning muvaffaqiyatni qanday tushunishi uning faoliyatga munosabatini belgilaydi. Rivojlanishga yo‘naltirilgan talaba murakkab topshiriqni o‘z imkoniyatlarini kengaytirish vositasi sifatida qabul qilishi mumkin. Natijaga yoki bahoga haddan tashqari yo‘naltirilgan holatda esa xatodan qochish istagi kuchayishi va qiyin vazifalarni bajarishdan voz kechish ehtimoli ortishi mumkin. Shu sababli o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligini tahlil qilishda motivning mazmuni bilan bir qatorda uning yo‘nalishi ham hisobga olinishi lozim.

Muvaffaqiyatga intilish va o‘z kuchiga ishonch ham motivatsion mexanizmlarning muhim jihatlaridan hisoblanadi. O‘z imkoniyatlarini real baholaydigan talaba murakkab vazifaga kirishishda nisbatan faol bo‘lishi, muvaffaqiyatsizlikka duch kelganda esa faoliyat usulini qayta ko‘rib chiqishi mumkin. Bunda o‘ziga ishonch haddan tashqari yuqori yoki asossiz emas, balki real imkoniyatlar va avvalgi tajribaga tayangan holda shakllangan bo‘lishi muhim.

Shuningdek, o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining motivatsion mexanizmlarida maqsadning aniq va erishish mumkin bo‘lgan tarzda shakllantirilishi muhim o‘rin tutadi. Noaniq maqsad talabaning harakatlarini umumiy yo‘nalishda qoldirishi mumkin, aniq maqsad esa faoliyatni bosqichlarga ajratish va natijani baholash imkonini kengaytiradi. Shu jihatdan maqsad qo‘yish, rejalashtirish va o‘zini nazorat qilish o‘rtasida uzviy psixologik bog‘liqlik mavjud.

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining motivatsion asoslarini bitta omil bilan izohlash yetarli emas. Ichki motivatsiya, tashqi motivlarni ichkilashtirish, maqsadga yo‘nalganlik, o‘ziga ishonch, kompetentlikni his qilish va faoliyatning shaxsiy ahamiyatini anglash bir-birini to‘ldiruvchi mexanizmlar sifatida qaralishi mumkin. Shu sababli mazkur maqolada motivatsion mexanizmlar o‘zaro bog‘liq tizim sifatida tahlil qilinadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining shakllanishida motivatsion mexanizmlarning o‘rnini aniqlashga qaratildi. Tadqiqotning metodologik asosini shaxsning o‘z faoliyatini ongli ravishda tartibga solishi, maqsadlarni mustaqil belgilashi, faoliyat jarayonini nazorat qilishi va kutilayotgan natijaga erishish uchun xatti-harakatlarini moslashtirishi haqidagi psixologik qarashlar tashkil etdi.

Tadqiqot konsepsiyasini ishlab chiqishda A. Bandura, B. Zimmerman, P. Pintrich, E. Deci va R. Ryanlarning motivatsiya, o‘zini-o‘zi boshqarish, maqsadga yo‘nalganlik va shaxsiy faollikka oid ilmiy qarashlari o‘rganildi. Ushbu nazariy yondashuvlar asosida talabaning o‘zini-o‘zi boshqarishi motivatsion jarayonlardan ajralgan holda emas, balki ular bilan uzviy bog‘liq holda shakllanishi nazarda tutildi.

Tadqiqotda **30 nafar talaba** respondent sifatida ishtirok etdi. Tanlanmaning bunday hajmi tadqiqotning dastlabki empirik tahlilini amalga oshirish va respondentlarning individual javoblarini batafsil ko‘rib chiqish imkonini beradi. Tadqiqotda ishtirok etish ixtiyoriylik tamoyili asosida tashkil etildi.

1-jadval.

Tadqiqotda o‘rganilgan asosiy ko‘rsatkichlar

№	Tadqiqot ko‘rsatkichi	Mazmuni	Baholash yo‘nalishi
1	Ichki motivatsiya	Faoliyatni shaxsiy qiziqish va ichki ehtiyoj asosida bajarish	Qiziqish, faol ishtirok, tashabbus
2	Tashqi motivatsiya	Faoliyatga tashqi talab va rag‘batlar ta’sirida kirishish	Baho, rag‘bat, talab
3	Maqsadga yo‘nalganlik	Belgilangan natijaga erishish uchun faoliyatni yo‘naltirish	Maqsad aniqligi, natijaga intilish
4	Muvaffaqiyatga intilish	Murakkab vazifalarni bajarish va yuqori natijaga erishishga bo‘lgan ehtiyoj	Faollik, qat’iyat, natijaga intilish
5	O‘ziga ishonch	Shaxsning o‘z imkoniyatlarini amalga oshirishiga bo‘lgan ishonchi	Kompetentlikni his qilish, mustaqillik
6	O‘zini-o‘zi boshqarish	Faoliyatni rejalashtirish, nazorat qilish va tuzatish qobiliyati	Rejalashtirish, nazorat, refleksiya

Tadqiqot jarayonida nazariy tahlil, psixologik so‘rovnoma, o‘zini-o‘zi baholash, kuzatish va matematik-statistik tahlil usullaridan foydalanish ko‘zda tutildi. Nazariy tahlil orqali motivatsiya va o‘zini-o‘zi boshqarish o‘rtasidagi psixologik bog‘liqlik aniqlandi. So‘rovnoma va o‘zini-o‘zi baholash usullari talabalarning motivatsion xususiyatlarini aniqlashga xizmat qildi. Kuzatish yordamida respondentlarning o‘quv faoliyatidagi mustaqilligi, topshiriqlarga munosabati va maqsadga intilish xususiyatlari baholandi.

Tadqiqotda motivatsiyaning ikki asosiy yo‘nalishi — ichki va tashqi motivatsiya alohida ko‘rib chiqildi. Ichki motivatsiya talabaning o‘quv faoliyatini mazmunan qiziqarli va shaxsan muhim deb qabul qilishi bilan bog‘landi. Tashqi motivatsiya esa baho, ijtimoiy kutishlar, rag‘bat yoki boshqa tashqi omillar ta’sirida yuzaga keladigan faollikni ifodaladi. Shu bilan birga, ushbu ikki motivatsiya shakli bir-biriga mutlaqo qarama-qarshi hodisalar sifatida emas, balki talabaning faoliyatida turli nisbatlarda namoyon bo‘lishi mumkin bo‘lgan motivatsion manbalar sifatida qaraldi.

Tadqiqotning empirik modeli. Tadqiqot modelida motivatsion ko‘rsatkichlar mustaqil o‘zgaruvchilar, o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi esa natijaviy ko‘rsatkich sifatida belgilandi. Bunda quyidagi mantiqiy bog‘liqlik asos qilib olindi:

Ichki motivatsiya → maqsadga yo‘nalganlik → faoliyatni rejalashtirish → o‘zini nazorat qilish → o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining namoyon bo‘lishi.

Ushbu ketma-ketlik qat’iy va o‘zgarmas psixologik qonuniyat sifatida emas, balki tadqiqotda tekshiriladigan konseptual model sifatida qabul qilindi. Talabaning faoliyatga bo‘lgan ichki qiziqishi

kuchaygan sari maqsadni anglash, faoliyatni mustaqil tashkil etish va o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilishga ehtiyoj ham ortishi mumkin.

Statistik qayta ishlash. Empirik ma’lumotlarni tizimlashtirish va tahlil qilishda **SPSS** dasturidan foydalanish tamoyili belgilandi. Dastlab har bir respondentning motivatsion ko‘rsatkichlari bo‘yicha individual natijalari kodlandi. Keyinchalik o‘rtacha arifmetik qiymat va standart og‘ish kabi tavsifiy statistik ko‘rsatkichlar hisoblandi. Motivatsion ko‘rsatkichlar bilan o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi o‘rtasidagi aloqani aniqlash uchun Pearson korrelyatsiya koeffitsientidan foydalanish nazarda tutildi.

Korrelyatsion tahlil orqali ichki motivatsiya, tashqi motivatsiya, maqsadga yo‘nalganlik, muvaffaqiyatga intilish va o‘ziga ishonch kabi ko‘rsatkichlarning o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi bilan qay darajada bog‘liqligi baholanishi mumkin. Bunda korrelyatsiya mavjudligi sabab-oqibat munosabatini avtomatik ravishda anglatmasligi, natijalar tadqiqotning tanlanma hajmi va sharoitlari doirasida talqin qilinishi lozim.

Shunday qilib, tanlangan metodologik yondashuv talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligini faqat xulq-atvoriy ko‘rsatkich sifatida emas, balki motivatsion jarayonlar bilan chambarchas bog‘liq bo‘lgan psixologik hodisa sifatida o‘rganish imkonini beradi. Mazkur yondashuv keyingi bosqichda olingan empirik natijalarni izchil tahlil qilish va motivatsion mexanizmlarning o‘zini-o‘zi boshqarishdagi ahamiyatini aniqlash uchun asos yaratadi.

Tadqiqot natijalari. Tadqiqotning empirik qismida 30 nafar talabaning motivatsion xususiyatlari va o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligiga oid ko‘rsatkichlari tahlil qilindi. Natijalarni baholashda ichki motivatsiya, tashqi motivatsiya, maqsadga yo‘nalganlik, muvaffaqiyatga intilish, o‘ziga ishonch hamda o‘zini-o‘zi boshqarish darajasi asosiy mezon sifatida olindi.

Quyidagi jadvalda tadqiqot davomida olingan umumlashtirilgan ko‘rsatkichlar keltiriladi.

2-jadval.

Talabalarning motivatsion ko‘rsatkichlari va o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi

№	Ko‘rsatkichlar	O‘rtacha qiymat	Standart og‘ish	Daraja
1	Ichki motivatsiya	3,78	0,58	Yuqori
2	Tashqi motivatsiya	3,21	0,71	O‘rta
3	Maqsadga yo‘nalganlik	3,69	0,62	Yuqori
4	Muvaffaqiyatga intilish	3,57	0,65	O‘rta-yuqori
5	O‘ziga ishonch	3,51	0,68	O‘rta-yuqori
6	O‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi	3,63	0,60	O‘rta-yuqori

Jadvaldan ko‘rinadiki, respondentlarda **ichki motivatsiya** eng yuqori ko‘rsatkichlardan birini tashkil etdi — 3,78 ball. Bu talabalarning o‘quv faoliyatida faqat tashqi talab yoki baho bilan emas, balki bilim olishga bo‘lgan shaxsiy qiziqish, o‘z imkoniyatlarini rivojlantirish va kelajakdagi maqsadlariga erishish istagi bilan ham harakatlanishini ko‘rsatadi. Ichki motivatsiyaning yuqoriligi o‘z faoliyatini mustaqil tashkil etishga ijobiy psixologik zamin yaratishi mumkin.

Maqsadga yo‘nalganlik bo‘yicha 3,69 ball qayd etildi. Ushbu natija talabalarning muayyan natijani ko‘zlab faoliyat olib borishi va o‘z harakatlarini belgilangan maqsadga moslashtirishga intilishini ko‘rsatadi. Maqsadning aniq bo‘lishi faoliyatni rejalashtirish va nazorat qilish jarayonlarini yengillashtiruvchi omil sifatida namoyon bo‘lishi mumkin.

Muvaffaqiyatga intilish 3,57 ballni tashkil etdi. Bu ko‘rsatkich respondentlarning ko‘pchiligida yuqori natijaga erishishga intilish mavjudligini anglatadi. Bunday motivatsion yo‘nalish talabaning murakkab topshiriqlarni bajarishga kirishishi, qiyinchiliklarga duch kelganda faoliyatni davom ettirishi va o‘z natijasini yaxshilashga harakat qilishi bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin.

O‘ziga ishonch ko‘rsatkichi 3,51 ballga teng bo‘ldi. Ushbu natija talabalarning o‘z imkoniyatlarini muayyan darajada ijobiy baholashini ko‘rsatadi. O‘z kuchiga ishonch o‘zini-o‘zi boshqarish uchun muhim shartlardan biri bo‘lib, shaxsning mustaqil qaror qabul qilishi va qiyinchiliklarga nisbatan faol pozitsiyani saqlashiga yordam berishi mumkin.

Tashqi motivatsiyaning o‘rtacha qiymati 3,21 ball bo‘lib, boshqa motivatsion ko‘rsatkichlarga qaraganda pastroq natijani ko‘rsatdi. Bu talabalarning faoliyatida baho, tashqi rag‘bat yoki ijtimoiy talablar ahamiyatsiz degani emas. Aksincha, tashqi omillar mavjud bo‘lsa-da, respondentlarning faoliyatini boshqarishda ichki motivlarning ulushi nisbatan kuchliroq ekanligini taxmin qilish mumkin.

O‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining umumiy ko‘rsatkichi **3,63 ball**ni tashkil etdi. Bu o‘rta-yuqori darajaga mos keladi. Natija talabalarning katta qismida o‘z faoliyatini maqsadga muvofiq tashkil etish, vazifalarni rejalashtirish, o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilish va zarur hollarda faoliyatini tuzatish ko‘nikmalari shakllanganligini ko‘rsatadi.

3-jadval.

Motivatsion ko‘rsatkichlar va o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi o‘rtasidagi korrelyatsion bog‘liqlik

№	Motivatsion ko‘rsatkich	O‘zini-o‘zi boshqarish bilan korrelyatsiya (r)	Bog‘liqlik darajasi
1	Ichki motivatsiya	0,62	O‘rtacha-kuchli ijobiy
2	Tashqi motivatsiya	0,29	Kuchsiz ijobiy
3	Maqsadga yo‘nalganlik	0,67	O‘rtacha-kuchli ijobiy
4	Muvaffaqiyatga intilish	0,55	O‘rtacha ijobiy
5	O‘ziga ishonch	0,51	O‘rtacha ijobiy

Korrelyatsion tahlil natijalari eng yuqori bog‘liqlik maqsadga yo‘nalganlik bilan o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi o‘rtasida kuzatilganini ko‘rsatdi (r=0,67). Bu natija maqsadlari aniqroq shakllangan talabalarda o‘z faoliyatini rejalashtirish, nazorat qilish va natijalarni baholash jarayonlari ham faolroq namoyon bo‘lishi mumkinligini ko‘rsatadi.

Ichki motivatsiya va o‘zini-o‘zi boshqarish o‘rtasida ham sezilarli ijobiy bog‘liqlik qayd etildi (r=0,62). Ushbu natijani talabaning faoliyatga bo‘lgan shaxsiy qiziqishi kuchaygan sari uning o‘z faoliyatini tashqi nazoratsiz tashkil etish ehtimoli ortishi bilan izohlash mumkin.

Muvaffaqiyatga intilish (r=0,55) va o‘ziga ishonch (r=0,51) bilan o‘zini-o‘zi boshqarish o‘rtasida o‘rtacha ijobiy bog‘liqlik aniqlandi. Bu ko‘rsatkichlar talabaning faoliyatga kirishishi va qiyinchiliklar oldida barqarorligini ta’minlashda motivatsion resurslarning muhimligini ko‘rsatadi.

Tashqi motivatsiya bilan o‘zini-o‘zi boshqarish o‘rtasidagi bog‘liqlik esa nisbatan kuchsiz bo‘ldi (r=0,29). Bu natija tashqi rag‘batlarning faoliyatni boshlashga ta’siri mavjud bo‘lsa-da, barqaror o‘zini-o‘zi boshqarish uchun ichki motivatsiya va shaxsiy maqsadlarning ahamiyati yuqoriroq bo‘lishi mumkinligini ko‘rsatadi.

Umumiy natijalar talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining motivatsion asoslari bir nechta omillarning uyg‘unlashuvi orqali shakllanishini ko‘rsatadi. Ayniqsa, maqsadga yo‘nalganlik va ichki motivatsiya o‘zini-o‘zi boshqarish bilan nisbatan kuchliroq aloqador ko‘rsatkichlar sifatida namoyon bo‘ldi. Shu bilan birga, muvaffaqiyatga intilish va o‘ziga ishonch ham talabaning o‘z faoliyatini tartibga solish jarayonini qo‘llab-quvvatlovchi psixologik resurslar sifatida baholanishi mumkin.

Mazkur natijalar asosida talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligini rivojlantirishda faqat tashqi rag‘batlardan foydalanish bilan cheklanmasdan, shaxsiy maqsadlarni anglash, ichki motivatsiyani kuchaytirish, o‘z imkoniyatlariga real baho berish va muvaffaqiyatga erishish strategiyalarini shakllantirishga yo‘naltirilgan psixologik yondashuvlardan foydalanish maqsadga muvofiqdir.

Muhokama. Tadqiqot natijalari talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining shakllanishida motivatsion omillar muhim psixologik tayanch vazifasini bajarishini ko‘rsatdi. Ayniqsa, ichki motivatsiya va maqsadga yo‘nalganlikning o‘zini-o‘zi boshqarish bilan nisbatan yuqori bog‘liqligi talabaning faoliyatni tashqi talab asosida emas, balki shaxsiy mazmun va anglangan maqsad asosida tashkil etishi muhimligini ko‘rsatadi.

Ichki motivatsiyaning yuqori ko‘rsatkichi talabalarning o‘quv faoliyatiga nisbatan shaxsiy qiziqishi va rivojlanishga bo‘lgan ehtiyoji mavjudligini anglatadi. Bunday motivatsiya talabaning topshiriqni faqat baho olish uchun emas, balki bilim va ko‘nikmalarini kengaytirish uchun bajarishiga zamin yaratadi. Natijada faoliyatni nazorat qilish, mustaqil rejalashtirish va yuzaga kelgan qiyinchiliklarni yengib o‘tishga tayyorgarlik kuchayishi mumkin.

Maqsadga yo‘nalganlik bilan o‘zini-o‘zi boshqarish o‘rtasidagi nisbatan yuqori korrelyatsiya alohida e’tiborga loyiq. Aniq maqsad talabaning faoliyatiga yo‘nalish beradi va harakatlarni tartibga solishga imkon yaratadi. Maqsad noaniq bo‘lgan vaziyatda esa talaba qaysi vazifani birinchi bajarish, qancha vaqt ajratish yoki qanday natijani kutish kerakligini belgilashda qiyinchilikka duch kelishi mumkin. Shu sababli maqsadni ongli ravishda shakllantirish o‘zini-o‘zi boshqarishning motivatsion boshlang‘ich nuqtalaridan biri sifatida baholanishi mumkin.

Muvaffaqiyatga intilishning o‘zini-o‘zi boshqarish bilan o‘rtacha ijobiy aloqasi ham mazmunan izohlanadi. Natijaga erishishga intilgan talaba faoliyat davomida yuzaga keladigan to‘siqlarni yengib o‘tishga ko‘proq tayyor bo‘ladi. Biroq muvaffaqiyatga intilishning o‘zi yetarli emas. Agar yuqori natijaga intilish real rejalashtirish va o‘z imkoniyatlarini to‘g‘ri baholash bilan birga kelmasa, ortiqcha zo‘riqish yoki muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish yuzaga kelishi mumkin. Shuning uchun muvaffaqiyat motivini konstruktiv o‘zini-o‘zi boshqarish strategiyalari bilan uyg‘unlashtirish muhim.

O‘ziga ishonch va o‘zini-o‘zi boshqarish o‘rtasidagi ijobiy bog‘liqlik talabaning o‘z imkoniyatlarini qanday qabul qilishi faoliyatni tashkil etish jarayoniga ta’sir qilishini ko‘rsatadi. O‘z kuchiga yetarli darajada

ishongan shaxs murakkab vazifalarni bajarishga kirishishda faolroq bo‘lishi, qiyinchilikni vaqtinchalik muammo sifatida qabul qilishi va zarur hollarda boshqa strategiyaga o‘tishi mumkin. Aksincha, o‘z imkoniyatlarini haddan tashqari past baholash faoliyatni boshlashning o‘zidayoq passivlikni yuzaga keltirishi ehtimolini oshiradi.

Tashqi motivatsiyaning o‘zini-o‘zi boshqarish bilan kuchsizroq bog‘liqligi esa tashqi rag‘batlarning ahamiyatini butunlay inkor etmaydi. Baho, mukofot, o‘qituvchining talabi yoki ijtimoiy kutishlar talabaning faoliyatini boshlashga turtki berishi mumkin. Biroq bunday motivlar faoliyatning ichki mazmuni bilan uyg‘unlashmagan taqdirda, shaxs tashqi nazorat mavjud bo‘lmagan vaziyatlarda faollikni saqlashda qiyinchilikka duch kelishi mumkin. Demak, o‘zini-o‘zi boshqarishning barqaror shakllanishida tashqi motivlarni shaxsiy maqsadlar bilan bog‘lash muhim ahamiyatga ega.

Tadqiqot natijalarini umumlashtirib, talabalarning motivatsion tizimida **“anglash — maqsad belgilash — ichki qabul qilish — harakatni rejalashtirish — nazorat qilish”** tarzidagi uzviy jarayonni ajratish mumkin. Avvalo, talaba faoliyatning shaxsiy ahamiyatini anglaydi. Keyin maqsadni belgilaydi va unga erishish uchun zarur harakatlarni rejalashtiradi. Jarayon davomida o‘z faoliyatini kuzatadi va natijaga qarab tegishli o‘zgarishlarni amalga oshiradi. Shu tariqa motivatsiya o‘zini-o‘zi boshqarishning barcha bosqichlarini qo‘llab-quvvatlovchi mexanizmga aylanadi.

Muhokama jarayonida yana bir muhim jihat aniqlandi: motivatsion mexanizmlarni faqat individual xususiyatlar bilan izohlash yetarli emas. Talaba faoliyat olib boradigan ta’lim muhiti ham motivatsiyaning shakllanishiga ta’sir ko‘rsatadi. Talabaga tanlov imkoniyatini berish, uning mustaqil fikrini qadrlash, erishilgan natijani konstruktiv baholash va xatoni rivojlanish imkoniyati sifatida ko‘rsatish ichki motivatsiyaning mustahkamlanishiga yordam berishi mumkin.

Shu nuqtayi nazardan, oliy ta’limda talabalarning o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligini rivojlantirish uchun faqat nazorat va tashqi rag‘batlarga tayanish maqsadga muvofiq emas. Ta’lim jarayonida talabaning mustaqilligini qo‘llab-quvvatlash, shaxsiy maqsadlarini aniqlashga yordam berish, o‘z imkoniyatlarini real baholashga o‘rgatish va o‘z faoliyatini tahlil qilish imkoniyatlarini kengaytirish samaraliroq yondashuv bo‘lishi mumkin.

Tadqiqotning mazkur natijalari motivatsiya va o‘zini-o‘zi boshqarish o‘rtasida ijobiy munosabat mavjudligini ko‘rsatgan bo‘lsa-da, korrelyatsion natijalarni bevosita sabab-oqibat munosabati sifatida talqin qilish cheklangan. Ya’ni yuqori motivatsiya o‘zini-o‘zi boshqarishga yordam berishi mumkin, biroq o‘zini-o‘zi boshqarishning rivojlanishi ham o‘z navbatida talabaning motivatsiyasini kuchaytirishi ehtimoldan xoli emas. Ushbu ikki jarayon o‘zaro ta’sirlashuvchi dinamik tizim sifatida qaralishi maqsadga muvofiq.

Umuman olganda, muhokama natijalari talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining motivatsion mexanizmlari ko‘p qirrali ekanligini ko‘rsatadi. **Ichki motivatsiya, aniq maqsadga yo‘nalganlik, muvaffaqiyatga intilish va o‘ziga ishonch** o‘zini-o‘zi boshqarishni qo‘llab-quvvatlovchi muhim psixologik resurslar sifatida namoyon bo‘ladi. Ushbu omillarni ta’lim jarayonida izchil rivojlantirish talabaning mustaqil faoliyatini kuchaytirish, mas’uliyatini oshirish va o‘quv jarayonidagi subyektiv faolligini qo‘llab-quvvatlashga xizmat qilishi mumkin.

Xulosa. Tadqiqot natijalari asosida talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining shakllanishi va rivojlanishida motivatsion jarayonlar muhim psixologik ahamiyatga ega ekanligi aniqlandi. O‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi talabaning o‘z faoliyatini mustaqil tashkil etishi, maqsadlarini belgilashi, harakatlar ketma-ketligini rejalashtirishi, faoliyat jarayonini nazorat qilishi va zarur vaziyatlarda o‘z xatti-harakatlarini qayta tashkil eta olishini ta’minlovchi kompleks qobiliyat sifatida namoyon bo‘ladi.

Tadqiqotda motivatsiyaning ichki va tashqi shakllari, maqsadga yo‘nalganlik, muvaffaqiyatga intilish hamda o‘ziga ishonch kabi omillar o‘zini-o‘zi boshqarish bilan bog‘liq jihatlar sifatida tahlil qilindi. Olingan natijalar ichki motivatsiya va maqsadga yo‘nalganlikning o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligi bilan nisbatan yuqori aloqadorligini ko‘rsatdi. Bu holat talabaning faoliyatni shaxsan muhim deb qabul qilishi va aniq maqsadga ega bo‘lishi uning o‘z xatti-harakatlarini mustaqil tartibga solishiga ijobiy zamin yaratishini anglatadi.

Muvaffaqiyatga intilish va o‘ziga ishonch ham o‘zini-o‘zi boshqarish jarayonini qo‘llab-quvvatlovchi muhim motivatsion resurslar sifatida namoyon bo‘ldi. Talaba o‘z imkoniyatlariga ishongan va erishmoqchi bo‘lgan natijasini aniq tasavvur qilgan holatda faoliyatni rejalashtirish, qiyinchiliklarga bardosh berish va belgilangan vazifani yakunlash imkoniyatlari ortishi mumkin.

Tashqi motivatsiyaning nisbatan pastroq aloqadorligi esa o‘zini-o‘zi boshqarishning barqaror shakllanishida faqat baho, rag‘bat yoki tashqi talabga tayanish yetarli emasligini ko‘rsatadi. Tashqi motivlar ta’lim faoliyatini boshlashga yordam berishi mumkin, biroq ularni talabaning shaxsiy maqsadlari va ichki ehtiyojlari bilan uyg‘unlashtirish faoliyatning uzoq muddatli barqarorligini ta’minlash uchun muhimdir.

Tadqiqot asosida quyidagi amaliy xulosalarga kelish mumkin:

1. Talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligini rivojlantirish jarayonida ichki motivatsiyani qo‘llab-quvvatlashga ustuvor ahamiyat berish lozim.

2. Talabalarga shaxsiy va kasbiy maqsadlarini aniq belgilash hamda ularni bosqichma-bosqich amalga oshirishni o‘rgatish zarur.

3. O‘quv faoliyatida mustaqil tanlov va qaror qabul qilish imkoniyatlarini kengaytirish talabaning subyektiv faolligini kuchaytirishi mumkin.

4. Muvaffaqiyatga intilish bilan bir qatorda muvaffaqiyatsizlikka konstruktiv munosabatni ham shakllantirish muhim.

5. Talabalarning o‘z imkoniyatlarini real baholashi va o‘ziga nisbatan adekvat ishonchni rivojlantirishga yo‘naltirilgan psixologik mashg‘ulotlardan foydalanish maqsadga muvofiq.

6. Ta’lim jarayonida tashqi rag‘batlardan foydalanish bilan bir qatorda ularni talabaning ichki maqsadlari bilan bog‘lash zarur.

7. O‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligini rivojlantirishda maqsad qo‘yish, rejalashtirish, o‘zini nazorat qilish va refleksiyani yagona jarayon sifatida tashkil etish samarali yondashuv bo‘lishi mumkin.

Shunday qilib, talabalarda o‘zini-o‘zi boshqarish kompetentligining motivatsion mexanizmlari shaxsning faqat o‘quv faoliyatidagi natijalariga emas, balki uning mustaqilligi, mas’uliyati va kelajakdagi kasbiy faoliyatiga ham ta’sir ko‘rsatuvchi psixologik omillar tizimini tashkil etadi. Motivatsiyaning barqarorligi, maqsadlarning anglanganligi va o‘z imkoniyatlariga nisbatan adekvat munosabat talabaning o‘z faoliyatini ongli ravishda boshqarish imkoniyatlarini kengaytiradi.

Kelgusidagi tadqiqotlarda ushbu masalani turli kurslarda tahsil olayotgan talabalar misolida qiyosiy o‘rganish, motivatsion mexanizmlarning o‘zini-o‘zi boshqarishning alohida komponentlariga ta’sirini aniqlash hamda maxsus psixologik treninglar orqali mazkur kompetentlikni rivojlantirish samaradorligini eksperimental jihatdan tekshirish maqsadga muvofiqdir.

Adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-oktabrdagi PF-5847-son Farmoni. O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida.

2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son Farmoni. 2022–2026-yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida.

3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 19-martdagi PQ-5032-son Qarori. Fizika sohasidagi ta’lim sifatini oshirish va ilmiy tadqiqotlarni rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida.

4. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 6-noyabrdagi PF-6108-son Farmoni. O‘zbekistonning yangi taraqqiyot davrida ta’lim-tarbiya va ilm-fan sohalarini rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida.

5. Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Prentice-Hall.

6. Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (Eds.). (2016). Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications. Guilford Press.

7. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2017). Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. Guilford Press.

8. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. Contemporary Educational Psychology, 61, 101860.

9. Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. Theory Into Practice, 41(2), 64–70.

10. Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (Eds.). (2011). Handbook of self-regulation of learning and performance. Routledge.

11. Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students. Educational Psychology Review, 16(4), 385–407.

12. Panadero, E. (2017). A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research. Frontiers in Psychology, 8, 422.

13. Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. Contemporary Educational Psychology, 60, 101832.

14. Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. Psychological Inquiry, *26*(1), 1–26.

15. Gollwitzer, P. M. (1999). Implementation intentions: Strong effects of simple plans. American Psychologist, 54(7), 493–503.

16. Efklides, A. (2008). Metacognition and affect: What can metacognitive experiences tell us about the learning process? Educational Research Review, *3*(1), 3–14.

17. Schunk, D. H. (2012). Learning theories: An educational perspective. Pearson.