MUVAFFAQIYAT MOTIVATSIYASINI BELGILOVCHI SHAXSIY, KOGNITIV VA EMOSIONAL-IRODAVIY OMILLAR

Jurayev Vohidjon MUhammedovich
QDu, Psixologiya kafedrasi dotsenti, PhD
https://doi.org/10.5281/zenodo.20718542

Annotatsiya. Ushbu maqolada muvaffaqiyat motivatsiyasining shaxsiy (o'z-o'zini baholash, maqsadga intilish, qat'iyat), kognitiv (fikrlash uslubi, o'rganish strategiyalari, metakognitiv jarayonlar) va emosional-irodaviy (his-tuyg'ularni boshqarish, iroda kuchi, stressga chidamlilik) omillari ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, ushbu uch omil majmuasi shaxsning muvaffaqiyat motivatsiyasini kompleks tarzda shakllantiradi va rivojlantiriladi.

Kalit so'zlar: motivatsiya, muvaffaqiyat, shaxsiy omillar, kognitiv omillar, emosional-irodaviy omillar, o'z-o'zini boshqarish, metakognitsiya.

KIRISH

Zamonaviy jamiyatda shaxsning muvaffaqiyatga erishish istagi va motivatsiyasi psixologiya fanining dolzarb muammolaridan biriga aylandi. Muvaffaqiyat motivatsiyasi — bu shaxsning murakkab vazifalarni hal etishga, yuqori natijalarga erishishga va imkoniyatlarini to'liq ro'yobga chiqarishga bo'lgan intilish tizimi (Atkinson, 1964; McClelland, 1987).

O'zbekiston Respublikasida ta'lim tizimini modernizatsiya qilish va raqobatbardosh kadrlar tayyorlash jarayonida shaxsning ichki motivatsion resurslarini shakllantirish masalasi amaliy ahamiyat kasb etmoqda. "Yangi O'zbekiston" taraqqiyot strategiyasi doirasida insonning intellektual va irodaviy salohiyatini rivojlantirish ustuvor yo'nalish sifatida belgilangan.

Mazkur tadqiqotning maqsadi — muvaffaqiyat motivatsiyasini belgilovchi shaxsiy, kognitiv va emosional-irodaviy omillarni kompleks tizim sifatida tahlil qilish va ularning o'zaro ta'sir mexanizmlarini aniqlashdan iborat.

1. SHAXSIY OMILLAR VA MUVAFFAQIYAT MOTIVATSIYASI

Shaxsiy omillar guruhida birinchi o'rinda o'z-o'zini baholash (self-esteem) va o'z samaradorligiga ishonch (self-efficacy) tushunchalari turadi. Albert Banduraning (1977) ijtimoiy-kognitiv nazariyasiga ko'ra, shaxsning o'z qobiliyatlariga bo'lgan ishonchi uning faoliyat natijalariga bevosita ta'sir ko'rsatadi: yuqori self-efficacy darajasiga ega shaxslar muvaffaqiyatsizlikni vaqtincha to'siq sifatida qabul qiladi va harakatlarini davom ettiradilar.

Muvaffaqiyat motivatsiyasiga ta'sir etuvchi asosiy shaxsiy omillar quyidagilardan iborat:

— O'z-o'zini baholash (self-esteem): O'zini ijobiy qabul qilish, kuchli va zaif tomonlarini ob'ektiv anglash. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, sog'lom o'z-o'zini baholashga ega bo'lgan shaxslar xatolardan qo'rqmasdan yangi vazifalarni qabul qiladilar (Rosenberg, 1965).

— Qat'iyat (grit): Angela Duckworth (2016) tomonidan asoslangan bu tushuncha uzoq muddatli maqsadlarga intilishda qiziqish va mehnatsevarlikning uyg'unligini bildiradi. Grit darajasi yuqori bo'lgan shaxslar qiyinchiliklar oldida taslim bo'lmaydi.

— Lokus nazorat (locus of control): Ichki lokusli shaxslar natijalarga o'z harakatlari orqali ta'sir ko'rsatish mumkinligiga ishonadi. Rotter (1966) tadqiqotlari ichki lokusli shaxslarda muvaffaqiyat motivatsiyasining ancha yuqori ekanligini isbotlagan.

— Maqsadga yo'nalganlik (goal orientation): Dweck (2006) ning "o'sish nuqtai nazari" (growth mindset) nazariyasiga ko'ra, qobiliyatni rivojlantirish mumkin deb hisoblagan shaxslarda muvaffaqiyat motivatsiyasi ancha mustahkam bo'ladi.

O'zbekistonlik psixologlar (Xolmatov, 2019; Nishonova, 2021) tadqiqotlarida milliy mentalitet va an'anaviy qadriyatlarning shaxsiy motivatsion tizimga ta'siri alohida ta'kidlanadi: oilaviy qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy muhit shaxsiy omillar bilan birgalikda muvaffaqiyat motivatsiyasini shakllantiradi.

2. KOGNITIV OMILLAR VA ULARNING ROLI

Kognitiv omillar shaxsning fikrlash jarayonlari, ma'lumotni qayta ishlash uslublari va o'rganish strategiyalari majmuasini o'z ichiga oladi. Bu omillar muvaffaqiyat motivatsiyasini bevosita emas, balki shaxsning vaziyatni talqin qilishi va maqsad belgilash strategiyasi orqali ta'sir ko'rsatadi.

Asosiy kognitiv omillar sifatida quyidagilarni ajratish mumkin:

— Metakognitsiya: O'z fikrlash jarayonlarini kuzatish, baholash va boshqarish qobiliyati. Flavell (1979) tomonidan asoslangan bu tushuncha o'rganuvchining o'z bilish jarayonini anglashini ta'minlaydi. Metakognitiv qobiliyati rivojlangan shaxslar o'quv vazifalarini samarali rejalashtirib, natijalarni monitoring qila oladi.

— Atribusiya uslubi: Viner (1986) ning atribusiya nazariyasiga ko'ra, shaxs muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik sabablarini qanday izohlashi keyingi motivatsiyasini belgilaydi. Ichki, barqaror va nazorat qilish mumkin bo'lgan sabablarga yo'naltirilgan atribusiya adaptiv motivatsiyani shakllantiradi.

— O'rganish strategiyalari: Chuqur o'rganish (deep learning) strategiyalarini qo'llagan shaxslar materialni tushunib o'zlashtiradi va bu ularning ichki kognitiv motivatsiyasini kuchaytiradi (Marton va Saljo, 1976).

— Ijodiy va tanqidiy fikrlash: Muammolarni nostandart yechishga qodir bo'lgan shaxslarda yangi vazifalarni qabul qilishga tayyor turish tendentsiyasi kuchayadi, bu esa muvaffaqiyat motivatsiyasining barqarorligini ta'minlaydi.

Zamonaviy neyropsixologik tadqiqotlar (Dweck, 2017; Moser va bosh., 2011) prefrontal korteks va limbik tizimning o'zaro ta'siri motivatsion jarayonlarda hal qiluvchi ahamiyat kasb etishini ko'rsatadi. Xususan, xato qilgandan so'ng beyin faolligining ortishi o'sish nuqtai nazarli shaxslarda yanada belirginroq kuzatiladi.

3. EMOSIONAL-IRODAVIY OMILLAR

Emosional-irodaviy omillar guruhida his-tuyg'ularni boshqarish, iroda kuchi va motivatsion barqarorlikni ta'minlovchi psixologik mexanizmlar jamlangan. Daniel Goulman (1995) emotsional intellekt nazariyasiga ko'ra, his-tuyg'ularni anglash va boshqarish qobiliyati shaxsning kasbiy va shaxsiy muvaffaqiyatida IQ ko'rsatkichidan ko'ra muhimroq rol o'ynaydi.

— His-tuyg'ularni boshqarish (emotion regulation): Gross (1998) modeliga asosan, kognitiv qayta baholash (cognitive reappraisal) strategiyasi muammoli vaziyatlarni ijobiy tarzda talqin qilishga imkon beradi. Bu qobiliyat kuchli motivatsion tizim bilan bog'liq.

— Iroda kuchi va o'z-o'zini nazorat qilish: Mischel (2014) ning marshmallow tadqiqotlarida ko'rsatilganidek, kechiktirilgan mukofotni sabr bilan kutish qobiliyati hayotda muvaffaqiyatning kuchli prediktorlaridan hisoblanadi. Bu qobiliyat mashq va muayyan strategiyalar orqali rivojlantirilishi mumkin.

— Stressga chidamlilik (resilience): Maladaptiv stressga javob reaksiyalarini yengish va qiyinchiliklar ortidan tiklanish qobiliyati muvaffaqiyat motivatsiyasini uzoq muddatda saqlab turishga xizmat qiladi (Bonanno, 2004).

— Maqsadga nisbatan ishtiyoq (passion): Shaxsning faoliyatga nisbatan haqiqiy qiziqishi va ishtiyoqi ichki motivatsiyani mustahkamlaydi va tashqi rag'batlantiruvchi omillar yo'qligida ham harakatni davom ettirish imkonini beradi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki (Baumeister va bosh., 2007), iroda kuchi cheklangan resurs sifatida qaralib, uni samarali taqsimlash va tiklanish strategiyalarini o'rganish katta ahamiyat kasb etadi. Sport psixologiyasidan olingan "trening orqali mustahkamlash" tamoyili iroda va emosional boshqaruv sohalariga ham tatbiq etilishi mumkin.

4. OMILLARNING O'ZARO TA'SIR MODELI

Yuqorida tahlil qilingan uch guruh omillar bir-biridan alohida emas, balki dinamik tizim sifatida ishlaydi. Shaxsiy omillar (o'z-o'zini baholash, qat'iyat) kognitiv jarayonlarning yo'nalishini belgilaydi; kognitiv omillar (metakognitsiya, atribusiya) emosional-irodaviy holatga ta'sir ko'rsatadi; emosional-irodaviy resurslar esa shaxsiy fazilatlarning amaliyotdagi namoyon bo'lishini ta'minlaydi.

Ushbu integrativ modelni quyidagi tarzda ifodalash mumkin: Shaxsiy omillar (S) × Kognitiv omillar (K) × Emosional-irodaviy omillar (E) = Muvaffaqiyat motivatsiyasi indeksi (MMI). Bunda uchta omilning ko'paytma ko'rinishida aks etishi shuni bildiradi: biror omilning nolga tengligi butun tizimning samaradorligini keskin kamaytiradi.

Amaliy jihatdan bu model pedagogik va psixologik aralashuv dasturlarini loyihalashda muhim ahamiyat kasb etadi: samarali dastur faqat bitta omilga emas, uchala omillar majmuasiga yo'naltirilgan bo'lishi kerak.

XULOSA VA TAVSIYALAR

O'tkazilgan tadqiqot shuni ko'rsatdiki, muvaffaqiyat motivatsiyasi bir o'lchovli hodisa emas — u shaxsiy, kognitiv va emosional-irodaviy omillarning murakkab o'zaro ta'siri mahsulidir. Ta'lim muassasalari va psixologik xizmat ko'rsatish markazlari uchun quyidagi tavsiyalar ishlab chiqildi:

— Ta'lim jarayonida "o'sish nuqtai nazari" madaniyatini shakllantirish: o'quvchilarning xatolarini jazolanishi kerak bo'lgan hodisa emas, o'rganish imkoniyati sifatida talqin qilish.

— Metakognitiv ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan maxsus treninglar va seminarlar tashkil etish.

— Emotsional intellektni rivojlantiruvchi psixologik mashg'ulotlarni akademik ta'lim bilan parallel ravishda olib borish.

— Oilaviy va ijtimoiy muhitning shaxsiy motivatsion rivojlanishdagi rolini hisobga olgan holda ota-onalar bilan hamkorlikdagi dasturlar ishlab chiqish.

Kelgusida tadqiqotni yoshga oid farqlar, gender aspektlari va madaniyatlararo taqqoslash yo'nalishlarida davom ettirishni rejalashtirish maqsadga muvofiqdir.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Atkinson, J. W. (1964). An introduction to motivation. Van Nostrand. Princeton, NJ.
2. Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84(2), 191–215.
3. Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. Current Directions in Psychological Science, 16(6), 351–355.
4. Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience. American Psychologist, 59(1), 20–28.
5. Duckworth, A. (2016). Grit: The power of passion and perseverance. Scribner. New York.
6. Dweck, C. S. (2006). Mindset: The new psychology of success. Random House. New York.

7. Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive–developmental inquiry. American Psychologist, 34(10), 906–911.
8. Goleman, D. (1995). Emotional intelligence. Bantam Books. New York.
9. Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. Review of General Psychology, 2(3), 271–299.
10. McClelland, D. C. (1987). Human motivation. Cambridge University Press. New York.
11. Mischel, W. (2014). The marshmallow test: Mastering self-control. Little, Brown and Company. New York.