



INNOVATIVE WORLD
Ilmiy tadqiqotlar markazi

YANGI RENESSANS

RESPUBLIKA ILMIY JURNALI

2025



+998335668868



www.innoworld.net

Google Scholar





2025

YANGI RENESSANS

RESPUBLIKA ILMIY JURNALI

2-JILD 4-SON



YANGI RENESSANS

RESPUBLIKA ILMIY JURNALI
TO'PLAMI

2 - JILD, 4 - SON
2025



www.innoworld.net

O'ZBEKISTON-2025

O'quvchilarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini shakllantirishda tarbiya ishining ahamiyati

Otayev Umidbek Matyoqubovich

O'zbekiston Respublikasi IIV Malaka oshirish instituti

O'quv-uslubiy bo'limi o'qituvchi-metodisti kapitan

Annotatsiya: Maqolada o'quvchilarda o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini shakllantirishda maktab tarbiyasining o'rnini va ahamiyati tahlil qilinadi. Tarbiyaning shaxsning psixologik barqarorligi, axloqiy qadriyatlari hamda ijtimoiy moslashuvchanligini rivojlantirishdagi roli chuqur yoritilgan.

Kalit so'zlar: o'z-o'zini boshqarish, maktab tarbiyasi, shaxs rivojlanishi, tarbiyaviy jarayon, ijtimoiy-emotsional ko'nikmalar.

Zamonaviy jamiyatda shaxsning faqat bilim darajasi emas, balki o'z hayotini mantiqiy, maqsadga yo'naltirilgan tarzda boshqara olish qobiliyati ham muhim ahamiyat kasb etadi. Aynan shu qobiliyat o'z-o'zini boshqarish insonning ta'lim, mehnat, oilaviy munosabatlar hamda ijtimoiy sohalarida barqarorlikka erishishining poydevoridir. O'quvchilarda ushbu ko'nikmani shakllantirishda tarbiya ishining o'rnini beqiyosdir, chunki tarbiya nafaqat tashqi qoidalarga rioya qilishni o'rgatish, balki shaxsni ichki me'yorlar tizimiga ega qilish, o'z javobgarligini his qilish hamda ijtimoiy muhitga moslashuvchanlikni ta'minlaydigan jarayonidir.

O'zbekiston Respublikasining amaldagi qonuniy hujjatlari ham shu yo'ldagi talablarni aniq belgilab beradi. "Ta'lim to'g'risida"gi Qonunning 11-moddasida maktab ta'limining vazifalari sifatida "o'quvchilarda umuminsoniy qadriyatlar, mehnatsevarlik, intizom, o'z-o'zini boshqarish hamda ijtimoiy javobgarlik kabi shaxsiy sifatlarni rivojlantirish" ko'zda tutilgan. "Yoshlarni tarbiyalash to'g'risida"gi Qonon esa yoshlarni "ma'naviy-ma'rifiy, axloqiy va huquqiy jihatdan yetuk shaxslar sifatida shakllantirish"da tarbiyaning markaziy rolini ta'kidlab, o'z-o'zini boshqarish kabi sifatlarni shaxsning barqaror rivojlanishining asosiy sharti sifatida qabul qiladi. Shunday qilib, mamlakatimizning huquqiy bazasi ham tarbiya orqali shaxsning ichki nazorat tizimini rivojlantirish zarurligini qonuniy darajada mustahkamlab beradi.

Jahon miqyosida ham o'z-o'zini boshqarish 21-asr ko'nikmalar tizimida alohida o'rin tutadi. CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) tashkiloti o'z-o'zini boshqarishni "ijtimoiy-emotsional rivojlanishning" (SEL) asosiy o'qlaridan biri sifatida ajratib ko'rsatadi va uning ta'lim samaradorligiga bevosita ta'sirini ilmiy asoslab beradi. Shu bilan birga, O'zbekiston olimlari ham ushbu tushunchani mahalliy madaniy hamda pedagogik sharoitga moslab izohlab, uning shakllanish mexanizmlarini o'rganishda katta hissa qo'shmoqda.

Ushbu maqolada o'z-o'zini boshqarish tushunchasining mohiyati, uning tarkibiy jihatlari, tarbiya ishining ushbu ko'nikmani shakllantirishdagi nazariy hamda amaliy roli, shuningdek, maktab amaliyotida qo'llaniladigan samarali



usullar tahlil qilinadi. Bunda nafaqat jahon ilmiy fikri, balki O'zbekiston olimlarining nazariy hamda amaliy ishlari ham keng qamrovli ravishda qo'llaniladi.

O'z-o'zini boshqarish insonning o'z hissiyotlarini, istaklari, xatti-harakatlari hamda tafakkurini maqsadga yo'naltirilgan ravishda nazorat qilish qobiliyatidir. Jahon psixologiyasida bu hodisa bir necha nazariy yondashuvlar orqali izohlanadi. Jumladan, mashhur ijtimoiy-kognitiv nazariya asoschisi Albert Bandura bu jarayonni "shaxsning o'z faoliyatini rejalashtirish, amalga oshirish, natijani baholash va kerakli tuzatishlarni kiritish" sifatida ta'riflaydi. Unga ko'ra, o'zini boshqara oladigan shaxs tashqi nazoratga emas, balki ichki me'yorlar va shaxsiy standartlarga amal qiladi.

O'zbekistonlik psixolog Xakimov O. o'z-o'zini boshqarishni "shaxsning ehtiyoj, istak, hissiyot va harakatlarini ijtimoiy me'yorlar hamda shaxsiy maqsadlar doirasida boshqarish qobiliyati" deb ta'riflaydi. Bunday yondashuv O'zbekiston jamiyatida o'z-o'zini boshqarishni faqat psixologik hodisa sifatida emas, balki axloqiy hamda ijtimoiy javobgarlik bilan ham bog'laydi.

Tahliliy jihatdan o'z-o'zini boshqarish quyidagi tarkibiy komponentlardan tashkil topadi:

- ✓ Emotsional nazorat g'azab, tashvish, bezovtalik kabi salbiy hissiyotlarni boshqarish;
- ✓ Harakat nazorati impulsivlikka yo'l qo'ymasdan, maqsadga muvofiq harakat qilish;
- ✓ Fikrlash nazorati tanqidiy fikrlash, o'z tafakkurini nazorat qilish, aql-idrok jarayonlarini boshqarish;
- ✓ Vaqt boshqaruvi vazifalarni rejalashtirish, ertalabki rejani amalga oshirish, kechiktirishdan saqlanish.

Bu komponentlar birgalikda shaxsning o'zini tashqi ta'sirlarga bo'ysunmasdan, ichki yo'naltiruvchi kuch sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

Tarbiya o'z-o'zini boshqarish ko'nikmasini shakllantirishning ijtimoiy-pedagogik mexanizmi bo'lib shaxsning ma'naviy-axloqiy, ijtimoiy hamda shaxsiy sifatlarini rivojlantirishning tizimli jarayonidir. Tarbiya ishi faqat dars tashqari tadbirlar bilan cheklanmaydi, balki barcha ta'lim faoliyatiga darslarda o'qituvchi bilan olib boriladigan muloqotdan tortib, o'quvchi-o'quvchi munosabatlarigacha singib ketadi. Rossiyalik psixolog Vygotskiy L.ning "yaqin rivojlanish zonasi" nazariyasiga ko'ra, o'quvchining yangi qobiliyatlarini shakllantirishda atrofdagi kattalar (o'qituvchi, tarbiyachi, ota-ona) muhim rol o'ynaydi. Shu jihatdan, tarbiyachi o'quvchining o'zini boshqarish doirasini kengaytirishda qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratuvchi shaxsdir.

Jahon amaliyotida CASEL tashkiloti o'z-o'zini boshqarishni ijtimoiy-emotsional rivojlanishning 5 ta asosiy o'qidagi ikkinchi komponent sifatida ajratadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, SEL dasturlarini amalga oshirayotgan maktablarda o'quvchilarning akademik ko'rsatkichlari o'rtacha 11%, ijtimoiy



ko'nikmalari esa 22% ga oshadi. Bu natijalar tarbiya jarayonining faqat axloqiy emas, balki ta'lim samaradorligiga ham bevosita ta'sir ko'rsatishini ilmiy ravishda tasdiqlaydi.

O'zbekiston sharoitida ham tarbiya ishining ahamiyati yangi ta'lim hujjatlari bilan mustahkamlangan. Milliy ta'lim standarti (2020) hamda "Zamonaviy maktab ta'lim modeli (2022)"da o'quvchilarda "o'zini anglash", "o'zini boshqarish", "boshqalarga hurmat" kabi kompetentsiyalarni shakllantirish asosiy maqsad sifatida belgilangan. Aynan shu kompetentsiyalar orqali kelajak avlod o'z jamiyatidagi barqarorlikka xizmat qiluvchi fuqarolarni tarbiyalashga qodir bo'ladi.

O'zbekistonlik mahalliy tadqiqotchilardan Karimova I. tarbiya jarayonida sinf jamoasining ahamiyatini alohida ta'kidlaydi. Unga ko'ra, jamoaviy faoliyat orqali o'quvchi o'z harakatlarining ijtimoiy oqibatlarini his qila boshlaydi, bu esa uning o'zini nazorat qilish qobiliyatini kuchaytiradi. Boshqacha qilib aytganda, jamoa — bu shaxsning o'zini sinovdan o'tkazadigan "ayna"dir.

Aliyotda maktab o'quvchilarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishda quyidagi tarbiyaviy yondashuvlar samarali hisoblanadi:

Refleksiv tarbiya: Har bir dars yoki tadbirdan keyin o'quvchilarga "O'zingizni qanday his qildingiz?", "Qaysi qismda qiyinchilikka duch keldingiz?", "Keyin borib nima qilishni o'ylaysiz?" kabi savollar berish orqali ular o'z hissiyot va harakatlarini tahlil qilishga o'rgatiladi. Bu yo'l orqali o'quvchi o'zini "tashqaridan" kuzatish qobiliyatini hosil qiladi.

Loyihaviy faoliyat: Guruh loyihalarida o'quvchilarga rol taqsimoti, muddatlar, javobgarlik, natijani taqdim etish kabi jarayonlarni boshqarish imkoniyati beriladi. Shu jarayonda ular hamkorlik, vaqt boshqaruvi hamda shaxsiy javobgarlik kabi ko'nikmalarni amaliyotda o'zlashtiradi.

Tarbiyaviy darslar: "Do'stlik", "Sabr-toqat", "Javobgarlik", "Ichki intizom" kabi mavzular atrofida o'tkaziladigan darslar orqali o'quvchilarda axloqiy me'yorlar, ijtimoiy javobgarlik hamda o'zini boshqarish mexanizmlari shakllanadi.

Ota-ona bilan hamkorlik: Maktab va oila hamkorligi orqali o'quvchining o'zini boshqarish ko'nikmasi ikkala muhitda ham bir xil me'yorda rivojlanadi. Oilada shakllangan me'yoriy xatti-harakatlar maktabda ham mustahkamlanadi va aksincha.

Barcha ushbu yondashuvlar tarbiya jarayonini faqat tashqi nazorat vositasi emas, balki ichki o'zgarishlarni rag'batlantiruvchi kuch sifatida qo'llashga imkon beradi.

Xulosa o'rnida o'quvchilarning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish zamonaviy ta'lim tizimining asosiy vazifalaridan biridir. Bu jarayon nafaqat psixologik rivojlanish bilan cheklanmaydi, balki huquqiy, axloqiy, pedagogik hamda ijtimoiy jihatdan ham keng qamrovli tizim hisoblanadi. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi hamda "Yoshlarni tarbiyalash

to'g'risida"gi Qononlari o'z-o'zini boshqarishni shaxsning barqaror rivojlanishining asosiy sharti sifatida tan olgan. Buni ilmiy jihatdan ham jahon olimlari (Bandura A., Vygotskiy L., CASEL tadqiqotchilari) hamda o'zbek olimlari (Xakimov O., Karimova I.) tasdiqlab kelmoqda.

Tarbiya ishi esa ushbu ko'nikmani shakllantirishning eng samarali vositasi hisoblanadi, chunki u nafaqat tashqi qoidalarga rioya qilishni o'rgatadi, balki o'quvchini ichki nazorat tizimiga ega qiladi. Shu sababli kelajakda maktab tarbiyachilari o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlovchi, reflektiv, interfaol hamda jamoaviy yondashuvlarga asoslangan tarbiya usullarini keng qo'llashlari zarur. Bundan tashqari, o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini o'lchash hamda monitoring qilish bo'yicha milliy metodikalar ishlab chiqish ham dolzarb vazifalardan biridir.

Shunday qilib, tarbiya orqali shakllangan o'z-o'zini boshqarish ko'nikmasi nafaqat o'quvchining ta'lim muvaffaqiyatiga, balki butun jamiyatning barqaror, adolatli va ijodkor kelajagini qurishga xizmat qiluvchi asosiy poydevordir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni. — O'zbekiston Respublikasi Qonun hujjatlari to'plami, 2023-yil, 12-son.
2. O'zbekiston Respublikasi "Yoshlarni tarbiyalash to'g'risida"gi Qononi. — O'zbekiston Respublikasi Qonun hujjatlari to'plami, 2022-yil, 45-son.
3. CASEL. (2023). Core SEL Competencies. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. <https://casel.org/fundamentals-of-sel/>
4. Bandura, A. (1991). Social Cognitive Theory of Self-Regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248–287. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90022-L](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L)
5. Xakimov, O. (2018). Shaxsning o'zini boshqarish qobiliyati: nazariya va amaliyot. Toshkent: O'qituvchi.
6. Zimmerman, B. J. (2000). Attaining Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self-Regulation* (pp. 13–39). Academic Press.
7. Vygotsky L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
8. Durlak J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger K. B. (2011). The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
9. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi qarori "Milliy ta'lim standarti to'g'risida" (2020-yil, 18-avgust).
10. Karimova, I. (2021). Maktab yoshidagi o'quvchilarda ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni rivojlantirishning pedagogik shartlari. *Pedagogika va psixologiya jurnali*, №3, 45–52.