



O'quvchilarda o'ziga nisbatan ishonchni shakllantirish – tarbiya jarayonining samaradorlik omili sifatida

**Mahmudova
Niginabonu**

*Qo'qon davlat universiteti
Pedagogika va Psixologiya yo'nalishi
2 kurs magistranti*

Anotatsiya: Mazkur maqolada o'quvchilarda o'ziga nisbatan ishonchni shakllantirishning tarbiya jarayonidagi ahamiyati tahlil etiladi. psixologik nazariyalar, chet el adabiyotlari, tajriba va statistik ma'lumotlarga asoslanib, o'ziga ishonchning shaxsiy rivojlanish, o'qish samaradorligi va ijtimoiy faollikka ta'siri yoritilgan. o'qituvchining roli, ta'lim muhitining ta'siri va zamonaviy yondashuvlar chuqur tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: o'ziga ishonch, tarbiya, o'quvchi, samaradorlik, motivatsiya, psixologik rivojlanish, ta'lim, o'qituvchi.

Zamonaviy ta'lim jarayonida o'quvchining faolligi, mustaqil fikrlashi va ijtimoiy moslashuvchanligi katta ahamiyat kasb etmoqda. bu omillarning barchasi bevosita o'ziga nisbatan ishonch bilan chambarchas bog'liq. o'ziga ishonchga ega o'quvchi ta'limdagi qiyinchiliklarni yengil yengib o'tadi, yangiliklardan qo'rqmaydi va o'zini ijtimoiy muhitda erkin tutadi.

O'ziga ishonch nima?

O'ziga ishonch – bu shaxsning o'z imkoniyatlariga, bilim va ko'nikmalariga bo'lgan ishonchidir. Bu sifat insonning ijtimoiy hayotda muvaffaqiyatli bo'lishi, mustaqil qarorlar qabul qilishi va qiyinchiliklarga bardosh bera olishi uchun zarurdir.

O'ziga ishonch tushunchasi va nazariy asoslari o'ziga ishonch — bu shaxsning o'z imkoniyatlari va qobiliyatlariga bo'lgan ishonchidir. amerikalik psixolog a. bandura bu holatni “self-efficacy” deb atagan. unga ko'ra, insonning o'z harakatlari orqali natijaga erisha olishiga bo'lgan ishonchi, uning muvaffaqiyatga erishish darajasini belgilaydi. c. dweck esa o'quvchilarda "growth mindset" — o'suvchan tafakkur orqali motivatsiyani oshirish mumkinligini ta'kidlaydi. ularning fikrlariga ko'ra, ishonchli shaxs muvaffaqiyatsizlikdan cho'chimaydi, aksincha uni yangi tajriba deb qabul qiladi.

O'ziga ishonch tarbiyada qanday shakllanadi?

Ota-onaning ishonchi: Bolaga ishonish, unga kichik mas'uliyatlar berish (masalan, o'z kiyimini tanlash) bola o'zini qadrlashiga yordam beradi. Qayta aloqa (feedback): Bolaning harakatlariga e'tibor berib, ularni rag'batlantirish, lekin haddan ortiq maqtamaslik kerak. Dweck bu holatni “realistik rag'bat” deb ataydi.

Mustaqillikni qo'llab-quvvatlash: Maria Montessori metodikasi shuni ko'rsatadiki, bolalarga erkinlik berilgan muhitda ular o'zlariga nisbatan ko'proq ishonchli bo'lalilar.

Xatolardan qo'rqmaslik: Xatolarni o'rganish manbai sifatida ko'rsatish bola o'zini qulay his qilishiga olib keladi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda o'ziga ishonchni rivojlantirish

Bu yoshdagi bolalar hali o'z-o'zini to'liq anglay olmaydi, lekin ularning his-tuyg'ulariga asoslangan munosabatlar o'ziga ishonchning poydevorini yaratadi. Bu yerda tarbiyachining roli juda katta:

Individual yondashuv

Kichik yutuqlarni e'tirof etish

Jismoniy faoliyat (sport, raqs) orqali o'zini namoyon qilishga imkon berish

O'ziga ishonchning ijtimoiy-emotsional foydalari

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'ziga ishongan bolalar:

Stressga bardoshli bo'ladi

Do'st orttirish va ijtimoiy muhitga moslashishda faolroq

Maktabdagi o'qish jarayonida ko'proq muvaffaqiyatga erishadi

O'quvchilarda o'ziga ishonchni shakllantirish usullari

- mustaqillik berish va kichik qarorlar qabul qilishga undash
- muvaffaqiyatlarni e'tirof etish, lekin realistik baholash
- ijobiy muhit yaratish, o'qituvchi tomonidan doimiy qo'llab-quvvatlash
- xatolarga nisbatan to'g'ri munosabatni shakllantirish
- hamkorlikda ishlash va ijtimoiy faollikka rag'batlantirish

Tarbiyada o'ziga ishonchning samaradorlikka ta'siri

tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'ziga ishonchga ega o'quvchilar:

- o'zlashtirish ko'rsatkichlari yuqori;
- ijtimoiy faol va do'stona;
- sinovlardan qo'rqmaydi, o'z fikrini erkin bildiradi;
- ijodiy yondashuvga ega.

shuningdek, o'qituvchining shaxsiy yondashuvi, individual tarzda yondashish, o'quvchi shaxsini qadrlash uning ishonch darajasiga bevosita ta'sir qiladi.

Chet el adabiyotlari asosida tahlil Bandura , Dweck , Rosenberg , va Compas kabi psixologlarning ishlari o'ziga ishonchning rivojlanishida ijtimoiy muhit, ta'lim sifati va o'z-o'zini qadrlash muhimligini ko'rsatadi. masalan, montessorining o'quv modelida bola mustaqil harakat qilib, o'z tanlovlarini amalga oshiradi — bu esa tabiiy ravishda o'ziga ishonchni mustahkamlaydi.

Statistik ma'lumotlar va tajriba

Aqshdagi 2020-yilgi tadqiqot natijalariga ko'ra, o'ziga ishonchi yuqori bo'lgan o'quvchilarning 78% i o'qishda yuqori natijalarga erishgan. shuningdek, finlyandiyada olib borilgan tajriba sinovlarida o'ziga ishonchni oshiruvchi dasturlar orqali o'quvchilarning bilim olishga bo'lgan motivatsiyasi 30% ga oshgan.

O'ziga nisbatan ishonch — bu faqat psixologik sifat emas, balki ta'limda muvaffaqiyatli bo'lishning muhim omilidir. tarbiyada bu jihatga alohida e'tibor qaratilishi kerak. har bir bola o'z qobiliyatlariga ishonadigan, mustaqil fikrlaydigan va

muammolarga bardoshli shaxs sifatida shakllanishi kerak. o'qituvchilar, ota-onalar va ta'lim tizimi bu borada hamkorlikda ishlashi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Bandura, a. (1977). self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change.
2. Dweck, c. (2006). mindset: the new psychology of success.
3. Rosenberg, m. (1965). society and the adolescent self-image.
4. Compas, b.e. et al. (2001). coping and emotion regulation.
5. Montessori, m. (1949). the absorbent mind.