

**TALABALARDA O‘ZLASHTIRISH SUSTLIGINING PSIXOLOGIK  
XUSUSIYATLARINI O‘RGANISH USULLARI****Tangriyeva Iroda Allabergenovna****Tel:998997392082****Email:iroda2631@gmail.com****Urganch RANCH texnologiya universiteti “Psixologiya” yo’nalishi  
magistranti**

**Annotatsiya.** Ushbu tezisdagi oliy ta’lim muassasalari talabalari orasida keng tarqalgan muammolardan biri — o‘quv materialini o‘zlashtirish sustligining psixologik ildizlari va ularni ilmiy jihatdan o‘rganish metodlari ko‘rib chiqiladi. Muallif tomonidan nazariy tahlil asosida motivatsion, kognitiv, emotsional-irodaviy va shaxsiy-individual omillar guruhlarini ajratilib, har birini tashxislovchi psixodiagnostik metodikalar tizimi taqdim etiladi. Tezisdagi kuzatish, suhbat, so‘rovnoma, test, tabiiy va laboratoriya eksperimentlari, proyektiv metodikalar, hujjatlarni tahlil qilish kabi usullarning imkoniyatlari hamda cheklovlari qiyosiy tarzda yoritilgan.

**Kalit so‘zlar:** talaba, o‘zlashtirish sustligi, akademik muvaffaqiyatsizlik, psixodiagnostika, o‘quv motivatsiyasi, tadqiqot metodlari, kognitiv soha, o‘z-o‘zini baholash.

**Kirish**

Zamonaviy oliy ta’lim tizimi oldida turgan dolzarb muammolardan biri — talabalarning bir qismida o‘quv faoliyati samaradorligining pastligi, ya’ni o‘zlashtirish sustligidir. Bu hodisa oddiy “dangasalik” yoki “qobiliyatsizlik” tushunchalari bilan izohlab bo‘lmaydigan, ko‘p qirrali psixologik fenomen hisoblanadi. Xorijiy tadqiqotchilar (M. McCoach, D. Siegle, S. Reis, J. Renzulli) uni “underachievement” atamasi bilan tavsiflaydilar va aynan shaxsning potensial imkoniyatlari hamda real ko‘rsatgich natijalari orasidagi sezilarli farq sifatida belgilaydilar. Tadqiqotchilar fikriga ko‘ra, yuqori qobiliyatli talabalarning qariyb yarmi o‘qishining qaysidir bosqichida o‘zlashtirish pasayishini boshdan kechirishi mumkin.

O‘zbekiston psixologiya fanida ham so‘nggi yillarda talaba shaxsining o‘quv faoliyatiga moslashuvi, stressga chidamliligi, frustratsiya, assertivlik kabi yo‘nalishlarda jiddiy ishlar amalga oshirildi (Z.T. Nishonova, G‘.B. Shoumarov, E. G‘oziyev, D.R. Abdumadjidova, N.Z. Ismoilova, D.D. Boymirzayeva va boshqalar).

Biroq, o‘zlashtirish sustligining ayni o‘zini alohida psixologik fenomen sifatida integrativ o‘rganishga yo‘naltirilgan metodik majmua hali to‘liq shakllangan emas. Ushbu tezis mazkur bo‘shliqni to‘ldirishga qaratilgan nazariy urinishdir.

**Tadqiqotning maqsadi — talabalarda o‘zlashtirish sustligini keltirib chiqaruvchi psixologik omillarning tabiatini oydinlashtirish va ularni ilmiy jihatdan o‘rganishning asosiy metodlarini tizimlashtirishdan iborat.**

O‘zlashtirish sustligi psixologiyada kengroq “o‘quv faoliyatidagi muvaffaqiyatsizlik” tushunchasi doirasida tahlil qilinadi. N.A. Menchinskaya, P.P. Blonskiy, L.S. Vigotskiy, Y.K. Babanskiy kabi olimlar ushbu hodisaning tashqi (pedagogik e‘tiborsizlik, oilaviy sharoit, ijtimoiy-iqtisodiy muhit) va ichki (shaxsning kognitiv, motivatsion, emotsional xususiyatlari) sabablarini ajratib ko‘rsatgan. G. Siegle va B. McCoach tomonidan ishlab chiqilgan Akademik yo‘naltirilganlik modeli (Achievement Orientation Model) esa o‘zlashtirish sustligi zahirida o‘z-o‘ziga ishonch (self-efficacy), topshiriqqa berilgan ahamiyat (task value), maqsadga sodiqlik (goal valuation) va muhitga ishonch (environmental perception) komponentlari yotishini asoslaydi.

Psixologik adabiyotlar tahlili talabalarda o‘zlashtirish sustligini vujudga keltiruvchi omillarni quyidagi to‘rt guruhga jamlash imkonini beradi:

- Motivatsion omillar — o‘quv motivatsiyasining pastligi, ichki emas, tashqi rag‘batlarning ustunligi, kasbiy-ma‘rifiy qiziqishlarning shakllanmaganligi, maqsadsizlik;

- Kognitiv omillar — diqqatning tarqoqligi, xotira jarayonlarining rivojlanmaganligi, tafakkur operatsiyalari (tahlil, sintez, umumlashtirish)ning yetarli shakllanmaganligi, o‘quv materialidagi asosiy va ikkilamchi belgilarni ajrata olmaslik;

- Emotsional-irodaviy omillar — imtihon xavotiri, perfektsionizm, o‘z-o‘ziga ishonchsizlik, depressiv kayfiyat, stressga chidamlilikning pastligi, prokrastinatsiya (ishni orqaga surish) odati;

- Shaxsiy-individual omillar — pastga yo‘naltirilgan o‘zini baholash, past “men-konsepsiyasi”, lokus nazoratning eksternal xususiyati, temperament va xarakterning ayrim xossalari (introvertlik, asab tizimining zaifligi).

Bu omillar bir-birini kuchaytiruvchi halqa tizimini hosil qiladi: masalan, past motivatsiya stress va xavotirni oshiradi, bu esa kognitiv resurslarni cheklab, yana ham past natijaga olib keladi. Shu bois o‘zlashtirish sustligini bir tomonlama emas, balki kompleks — butun shaxsning psixologik “portreti” nuqtai nazaridan o‘rganish zarur.

B.G. Ananevning mumtoz tasnifi asosida va V.N. Drujinin, shuningdek o‘zbek psixologlari (Z.T. Nishonova, Sh.R. Baratov, E. G‘oziyev) takliflariga tayangan holda, talabalarda o‘zlashtirish sustligini o‘rganish usullarini empirik (amaliy), nazariy va interpretiv guruhlarga ajratish mumkin. Empirik metodlar ichida quyidagilar ayniqsa samarali hisoblanadi.

Kuzatish — psixologiyaning eng qadimiy va shu bilan birga eng murakkab tashxisiy vositasidir. O‘zlashtirish sustligini o‘rganishda talabanning dars davomidagi xulq-atvori, diqqat barqarorligi, o‘qituvchi savollariga reaksiyasi, guruhdagi muloqot holati, imtihon topshirayotgandagi emotsional ko‘rsatgichlari kuzatiladi. Kuzatishning ishonchliligini oshirish uchun u maqsadli, rejali va belgilangan mezonlar bo‘yicha kategoriyalangan bo‘lishi shart. Kuzatishning yashirin (aralashmasdan) va oshkora, shuningdek, standartlashtirilgan va erkin shakllaridan foydalanish mumkin. Kuzatish natijalari xronometraj kartalari, kuzatish protokollari yoki video-yozuv orqali qayd etiladi.

Suhbat — talabanning o‘z o‘zlashtirishiga bergan sub‘ektiv bahosini, o‘quv qiyinchiliklari sabablari haqidagi shaxsiy tushunchasini, kelajakka bog‘liq kutilmalarini ochib olish imkonini beradi. Standartlashtirilgan intervyu ma‘lum bir mavzu (masalan, o‘quv motivatsiyasi yoki imtihon xavotiri) bo‘yicha aniq savollar tizimiga asoslanadi, yarim-standartlashtirilgan variant esa tadqiqotchiga moslashuvchanlik beradi. Suhbatning samaradorligi tadqiqotchining empatik pozitsiyasi, ishonchli muhit yaratish mahorati va so‘zsiz reaksiyalarni (mimika, intonatsiya, pauzalar) sezishga bog‘liqdir.

Katta guruhlarda qisqa vaqt ichida ko‘plab ma‘lumot olish imkoniyati tufayli bu metod keng qo‘llaniladi. Masalan, A.A. Rean va V.A. Yakuninning “O‘quv motivatsiyasi” metodikasi, T.I. Ilyinaning “Oliy ta‘lim muassasasida o‘qish motivatsiyasi” so‘rovnomasi, shuningdek mahalliy sharoitga moslashtirilgan “O‘quv qiyinchiliklarini o‘rganish anketasi”— talabanning motivatsion yo‘naltirilganligi, o‘qishga munosabati va o‘zlashtirishga ta‘sir etuvchi omillarni aniqlash uchun qo‘llaniladi. So‘rovnoma tuzishda savollarning noaniqligi, ijtimoiy maqbullik ta‘siri, respondentning halolligi kabi cheklovlar inobatga olinishi shart.

Bu guruhga talaba shaxsining turli jihatlarini o‘lchashga mo‘ljallangan standartlashtirilgan asboblardan kiradi. O‘zlashtirish sustligini o‘rganish uchun quyidagi testlar ayniqsa qimmatli:

- Intellektual sohani baholash: Raven progressiv matritsalar, Veksler testining kattalar variantlari (WAIS-R), Amthauer intellekti strukturasi testi;

- Motivatsiyani o'lchash: A.A. Rean va V.A. Yakunin metodikasi, T.A. Elersning muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi testi, muvaffaqiyatsizlikdan qochish motivatsiyasi shkalasi;

- Xavotir va emotsional holat: Ch. Spilberger va Y.L. Xaninning reaktiv hamda shaxsiy xavotir shkalasi, Bek depressiya inventori (BDI), imtihon xavotiri shkalasi (TAI);

- O'z-o'zini baholash va shaxs xususiyatlari: Dembo-Rubinshteyn metodikasi, Rozenberg o'z-o'zini baholash shkalasi, 16PF Kettell operasnomasi, Ayzenk temperament testi;

A.F. Lazurskiyning tabiiy eksperimenti (1910) talabaning odatiy o'quv sharoitida — ma'ruza, amaliy mashg'ulot, mustaqil ish paytida — ma'lum psixologik ko'rsatgichlarni o'lchash imkonini beradi. Laboratoriya eksperimenti esa diqqatning barqarorligi, xotiraning mahsuldorligi, fikrlash tezligi kabi kognitiv jarayonlarni nazorat qilingan sharoitda aniq metrikalar bilan o'rganadi. Quruvchi (formativ) eksperiment, ayniqsa, psixokorreksion tadbirlar samaradorligini baholashda ahamiyatli: tadqiqotchi aniq bir metodika (masalan, o'quv motivatsiyasini oshirishga qaratilgan mashg'ulotlar) joriy etadi va uning ta'sirini kuzatadi.

Ongli nazorat orqali yashiriladigan chuqur shaxsiy kechinmalarni aniqlash uchun proyektiv texnikalardan foydalaniladi: "Tugallanmagan gaplar" (J.M. Sachs — S. Levi), "Uy-daraxt-odam" (J. Buck), "Oilaning rasmi", "Mavjud bo'lmagan hayvon", Lyusher ranglar testi. Ushbu metodikalar talabaning yashirin tashvishlari, o'qituvchi va tengdoshlar bilan munosabatidagi nizolari, yashirin komplekslari haqidagi ma'lumotlarni taqdim etadi.

Talabaning referat, kurs ishlari, imtihon javoblari, jurnaldagi baholari, davomat yozuvlari — uning o'quv faoliyatining real ko'zguvidir. Kontent-tahlil usuli bilan yozma ishlardagi xatolar turi ( mantiqiy, imloviy, uslubiy) tahlil qilinadi, bu esa qaysi kognitiv jarayonda buzilish borligini aniqlashga yordam beradi.

J. Moreno tomonidan ishlab chiqilgan sotsiometrik metod talabaning guruhdagi statusini — u yetakchimi, qabul qilinganmi, chetda qolgan ("outsayder")mi — aniqlashga yordam beradi. Ko'pincha o'zlashtirish sustligi ijtimoiy izolyatsiya bilan uyg'unlashgan bo'ladi va bu hodisani o'rganish talabaga psixologik yordam ko'rsatishning muhim bosqichi sanaladi.

Empirik metodlar orqali to'plangan ma'lumotlar miqdoriy va sifatiy tahlilga duchor qilinadi. Miqdoriy tahlilda Styudent t-mezoni, Pirson korrelyatsiyasi, Spirmen rang korrelyatsiyasi, xi-kvadrat mezoni, faktor tahlili, regressiya tahlili kabi statistik

protseduralardan foydalaniladi. Bunda, masalan, o‘z-o‘zini baholash darajasi va akademik o‘zlashtirish o‘rtasidagi bog‘lanish koeffitsienti aniqlanadi. Sifatliy tahlilda esa olingan raqamlar psixologik nuqtai nazardan talqin qilinadi: nima uchun aynan shunday ko‘rsatgichlar yuzaga kelgan, ular qanday shaxsiy-psixologik mexanizmlar bilan izohlanadi.

### **Xulosa**

Talabalarda o‘zlashtirish sustligi — motivatsion, kognitiv, emotsional-irodaviy va shaxsiy omillar kesishmasida yuzaga keladigan kompleks psixologik hodisa. Uni samarali o‘rganish uchun bir qancha metodlarni uyg‘unlashtirgan integrativ yondashuv zarur. Kuzatish, suhbat, anketa, standart testlar, tabiiy va formativ eksperimentlar, proyektiv metodikalar hamda sotsiometrik texnikalar birlashtirilganda — talabanning o‘qish qiyinchiliklari ortida turgan haqiqiy psixologik mexanizmlarni ochib berish mumkin bo‘ladi. Bunday tashxisiy ish keyinchalik individual psixologik-pedagogik korreksiya dasturini ishlab chiqish uchun ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi.

### **Foydalanilgan adabiyotlar va internet manbalari**

1. Nishonova Z.T., Qarshieva D., Atabaeva N., Qurbonova Z. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. — Toshkent, 2014.

[https://www.ziyouz.com/books/kollej\\_va\\_otm\\_darsliklari/psixologiya/Psixodiagnostika%20va%20eksperimental%20psixologiya%20\(Z.Nishanova%20va%20b.\).pdf](https://www.ziyouz.com/books/kollej_va_otm_darsliklari/psixologiya/Psixodiagnostika%20va%20eksperimental%20psixologiya%20(Z.Nishanova%20va%20b.).pdf)

2. G‘oziyev E. Umumiy psixologiya. — Toshkent: JDPU nashriyoti, 2010.

<https://jdpu.uz/wp-content/uploads/2021/02/Psixelogiya.pdf>

3. Psixologiyaning ilmiy tadqiqot metodlari (kuzatish, suhbat, test, eksperiment metodlarining tavsifi).

<https://oefen.uz/ru/documents/referatlar/umumiy/psixologiyaning-ilmiy-tadqiqot-metodlari>

4. TDPU. Psixologiyaning tadqiqot metodlari (o‘quv material).

[https://reja.tdpu.uz/shaxsiyreja/content/120/html/102981/2\\_Mavzu\\_Metodlar.htm](https://reja.tdpu.uz/shaxsiyreja/content/120/html/102981/2_Mavzu_Metodlar.htm)

5. Ismoilova N.Z. Talabalarda stressga chidamlilikning psixologik xususiyatlari // Academic Journal of Education and Development, 2024.

<https://sciencebox.uz/index.php/ajed/article/download/10393/9500/10369>

6. Talabalarda stress holatini yuzaga keltiruvchi omillar va ularning psixodiagnostikasi // ResearchGate, 2024.

[https://www.researchgate.net/publication/381286746\\_TALABALARDA\\_STRESS\\_HOLATINI\\_YUZAGA\\_KELTIRUVCHI\\_OMILLAR\\_VA\\_ULARNING\\_PSIKODIAGNOSTIKASI](https://www.researchgate.net/publication/381286746_TALABALARDA_STRESS_HOLATINI_YUZAGA_KELTIRUVCHI_OMILLAR_VA_ULARNING_PSIKODIAGNOSTIKASI)

7. Talabalarda psixologik stressni yengish // ResearchGate, 2025.  
[https://www.researchgate.net/publication/396448370\\_TALABALARDA\\_PSIXOLOGIK\\_STRESSNI\\_YENGISH](https://www.researchgate.net/publication/396448370_TALABALARDA_PSIXOLOGIK_STRESSNI_YENGISH)
8. Boshlang'ich sinflarda bo'sh o'zlashtiruvchi o'quvchilar faolligini oshirishning psixologik-pedagogik xususiyatlari // CyberLeninka.  
<https://cyberleninka.ru/article/n/boshlang-ich-sinflarda-bo-sh-o-zlashtiruvchi-o-quvchilar-faolligini-oshirishning-psixologik-pedagogik-xususiyatlari>
9. Talabalarda sanogen tafakkurni rivojlantirish komponentlari va uning pedagogik-psixologik xususiyatlari // CyberLeninka.  
<https://cyberleninka.ru/article/n/talabalarda-sanogen-tafakkurni-rivojlantirish-komponentlari-va-uning-pedagogik-psixologik-xususiyatlari>
10. Psixologik-pedagogik tadqiqot usullarining tasnifi (B.G. Ananov, V.N. Drujinin bo'yicha). <https://karaokerox.ru/uz/chastnye-metody-psihologo-pedagogicheskogo-issledovaniya-proanalizirovat-klassifikatsiyu-metodov-psih.html>
11. Maktabda fanlardan muvaffaqiyatsizlik sabablari: kognitiv va motivatsion sohalardagi kamchiliklar. <https://shkolyariki.ru/uz/nachalnye-klassy/prichiny-neuspevaemosti-po-predmetam-v-shkole-prichiny-neuspevaemosti.html>
12. McGarrigle A., Kaplunov E. What are the psychological and social factors that influence student underachievement? // Advance HE, 2025.  
<https://www.advance-he.ac.uk/news-and-views/what-are-psychological-and-social-factors-influence-student-underachievement>
13. Unpacking the underachievement of gifted students: A systematic review of internal and external factors // ScienceDirect / PMC, 2024.  
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11402643/>
14. Underachievement Risks and Profiles of Psychological Variables Among High-Ability Adolescents // MDPI, 2025. <https://www.mdpi.com/2254-9625/15/9/178>