

**БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ
ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ PhD 03/30.12.2019 Psi.72.06.
РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

РАМАЗОНОВ ЖАҲОНГИР ДЖАЛОЛОВИЧ

**ТАЛАБА-ЁШЛАРДА ЎЗИНИ ЎЗИ ИДОРА ҚИЛИШ МОТИВАЦИЯСИ
ШАКЛЛАНИШИНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК
ХУСУСИЯТЛАРИ**

19.00.05 – Ижтимоий психология. Этнопсихология

**Психология фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) илмий даражаси учун
ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ**

Бухоро – 2022

**Психология фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) диссертацияси
автореферати мундарижаси**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD) по
психологическим наукам**

**The contents of the dissertation abstract for a Doctor of Philosophy (PhD)
degree in psychological**

Рамазонов Жаҳонгир Джалолович

Талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси шаклланишининг
ижтимоий-психологик хусусиятлари 3

Рамазонов Жаҳонгир Джалолович

Социально-психологические особенности формирования мотивации к
саморегуляции у студенческой молодежи 25

Ramazonov Jahongir Djalolovich

Socio-psychological features of the formation of motivation for self-regulation
among students 47

Эълон қилинган ишлар рўйхати

Список опубликованных работ

List of published works 52

**БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ
ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ PhD 03/30.12.2019 Psi.72.06.
РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

РАМАЗОНОВ ЖАҲОНГИР ДЖАЛОЛОВИЧ

**ТАЛАБА-ЁШЛАРДА ЎЗИНИ ЎЗИ ИДОРА ҚИЛИШ МОТИВАЦИЯСИ
ШАКЛЛАНИШИНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК
ХУСУСИЯТЛАРИ**

19.00.05 – Ижтимоий психология. Этнопсихология

**Психология фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) илмий даражаси учун
ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ**

Бухоро – 2022

Фалсафа доктори (PhD) диссертацияси мавзуси Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маъкамаси ҳузуридаги Олий аттестация комиссиясида В2020.4.PhD/P105 рақам билан рўйхатга олинган

Диссертация Бухоро давлат университетида бажарилган.

Диссертация автореферати уч тилда (ўзбек, рус, инглиз (резюме)) Илмий кенгаш веб-саҳифасида (psi-ik@uz) ва «ZiyoNet» ахборот-таълим порталида (www.ziynet.uz) жойлаштирилган.

Илмий раҳбар:

Баратов Шариф Рамазонович
психология фанлар доктори, профессор

Расмий оппонентлар:

Абдурасулов Рустам Абдураимович
психология фанлари доктори, профессор.

Каримов Холмурод Каримович
психология фанлари номзоди, доцент.

Етакчи ташкилот:

Самарқанд давлат университети.

Диссертация ҳимояси Бухоро давлат университети ҳузуридаги илмий даражалар берувчи PhD03/30.12.2019 Psi.72.06. рақамли илмий кенгашнинг 2022 йил «25» ноябр соат 12⁰⁰ даги мажлисида бўлиб ўтади. (Манзил: 200118, Бухоро шаҳри, М.Иқбол кўчаси, 11-уй. Тел.: +99865221-29-14; факс: +998365 221-57-27; e-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz).

Диссертация билан Бухоро давлат университетининг Ахборот-ресурс марказида танишиш мумкин (2 рақами билан рўйхатга олинган). (Манзил: 200118, Бухоро шаҳри, М.Иқбол кўчаси, 11-уй. Тел.: +998365221-25-87).

Диссертация автореферати 2022 йил «11» ноябр кuni тарқатилди.

(2022 йил «11» ноябрдаги A/1234 - рақамли реестр баённомаси.)



О.Х. Хамидов
Илмий даражалар берувчи илмий кенгаш
раиси, фанлари доктори (DSc),
профессор

А.М. Назаров
Илмий даражалар берувчи илмий кенгаш
илмий котиби, психология фанлари бўйича
фалсафа доктори (PhD), доцент

У.Д. Қодиров
Илмий даражалар берувчи илмий кенгаш
қошидаги илмий семинар раиси,
психология фанлари доктори, доцент

КИРИШ (фалсафа доктори (PhD) диссертацияси аннотацияси)

Диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурати. Жаҳон таълим тизимида бугунги кунда юқори малакали рақобатбардош кадрларни тайёрлаш масаласига алоҳида эътибор бериб келинмоқда. Ҳозирги глобаллашув даврида олий таълим тизимининг асосий мақсади талабаларга янги инновацион муҳит талаблари асосида билим бериш, улардаги ўзини ўзи ривожлантиришга бўлган ижтимоий-психологик омилларни шакллантириш ҳамда иродавий механизмларни такомиллаштириб боришдан иборат. Айти пайтда интеграция жараёнлари дунёда турли мамлакатлар таълим тизимига фаол кириб бормоқда. Замонавий кадрларни тайёрлашда ўзини ўз бошқариш, идора қилиш, такомиллаштириш ва ривожлантиришни тақозо этади. Бу эса талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивациясини шакллантириш заруратини кун тартибига қўймоқда.

Жаҳонда ривожланиб бораётган ижтимоий-иқтисодий шароитлар, урбанизация жараёнлари, шаҳарларда аҳоли сонининг кўпайиши, глобаллашув билан боғлиқ турли хил ахборотлар инсондаги ҳиссий зўриқишларнинг ошишида, шунингдек, инсоннинг ўз ҳаракатларини бошқариш, уларнинг ривожланишини идора қилишда хулқ-атвор шакллари ўртасида мувозанатни ўрнатишда ўз таъсирини кўрсатмоқда. Бу жараён, айрим талаба-ёшларлардаги қўзғалувчанлик, импульсивлик, ўз ҳатти-ҳаракатларини идора қила олмаслик билан ажралиб турадиган тажовузкор ҳаракатларини содир этишда яққол кузатилмоқда. Демак, талаба-ёшлардаги ўзини ўзи идора қилиш билан боғлиқ психологик механизмларни тадқиқ қилишга бўлган эҳтиёжлар тобора ортиб бормоқда чунки, инсоннинг ўз ҳолатини назорат қила олиши, турли вазиятларда ўз-ўзини бошқара олиши унинг шахс сифатидаги ижтимоий-психологик истиқболларини белгилашда муҳим аҳамият касб этмоқда.

Республикамизда бу борада талаба-ёшларнинг ўзини ўзи идора қилиш билан боғлиқ психологик механизмларини тадқиқ қилишга бўлган эҳтиёж тобора ортиб бормоқда. Инсоннинг турли вазиятларда ўзини назорат қилиши, ўзини ўзи бошқариш жараёнлари билан боғлиқ. Шахсда намоён бўлувчи ўзини идора қилишнинг ижтимоий-психологик омиллари динамикасини аниқлаш муҳим аҳамиятга эга. Талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси шаклланишининг психологик хусусиятларини ривожлантирувчи коррекцион тренинг дастурларини ишлаб чиқиш кун тартибидеги муҳим вазифалардан бири бўлиб қолмоқда. Бу мавжуд барча ресурсларни йўналтириш, илмий тадқиқотларни янада чуқурлаштириш заруратини талаб қилади.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2022 йил 28 январдаги ПФ-60-сонли «2022-2026 йилларга мўлжалланган Янги Ўзбекистоннинг тараққиёт стратегияси тўғрисида»¹, Ўзбекистон Республикаси

¹ Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2022 йил 28 январдаги ПФ-60-сонли «2022-2026 йилларга мўлжалланган Янги Ўзбекистоннинг тараққиёт стратегияси тўғрисида» ги Фармони. <https://lex.uz/docs/5841063>.

Президентининг 2021 йил 13 июлдаги ПФ-6260-сон «Ёшларни ҳар томонлама кўллаб-қувватлаш ва уларнинг ижтимоий фаоллигини янада оширишга оид кўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»² Фармонлари, 2017 йил 20 апрелдаги «Олий таълим тизимини янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида» ПҚ-2909-сонли Қарори ҳамда Ўзбекистон Республикаси Президентининг «Ижтимоий ва маънавий-маърифий соҳаларга оид бешта ташаббуси» дастурлари доирасида белгиланган кенг кўламли стратегик чора-тадбирларни амалга оширишда мазкур диссертация муайян даражада хизмат қилади.

Тадқиқотнинг республика фан ва технологиялари ривожланишининг устувор йўналишларига мослиги. Диссертация иши республика фан ва технологиялар ривожланишининг I. «Ахборотлашган жамият ва демократик давлатни ижтимоий, ҳуқуқий, иқтисодий, маданий, маънавий-маърифий ривожлантиришда, инновацион ғоялар тизимини шакллантириш ва уларни амалга ошириш йўллари» устувор йўналиши доирасида бажарилган.

Муаммонинг ўрганилганлик даражаси. Бинобарин, психологик ва педагогик адабиётлар таҳлили шуни кўрсатдики, бугунги кунда шахснинг ўзини ўзи идора қилиш муаммосига бағишланган илмий ишлар етарлича тадқиқ қилинмаган. Бугунги кунда шахснинг ўзини ўзи идора қилиш муаммосини тадқиқ қилиш бўйича мукамал тадқиқотларнинг тақчиллиги яққол сезилмоқда. Бу эса мазкур муаммога оид ўзига хос ижтимоий-психологик хусусиятларини янада чуқурроқ ўрганишни тақазо этади.

Мазкур муаммонинг муайян жиҳатлари мамлакатимиз олимлари Ш.Р. Баратов, З.Р. Ибодуллаев, А.М. Жабборов, В.М. Каримова, Д.Ф. Мухамедова, Э.М. Мухторов, З.Т. Нишонова, Н.Т.Норкулова, Х.А. Рухиева, Н.С. Сафоев, Р.С. Самаров, Р.И. Суннатова, Ғ.Б. Шоумаров, Э.Ғ. Ғозиев, Н.И. Халилова, Ф.И. Ҳайдаровлар ўзини ўзи идора қилиш муаммосининг муайян йўналишида тегишли илмий тадқиқот ишлари олиб боришган.

Мустақил Давлатлар Ҳамдўстлиги давлатлари олимларидан, психик ҳолатларда ўзини ўзи идора қилишнинг назарий-методологик жиҳатлари (И.И. Чеснокова, Г.Ш. Гадреева, В.А. Ганзен, Н.Д. Левитов, О.А. Конопкин, Г.С. Никифоров, А.О. Прохоров, Ю.Е. Сосновикова, Б.В. Зейгарник, Ю.И. Филимоненко, В.С. Агавелян ва бошқ.); ўқув жараёнида талаба ва ўқитувчиларнинг психик ҳолатлари (Г.Н. Генинг, А.В. Плеханов, А.Ф. Сафарова ва бошқ.); касбий фаолиятда, экстремал вазиятларда субъектнинг ўзини ўзи идора қилиш билан боғлиқ жиҳатлари; (Б.А. Вяткин, Ю.А. Голиков, Л.Г. Дикая, А.Н. Костин, А.Б. Леонова, В.И. Мельников, И.Х. Мирзиев ва бошқ.); кадрларни таёрлаш ва иш жойидаги стрессли вазиятларни бартараф этиш мақсадида ўзини ўзи идора қилиш билан боғлиқ жиҳатлари; (Г.С. Никифоров, Т.С. Чуйкова. ва бошқ.); ўзини ўзи идора қилишнинг муҳим усул ва тамойиллари билан боғлиқ жиҳатлари, (Е.М.

² Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2021 йил 13 июлдаги ПФ-6260-сон «Ёшларни ҳар томонлама кўллаб-қувватлаш ва уларнинг ижтимоий фаоллигини янада оширишга оид кўшимча чора-тадбирлар тўғрисида» Фармони. <https://lex.uz/docs/5512119>.

Коноз, В.И. Моросанова ва бошқ.); ўзини ўзи идора қилишнинг ёш муаммоси билан боғлиқ жиҳатлари (Г.Ш. Габреева, Ю.А. Миславский, А.К. Осницкий, А.О. Прохоров ва бошқ.) ўзига хос илмий услубларда талқин қилинади.

Хориж олимларидан З. Фрейд, К. Хорни, А. Адлер, В. Рейх, Г. Салливан, Э. Эриксон, К. Юнг, Н. Левитов, Ю. Сосновикова, К. Платонов, Л. Дикой, А. Леонова, В. Медведев, Ю. Стрелков, Л. Чайнова, Б. Скиннер ва бошқаларнинг илмий тадқиқотларида ўзини ўзи идора қилиш муаммоси масалалари тадқиқ этилган.

Бироқ, юқоридаги илмий изланишларда айнан талаба-ёшлик даврида ўзини ўзи идора қилиш муаммоси махсус тадқиқот предмети сифатида ўрганилмаган.

Диссертация мавзусининг диссертация бажарилаётган олий таълим муассасасининг илмий тадқиқот ишлари билан боғлиқлиги. Диссертация тадқиқоти Бухоро давлат университети илмий тадқиқот режасига мувофиқ ЁА-1-9 «Аҳолининг турли қатламларига психологик хизмат кўрсатиш амалиёти» (2016-2017) номли амалий ва ОТ-Ф1-002 «Ёшларда миллий ғоя ва мафкуравий иммунитетни шакллантиришнинг психологик механизмлари» (2017-2020) мавзусидаги фундаментал лойиҳалари доирасида бажарилган.

Тадқиқотнинг мақсади талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси шаклланишининг ижтимоий-психологик механизмларини тадқиқ қилишдан иборат.

Тадқиқотнинг вазифалари:

талабаларда ўзини ўзи идора қилиш муаммосининг илмий психологик манбаларида ёритилишини ўрганиш;

талабаларда ўзини ўзи идора қилишнинг ижтимоий-психологик жараён сифатида мавжуд механизмларини аниқлаш ва тадқиқ қилиш;

талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси шаклланиш жараёнларининг динамик жиҳатларини аниқлаш;

талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш омилларини ривожлантиришга мўлжалланган психологик тренинг дастурини ишлаб чиқиш ва унинг сифатини баҳолаш.

Тадқиқотнинг объекти сифатида талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси шаклланишининг ижтимоий-психологик хусусиятларини аниқлаш учун Бухоро давлат университети, Тошкент ирригация ва қишлоқ хўжалини механизациялаш мухандислари институту Бухоро филиали ва Қарши давлат университетларида таҳсил олаётган 1,2,3,4 босқич (жами 610 нафар талаба, шундан ўғил болалар – 320, қиз болалар – 290 нафар) талаба-ёшлар ташкил этади.

Тадқиқотнинг предмети талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивациясининг шаклланиши билан боғлиқ ижтимоий-психологик омиллар намоён этилиши ва ривожланиши ташкил этади.

Тадқиқот усуллари. Тадқиқот жараёнида В.М. Чумаков томонидан ишлаб чиқилган «Шахс иродавий сифатларини ўрганиш» методикасининг модификацион варианты, Г.С. Никифоров, В.К. Васильев ва С.В. Фирсовалар томонидан ишлаб чиқилган «Эмоционал ҳолатларда ўзини ўзи назорат

қилиш методикаси», А.В. Карпова томонидан ишлаб чиқилган «Шахсдаги рефлексивликни ўрганиш методикаси» Ш. Баратов, Ж. Рамазоновлар томонидан ишлаб чиқилган «Талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш жараёнини ўрганиш» га мўлжалланган ижтимоий-психологик сўровнома сўровномасидан фойдаланилди. Олинган натижаларнинг статистик ишончлилиқ даражаси математик-статистик методлар (фоизли таҳлил, фактор таҳлили, Стъудентнинг t-мезони, К.Пирсоннинг r-корреляция коэффициентини ҳисоблаш методлари) орқали тасдиқланди.

Тадқиқотнинг илмий янгилиги қуйидагилардан иборат:

талабалар хулқ-атвориға рефлексив омилларнинг таъсири натижасида вазиятли, ретроспектив, перспектив ўз-ўзини англашнинг хиссий компонент тузулмасини шахснинг ўз-ўзига муносабати билан интегротив ривожланганлиги туфайли, иродавий ҳаракатларни шакллантиришда гендер тафовутлар мавжутлиги далилланган;

талаба-ёшларда иродавий сифатларнинг иерархик намоён бўлиши таъсирида, ўз-ўзини идора қилишнинг интроспектив хусусиятни рефлексив жараёнлар негизида шаклланиши туфайли ирода актининг мотивацион компонентини ривожланиши далилланган;

талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш кўникмасининг шаклланишида шахс эмоционал қадриятлар тизимининг социал-когнитив йўналишдаги ривожланишини интернал локусни адекват кучайтириш орқали таъминланиши туфайли ижтимоий-психологик (мотивацион, иродавий) омилларнинг таъсири устувор характерга эга эканлиги асосланган;

талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси шакллантиришда ахлоқий хислар ва ижтимоий мақулланиш мотивациясини иродавий хусусиятлар билан интегротив ривожланиши муҳимлигига кўра «эмоционал ўзини ўзи назорат қилиш», «ижтимоий масъулият» хусусиятларини ривожлантириш муҳим эканлиги далилланган.

Тадқиқотнинг амалий натижалари қуйидагилардан иборат:

олиб борилган тадқиқот натижалари бўйича талаба-ёшлардаги ўзини ўзи идора қилишни ўрганишга имкон берувчи усуллар тизимлаштирилган;

талаба-ёшлардаги ўзини ўзи идора қилиш омилларини такомиллаштириш модели яратилган ва амалиётда қўлланилган;

тадқиқотда ўзини ўзи идора қилишни шакллантиришга қаратилган амалий тавсиялар ишлаб чиқилган;

натижалар асосида олинган хулосалар, амалий тавсия ва кўрсатмалар Олий таълим муассасаларидаги талабаларнинг психологик билимларини такомиллаштиришда ҳамда Бухоро давлат университети «Психологик хизмат кўрсатиш» марказининг фаолият йўналишларида қўлланилган.

Тадқиқот натижаларининг ишончлилиги муаммонинг аниқ қўйилганлиги, назарий маълумотларнинг мавжуд илмий манбалардан олинганлиги, келтирилган таҳлилларнинг суҳбат, кузатиш, анкета, шахс иродавий сифатларини ўрганиш методикаси, эмоционал ҳолатларда ўзини ўзи назорат қилиш методикаси, индивидуал рефлексияни ўлчаш методикаси, контент-таҳлил, t-мезони ва маълумотларни қайта ишлаш SPSS дастури

воситасида асосланганлиги, илмий фикр ва хулосаларнинг амалий тадбиқ этилганлиги, олинган натижаларнинг ваколатли ташкилотлар томонидан тасдиқланганлиги билан изоҳланади.

Тадқиқотнинг илмий ва амалий аҳамияти. Тадқиқот натижаларининг илмий аҳамияти бакалавр ва магистратура таълим йўналишлари бўйича кадрлар тайёрлашга доир олий таълимнинг Давлат таълим стандартларини ишлаб чиқишда, тадқиқот натижаларидан психологлар, ўқитувчилар, ижтимоий соҳа ходимлари фаолиятида талаба-ёшларнинг иродавий хусусиятларига баҳо беришда фойдаланиш мумкин.

Тадқиқот натижасида олинган маълумотлардан шахснинг психик ҳолатларини ўзини ўзи идора қилиш бўйича ўқув дастурларини ишлаб чиқиш ва амалга оширишда, шунингдек, ўқитувчи ва психологлар учун психик ҳолатида ўзгаришлар мавжуд бўлган талаба-ёшлар билан психопрофилактик ишларини олиб боришда фойдаланиш мумкин. Тадқиқотнинг назарий ва эмпирик таҳлили натижаларидан Олий таълим муассасалари ва мактабларнинг психологик хизмат амалиётида қўлланилиши мумкин. Тадқиқот материалларидан Олий таълим муассасаларида умумий психология, ижтимоий психология ва онтогенез психологияси, фанлари бўйича ўқув ва услубий қўлланмалар яратишда фойдаланиш мумкин.

Тадқиқот натижаларининг жорий қилиниши. Талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси ривожланишининг ижтимоий-психологик жиҳатларини ўрганиш ва тадбиқ этиш, уни такомиллаштириш бўйича амалий тавсия ва таклифлар ишлаб чиқиш юзасидан ўтказилган илмий тадқиқот натижалари асосида:

талабалар хулқ-атворида рефлексив омилларнинг таъсири натижасида вазиятли, ретроспектив, перспектив ўз-ўзини англашнинг хиссий компонент тузулмасини шахснинг ўз-ўзига муносабати билан интегратив ривожланганлиги туфайли, иродавий ҳаракатларни шакллантиришда гендер тафовутлар мавжутлиги далилланганлигига оид хулосалар Тошкент давлат педагогика университети ҳузуридаги Психология ўқув-илмий марказининг 2021 йил 19 апрелдаги № ПМ-17-а-сонли буйруғи билан «Шахслараро муносабатлар психологияси» модулига киритилган (Тошкент давлат педагогика университети ҳузуридаги Психология ўқув-илмий марказининг 2021 йил 19 апрелдаги № ПМ-17-а-сонли маълумотномаси ва Республика маънавият ва маърифат марказининг 2021 йил 7 июлдаги № 02/08-695 сонли далолатномаси). Натижада талабалар хулқ-атворида рефлексив омилларнинг таъсири натижасида ўз-ўзини англашнинг хиссий компонент тузулмасини, шахснинг ўз-ўзига муносабати билан интегратив ривожланиш қонуниятлари борасидаги билимларни ривожлантиришга эришилган;

талаба-ёшларда иродавий сифатларнинг иерархик намоён бўлиши таъсирида, ўз-ўзини идора қилишнинг интроспектив хусусиятни рефлексив жараёнлар негизида шаклланиши туфайли ирода актининг мотивацион компонентини ривожланиши далилланган хулосалар Тошкент давлат педагогика университети ҳузуридаги Психология ўқув-илмий марказининг 2021 йил 19 апрелдаги ПМ-17-а-сонли буйруғига асосан «Умумий

психодиагностика» модулига киритилган. (Тошкент давлат педагогика университети ҳузуридаги Психология ўқув-илмий марказининг 2021 йил 19 апрелдаги № ПМ-17-а-сонли маълумотномаси ва Республика маънавият ва маърифат марказининг 2021 йил 7 июлдаги № 02/08-695 сонли далолатномаси). Натижада ўз-ўзини идора қилишнинг интроспектив хусусияти рефлексив жараёнлар негизида шаклланиши туфайли ирода актининг мотивацион компонентини ривожлантириш бўйича доимий тренинг дастури яратилган;

талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш кўникмасининг шаклланишида шахс эмоционал қадриятлар тизимининг социал-когнитив йўналишдаги ривожланишини интернал локусни адекват кучайтириш орқали таъминланиши туфайли ижтимоий-психологик (мотивацион, иродавий) омилларнинг таъсири устувор характерга эга эканлиги асосланганлигига оид хулосалар Тошкент давлат педагогика университети ҳузуридаги Психология ўқув-илмий марказининг 2021 йил 19 апрелдаги ПМ-17-а-сонли буйруғига асосан «Қасб психологияси» модулига киритилган (Тошкент давлат педагогика университети ҳузуридаги Психология ўқув-илмий марказининг 2021 йил 19 апрелдаги № ПМ-17-а-сонли маълумотномаси ва Республика маънавият ва маърифат марказининг 2021 йил 7 июлдаги № 02/08-695 сонли далолатномаси). Натижада талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш кўникмасининг ривожланишида ижтимоий-психологик (мотивацион, иродавий) омилларнинг таъсири устувор характерга эга эканлигига оид хулосалар психология фанининг илмий-методик таъминотини бойитишга хизмат қилган;

талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси шакллантиришда ахлоқий хислар ва ижтимоий мақулланиш мотивациясини иродавий хусусиятлар билан интегратив ривожланиши муҳимлигига кўра «эмоционал ўзини ўзи назорат қилиш», «ижтимоий масъулият» хусусиятларини ривожлантириш муҳим эканлиги далилланганлиги Тошкент давлат педагогика университети ҳузуридаги Психология ўқув-илмий марказининг 2021 йил 19 апрелдаги ПМ-17-а-сонли буйруғига асосан «Ижтимоий психология» модулига киритилган (Тошкент давлат педагогика университети ҳузуридаги Психология ўқув-илмий марказининг 2021 йил 19 апрелдаги № ПМ-17-а-сонли маълумотномаси ва Республика маънавият ва маърифат марказининг 2021 йил 7 июлдаги № 02/08-695 сонли далолатномаси). Натижада ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси шаклланишида «эмоционал ўзини ўзи назорат қилиш» ва «ижтимоий масъулият» талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш даражасини оширишга хизмат қилган.

Тадқиқот натижалари 4 та халқаро ва 3 та республика илмий-амалий анжуманларда муҳокама этилган.

Тадқиқот натижаларининг эълон қилинганлиги. Тадқиқот мавзуси бўйича 27 та илмий иш чоп этилган бўлиб, улардан 21 та илмий мақола, жумладан, 10 та республика ва 11 та хорижий журналларда нашр этилган.

Тадқиқот ишининг тузилиши ва ҳажми. Диссертация таркиби кириш, уч боб, хулоса, фойдаланилган адабиётлар рўйхати ҳамда иловалардан иборат. Ишнинг умумий ҳажми 165 бетни ташкил қилади.

ДИССЕРТАЦИЯНИНГ АСОСИЙ МАЗМУНИ

Кириш қисмида диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурати асосланган, мавзу бўйича хорижий ва маҳаллий илмий тадқиқотлар шарҳи ва муаммони ўрганилганлик даражаси баён этилган, тадқиқотнинг мақсади, вазифалари, объекти, предмети, ишнинг фан ва технологиялар ривожланишининг муҳим йўналишларига мослиги, тадқиқотнинг илмий янгилиги, натижаларнинг амалиётда жорий этилиши, эълон қилинганлиги, ишнинг тузилиши бўйича маълумотлар берилган.

Диссертациянинг «**Ўзини ўзи идора қилиш ижтимоий-психологик муаммо сифатида**» деб номланган биринчи бобида ўзини ўзи идора қилишнинг психологик феномени, механизмлари ва ривожланиши ҳақида асосий назарий тушунчаларнинг таҳлилий шарҳи келтирилган. Шунингдек, ўзини ўзи идора қилиш муаммоларини ўрганишга доир манбалар таҳлил қилиниб, ушбу ҳодисанинг назарий ва амалий жиҳатлари очиб берилган.

Мазкур бобда ўзини ўзи идора қилиш муаммоси бўйича хориж олимлари ва мамлакатимиз психолог олимларининг мавзуга оид назарий қарашлари умумлаштирган талаба шахсидаги ўзини ўзи идора қилишнинг намоён бўлиши, уларнинг турли ҳиссий-эмоционал ва иродавий соҳалар билан боғлиқлигига оид илмий изоҳлар берилган.

Шунингдек, шарқ мутафаккирларидан Абу Али ибн Сино, Абу Наср Форобий, Кайковус, Жалолиддин Румий, Абу Райҳон Беруний каби мутафаккирлар асарларида инсонларнинг ўзлигини англаши, ўз ҳатти-харакатларини идора қилиши ва ушбу омилларнинг шахс тараққиётида муҳим ўрин тутиши ҳақида айтиб ўтишган.

Хориж олимларидан Ж. Уотсон, М. Арнолд, Ж. Келли, Л. Колхберг, Р. Лазарус, Ж. Пиаже, С. Шехтер, И. Павлов, И. Сеченов, Н. Левитов, Ю. Сосновикова, К. Платонов, Л. Дикой, А. Леонова, В. Медведев, Ю. Стрелков, Л. Чайнова каби таниқли олимлар тадқиқотларида ўз аксини топган.

И. Павлов, И. Сеченов каби бошқа олимлар руҳий ҳолатларни идора қилиш моҳияти ва физиологик механизмларини очиб берган. Н. Левитов эса психик бутунлик тамойилига асосланиб, ўзини ўзи идора қилиш жараёнини ҳар қандай лаҳзада бутун психик ҳолатга алоқадор бўлишини таъкидлаш билан бирга ҳар қандай психик ҳолат қарама-қарши ҳолатларнинг таркибий қисмларини ўз ичига олиши кераклигини эътироф этади.

Дастлабки назарий таҳлиллар шуни кўрсатадики хорижда ўзини ўзи идора қилишга психофизиологик омиллар маҳсули сифатида қараш тенденцияси мавжуд бўлса, Россиялик олимлар томонидан яратилган методологик қулланмаларга эса ўзини ўзи идора қилишнинг функционал имкониятлари таҳлиliga алоҳида эътибор бериш ҳолатлари яққол кузатилади.

Диссертациянинг «Талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси шаклланишининг ўзига хос хусусиятлари» деб номланган иккинчи боби ўрганилаётган муаммонинг эмпирик таҳлиliga бағишланган бўлиб, ушбу бобда тадқиқотнинг назарий-методологик асослари, тадқиқотда қўлланилган методларнинг умумий тавсифи, ўтказиш тартиби, олинган натижаларнинг таҳлиliga асосланган корреляцион боғланишлар изоҳи ўз аксини топган. Шунингдек, талаба-ёшлардаги ўзини ўзи идора қилиш механизмларини аниқлаш ва коррекция қилиш масаласига ҳам алоҳида эътибор қаратилган.

1 – жадвал.

Талаба-ёшларда рефлексия даражалари намоён бўлишининг умумий кўрсаткичлари

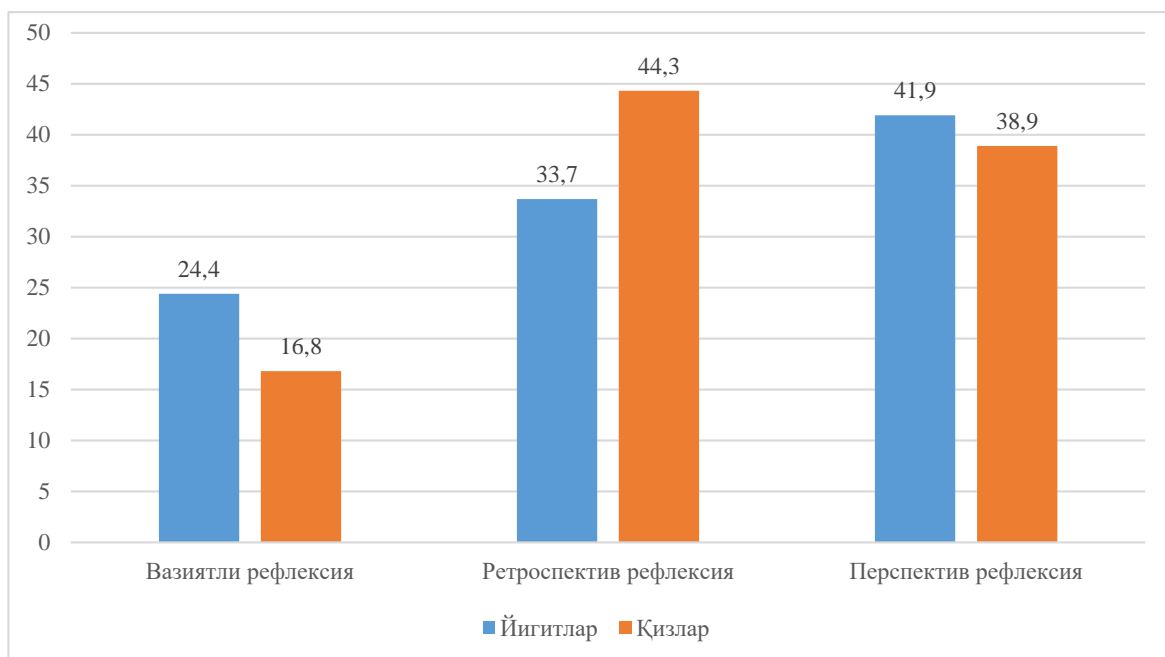
| Талаба-ёшларда рефлексия даражалари | Респондентлар сони n=610 | Фоиз |
|-------------------------------------|-----------------------------|-------|
| Юқори | 149 | 24,5% |
| ўрта | 240 | 39,3% |
| қуйи | 221 | 36,2% |

Мазкур бобда талаба-ёшлар фаолиятида бевосита намоён бўлувчи рефлексив жараёнлар шарҳига ҳам алоҳида эътибор қаратилади. Чунончи, рефлексия шахснинг ўзини ўзи англаши билан яқин қўйилади ва ўзининг яхлит - Мен образини тузиш, ички дунёсининг тузилиши ва мазмунини очишга йўналтирилган субъектнинг ўзини ўзи билиш жараёнидир. Рефлексия мета когнитив жараён сифатида инсон тафаккурининг тамойили бўлиб шахснинг ўз имкониятларини тушуниши ва англаши, унинг мазмуни, методи ва билиш натижаларини танқидий таҳлил қилишга асосланган психологик жараёндир. Олинган маълумотлар таҳлиliga назар ташлайдиган бўлсак, умумий ҳисобда барча респондентлардан олинган энг юқори натижа бу рефлексиянинг ўрта даражаси бўлиб, талаба-ёшларнинг 240 (39,3%) нафари ушбу даражага мансублиги аниқланди. Энг қуйи кўрсаткич эса 221 (36,2%) нафари ташкил этди. Бундан кўриниб турибдики, талаба-ёшлардаги рефлексия даражалари нисбатан коррекция ишларини олиб боришни талаб этади.

2– жадвал

Талаба-ёшларда адекват рефлексия омиллари намоён бўлишининг гендер-қиёсий кўрсаткичлари (n=610)

| № | Рефлексия даражалари | Йигитлар n=320 | Фоизи | Қизлар n=290 | Фоизи |
|----|------------------------|-------------------|-------|-----------------|-------|
| 1. | Вазиятли рефлексия | 78 | 24,4% | 49 | 16,8% |
| 2. | Ретроспектив рефлексия | 108 | 33,7% | 128 | 44,3% |
| 3. | Перспектив рефлексия | 134 | 41,9% | 113 | 38,9% |
| | Жами: | 320 | 100% | 290 | 100% |



1-расм. Талаба-ёшларда адекват рефлексия омиллари намоён бўлишининг диаграмма кўриниши

Энди, бевосита рефлексия даражаларининг гендер тафовутларига эътибор қаратадиган бўлсак, бунда 3 та рефлексия даражаларидан йигитларда «вазиятли рефлексия» 24,4 фоизни, «ретроспектив рефлексия» 33,7 фоизни, «перспектив рефлексия» эса 41,9 фоизни ташкил этди. Ушбу методика натижалари қизларда қуйидагича намоён этилди. Бунда, «вазиятли рефлексия» 16,8 фоиз, «ретроспектив рефлексия» 44,3 фоиз, «перспектив рефлексия» 38,9 фоизга мансуб эканлиги аниқланди. Ушбу таҳлиллар шунинг ангалатадики, йигитларда рефлексиянинг энг юқори кўрсаткичи 41,9% ни («перспектив рефлексия»), энг паст кўрсаткич эса 24,4% («вазиятли рефлексия») кўрсатган бўлса, қизларда эса энг юқори кўрсаткич 44,3% («ретроспектив рефлексия»), энг паст кўрсаткич 16,8% ни («вазиятли рефлексия») намоён этди. Бу шундан далолат берадики, йигитларда қизларга нисбатан келгуси фаолиятни, хулқ-атвори таҳлил қилиш, режалаштириш, фаолият натижалари ва ўзини ўзи идора қилиш билан боғлиқ ижтимоий-кутилмалар устунлик қилар экан. Қизларда эса йигитларга нисбатан ўтмишда содир бўлган ҳодисаларни таҳлил қилиш, бўлиб ўтган воқеалар тафсилоти, ўтмишда қилинган хатолардан ижтимоий хулосалар чиқаришга мойиллик белгилар етакчи мотивация сифатида намоён этилар экан.

Навбатдаги тадқиқотимиз методикаси бу – «Эмоционал ҳолатларда ўзини ўзи назорат қилиш» дир. Диссертациямизда биз талаба-ёшлар эмоционал ҳолатларида ўзини ўзи назорат қилиш психологик ҳодисасини ўз ичига олган бошқа мезонлар билан алоқасини, маълум бир ҳатти-ҳаракатлар давомида ўзини ўзи идора қилиш, яъни ушбу ҳолатни ташкил этувчи турли таркибий бирликларнинг ўзаро корреляция муносабатларини ўрганиш ва тадқиқ қилишни мақсад қилиб олдик. Бунинг учун тадқиқотда Г.С. Никифоров, В.К. Васильев, С.В. Фирсова томонидан таклиф этилган

«Эмоционал ҳолатларда ўзини ўзи назорат қилиш» хусусиятларини тадқиқ қилишга мўлжалланган методика қўлланилди. Ушбу методика имкониятлари орқали талаба-ёшлардаги қуйидаги хусусиятлар аниқланди:

1. Талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилишнинг таркибий қисмлари ўртасидаги алоқадорлик кўрсаткичларига баҳо берилди.

2. Талаба-ёшларнинг эмоционал ҳолатларда ўзини ўзи идора қилишнинг муҳим жиҳатлари ва аҳамиятлилик даражаси изоҳланади.

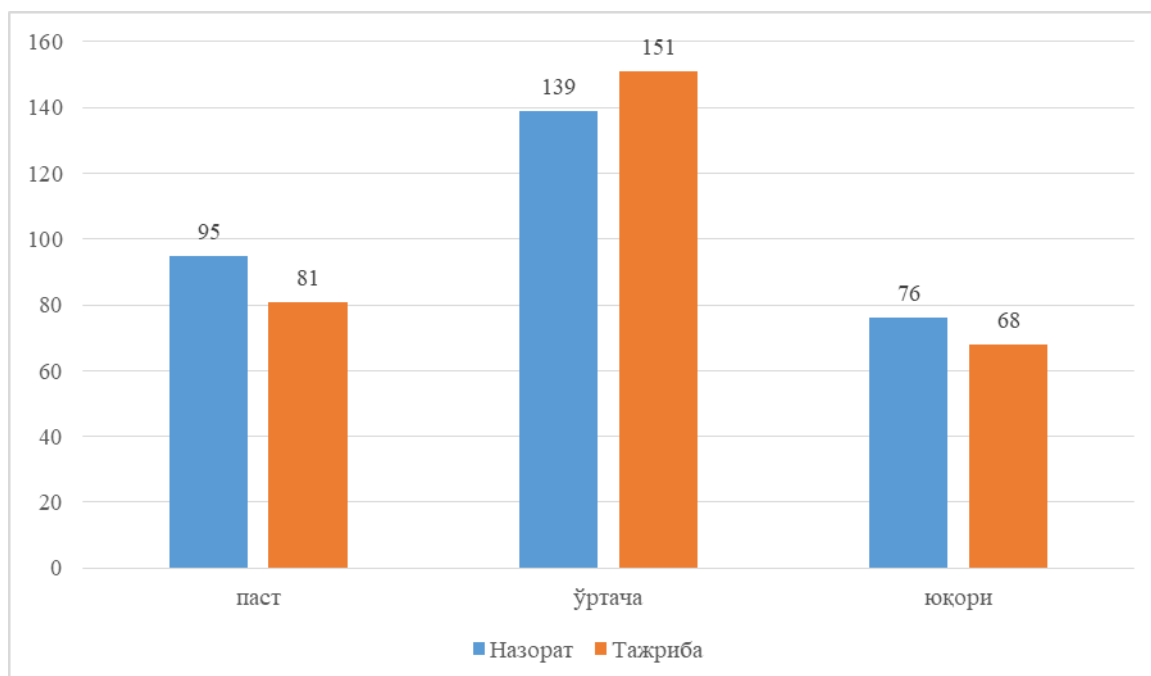
3. Ижтимоийлашув жараёнида ўзини ўзи идора қилишнинг намоён бўлиши билан боғлиқ психологик хусусиятлар динамикаси кузатилди.

3 – жадвал

Талабаларда ўзини ўзи назорат қилиш методикаси бўйича олинган дастлабки умумий маълумотлар таҳлили

| Гуруҳлар | Ўзини ўзи назорат қилиш даражалари | | | | | | Жами: |
|----------|------------------------------------|------|--------|------|-------|------|-------|
| | паст | фоиз | ўртача | фоиз | юқори | фоиз | |
| Назорат | 95 | 30,6 | 139 | 44,9 | 76 | 24,5 | 310 |
| Тажриба | 81 | 27,1 | 151 | 50,3 | 68 | 22,6 | 300 |
| Жами: | 176 | 57,7 | 304 | 95,2 | 130 | 47,1 | 610 |

Келтирилган натижалар (3-жадвал ва 2-расм) га кўра, талаба-ёшлар гуруҳида эмоционал ҳолатларда ўзини ўзи назорат қилиш тажриба гуруҳида паст даража 27,1 фоиз, ўртача 50,3 фоиз, юқори 22,6 фоиз ташкил этган бўлса, назорат гуруҳида эса паст даража 30,6 фоизни, ўртача даража 44,9 фоизни, юқори даража 24,5 фоизни ташкил этди.



2-расм. Талабаларда ўзини ўзи назорат қилиш динамикаси намоён этилишининг диаграмма кўриниши.

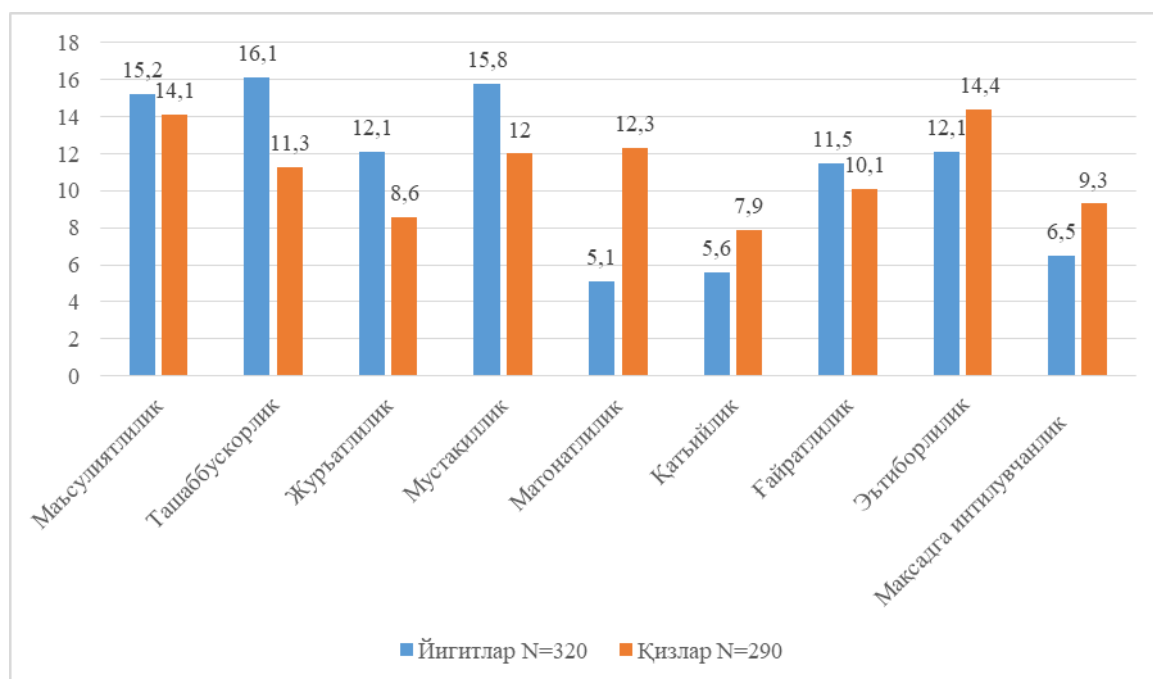
Келтирилган кўрсаткичлар асосида талаба-ёшларда ўзини ўзи назорат қилиш даражаси нисбатан паст миқдорларда эканлигини кўришимиз мумкин.

Бу, бизнингча, талаба-ёшлар турли ташқи таъсирларга, атрофдаги инсонлар жамоаси билан ўзаро муносабатларида, шунингдек, ўзи билан ўзи мурося қила олмаслик натижасида юзага келадиган турли кўринишдаги зиддиятчи нохуш ҳолатларга нисбатан салбий жавоб реакциясини намоён қилиниши билан боғлиқ бўлса керак. Шунини таъкидлаш керакки, талабалар-ёшларда кузатилган эмоционал ҳолатларнинг қандай даражада намоён бўлиши, умумий асаб тизими ва индивидуал психологик хусусиятларга боғлиқлиги яққол ифодаланади.

4 – жадвал

Шахс иродавий сифатларини ўрганиш методикаси бўйича олинган дастлабки умумий маълумотлар (n=610)

| № | Омиллар | Ўигитлар N=320 | Фоиизи | Қизлар N=290 | Фоиизи |
|----|---------------------------|-------------------|--------|-----------------|--------|
| 1. | Маъсулиятлилик | 48 | 15,2% | 41 | 14,1% |
| 2. | Ташаббускорлик | 52 | 16,5% | 32 | 11,3% |
| 3. | Журъатлилик | 39 | 12,1% | 26 | 8,6% |
| 4. | Мустақиллик | 50 | 15,4% | 36 | 12,3% |
| 5. | Матонатлилик | 16 | 5,1% | 34 | 12,0% |
| 6. | Қатъийлик | 18 | 5,6% | 23 | 7,9% |
| 7. | Ғайратлилик | 37 | 11,5% | 29 | 10,1% |
| 8. | Эътиборлилик | 39 | 12,1% | 42 | 14,4% |
| 9. | Мақсадга интилувчанлик | 21 | 6,5% | 27 | 9,3% |
| | Жами: | 320 | 100% | 290 | 100% |



3-расм. Шахсдаги иродавий сифатларни ўрганиш методикаси бўйича олинган дастлабки умумий маълумотларнинг диаграмма кўриниши (% ҳисобида)

Кейинги тадқиқот методимиз В.М. Чумаков томонидан таклиф қилинган «Шахс иродавий сифатларини ўрганиш методикаси» саналади. Мазкур методика шахсдаги масъулиятлилик, ташаббускорлик, журъатлилик, мустақиллик, матонатлилик, қатъиятлилик, ғайратлилик, эътиборлилик, мақсадга интилувчанлик каби иродавий сифатларнинг шаклланганлик даражасини аниқлашга қаратилган. Ушбу методикани қўллашимиздан мақсад талаба-ёшларнинг ўзини ўзи идора қилишида иродавий жараёнлар шаклланишининг ўзаро алоқадорлигини аниқлашдан иборатдир. Бунда, талабалар фаолиятида намоён бўлувчи иродавий сифатлар ўртасидаги ўзаро алоқадорлик кўрсаткичлари таҳлил қилинди.

Энди, талаба-ёшларларда иродавий сифатларнинг намоён бўлиши билан боғлиқ кўрсаткичлар бўйича кузатилган гендер фарқларнинг умумий шарҳига тўхталиб ўтамиз.

Йигитларда иродавий сифатлар бўйича энг юқори кўрсаткичлар «ташаббускорлик» 16,5 %, «мустақиллик» 15,4 %, «маъсулиятлилик» 15,2 % бўлса, қуйи кўрсаткичлар «мақсадга интилувчанлик» 6,5 %, «қатъийлик» 5,6 «матонатлилик» эса 5,1 % ни ташкил этди. Бу шуни англатадики, талаба ёшларнинг ўзини ўзи идора қилишда муҳим хусусиятларлардан ҳисобланган «мақсадга интилувчанлик», «қатъийлик», «матонатлилик» сифатлари нисбатан кам миқдорларда шаклланган экан. Қизларнинг ушбу методика бўйича натижаларига назар ташлайдиган бўлсак, бунда энг юқори кўрсаткичлар «маъсулиятлилик» 14,1%, «эътиборлилик» 14,4% ва «мустақиллик» 12,3% бўлса, қуйи кўрсаткич эса «мақсадга интилувчанлик» 9,3%, «журъатлилик» 8,6%, «қатъийлик» 7,9% кўрсаткичлар миқдоридан намоён этилди.

Диссертациянинг «Талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилишни ривожлантиришнинг эмпирик асослари» деб номланган учинчи боби талабалар ўзини ўзи идора қилишини ривожланишига йўналтирилган ижтимоий-психологик тренинглари дастури, унинг самарадорлигини таъминлайдиган механизмлар ҳамда ўзини ўзи идора қилишга салбий таъсир кўрсатаётган ҳиссий-эмоционал ҳолатларни бартараф этишга йўналтирилган тренинг ва машқлар ҳақида фикр юритилган.

Талабалардаги ўзини ўзи идора қилишни ривожланишини аниқлашга қаратилган ижтимоий-психологик тренинглари Бухоро давлат университети, Тошкент ирригация ва қишлоқ хўжалигини механизациялаш муҳандислари институти Бухоро филиали ва Қарши давлат университетларида таҳсил олаётган талабалар орасидан жами 610 нафар, шулардан, 320 нафар ўғил талабалар, 290 нафар қиз талабаларда ўтказилди. Биз уларни 2 гуруҳга яъни, тажриба ва назорат гуруҳларига бўлиб ўргандик. Тажриба гуруҳи 310 нафар, назорат гуруҳи эса, 300 нафар талабаларни ташкил этди. Ижтимоий-психологик тренинг дастури муайян даражадаги психологик тамойилларга асосланган бўлиб, психокоррекция машғулоти, индивидуал ва гуруҳий суҳбатлар асосида олиб борилди.

Тадқиқот мақсади, вазифалари ҳамда биринчи ва иккинчи бобларда қўлга киритилган таҳлил натижаларига асосланиб мазкур бобда талаба

ёшларда ўзини ўзи адекват идора қилишга таъсир этувчи ижтимоий-психологик омилларни такомиллаштиришга алоҳида эътибор қаратилди. Бунда асосан иккинчи бобда келтирилган эмпирик таҳлил натижаларига таянилди. Жумладан, таниқли психолог А.Карпов томонидан ишлаб чиқилган «Рефлексия даражаларини аниқлаш» методикаси бўйича олинган маълумотларга кўра вазиятли, ретроспектив ҳамда перспектив рефлексия даражалари нисбатан кам миқдорда намоён этилган талаба-ёшлар ҳисобга олиниб ушбу гуруҳга кирувчи талабалар учун алоҳида тренинг машғулотлари дастури тузилди. Худди шундай тарзда Г.С.Никифиров, В.К.Василов, С.В.Фирсова томонидан ишлаб чиқилган «Эмоционал ҳолатларда ўзини ўзи назорат қилиш» методикаси ҳамда В.М.Чумаков томонидан таклиф этилган «Шахс иродавий сифатларни ўрганиш» методикаси талаблари бўйича ўзини ўзи назорат қилиш кўрсаткичлари қуйи даражада шаклланган талаба – ёшлар учун ҳам махсус йўналтирилган тренинг дастурлари ишлаб чиқилди ва амалиётда қўлланилди. Бунда қуйидаги тамойилларга алоҳида эътибор қаратилди:

1. Гуруҳий фаолият тамойилига риоя қилиш, иштирокчиларнинг фаоллиги, ҳамкорликдаги мулоқот, шахслараро ўзаро ҳамкорлик жараёнида иштирокчиларнинг ижобий изланишлари, қайтар алоқанинг мавжудлиги.

2. Гуруҳий фаолиятда фаол методларнинг қўлланилиши.

3. Гуруҳ иштирокчилари орасидаги фаол шахслараро ўзаро ҳамкорликка алоҳида эътибор қаратилиши.

4. Узоқ ёки қисқа муддатга ташкил этилган гуруҳ билан ишланиши. Фаолият жараёнида зарур бўладиган эмоционал қизиқиш йўқолмаслиги учун гуруҳда муҳокама қилинган муаммоларнинг гуруҳдан ташқарида тарқатишнинг таъқиқланиши.

5. Тренинг жараёнида психологик ҳолатнинг яхшиланиши ва кейинчалик ўзини ўзи ривожлантиришга ундовчи омилларнинг мустаҳкамланиши.

6. Ижобий психологик иқлим ва эркин мулоқот муҳитининг шакллантирилиши.

Умуман, олиб борилган тренинглар жараёнида талабаларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияни шакллантириш билан боғлиқ ижтимоий кутилма билан олиб бориладиган психокоррекцион ишларни муваффақиятли ташкил этишда муҳим аҳамият касб этади. Энди бевосита талабалардаги иродавий сифатларнинг намоён этилиши билан боғлиқ корреляцион алоқадорлик кўрсаткичлари таҳлиliga ўтамиз.

Дастлабки иродавий сифат ҳисобланган масъулиятлилик мустақиллик ($r=0,03$; $p \leq 0,01$), матонатлилик ($r=0,30$; $p \leq 0,01$), эътиборлилик ($r=0,40$; $p \leq 0,01$), мақсадга интилувчанлик ($r=0,12$; $p \leq 0,01$) орасида ўзаро корреляцион боғлиқлик мавжудлиги аниқланди. Бу эса ўз навбатида талаба-ёшларда масъулиятлилик сифати қанчалик юқори бўлса, мустақиллик, матонатлилик, эътиборлилик ва мақсадга интилувчанлик хусусиятлари ҳам шунчалик юқори бўлишини англатади.

5-жадвал

Талаба-ёшларда иродавий сифатлар ўртасидаги интеркорреляцион боғланиш натижалари (n=310)

| Шахс иродавий сифатлари | масъулият-лилик | ташаббус-корлик | журъат-лилик | мустақил-лик | матонат-лилик | қатъият-лилик | ғайрат-лилик | эътибор-лилик | мақсадга интилув-чанлик |
|-------------------------|-----------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------------------|
| масъулиятлилик | 1 | 0,22 | 0,12 | 0,03* | 0,30* | 0,11 | 1,01 | 0,40* | 0,12** |
| ташаббускорлик | | 1 | 0,12 | 0,41 | 0,10 | 0,42 | 0,30 | 0,02 | 0,69 |
| журъатлилик | | | 1 | 0,72** | 0,79** | 0,22** | 0,63 | 0,93** | 0,36 |
| мустақиллик | | | | 1 | 0,56* | 0,62** | 0,30 | 0,68** | 0,03 |
| матонатлилик | | | | | 1 | 0,67** | 0,34 | 0,33** | 0,29* |
| қатъиятлилик | | | | | | 1 | 0,61 | 0,82** | 0,14 |
| ғайратлилик | | | | | | | 1 | 0,19 | 0,06 |
| эътиборлилик | | | | | | | | 1 | 0,36* |
| мақсадга интилув-чанлик | | | | | | | | | 1 |

Иродавий сифатлардан журъатлилик мустақиллик ($r=0,72$; $p\leq 0,01$), матонатлилик ($r=0,79$; $p\leq 0,01$), қатъиятлилик ($r=0,22$; $p\leq 0,01$) ва эътиборлилик ($r=0,93$; $p\leq 0,01$) каби муҳим иродавий хусусиятлар билан ўзаро алоқадорликка эга. Натижалардан кўринадики, ўз олдига мақсад қўйиб, унга томон интилишда юзага келадиган қийинчиликлар ҳамда фаолиятда, турли ҳаётий вазиятлардаги тўсиқларни енгиб ўтишда талаба-ёшлар шахсидан журъатлилик талаб қилинади. Шу туфайли талаба-ёшларда журъатлиликнинг намоён бўлиши унда мустақиллик, матонатлилик, қатъиятлилик, эътиборлилик каби иродавий сифатларнинг юқори даражада ривожланишини тақозо этади.

Журъатлилик сифати талаба-ёшлик даври учун хос бўлиб, у турли фаолият, хатти-ҳаракатларни амалга ошириш, зиммага юклатилган вазифани сидқидилдан бажаришда намоён бўлади. Журъатлилик тушунчаси кўпгина муаллифлар томонидан турлича тавсифланади. Аксарият ҳолларда журъатлилик вазиятнинг аҳамиятлилик даражасини англаш ва қарор қабул қилишга сарфланадиган вақтга боғлаб таърифланади. Зеро, журъатлилик - бу шахснинг ўзи учун муҳим бўлган вазиятда тезкор қарор қабул қилиш қобилиятидир. Журъатлиликнинг асосий тавсифномаси натижа қандай бўлишидан қатъи назар, ўйлаб кўрган ҳолда қарорни қабул қилишдир.

Натижалардан мустақиллик сифатининг журъатлилик ($r=0,72$; $p\leq 0,01$), қатъиятлилик ($r=0,62$; $p\leq 0,01$) ва эътиборлилик ($r=0,68$; $p\leq 0,01$) билан юқори даражада ҳамда матонатлилик ($r=0,56$; $p\leq 0,05$) билан паст кўрсаткичда боғлиқлигини кўришимиз мумкин. Бундан кўринадики, мустақилликнинг шаклланиши талаба-ёшларнинг ўз олдига қўйган мақсадлари ва уларни

амалга оширишга нисбатан унинг эътиборли муносабатда бўлиши билан боғлиқдир. Қолаверса, мустақиллик шахснинг муайян ақлий, ахлоқий ёки амалий масалаларни ҳал қилишда, айниқса, мураккаб вазиятни баҳолаш ва мақсадга мувофиқ йўлни танлашда ўзининг мустақил фикрлари, тамойиллари ҳамда эътиқодига эга бўлишидан иборат иродавий характер хислати сифатида тавсифланади.

Иродавий сифатларнинг навбатдагиси ҳисобланган матонатлилик хусусияти ўз навбатида масъулиятлилик ($r=0,30^*$; $p \leq 0,05$) журъатлилик ($r=0,79^*$; $p \leq 0,05$), мустақиллик ($r=0,56^*$; $p \leq 0,05$) сифатлари билан ўзаро корреляция берди. Талаба-ёшларда матонатлилик сифатининг шаклланишида журъатлилик, қатъиятлилик, эътиборлилик каби иродавий сифатларнинг ривожланган бўлиши муҳимдир.

Натижаларда қатъиятлилик сифатининг журъатлилик ($r=0,22$; $p \leq 0,01$), мустақиллик ($r=0,62$; $p \leq 0,01$) ва матонатлилик ($r=0,67$; $p \leq 0,01$) каби иродавий сифатлар билан юқори даражада мутаносиблигини кўришимиз мумкин.

6-жадвал

Ўзини ўзи назорат қилишнинг таркибий қисмлари билан иродавий сифатлар ўртасидаги алоқадорлик кўрсаткичлари (n=310)

| Ўзини ўзи назорат қилишнинг таркибий қисмлари | Шахснинг иродавий сифатлари | | | | | | | | |
|--|-----------------------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|------------------------|
| | масъулиятлилик | ташабуслорлик | журъатлилик | мустақиллик | матонатлилик | қатъиятлилик | ғайратлилик | эътиборлилик | мақсадга интилувчанлик |
| ижтимоий-лашув жараёнида ўзини ўзи назорат қилиш | 0,52** | 0,12 | 0,89** | 0,42** | 0,08 | 0,01 | 0,22** | 0,33** | 0,56 |
| эмоционал ҳолатларда ўзини ўзи назорат қилиш | 0,38 | 0,10 | 0,92* | 0,47** | 0,53** | 0,49** | 0,30 | 0,21 | 0,57** |
| фаолият жараёнида ўзини ўзи назорат қилиш | 0,37** | 0,16** | 2,43 | 3,36 | 1,46 | 0,78** | 1,56 | 0,40** | 0,73** |

Олинган эмпирик маълумотлар асосида ўзини ўзи назорат қилишнинг таркибий қисмлари ва иродавий сифатлар ўртасида маълум бир корреляцион

боғланишлар аниқланди. Жумладан, ижтимоийлашув жараёнида ўзини ўзи назорат қилиш билан масъулиятлилик ($r=0,52$; $p\leq 0,01$), журъатлилик ($r=0,89$; $p\leq 0,01$), мустақиллик ($r=0,42$; $p\leq 0,01$), ғайратлилик ($r=0,22$; $p\leq 0,01$), эътиборлилик ($r=0,33$; $p\leq 0,01$) сифатлари ўзаро боғлиқлиги аниқланди. Бу эса ижтимоийлашув жараёнида ўзини ўзи назорат қила оладиган талаба-ёшларда мазкур сифатлар маълум бир аҳамият касб этар экан.

Талаба-ёшлар шахсида эмоционал ҳолатларда ўзини ўзи назорат қилишнинг иродавий сифатлардан журъатлилик ($r=0,92$; $p\leq 0,05$), мустақиллик ($r=0,47$; $p\leq 0,01$), матонатлилик ($r=0,53$; $p\leq 0,01$), қатъиятлилик ($r=0,49$; $p\leq 0,69$) ҳамда мақсадга интилувчанлик ($r=0,57$; $p\leq 0,01$) каби билан алоқадорлиги аҳамиятли даражани ташкил қилади. Эмоционал жараёнлар ўз таркибига ижобий ёки салбий ҳисларни қамраб олганлиги сабабли, талаба-ёшлар эмоционал соҳасининг иродавий сифатлар билан боғлиқлиги яққол намоён бўлади. Ҳаётий вазиятларда шахс ўзининг эмоционал соҳасини назорат қилишида журъатлилик, яъни ҳар қандай қийинчиликларда ҳам жасорат кўрсата олиш, мустақиллик (шахснинг атрофдаги нарса ва ҳодисаларга нисбатан мустақил қараш, фикрга эгаллиги), жавобгарлик ҳиссининг юқори даражадалиги каби хусусиятлар билан ўзаро алоқадорлиги маълум даражада юқори эканлигини кўришимиз мумкин.

Шунингдек, мақсадга интилувчанлик, матонатлилик, қатъиятлилик каби иродавий сифатлар ҳам шахснинг эмоционал ҳолатларини идора қилишини таъминловчи механизмлардан ҳисобланади. Шу боис, талаба-ёшларда юзага келадиган эмоционал зўриқишлар, аффектлар, стресс, хавотирланиш, кўрқув ҳолатларини енгиб ўтишда ироданинг у ёки бу сифати муҳим аҳамият касб этади.

Фаолият жараёнида ўзини ўзи назорат қилишнинг масъулиятлилик ($r=0,37$; $p\leq 0,01$), ташаббускорлик ($r=0,16$; $p\leq 0,01$), эътиборлилик ($r=0,40$; $p\leq 0,01$), қатъиятлилик ($r=0,78$; $p\leq 0,01$), мақсадга интилувчанлик ($r=0,73$; $p\leq 0,01$) каби хусусиятлар билан ўзаро узвий боғлиқлик акс этади. Талаба ёшлар шахсида ўзини ўзи назорат қилиш хусусияти ўз олдида қўйилган мақсад сари интилишда муҳим аҳамият касб этади. Бевосита талаба ёшларнинг ўз мақсадларига эришишда иродавийлик, дадиллик, журъатлилик каби шахсий сифатларнинг ўрни муҳим ҳисобланади. Шунингдек ушбу иродавий сифатлар фаолият жараёнида ижтимоий характерга эга бўлиб, у шахслараро муносабатларда ва турли хилдаги техникалар билан ишлаш имкониятини оширади. Талаба шахсида иродавий сифатлар яхши шаклланган бўлса, у ҳар қандай фаолиятни ташкил қилишда ҳар қандай психологик тўсиқларни енгиб ўтади ва ҳам касбий фаолиятида ҳам шахсий фаолиятида жуда кўп ютуқларни қўлга киритиши шубҳасиз.

Юқоридаги жадвал натижаларидан ҳам кўриш мумкинки талаба ёшларда ўзини ўзи назорат қилиш ташаббускорлик билан ($r=0,66$; $p\leq 0,01$) ўзаро уйғунлик касб этади. Талаба ёшлар шахсига хос бўлган жиҳатлардан яна бири фаолият жараёнида уларнинг креативлиги ва ташаббускорлигидир. Шунингдек, талаба ёшларда ижтимоийлашувнинг юқори шаклланганлиги ва ҳар қандай топширикни тезкор, аниқ, масъулият билан бажариши

натижасида, масъулиятлилик ($r=0,48$; $p\leq 0,01$) билан ўзаро боғлиқликни ташкил этади. Уларда фаолият жараёнида ўзини ўзи назорат қилиш эътиборлилик ($r=0,44$; $p\leq 0,01$) (ҳар қандай вазифаларни бажариш жараёнида ҳар бир элементларга ва қисмларга нисбатан эътиборли бўлиш зарурати туфайли), матонатлилик ($r=0,43$; $p\leq 0,01$) (жараёнда юзага келаётган нотипик ҳолатларда, психологик тўсиқларни енгиш жараёнида иродавий сифатларни кўрсата олиш) ўзаро узвий алоқада эканлигини кўриш мумкин.

7-жадвал

Тажриба ва назорат гуруҳларида ўзини ўзи назорат қилиш омиллари шаклланишининг қиёсий-статистик кўрсаткичлари ($n=610$)

| Респондентлар | Омиллар | Экспериментдан олдинги кўрсаткичлар | | Экспериментдан кейинги кўрсаткичлар | | Тафовутнинг статистик аҳамияти | |
|-----------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|-------|-------------------------------------|-------|--------------------------------|--------------|
| | | M_1 | S_1 | M_2 | S_2 | T | P |
| Тажриба гуруҳи $n_1=310$ | Ҳиссий ҳолатларда назорат | 14,2 | 6,1 | 18,7 | 3,3 | 4,35 | $P\leq 0,02$ |
| | Фаолият жараёнида назорат | 15,6 | 9,8 | 18,2 | 5,1 | 3,61 | $P\leq 0,06$ |
| | Ижтимоийлашув жараёнида назорат қилиш | 13,9 | 6,1 | 19,1 | 3,1 | 6,14 | $P\leq 0,00$ |
| Назорат гуруҳи $n_2=300$ | Ҳиссий ҳолатларда назорат | 12,8 | 7,3 | 13,3 | 6,4 | 1,35 | $P\geq 0,11$ |
| | Фаолият жараёнида назорат | 15,5 | 11,3 | 16,1 | 8,9 | 1,61 | $P\geq 0,64$ |
| | Ижтимоийлашув жараёнида назорат қилиш | 14,6 | 5,2 | 15,9 | 6,1 | 1,14 | $P\geq 0,23$ |

Энди бевосита тажриба ва назорат гуруҳларидаги талабаларда ўзини ўзи назорат қилиш омиллари шаклланишининг қиёсий-статистик кўрсаткичларининг тренинг машғулотлари таъсирида ўзгариши ёки ўзгаришсиз қолишини кузатиш учун қўлланилган Уилкоксон мезони бўйича қайд этилган натижалар таҳлиliga ўтамыз.

7-жадвалда келтирилган натижаларда эмоционал ҳолатларда ўзини ўзи назорат қилиш тажриба гуруҳида аҳамиятли даражада ортганлигини кўрамыз. Яъни, бу кўрсаткич тажрибагача $M_1=14,2$ ни ташкил этган бўлса, тажрибадан сўнг эса $M_2=17,7$ ни ташкил этганлиги билан характерланади. Бундай кўрсаткичлар талаба-ёшларда кечаётган салбий ёки ижобий эмоцияларни тўла маънода идора қила олиш имкониятига эга бўлганликлари, уларда ҳар қандай ҳолатда ҳам ўзидаги жаҳл, ғазаб каби эмоционал ҳолатларда ўзини тута олиш, умуман, уларда эмоцияларни идора қилиш кўникмасига эга эканлигидан далолат беради.

Назорат гуруҳида ҳам гарчи улар билан тренинг дастурлари ўтказилмаган бўлсада натижаларда сезиларли фарқлар кузатилди. Бунга

сабаб талаба-ёшларда аста-секинлик билан ҳаётий турмуш тажрибаларининг ортиши, таълим муассасаларида берилаётган билимлар орқали уларда ўзлари, атрофдаги инсонлар жамоаси ҳақидаги билимларни эгаллаб бориши билан тушунтириш мумкин. Шунингдек, талабалик даврининг ўзига хос жиҳатикатталиқ ҳиссининг юзага келиши, ўзини ўзи англашнинг юқори босқичга кўтарилиши ҳамда ўзини ўзи тарбиялаш ва ўзини ўзи идора қилиш малакаларининг ривожланиши билан белгиланади.

Фаолият жараёнида ўзини ўзи назорат қилиш кўрсаткичлари тажриба гуруҳида экспериментдан олдин $M_1=16,6$ бални экспериментдан сўнг $M_2=18,2$ бални, назорат гуруҳида эса экспериментдан олдин $M_1=15,5$ бални, экспериментдан сўнг $M_2=16,1$ бални ташкил қилади. Маълумки, бирор бир фаолиятни бажариш жараёнида, албатта, ҳаракатлар тизимини назорат қилиш ва бошқариш талаб этилади. Ўтказилган машғулотлардан сўнг талаба-ёшларда ўз ҳаракатларини мақсадга мувофиқ тарзда йўналтира олиш қобилиятининг сезиларли даражада ортганлигини яққол кузатишимиз мумкин бўлади.

Умумий кузатишларимиз давомида намоён этилган ижтимоийлашув жараёнида ўзини ўзи назорат қилиш даражасидаги ўсиш ҳам тажриба гуруҳи синалувчиларида аҳамиятли кўрсаткични ташкил қилди. Жумладан, талабалардан олинган ўртача умумий кўрсаткичлар миқдори тажриба гуруҳида экспериментдан олдин $M_1=13,9$ бални ва экспериментдан сўнг $M_2=19,1$ бални ташкил қилиб аҳамиятли даражадаги ўсиш натижаларини берди. Шу билан бирга назорат гуруҳида ҳам кўрсаткичлар ўзига хос равишда ортганлиги $M_1=14,6$ ва $M_2=15,9$ ни қайд қилинади. Бу уларнинг жамият ҳаётига фаол киришиши, шахслараро муносабатларнинг юзага келиш қонуниятларини англаб етиши, шунингдек, мулоқот маданияти, муомала муносабатларини юқори даражада ташкил қила олишлари билан белгиланади.

Умуман олганда, тажриба ва назорат объектларидан олинган натижаларни таҳлил қиладиган бўлсак, талаба ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси кўрсаткичлари турли хил даражаларда ва турли хил кўринишларда яққол ифодаланганлигини кўришимиз мумкин. Айни пайтда ҳар бир олинган натижада у ёки бу даражадаги психологик қонуниятларнинг мавжудлигини кўрамиз. Бу қонуниятлар эса талаба шахсининг ўзига хос ижтимоий-психологик хусусиятлари, фаоллиги, кўникма ва малакалари диапазонида яққол ифода этилади. Шу маънода, тажриба гуруҳларида муайян даражадаги самарадорлик кўрсаткичларининг ифодаланганлиги бутун тадқиқот давомида олиб борилган назарий ва эмпирик ишларимиз асосида олий таълим муассасалари талабалари учун амалий тавсиялар беришга имкон яратади.

ХУЛОСА

Ҳар қандай давлатда ва жамиятга шахсларнинг ўзини ўзи адекват идора қилиши масаласи ўта муҳим ва стратегик масалалардан бири ҳисобланади.

Чунки, хар қандай шахс аввало ўзини ўзи тўғри бошқариш орқалигина жамият тараққиётининг таъминланишига муҳим хисса қўша олади. Шу нуқтаи назардан мазкур тадқиқотимиз натижалари олиб борилган назарий ва эмпирик таҳлилларга таянган ҳолда қуйидаги умумий хулосаларни тақдим этишга имкон берди.

1. Бугунги ижтимоий психологик зарурат сифатида ўрганилган ўзини ўзи идора қилиш муаммоси билан боғлиқ эмпирик кўрсаткичлар таҳлили талайгина талаба – ёшларда иродавий сифатларнинг етарли даражада шаклланимаётганлиги (маълумотлар В.М. Чумаков методикаси шкаласи асосида тадқиқ қилинган), эмоционал ҳолатларда ўзини ўзи адекват назорат қила олиш малакасининг лозим даражада намоён этилмаётганлиги (маълумотлар Никифоров – Васильев шкаласи асосида ўрганилган), шунингдек, фаолият жараёнида намоён бўлувчи рефлексия даражаларидаги ижтимоий психологик номутаносибликларнинг (маълумотлар А.В.Карпов шкаласи бўйича аниқланган) мавжудлигидан далолат бермоқда. Бу эса талаба – ёшларнинг ўзига хос тарзда ривожланиб борувчи ижтимоий – психологик фаоллигига янада жиддийроқ қарашни тақозо этади.

2. Талаба ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивациясининг шаклланиши муайян даражада шаклланиган психологик, психофизиологик ва ижтимоий – психологик механизмлар асосида намоён этилади ва ривожланади. Бу жараён эса шахсдаги эмоционал – иродавий сифатларни, тартибга солиб турувчи психофизиологик релаксация ҳамда ўз ўзини адекват билиш ва баҳолашга ихтисослашган ижтимоий рефлексив таҳлил тизимларига асосланади.

3. Талаба ёшларда ўзини ўзи идора қилиш жараёни аввало шахс психологик тузилишида муҳим ўрин тутувчи билиш жараёнлари (диққат, сезги, идрок, хотира, тафаккур, хаёл), ҳиссий иродавий сифатлар (ҳиссийёт, ирода), индивидуал хусусиятлар (темперамент, характер қобилиятлар)нинг нечоғлиқ шаклланишига, ҳамда шахснинг ички – ташқи фаоллигининг намоён этилишидаги иштироки билан белгиланади ва баҳоланади.

4. Шахснинг ўзини ўзи идора қилиш жараёни ўзига хос ички ва ташқи психологик тузилишига эга бўлиб, бу жараён ўзига хос тарзда шаклланиувчи онг ости омилларига асосланган мотивацион тизими таъсирида шаклланиш ва ривожланиш тенденциясига эга эканлиги билан характерланади.

5. Талаба – ёшларнинг ижтимоий – психологик фаоллигига бевосита таъсир этувчи рефлексив омиллар (вазиятли, ретроспектив, перспектив) намоён этилишининг “қуйи”, “ўрта”, “юқори” даражалардаги иерархик тизими кузатилсада ушбу омилларнинг мотивацион механизмлари шахснинг ўзига хос индивидуал, интеллектуал ва ҳиссий иродавий сифатларига боғлиқ ҳолда намоён этилади ва такомиллашиб боради.

6. Тадқиқотлар жараёнида талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивациясининг тажриба ва назорат гуруҳларида шаклланиши ўрганилди. Тажриба гуруҳларида ўзини ўзи идора қилиш бўйича ижтимоий – психологик тренинглар қўлланилди. Натижада ўзини ўзи идора қилиш жараёнида муҳим аҳамиятга эга бўлган релаксация, физиологик, мотивацион,

рефлексив, иродавий механизмлар ривожланганлиги аниқланди. Бу уларда турли вазиятларда ўзини ўзи идора қилиш имкониятини беради. Назорат гуруҳларида эса бу жараён ҳаётий турмуш тажрибаси ва таълим муассасаларида берилаётган билимлар орқали аста-секин билан риволаниши кузатилди. Инсоннинг ўз ҳолатини назорат қила олиши, турли вазиятларда ўз-ўзини бошқара олиши унинг шахс сифатидаги ижтимоий-психологик истиқболларини белгиллашда муҳим аҳамият касб этади. Бунда тажриба гуруҳларида ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси тез ва сифатли шаклланиши билан аҳамиятли эканлигини эътироф қилиш лозим.

7. Шахснинг ўзини ўзи идора қилиш механизмлари моделини асосий вазифасини рефлексив (инсон психикасини ривожлантириш учун асос бўлиб хизмат қиладиган акс эттириш, ўз фаолиятини тўғри баҳолаш, қайта ташкил этиш, башорат қилиш ва ривожлантириш мақсадида унинг фаолияти ва ўзини ушбу фаолият субъекти сифатида тушуниш ва қайта кўриб чиқишга ёрдам беради) механизм бажаради, унинг функциялари асосида талаба-ёшлардаги ҳиссий барқарорлик сифатлари оптималлаштирилади.

8. Талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси ижтимоий-психологик хусусиятларини ривожлантиришга мўлжалланган психологик тренинг дастурида ўз ифодасини топди. Ижтимоий психологик тренинг психотерапевтик ҳамда психокоррекцион таъсир кўрсатиш назарияси ва амалиёти сифатида шахс тараққиёти, турлича ҳаётий вазиятларга, шахслараро муносабатларга мослашувчанлиги билан аҳамиятли. Мазкур тренинг дастури шахснинг мулоқот компетентлиги ошириш имкониятини беради. Бу талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш имкониятини ривожлантиришга хизмат қилиши билан кўлга киритилган эмпирик маълумотлар асосида ўз тасдиғини топди.

Тадқиқот натижаларига асосланиб қуйидаги амалий тавсиялар тақдим этилади:

1. Талабалик даврида юзага келадиган психологик, психофизиологик ва ижтимоий психологик хусусиятларни инобатга олган ҳолда ҳар бир талаба учун мос бўлган индивидуал-психологик ёндашув механизминини ишлаб чиқиш.

2. Талабаларнинг ҳиссий-иродавий сифатларига таъсир этувчи ижтимоий-психологик омилларни аниқлаш ва шу асосда таълим тарбия тизимини такомиллаштириш.

3. Талаба шахсидаги ижтимоий қутилмалар билан боғлиқ хавотирланиш ҳолатларининг ортиб кетишига йўл қўймаслик учун ўз вақтида психопрофилактик ишларни олиб бориш.

4. Фаолият жараёнида ўзини ўзи назорат қилиш етарли даражада ривожланмаган талабаларни мунтазам равишда психотренинг машғулотларига жалб қилиб бориш.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ PhD 03/30.12.2019 Psi.72.06 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ
УЧЁНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ БУХАРСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ
УНИВЕРСИТЕТЕ**

БУХАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

РАМАЗОНОВ ЖАХОНГИР ДЖАЛОЛОВИЧ

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ
ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К САМОРЕГУЛЯЦИИ У
СТУДЕНЧЕСКОЙ**

19.00.05 – Социальная психология. Этнопсихология

**АВТОРЕФЕРАТ
ДИССЕРТАЦИИ НА СОИСКАНИЕ УЧЁНОЙ СТЕПЕНИ ДОКТОРА
ФИЛОСОФИИ (PhD) ПО ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ НАУКАМ**

Бухара – 2022

Тема диссертации доктора философии (PhD) зарегистрирована под номером В2020.4.PhD/P105 в Высшей Аттестационной комиссии при Кабинете Министров Республики Узбекистан.

Диссертация выполнена в Бухарском государственном университете.

Автореферат диссертации на трех языках (узбекском, русском, английском (резюме)) размещён на веб странице Научного совета (www.psi-ik.uz) и на информационно-образовательном портале «Ziyonet» (www.ziyonet.uz).

Научный руководитель:

Баратов Шариф Рамазонович
доктор психологических наук, профессор

Официальные оппоненты:

Абдурасулов Рустам Абдураимович
доктор психологических наук, профессор.

Каримов Холмурод Каримович
кандидат психологических наук, доцент

Ведущая организация:

Самаркандский государственный университет

Защита диссертации состоится «25» ноябрь 2022 года в 12⁰⁰ часов на заседании Научного совета PhD 03/30.12.2019 Psi.72.06. по присуждению учёных степеней при Бухарском государственном университете. (Адрес: 200118, г. Бухара, улица М.Икбол, 11. Тел.: (0365) 221-29-14; факс: (0365) 221-27-07, e-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz.. Малый зал заседаний Бухарского государственного университета

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Бухарского государственного университета (зарегистрировано за № 2). (Адрес: 200118, г. Бухара, улица М.Икбол, 11. Тел.: (99865) 221-29-14, (99865) 221-27-07

Автореферат диссертации разослан «11» ноябрь 2022 года.

(Протокол-реестр рассылки № 2 от «11» ноябрь 2022 года.)



О.Х. Хамидов

Председатель Научного совета по присуждению учёных степеней, д.э.н., (DSc), профессор

А.М. Назаров

Учёный секретарь Научного совета по присуждению учёных степеней, доктор философии (PhD) по психологическим наукам, доцент

У.Д. Кодиров

Председатель Научного семинара при Научном совете по присуждению учёных степеней, доктор психол.н., доцент

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и востребованность темы диссертации. На сегодняшний день в мировой системе образования уделяется особое внимание вопросу подготовки высококвалифицированных и конкурентоспособных кадров. Основная цель системы высшего образования в условиях современной глобализации-предоставление студентам знаний на основе требований новой инновационной среды, формирование в них социально-психологических факторов саморазвития и совершенствование волевых механизмов. В настоящее время процессы интеграции активно внедряются в систему образования разных стран мира. В современных условиях обучение кадров требует самоуправления, саморегуляции, совершенствования и развития. Это ставит на повестку дня необходимость формирования у студентов мотивации к саморегуляции.

Многообразие информации, связанной с глобально развивающимися социально-экономическими условиями, процессами урбанизации, ростом населения в городах, глобализацией, оказывает свое влияние на повышение эмоциональных напряжений, а также управления собственными действиями человека, на установление баланса между формами его поведения в регуляции их развития. Этот процесс наиболее ярко проявляется у некоторых студентов-подростков в совершении агрессивных действий, характеризующихся возбудимостью, импульсивностью, неспособностью контролировать свое поведение. Следовательно, возрастает потребность в исследовании психологических механизмов, связанных с саморегуляцией у студентов и молодежи, поскольку способность человека контролировать свое состояние, самоконтроль в различных ситуациях становится все более важной для определения его социально-психологических перспектив как личности.

В связи с этим в нашей республике остро ощущается потребность в исследовании психологических механизмов, связанных с саморегулированием студентов и молодежи. Самоконтроль человека в различных ситуациях связан с процессами самоуправления. Важно определить динамику социально-психологических факторов саморегуляции, проявляющихся в личности. Одной из важных задач повестки дня остается разработка программ коррекционного тренинга, развивающих психологические особенности формирования мотивации саморегуляции у студентов-молодежи. Это требует направления всех имеющихся ресурсов, необходимости дальнейшего углубления научных исследований.

Данное диссертационное исследование в определенной степени окажет практическое содействие выполнению широкомасштабных стратегических мер, отраженных в Указе Президента Республики Узбекистан №УП-60 «О стратегии развития нового Узбекистана на 2022-2026 годы»¹ от 28 января

¹ Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2022 йил 28 январдаги ПФ - 60-сон «2022-2026 йилларга мўлжалланган Янги Ўзбекистоннинг тараққиёт стратегияси тўғрисида

2022 года, №УП-6260 «О дополнительных мерах по всесторонней поддержке молодежи и дальнейшему повышению их социальной активности» от 13 июля 2021 года², Постановления №ПП-2909 «О мерах по дальнейшему развитию системы высшего образования» от 20 апреля 2017 года, программы «Пять инициатив Президента Республики Узбекистан в социальной и духовно-просветительской сферах» и других нормативно-правовых документах, касающихся данной сферы деятельности.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий Республики. Диссертационное исследование выполнено в соответствии с приоритетным направлением развития республиканской науки и техники I. «Социально-правовое, экономическое, культурное, духовно-просветительское развитие информатизированно общества и демократического государства, развитие инновационной экономики».

Степень изученности проблемы. Анализ психолого-педагогической литературы показал, что на сегодняшний день научные работы, посвященные проблеме саморегуляции личности, недостаточно исследованы. Сегодня очевиден дефицит совершенных исследований по исследованию проблемы саморегуляции личности. Это требует более глубокого изучения специфических социально-психологических особенностей данной проблемы.

Некоторые аспекты данной проблемы исследованы такими отечественными учеными как Ш.Р. Баратов, З.Р. Ибодуллаев, А.М. Жабборов, В.М. Каримова, Д.Г. Мухамедова, Э.М. Мухторов, З.Т. Нишонава, Н.Т.Норкулова, Х.А. Рухиева, Н.С. Сафоев, Р.С. Самаров, Р.И. Суннатова, Г.Б. Шоумаров, Э.Г. Гозиев, Н.И. Халилова, Ф.И. Хайдаров, которые осуществили определенные исследования относительно проблемы саморегуляции.

Из ученых стран СНГ теоретико-методологические аспекты саморегуляции в психических состояниях изучали И.И. Чеснокова, Г.Ш. Габдреева, В.А. Ганзен, Н.Д. Левитов, О.А. Конопкин, Г.С. Никифоров, А.О. Прохоров, Ю.Е. Сосновикова, Б.В. Зейгарник, Ю.И. Филимоненко, В.С. Агавелян и другие; психические состояния студента и учителя в процессе обучения - Г.Н. Генинг, А.В. Плеханов, А.Ф. Сафарова и другие; аспекты, связанные с саморегуляцией субъекта в профессиональной деятельности, в экстремальных ситуациях; Б.А. Вяткин, Ю.А. Голиков, Л.Г. Дикая, А.Н. Костин, А.Б. Леонова, В.И. Мельников, И.Х. Мирзиев и другие; аспекты, связанные с саморегулированием с целью подготовки персонала и преодоления стрессовых ситуаций на рабочем месте - Г.С. Никифоров, Т.С. Чуйкова и другие; аспекты, связанные с важными методами и принципами саморегуляции Е.М. Коноз, В.И. Моросанова и другие; аспекты

² Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2021 йил 13 июлдаги ПФ-6260-сон «Ёшларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш ва уларнинг ижтимоий фаоллигини янада оширишга оид қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида» Фармони. <https://lex.uz/docs/5512119>.

саморегуляции, связанные с проблемой возраста исследовали Г.Ш. Габдреева, Ю.А. Миславский, А.К. Осницкий, А.О. Прохоров и другие.

В исследованиях таких зарубежных ученых как З. Фрейд, К. Хорни, А. Адлер, В. Рейх, Г. Салливан, Э. Эриксон, К. Юнг, Н. Левитов, Ю. Сосновикова, К. Платонов, Л. Дикой, А. Леонова, В. Медведев, Ю. Стрелков, Л. Чайнова, Б. Скиннер и других рассмотрены вопросы проблем саморегуляции. Однако в вышеуказанных научных исследованиях именно проблема саморегуляции в студенческо-юношеском возрасте не изучалась как предмет специального исследования.

Соответствие исследования с планами научно-исследовательской работы высшего учебного заведения, в котором выполнена диссертация. Диссертационное исследование осуществлено в рамках практического проекта ЁА-1-9 “Практика психологического обслуживания различных слоев населения ” (2016-2017) и фундаментального проекта ОТ-Ф1-002 “Психологические механизмы формирования национальной идеи и идеологического иммунитета у молодежи” (2017-2020) в соответствии с научно-исследовательским планом Бухарского государственного университета.

Целью исследования является исследование социально-психологических механизмов формирования мотивации саморегуляции у студентов-молодежи.

Задачи исследования:

изучение освещения проблемы саморегуляции у студентов в научных психологических источниках;

выявление и исследование существующих механизмов в саморегуляции у студентов как социально-психологического процесса;

выявление динамических аспектов процессов формирования мотивации саморегуляции у студентов-молодежи;

разработка программы психологического тренинга, направленной на развитие факторов саморегуляции у студентов-молодежи и оценку ее качества.

В качестве объекта исследования для определения социально-психологических особенностей формирования у студентов мотивации к саморегуляции были отобраны студенты 1,2,3,4 курсов (всего 610 студентов, из них парней- 320, девушек – 290), обучающихся в Бухарском государственном университете, Бухарском филиале Ташкентского института инженеров ирригации и механизации сельского хозяйства и Каршинском государственном университете.

Предметом исследования является проявление и развитие социально-психологических факторов, связанных с формированием мотивации саморегуляции у студентов-молодежи.

Методы исследования. В ходе исследования использованы модифицированный вариант методики “Исследование волевых качеств

личности», разработанный В.М.Чумаковым, «Методика самоконтроля в эмоциональных ситуациях» разработанная Г.С. Никифоровым, В.К. Васильевым и С.В. Фирсовой, «Методика изучения рефлексивности у личности» разработанная А.В.Карповой, социально-психологический опросник, предназначенный для «Изучения процесса саморегуляции у студентов-молодежи» разработанный Ш.Баратовым и Ж.Рамазановым. Степень статистической достоверности полученных результатов в подтверждается математико-статистическими методами (процентный анализ, факторный анализ, t -критерий Стьюдента, методы расчета коэффициента r-корреляции К.Пирсона).

Научная новизна исследования состоит из следующих:

доказано наличие гендерных различий в формировании волевых действий, обусловленных интегративным развитием эмоциональной составляющей ситуативного, ретроспективного, перспективного самосознания в результате влияния на поведение студентов рефлексивных факторов и отношения личности к себе;

доказано, что под влиянием иерархического проявления волевых качеств у студентов-молодежи развивается мотивационная составляющая волевого акта, обусловленная формированием саморегуляции интроспективного характера на основе рефлексивных процессов;

обосновано то, что влияние социально-психологических (мотивационных, волевых) факторов носит приоритетный характер в связи с тем, что социально-познавательная направленность развития системы ценностей личности обеспечивается адекватным усилением интернального локуса в формировании навыков саморегуляции у студентов-молодежи;

доказано, что в формировании мотивации саморегуляции у студентов-молодежи важно развитие качеств «эмоционального самоконтроля», «социальной ответственности» в соответствии с важностью интегративного развития нравственных чувств и мотивации социального одобрения с волевыми чертами.

Практические результаты исследования состоят из следующих:

по результатам проведенного исследования систематизированы методы, позволяющие изучить саморегуляцию у студентов-молодежи;

создана и применена на практике модель совершенствования факторов саморегуляции у студентов-молодежи;

в исследовании разработаны практические рекомендации, направленные на формирование саморегуляции;

полученные на основе результатов выводы, практические рекомендации и рекомендации были использованы для улучшения психологических знаний студентов высших учебных заведений, а также в деятельности центра «Психологической службы» Бухарского государственного университета.

Достоверность результатов исследования заключается в точной постановке проблемы, в получении теоретических данных из имеющихся

научных источников, в том, что приведенные анализы обоснованы с помощью методик беседы, наблюдения, анкетирования, исследования волевых качеств личности, методики самоконтроля в эмоциональных ситуациях, методики измерения индивидуальной рефлексии, контент-анализа, t-критерия и программы SPSS обработки данных, внедренностью в

Научная и практическая значимость результатов исследования.

Научная значимость результатов исследования заключается в том, что оно может быть использовано при разработке государственных образовательных стандартов высшего образования по подготовке кадров по направлениям бакалавриата и магистратуры, оценке волевых качеств студентов в деятельности психологов, педагогов, работников социальной сферы.

Данные, полученные в результате исследования, могут быть использованы при разработке и реализации учебных программ по саморегуляции психического состояния личности, а также при проведении психопрофилактической работы педагогов и психологов со студентами-молодежью, у которых наблюдаются изменения психического состояния. Результаты теоретического и эмпирического анализа исследования могут быть использованы в практике психологической службы высших учебных заведений и школ. Материалы исследования могут быть использованы при создании учебно-методических пособий по таким дисциплинам, как общая психология, социальная психология и психология онтогенеза в высших учебных заведениях.

Внедренность результатов исследования. На основании результатов научных исследований по изучению и внедрению социально-психологических аспектов развития мотивации саморегуляции у студентов и молодежи, выработке практических рекомендаций и предложений по ее совершенствованию:

выводы о доказанности наличия гендерных различий в формировании волевых действий, обусловленных интегративным развитием эмоциональной составляющей ситуативного, ретроспективного, перспективного самосознания в результате влияния на поведение студентов рефлексивных факторов и отношения личности к себе внедрены в модуль “Психология межличностных отношений” на основании приказа ПМ-17-а Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете имени Низами от 19 апреля 2021 года (Справка № ПМ-178-а Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете имени Низами от 19 апреля 2021 года и справка №№ 02/08-695 Республиканского центра духовности и просветительства от 7 июля 2021 года). В результате воздействия рефлексивных факторов на поведение студентов достигнуто развитие знаний о закономерностях интегративного развития чувственной составляющей самосознания, отношения личности к себе;

доказанные выводы о развитии мотивационного компонента волевого акта под влиянием иерархического проявления волевых качеств у студентов-молодежи, обусловленного формированием саморегуляции интроспективного характера на основе рефлексивных процессов внедрены в модуль “Общая психодиагностика” на основании приказа ПМ-17-а Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете имени Низами от 19 апреля 2021 года (Справка № ПМ-178-а Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете имени Низами от 19 апреля 2021 года и справка №№ 02/08-695 Республиканского центра духовности и просветительства от 7 июля 2021 года). В результате была создана непрерывная программа обучения развитию мотивационного компонента волевого акта за счет формирования интроспективной силы самоуправления на основе рефлексивных процессов;

выводы о том, что влияние социально-психологических (мотивационных, волевых) факторов носит приоритетный характер в связи с обеспечением социально-когнитивной направленности развития системы ценностей личности через адекватное усиление интернального локуса в формировании навыков саморегуляции у студентов-молодежи внедрены в модуль “Психология профессий” на основании приказа ПМ-17-а Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете имени Низами от 19 апреля 2021 года (Справка № ПМ-178-а Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете имени Низами от 19 апреля 2021 года). Полученные в результате выводы о том, что влияние социально-психологических (мотивационных, волевых) факторов на развитие навыков саморегуляции у студентов-молодежи носит приоритетный характер, послужили обогащению научно-методического обеспечения психологической науки;

доказанность того, что в формировании мотивации саморегуляции у студентов-молодежи важно развитие качеств «эмоционального самоконтроля», «социальной ответственности» в соответствии с важностью интегративного развития нравственных чувств и мотивации социального взаимодействия с волевыми чертами внедрены в модуль “Социальная психология” на основании приказа ПМ-17-а Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете имени Низами от 19 апреля 2021 года (Справка № ПМ-178-а Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете имени Низами от 19 апреля 2021 года). В результате «эмоциональный самоконтроль» и «социальная ответственность» в формировании мотивации к саморегуляции послужили повышению уровня саморегуляции у студентов-молодежи

Апробация результатов исследования. Результаты исследования были обсуждены на 4 международных и 3 республиканских научно-практических конференциях.

Опубликованность результатов исследования. Всего по теме диссертации опубликовано 27 научная работа, в частности 21 научных статьи, из них 10 в республиканских и 11 в зарубежных журналах.

Структура и объем исследования. Диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованной литературы и приложений. Основной объем исследования составляет 165 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

В первой главе диссертации, озаглавленной как **«Саморегуляция как социально-психологическая проблема»**, представлен аналитический обзор основных теоретических понятий психологического феномена, механизмов и развития саморегуляции. Также были проанализированы источники по изучению проблем саморегуляции, выявлены теоретические и практические аспекты этого явления.

В данной главе обобщены теоретические взгляды зарубежных ученых и отечественных психологов на проблему саморегуляции, даны научные комментарии о проявлениях самореализации в личности студента, их связи с различными эмоционально-чувственными и волевыми сферами.

Такие восточные мыслители как Абу Али ибн Сина, Абу Наср Форобий, Кайковус, Жалолиддин Румий, Абу Райхон Беруний также упоминали в своих работах о человеческом самосознании, саморегуляции собственного поведения и о том, что эти факторы играют важную роль в развитии личности. Данный вопрос нашел отражение в исследованиях таких зарубежных ученых как Ж. Уотсон, М. Арнолд, Ж. Келли, Л. Колхберг, Р. Лазарус, Ж. Пиаже, С. Шехтер, И. Павлов, И. Сеченов, Н. Левитов, Ю. Сосновикова, К. Платонов, Л. Дикой, А. Леонова, В. Медведев, Ю. Стрелков, Л. Чайнова.

Другие ученые, такие как И.Павлов, И.Сеченов, раскрыли сущность и физиологические механизмы управления психическими состояниями. Н. Левитов, с другой стороны, исходя из принципа психической целостности, признает, что любое психическое состояние должно включать компоненты противоположных состояний, одновременно подчеркивая, что процесс саморегуляции в любой момент связан со всем психическим состоянием.

Первые теоретические анализы показывают, что если за рубежом существует тенденция рассматривать саморегуляцию как продукт психофизиологических факторов, то в методических пособиях, созданных российскими учеными, ярко прослеживаются случаи особого внимания к анализу функциональных возможностей саморегуляции.

Вторая глава диссертации, озаглавленная как **«Особенности формирования мотивации саморегуляции у студентов-молодежи»**, посвящена эмпирическому анализу изучаемой проблемы и в данной главе

отражены теоретико-методологические основы исследования, общая характеристика применяемых в исследовании методов, порядок проведения, объяснение корреляционных связей на основе анализа полученных результатов. Также особое внимание уделяется также вопросу выявления и коррекции механизмов саморегуляции у студентов-молодежи.

Таблица №1.

Общие показатели проявления уровней рефлексии у студентов-молодежи

| Уровни рефлексии у студентов-молодежи | Количество респондентов n=610 | Процент |
|--|--------------------------------------|----------------|
| Высокий | 149 | 24,5% |
| Средний | 240 | 39,3% |
| Низкий | 221 | 36,2% |

В данной главе особое внимание уделено обзору процессов рефлексии, непосредственно проявляющихся в деятельности студенческой молодежи. Например, рефлексия - это процесс самопознания субъекта, тесно связанный с самосознанием индивида и направленный на построение целостного образа самого себя, раскрытие структуры и содержания его внутреннего мира.

Рефлексия как мета-когнитивный процесс- психологический процесс, в основе которого лежит понимание и осознание человеком своих возможностей, критический анализ его содержания, метода и результатов познания как принципа человеческого мышления. Если посмотреть на анализ полученных данных, то в общей сложности самым высоким результатом среди всех респондентов был средний уровень рефлексии, при этом было установлено, что 240 (39,3%) студентов-молодых людей принадлежали к этому уровню. Самый низкий показатель-221 (36,2%) человек. Из этого видно, что уровни рефлексии у студентов-подростков требуют относительно коррекционной работы.

Таблица №2

Гендерно-сравнительные показатели проявления факторов адекватной рефлексии у студентов-молодежи (n=610)

| № | Уровни рефлексии | Парни n=320 | Процент | Девушки n=290 | процент |
|----------|---------------------------|--------------------|----------------|----------------------|----------------|
| 1. | Ситуативная рефлексия | 78 | 24,4% | 49 | 16,8% |
| 2. | Ретроспективная рефлексия | 108 | 33,7% | 128 | 44,3% |
| 3. | Перспективная рефлексия | 134 | 41,9% | 113 | 38,9% |
| | Всего: | 320 | 100% | 290 | 100% |

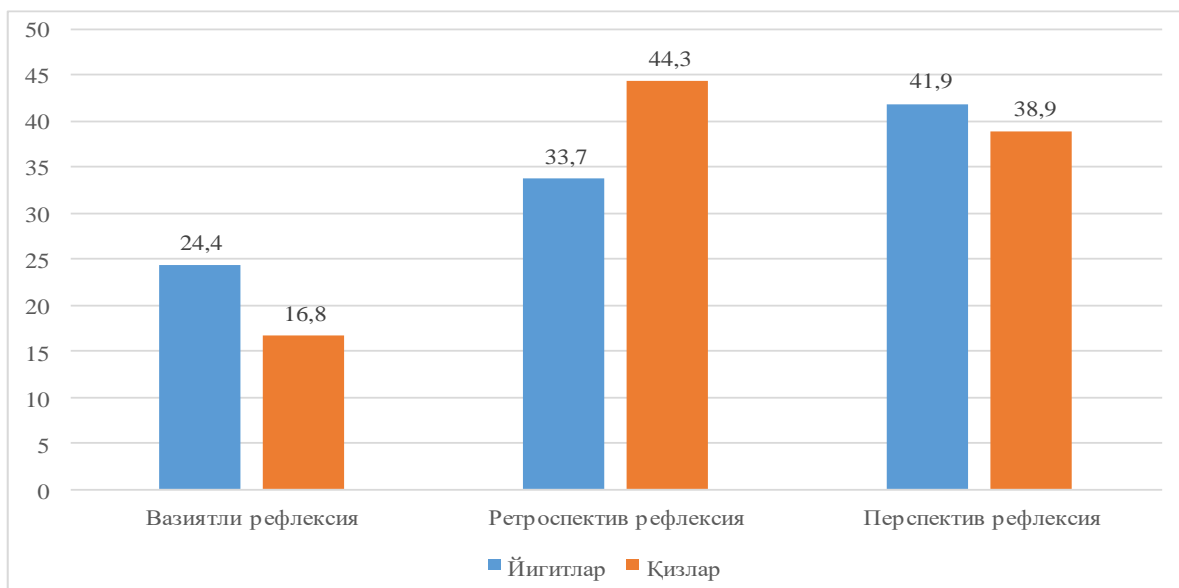


Рисунок №1. Диаграммный вид проявления факторов адекватной рефлексии у студентов

Теперь, если мы обратим внимание на гендерные различия в уровнях прямой рефлексии, при этом из 3 уровней рефлексии у молодых людей «ситуативная рефлексия» составила 24,4 процента, «ретроспективная рефлексия» - 33,7 процента, а «перспективная рефлексия» - 41,9 процента. Результаты данной методики проявились у девочек следующим образом.

При этом было обнаружено, что «ситуативная рефлексия» составляет 16,8 процента, «ретроспективная рефлексия» - 44,3 процента, а «перспективная рефлексия» - 38,9 процента. Этот анализ показывает, что у мальчиков самый высокий показатель рефлексии - 41,9% («перспективная рефлексия»), а самый низкий показатель - 24,4% («ситуативная рефлексия»), в то время как у девочек самый высокий показатель-44,3% («ретроспективная рефлексия»), а самый низкий показатель-16,8% («ситуативная рефлексия»).

Это свидетельствует о том, что у юношей по сравнению с девушками преобладали социально-ожидания, связанные с анализом будущей деятельности, поведения, планированием, результатами деятельности и саморегуляцией У девочек же в отличие от юношей в качестве ведущей мотивации выступают анализ событий, произошедших в прошлом, детализация произошедших событий, склонность делать социальные выводы из ошибок, допущенных в прошлом.

Следующая методика нашего исследования – «Самоконтроль в эмоциональных ситуациях». В своей диссертации мы поставили цель изучить и исследовать взаимосвязь психологического явления самоконтроля в эмоциональных состояниях студентов с другими критериями, которые его включают, самоконтроль в ходе определенного поведения, то есть корреляционные отношения между различными структурными единицами, составляющими это состояние.

Для этого в исследовании использовалась методика, предназначенная для исследования особенностей «самоконтроля в определенных ситуациях»,

предложенная Г.С. Никифоровым, В.К. Васильевым, С.В. Фирсовой. Благодаря возможностям данной методики были выявлены следующие особенности студенческой молодежи:

1. Оценены показатели взаимосвязи компонентов саморегуляции у студентов-молодежи.

2. Прокомментированы важные аспекты и степень значимости саморегуляции в эмоциональном состоянии студентов и молодежи.

3. В процессе социализации наблюдалась динамика психологических особенностей, связанных с проявлением саморегуляции.

Таблица 3

Анализ исходных общих данных, полученных по методике самоконтроля у обучающихся

| Группы | Уровни самоконтроля | | | | | | Всего: |
|-------------------|---------------------|------|------|------|---------|------|--------|
| | низкий | % | сред | % | высокий | % | |
| Контрольная | 95 | 30,6 | 139 | 44,9 | 76 | 24,5 | 310 |
| Экспериментальная | 81 | 27,1 | 151 | 50,3 | 68 | 22,6 | 300 |
| Всего: | 176 | 57,7 | 304 | 95,2 | 130 | 47,1 | 610 |

Согласно приведенным результатам (таблица №3 и рисунок №2), в то время как в группе студентов-молодежи низкий уровень самоконтроля в эмоциональных случаях составлял 27,1 процента, в среднем -50,3 процента, высокий-22,6 процента, в контрольной группе низкий уровень составлял 30,6 процента, средний уровень-44,9 процента, а высокий уровень-24,5 процента.

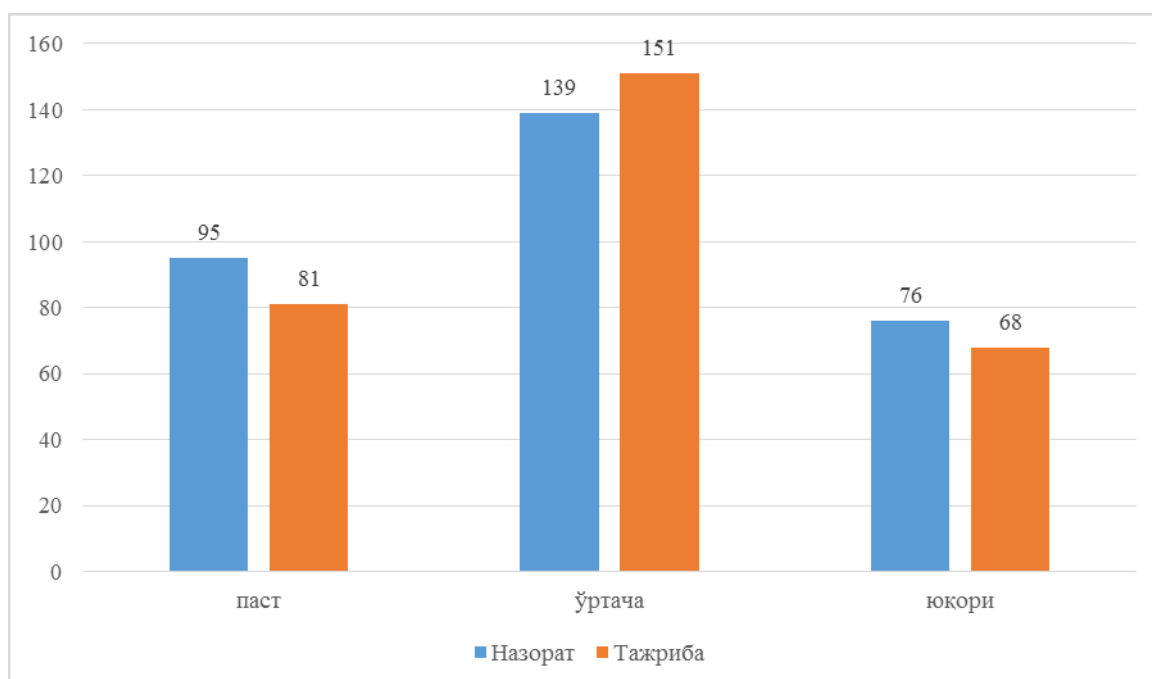


Рисунок 2. Диаграммный вид проявления динамики самоконтроля у студентов.

Основываясь на приведенных показателях, мы видим, что уровень самоконтроля у студентов относительно низок. Это, на наш взгляд, должно быть связано с проявлением негативной ответной реакции студентов на различные внешние воздействия, на конфликтные неприятные ситуации различного вида, возникающие в результате их взаимодействия с окружающим обществом людей, а также в результате неспособности идти на компромисс с самим собой. Следует отметить, что степень проявления эмоциональных состояний, наблюдаемых у студентов-молодежи, четко выражена в зависимости от общей нервной системы и индивидуально-психологических особенностей.

Следующей нашей методикой исследования будет предложенная В.М.Чумаковым «Методика изучения волевых качеств личности». Данная методика направлена на определение степени сформированности в личности таких волевых качеств, как ответственность, инициативность, смелость, самостоятельность, упорство, настойчивость, целеустремленность.

Цель нашего применения данной методики состоит в выявлении взаимосвязи формирования волевых процессов в саморегуляции студентов и молодежи. При этом были проанализированы показатели взаимосвязи волевых качеств, проявляющихся в деятельности студентов.

Таблица № 4

Первоначальные общие данные, полученные по методике изучения волевых качеств личности (n=610)

| № | Факторы | Парни N=320 | процент | Девушки N=290 | Процент |
|----|--------------------|----------------|---------|------------------|---------|
| 1. | Ответственность | 48 | 15,2% | 41 | 14,1% |
| 2. | Инициатива | 52 | 16,5% | 32 | 11,3% |
| 3. | Смелость | 39 | 12,1% | 26 | 8,6% |
| 4. | Независимость | 50 | 15,4% | 36 | 12,3% |
| 5. | Настойчивость | 16 | 5,1% | 34 | 12,0% |
| 6. | упорство | 18 | 5,6% | 23 | 7,9% |
| 7. | Энергичность | 37 | 11,5% | 29 | 10,1% |
| 8. | Внимательность | 39 | 12,1% | 42 | 14,4% |
| 9. | Целеустремленность | 21 | 6,5% | 27 | 9,3% |
| | Всего: | 320 | 100% | 290 | 100% |

Теперь остановимся на общей трактовке наблюдаемых гендерных различий по показателям, связанным с проявлением волевых качеств у студентов.

У юношей самые высокие показатели по волевым качествам “инициативность” 16,5%, “самостоятельность” 15,4%, “ответственность” 15,2%, а самые низкие – “целеустремленность” 5%, “настойчивость” 5,6, “выносливость” 5,1 %.

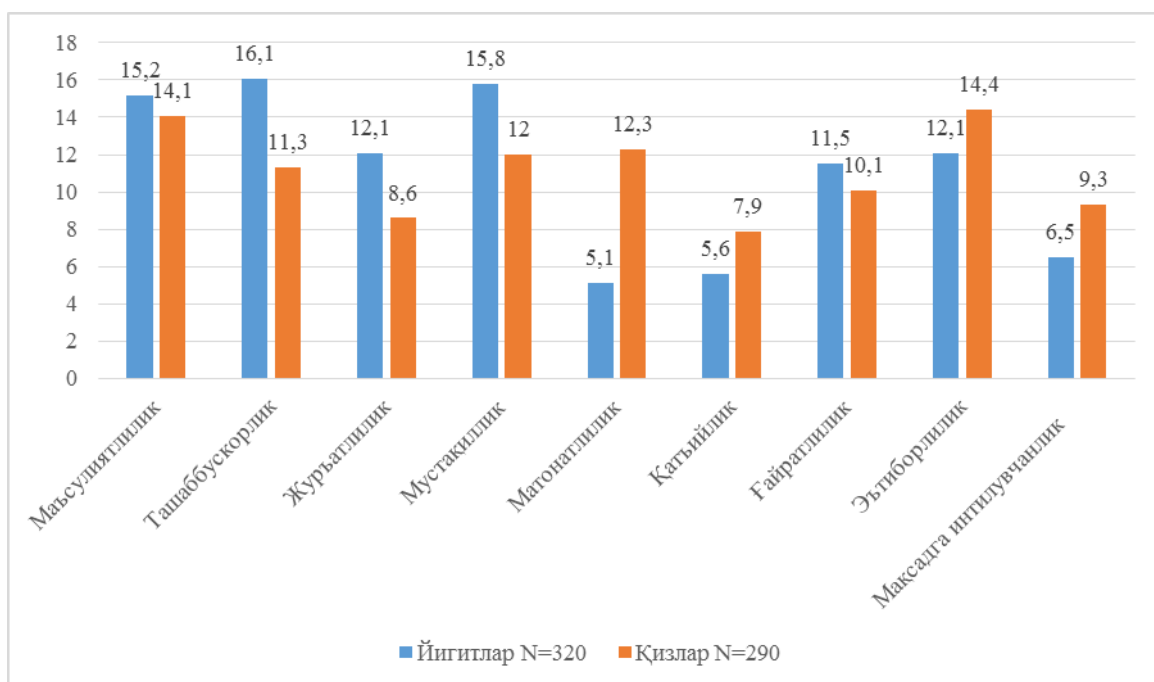


Рисунок №3. Диаграммный вид исходных общих данных, полученных по методике изучения волевых качеств личности (в %)

Это означает, что качества «целеустремленность», «целеустремленность», «упорство», которые считаются важными характеристиками в саморегуляции студенческой молодежи, формируются в сравнительно небольших количествах. Если посмотреть на результаты девушек по данной методике, то в ней самыми высокими показателями были «ответственность» 14,1%, «внимательность» 14,4% и «самостоятельность» 12,3%, а низшими - «целеустремленность» 9,3%, «смелость» 8,6%, «решительность» 7,9%.

Третья глава диссертации, озаглавленная как «**Эмпирические основы развития самореализации у студенческой молодежи**», посвящена программе социально-психологических тренингов, направленных на развитие студенческой саморегуляции, механизмам, обеспечивающим ее эффективность, а также тренингам и упражнениям, направленным на преодоление эмоционально-чувственных состояний, негативно влияющих на саморегуляцию.

Социально-психологические тренинги, направленные на выявление развития саморегуляции у студентов, были проведены среди студентов Бухарского государственного университета, Бухарского филиала Ташкентского института инженеров ирригации и механизации сельского хозяйства и Каршинского государственного университета в общей сложности 610 студентов, из них 320 студентов-парней и 290 студентов-девушек. Мы изучили их, разделив на 2 группы: экспериментальную и контрольную. Экспериментальная группа насчитывала 310 студентов, а контрольная группа-300 студентов. Программа социально-психологического тренинга основывалась на психологических принципах определенного уровня и

проводилась на основе психокоррекционных занятий, индивидуальных и групповых бесед.

Основываясь на целях, задачах исследования, а также на результатах анализа, полученных в первой и второй главах, в данной главе особое внимание было уделено совершенствованию социально-психологических факторов, влияющих на адекватное саморегуляцию у студенческой молодежи. При этом в основном опирались на результаты эмпирического анализа, приведенные во второй главе. В частности, на основе полученных данных по методике «Определение уровней рефлексии», разработанной известным психологом А.Карповым, была составлена отдельная программа тренинговых занятий для студентов, входящих в эту группу, с учетом молодежи, у которой уровни ситуативной, ретроспективной и переспективной рефлексии проявились в относительно небольшом количестве. Никифиров, Василев, Фирсова, Чумаков

Аналогичным образом были разработаны и применены на практике специально ориентированные программы тренинга для студентов, у которых показатели самоконтроля сформированы на более низком уровне по требованиям методики «Самоконтроль в эмоциональных ситуациях», разработанной Г.С.Никифировым, В.К. Васильевым, С.В.Фирсовой, и методики «Изучение личностных качеств», предложенной В.М. Чумаковым. При этом особое внимание было уделено следующим принципам:

1. Соблюдение принципа групповой деятельности, активность участников, совместное общение, позитивный поиск участников в процессе межличностного взаимодействия, наличие обратной связи.

- 2.. Применение активных методов в групповой деятельности.

3. уделение особого внимания к активному межличностному взаимодействию между участниками группы.

4. Работа с организованной группой на длительный или короткий срок. Запрет на распространение обсуждаемых в группе проблем за пределы группы, чтобы не потерять эмоциональный интерес, который будет необходим в процессе деятельности.

5. Улучшение психологического состояния в процессе обучения и закрепление факторов, способствующих дальнейшему саморазвитию.

6. Формирование позитивного психологического климата и атмосферы свободного общения.

В целом, саморегуляция у обучающихся в процессе проводимых тренингов приобретает важное значение для успешной организации психокоррекционной работы с социальным ожиданием, связанной с формированием мотивации. Теперь перейдем к анализу показателей корреляционной связи, непосредственно связанных с проявлением волевых качеств у студентов.

Было обнаружено, что существует корреляционная связь между ответственностью ($r=0,03$; $p\leq 0,01$), настойчивостью ($r=0,30$; $p\leq 0,01$), внимательностью ($r=0,40$; $p\leq 0,01$), целеустремленностью ($r=0,12$; $p\leq 0,01$), которые считались исходными волевыми качествами. А это, в свою очередь,

означает, что чем выше качество ответственности у студентов-молодежи, тем выше качества самостоятельности, настойчивости, внимательности и целеустремленности. Из волевых качеств смелость связана с такими важными волевыми качествами, как независимость ($r=0,72$; $p \leq 0,01$), настойчивость ($r=0,79$; $p \leq 0,01$), настойчивость ($r=0,22$; $p \leq 0,01$) и внимательность ($r=0,93$; $p \leq 0,01$).

Таблица № 5

Результаты интеркорреляционной связи между волевыми качествами у студентов и молодежи (n=310)

| Волевые качества личности | ответственность | инициативность | смелость | независимость | выдержка | настойчивость | энергичность | внимательность | целеустремленность |
|---------------------------|-----------------|----------------|----------|---------------|----------|---------------|--------------|----------------|--------------------|
| ответственность | 1 | 0,22 | 0,12 | 0,03* | 0,30* | 0,11 | 1,01 | 0,40* | 0,12** |
| инициативность | | 1 | 0,12 | 0,41 | 0,10 | 0,42 | 0,30 | 0,02 | 0,69 |
| смелость | | | 1 | 0,72** | 0,79** | 0,22** | 0,63 | 0,93** | 0,36 |
| независимость | | | | 1 | 0,56* | 0,62** | 0,30 | 0,68** | 0,03 |
| выдержка | | | | | 1 | 0,67** | 0,34 | 0,33** | 0,29* |
| настойчивость | | | | | | 1 | 0,61 | 0,82** | 0,14 |
| энергичность | | | | | | | 1 | 0,19 | 0,06 |
| внимательность | | | | | | | | 1 | 0,36* |
| целеустремленность | | | | | | | | | 1 |

Из результатов видно, что от личности студенческой молодежи требуется смелость в постановке цели и стремлении к ней, а также в преодолении препятствий в деятельности, в различных жизненных ситуациях. Благодаря этому проявление смелости у студенческой молодежи требует высокого уровня развития в ней таких волевых качеств, как самостоятельность, выдержка, упорство, внимательность.

Качество смелости характерно для студенческо-юношеского периода, оно проявляется в осуществлении различных видов деятельности, поведения, добросовестном выполнении поставленной задачи. Понятие смелости многими авторами описывается по-разному. В большинстве случаев смелость определяется временем, затрачиваемым на осознание степени значимости ситуации и принятие решения. Ведь смелость-это способность человека быстро принимать решения в важной для него ситуации. Основное описание смелости-принимать взвешенное решение, независимо от результата.

Мы видим, что качество независимости от результатов коррелирует с высокой степенью смелости ($r=0,72$; $p\leq 0,01$), настойчивостью ($r=0,62$; $p\leq 0,01$) и внимательностью ($r=0,68$; $p\leq 0,01$), а также с низкой степенью настойчивости ($r=0,56$; $R\leq 0,05$). Из этого видно, что формирование самостоятельности связано с целями, которые ставит перед собой студент и его внимательным отношением к их реализации.

Кроме того, независимость определяется как волевая черта характера, заключающаяся в том, что человек имеет свои собственные независимые мнения, принципы и убеждения при решении определенных умственных, моральных или практических вопросов, особенно при оценке сложной ситуации и выборе пути, подходящего для достижения цели.

Настойчивость, которая считалась следующей из волевых качеств, в свою очередь, коррелировала с ответственностью ($r=0,30^*$; $p\leq 0,05$), смелостью ($r=0,79^*$; $p\leq 0,05$), независимостью ($r=0,56^*$; $p\leq 0,05$). В формировании качества настойчивости у студентов-молодежи важно, чтобы были развиты такие волевые качества, как смелость, настойчивость, внимательность.

В результатах мы видим, что качество настойчивости в значительной степени пропорционально таким волевым качествам, как смелость ($r=0,22$; $p\leq 0,01$), независимость ($r=0,62$; $p\leq 0,01$) и настойчивость ($r=0,67$; $p\leq 0,01$).

Таблица № 6

Показатели соотношения волевых качеств с компонентами самоконтроля (n=310)

| Компоненты самоконтроля | Шахсинг иродавий сифатлари | | | | | | | | |
|--|----------------------------|----------------|----------|---------------|----------|---------------|--------------|----------------|--------------------|
| | ответственность | инициативность | смелость | независимость | выдержка | настойчивость | энергичность | внимательность | целеустремленность |
| самоконтроль в процессе социализации | 0,52** | 0,12 | 0,89** | 0,42** | 0,08 | 0,01 | 0,22** | 0,33** | 0,56 |
| самоконтроль в эмоциональных ситуациях | 0,38 | 0,10 | 0,92* | 0,47** | 0,53** | 0,49** | 0,30 | 0,21 | 0,57** |
| самоконтроль в процессе деятельности | 0,37** | 0,16** | 2,43 | 3,36 | 1,46 | 0,78** | 1,56 | 0,40** | 0,73** |

На основе полученных эмпирических данных были выявлены определенные корреляционные связи между компонентами самоконтроля и волевыми качествами. В том числе были обнаружены корреляции между ответственностью и самоконтролем в процессе социализации ($r=0,52$; $p\leq 0,01$), смелость ($r=0,89$; $p\leq 0,01$), независимостью ($r=0,42$; $p\leq 0,01$),

настойчивостью ($r=0,22$; $p\leq 0,01$), внимательностью ($r=0,33$; $p\leq 0,01$). Это связано с тем, что в процессе социализации данные качества приобретают определенное значение у студентов-молодежи, способных к самоконтролю.

В личности студента-юноши волевые качества самоконтроля в эмоциональных ситуациях составляют взаимосвязь со смелостью ($r=0,92$; $p\leq 0,05$), независимостью ($r=0,47$; $p\leq 0,01$), выносливостью ($r=0,53$; $p\leq 0,01$), упорством ($r=0,49$; $p\leq 0,69$), а также целеустремленностью ($r = 0,49$; $p \leq 0,69$).

Поскольку эмоциональные процессы включают в себя положительные или отрицательные чувства, становится очевидным, что эмоциональная сфера студентов связана с волевыми качествами. Мы видим, что в жизненных ситуациях у индивида в определенной степени высока способность к контролю над своей эмоциональной сферой, то есть способность проявлять смелость в любых трудностях, взаимодействие с такими характеристиками, как независимость (самостоятельное отношение индивида к окружающим предметам и явлениям, владение собственным мнением), высокий уровень чувства ответственности. Такие волевые качества, как целеустремленность, выносливость, настойчивость, также считаются механизмами, которые позволяют человеку управлять своим эмоциональным состоянием. Поэтому то или иное качество воли приобретает важное значение при преодолении эмоциональных напряжений, аффектов, стрессов, переживаний, страхов, возникающих у студентов.

Самоконтроль в процессе деятельности отражает неразрывную связь между ответственностью ($r=0,37$; $p\leq 0,01$), инициативностью ($r=0,16$; $p\leq 0,01$), внимательностью ($r=0,40$; $p\leq 0,01$), настойчивостью ($r=0,78$; $p\leq 0,01$), целеустремленностью ($r=0,73$; $p\leq 0,01$). В личности студенческой молодежи характер самоконтроля приобретает важное значение в стремлении к поставленной цели.

Немаловажной считается роль таких личностных качеств студенческой молодежи, как воля, уверенность, смелость в достижении своих целей. Также эти волевые качества приобретают социальный характер в процессе деятельности, что повышает возможность работы в межличностных отношениях и с различными техниками. Когда в личности студента хорошо сформированы волевые качества, он преодолевает любые психологические барьеры в организации какой-либо деятельности и, несомненно, добьется больших успехов как в профессиональной, так и в личной деятельности.

Из результатов вышеприведенной таблицы также видно, что самоконтроль у студенческой молодежи приобретает взаимную гармонию с инициативностью ($r=0,66$; $p\leq 0,01$). Еще одним аспектом, характерным для личности студенческой молодежи, является их креативность и инициативность в процессе деятельности. Также в результате высокой сформированности социализации у студенческой молодежи и быстрого, точного, ответственного выполнения какого-либо задания формируется взаимосвязь с ответственностью ($r=0,48$; $p\leq 0,01$).

Можно заметить, что самоконтроль в процессе деятельности неразрывно связан с внимательностью ($r=0,44$; $p\leq 0,01$) (обусловлен

необходимостью быть внимательным к каждому элементу и частям в процессе выполнения каких-либо задач), выдержкой ($r=0,43$; $p \leq 0,01$) (способность проявлять волевые качества в нетипичных ситуациях, возникающих в процессе, в процессе преодоления психологических барьеров

Таблица №7

Сравнительно-статистические показатели формирования факторов самоконтроля в экспериментальных и контрольных группах (n=610)

| Респонденты | Факторы | Показатели до эксперимента | | Показатели после эксперимента | | Статистическая значимость расхождения | |
|---|------------------------------------|----------------------------|----------------|-------------------------------|----------------|---------------------------------------|--------|
| | | M ₁ | S ₁ | M ₂ | S ₂ | T | P |
| Экспериментальная группа n ₁ =310 | Контроль в эмоциональных ситуациях | 14,2 | 6,1 | 18,7 | 3,3 | 4,35 | P≤0,02 |
| | Контроль в процессе деятельности | 15,6 | 9,8 | 18,2 | 5,1 | 3,61 | P≤0,06 |
| | Контроль в процессе социализации | 13,9 | 6,1 | 19,1 | 3,1 | 6,14 | P≤0,00 |
| Контрольная группа n ₂ =300 | Контроль в эмоциональных ситуациях | 12,8 | 7,3 | 13,3 | 6,4 | 1,35 | P≥0,11 |
| | Контроль в процессе деятельности | 15,5 | 11,3 | 16,1 | 8,9 | 1,61 | P≥0,64 |
| | Контроль в процессе социализации | 14,6 | 5,2 | 15,9 | 6,1 | 1,14 | P≥0,23 |

Теперь перейдем непосредственно к анализу результатов, записанных по критерию Уилкоксона, применяемому для наблюдения изменения или сохранения неизменности сравнительно-статистических показателей формирования факторов самоконтроля у студентов в экспериментальных и контрольных группах под влиянием тренинговых занятий.

Из результатов, представленных в таблице №7, мы видим, что самоконтроль в этих случаях значительно увеличился в экспериментальной группе. То есть этот показатель характеризуется тем, что до эксперимента M₁=14,2, а после эксперимента M₂=17,7. Такие показатели свидетельствуют о том, что студенты способны в полной мере воспринимать пережитые негативные или положительные эмоции, способны в любом случае самостоятельно справляться с такими эмоциональными ситуациями, как гнев, злора и в целом, у них есть навыки управления эмоциями.

В контрольной группе также наблюдались значительные различия в результатах, хотя с ними не проводились тренинговые программы. Это можно объяснить постепенным увеличением жизненного опыта у студентов когда через знания, передаваемые в учебных заведениях, они приобретают

знания о себе, об окружающем их сообществе людей. Также характерным аспектом студенческого периода является возникновение чувства взрослости, подъем самосознания на более высокий уровень, а также развитие навыков самодисциплины и саморегуляции.

Показатели самоконтроля в процессе деятельности составляют в экспериментальной группе $M1=16,6$ балла до эксперимента и $M2=18,2$ балла после эксперимента, а в контрольной группе $M1=15,5$ балла до эксперимента и $M2=16,1$ балла после эксперимента. Как известно, в процессе выполнения какой-либо деятельности обязательно требуется контроль и управление системой действий. После проведенных занятий мы сможем четко наблюдать, что у студенто значительно повышается способность целенаправленно направлять свои действия.

Повышение уровня самоконтроля в процессе социализации, проявленное в ходе наших общих наблюдений, также было значительным показателем у испытуемых экспериментальной группы. В частности, среднее общее количество баллов, полученных от студентов, дало результаты значительного повышения в экспериментальной группе, при этом было $M1=13,9$ балла до эксперимента и $M2=19,1$ балла после эксперимента.

При этом в контрольной группе также отмечается своеобразное увеличение показателей $M1=14,6$ и $M2=15,9$. Это определяется их активным включением в жизнь общества, пониманием закономерностей возникновения межличностных отношений, а также культурой общения, умением на высоком уровне организовывать коммуникативные отношения.

В целом, анализируя результаты, полученные от объектов опыта и контроля, можно увидеть, что показатели мотивации саморегуляции у студенческой молодежи выражены в разной степени и в разных проявлениях. Между тем, в каждом полученном результате мы видим наличие психологических закономерностей на том или ином уровне. Эти закономерности ярко выражены в диапазоне специфических социально-психологических особенностей, активности, умений и навыков личности студента В этом смысле выраженность определенных уровней показателей эффективности в экспериментальных группах позволяет на основе нашей теоретической и эмпирической работы, проведенной на протяжении всего исследования, давать практические рекомендации студентам высших учебных заведений.

ВЫВОДЫ

Вопрос адекватного саморегулирования личности в любом государстве и обществе является одним из важнейших и стратегических. Потому что любой человек может внести существенный вклад в обеспечение прогресса общества только путем надлежащего самоконтроля. В этой связи результаты нашего исследования, опираясь на проведенный теоретический и эмпирический анализ, позволили сделать следующие общие выводы.

1. Анализ эмпирических показателей, относящихся к проблеме саморегуляции, изучаемой сегодня как социально-психологической необходимости, показывает, что у многих студентов – молодых людей недостаточно сформированы волевые качества (данные были исследованы по шкале методики В.Чумакова), в некоторых случаях не был продемонстрирован должный уровень компетентности в умении адекватно контролировать себя (данные изучались по шкале Никифорова – Васильева), также существуют также социально-психологические диспропорции уровней рефлексии, проявляющиеся в процессе деятельности (данные определены по шкале А.В.Карпова). Это требует более серьезного взгляда на социально – психологическую активность студенческой молодежи, которая развивается по – своему.

2. Формирование мотивации саморегуляции у студенческой молодежи проявляется и развивается на основе сформировавшихся в определенной степени психологических, психофизиологических и социально – психологических механизмов. Этот процесс основан на системах социального рефлексивного анализа, специализирующихся на эмоционально – волевых качествах личности, регулирующей психофизиологической релаксации, а также адекватном познании и оценке самого себя.

3. Процесс саморегуляции у студенческой молодежи определяется и оценивается, прежде всего, участием в формировании зрелости познавательных процессов (внимания, интуиции, восприятия, памяти, мышления, воображения), эмоционально – волевых качеств (чувства, воли), индивидуальных особенностей (темперамента, способностей характера), занимающих важное место в психологическом строе личности, а также в проявлении внутренней и внешней активности личности.

4. Процесс саморегуляции личности имеет свою внутреннюю и внешнюю психологическую структуру, характеризующуюся тем, что этот процесс имеет тенденцию формироваться и развиваться под влиянием мотивационной системы, основанной на подсознательных факторах, формирующихся особым образом.

5. При соблюдении иерархической системы проявлений рефлексивных факторов (ситуативных, ретроспективных, перспективных), непосредственно влияющих на социально – психологическую активность студентов – молодежи, на “нижнем”, “среднем”, “высоком” уровнях мотивационные механизмы этих факторов проявляются и совершенствуются в зависимости от конкретных индивидуальных, интеллектуальных и эмоционально-волевых качеств личности.

6. В ходе исследований изучалось формирование мотивации саморегуляции у студентов-молодежи в экспериментальных и контрольных группах. В экспериментальных группах применялись социально – психологические тренинги по саморегуляции. В результате было установлено, что в процессе саморегуляции развиваются имеющие важное

значение релаксационные, физиологические, мотивационные, рефлексивные, волевые механизмы. Это дает им возможность саморегуляции в различных ситуациях. Однако в контрольных группах наблюдалось постепенное улучшение этого процесса за счет жизненного опыта и знаний, передаваемых в учебных заведениях. Способность человека контролировать свое состояние, самоконтроль в различных ситуациях играет важную роль в определении его социально-психологических перспектив как личности. При этом следует признать, что мотивация к саморегуляции в экспериментальных группах важна при ее быстром и качественном формировании.

7. Основную задачу модели механизмов саморегуляции личности выполняет рефлексивный (служащий основой для развития психики человека, способствующий пониманию и переосмыслению его деятельности и самого себя как субъекта этой деятельности с целью правильной оценки, реорганизации, прогнозирования и развития собственной деятельности) механизм, на основе функций которого оптимизируется эмоциональная устойчивость у студентов-молодежи

8. Мотивация саморегуляции у студентов-молодежи нашла свое выражение в программе психологического тренинга, предназначенной для развития их социально-психологических особенностей. Социально-психологический тренинг как теория и практика психотерапевтического и психокоррекционного воздействия имеет важное значение для развития личности, ее приспособляемости к различным жизненным ситуациям, межличностным отношениям. Данная программа тренинга дает возможность повысить коммуникативную компетентность человека. Это подтвердилось эмпирическими данными, полученными благодаря тому, что они служат для развития возможности саморегуляции у студентов.

На основании результатов исследования представлены следующие практические рекомендации:

1. Разработка механизма индивидуально-психологического подхода, подходящего каждому студенту, с учетом психологических, психофизиологических и социально-психологических особенностей, возникающих в студенческий период.

2. Выявление социально-психологических факторов, влияющих на эмоционально-волевые качества студентов, и совершенствование на этой основе системы учебно-воспитательной работы.

3. Проведение своевременной психопрофилактической работы во избежание нарастания тревожных состояний, связанных с социальными ожиданиями в личности студента..

4. Систематически привлекать к занятиям по психотренингу студентов, у которых недостаточно развит самоконтроль в процессе деятельности.

**SCIENTIFIC COUNCIL PhD 03/30.12.2019 Psi.72.06 ON AWARDING
ACADEMIC DEGREES AT BUKHARA STATE UNIVERSITY**

BUKHARA STATE UNIVERSITY

RAMAZONOV JAHONGIR DJALOLOVICH

**SOCIO-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE FORMATION OF
MOTIVATION FOR SELF-REGULATION IN STUDENTS**

19.00.05 – Social psychology. Ethnopsychology

**ABSTRACT
OF DISSERTATIONS FOR THE DEGREE OF DOCTOR OF PHILOSOPHY (PhD) IN
PSYCHOLOGICAL SCIENCES**

Bukhara – 2022

The dissertation topic of the Doctor of Philosophy (PhD) is registered under the number B2020.4.Hhr/P105 in the Higher Attestation Commission under the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan.

The dissertation was completed at Bukhara State University.

Abstract of the dissertation in three languages (Uzbek, Russian, English (summary)) posted on the web page of the Scientific Council (www.psi-ik.uz) and on the information and educational portal "Ziyonet" (www.ziyonet.uz).

Scientific supervisor:

Sharif Ramazanovich Baratov
Doctor of Psychological Sciences, Professor

Official opponents:

Abdurasulov Rustam Abduragimovich
Doctor of Psychological Sciences, Professor.

Karimov Kholmurod Karimovich
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor

Leading organization:

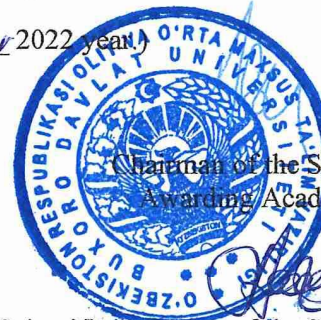
Samarkand State University

The dissertation defense will take place "25" *November* 2022 year in *12⁰⁰* hours at the meeting of the Scientific Council PhD 03/30.12.2019 Psi.72.06. on awarding academic degrees at Bukhara State University. (Address: 11 M.Ikbol Street, Bukhara, 200118. Tel.: (0365) 221-29-14; fax: (0365) 221-27-07, e-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz .. Small Meeting Room of Bukhara State University

The dissertation can be found at the Information Resource Center of Bukhara State University (registered for № *2*). (Address: 11 M.Ikbol Street, Bukhara, 200118. Tel.: (99865) 221-29-14, (99865) 221-27-07

The abstract of the dissertation has been sent out "11" *November* 2022 year.

(Protocol-mailing list No. *2* from "11" *November* 2022 year)



O.H. Khamidov
Chairman of the Scientific Council for
Awarding Academic Degrees, Dan.,
(DSc), Professor

A.M. Nazarov
Scientific Secretary of the Scientific Council for
Awarding Academic Degrees, Doctor of
Philosophy (PhD) in Psychological Sciences,
Associate Professor

U.D. Kodirov
Chairman of the Scientific Seminar at
the Scientific Council for Awarding
Academic Degrees, Doctor of Psychology,
Associate Professor

INTRODUCTION (abstract of the dissertation of the (PhD))

The aim of the research is to study the socio-psychological mechanisms of the formation of self-regulation motivation among young students.

Research objectives:

to study the coverage of the problem of self-regulation among students in scientific psychological sources;

identification and research of existing mechanisms in students' self-regulation as a socio-psychological process;

identification of dynamic aspects of the processes of formation of self-regulation motivation in students-youth;

development of a psychological training program aimed at developing self-regulation factors among young students and assessing its quality.

Students of 1,2,3,4 courses (a total of 610 students, including 320 boys, 290 girls) studying at Bukhara State University, Bukhara branch of the Tashkent Institute of Irrigation and Agricultural Mechanization Engineers and Karshi State University were selected as the object of research to determine the socio-psychological characteristics of the formation of students' motivation for self-regulation.

The subject of the research is the manifestation and development of socio-psychological factors associated with the formation of self-regulation motivation among young students.

The scientific novelty of the research consists of the following:

it is proved that there are gender differences in the formation of volitional actions due to the integrative development of the emotional component of situational, retrospective, prospective self-consciousness as a result of the influence of reflexive factors and the attitude of the individual to himself on the behavior of students;

it is proved that under the influence of the hierarchical manifestation of volitional qualities, the motivational component of the volitional act develops in young students, due to the formation of introspective self-regulation based on reflexive processes;

it is proved that the influence of socio-psychological (motivational, volitional) factors has a priority character due to the fact that the socio-cognitive orientation of the development of the system of values of the individual is provided by an adequate strengthening of the internal locus in the formation of self-regulation skills among students-youth;

it is proved that in the formation of self-regulation motivation among young students, it is important to develop the qualities of "emotional self-control", "social responsibility" in accordance with the importance of integrative development of moral feelings and motivation of social approval with strong-willed traits.

The implementation of the research results. Based on the results of scientific research on the study and implementation of socio-psychological aspects of the development of self-regulation motivation among students and young

people, the development of practical recommendations and suggestions for its improvement:

conclusions on the evidence of gender differences in the formation of volitional actions due to the integrative development of the emotional component of situational, retrospective, perspective self-awareness as a result of the influence of reflexive factors on the behavior of students and the attitude of the individual to himself are embedded in the module "Psychology of interpersonal relations" based on the order PM-17-a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University named after Nizami dated April 19, 2021 (Reference No. PM-178-a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University named after Nizami dated April 19, 2021 and reference no. 02/08-695 of the Republican Center of Spirituality and enlightenment of July 7, 2021). As a result of the influence of reflexive factors on the behavior of students, the development of knowledge about the patterns of integrative development of the sensory component of self-consciousness, the attitude of the individual to himself has been achieved;

proven conclusions about the development of the motivational component of the volitional act under the influence of the hierarchical manifestation of volitional qualities in students- youth, due to the formation of introspective self-regulation based on reflexive processes, were introduced into the module "General psychodiagnostics" on the basis of the order PM-17-a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University named after Nizami dated April 19, 2021 (Reference No. PM-178-a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University Nizami University dated April 19, 2021 and reference No. 02/08-695 of the Republican Center for Spirituality and Enlightenment dated July 7, 2021). As a result, a continuous training program was created for the development of the motivational component of the act of will due to the formation of the introspective power of self-management on the basis of reflexive processes;

conclusions that the influence of socio-psychological (motivational, volitional) factors are of a priority nature in connection with ensuring the socio-cognitive orientation of the development of the system of values of the individual through adequate strengthening of the internal locus in the formation of self-regulation skills among young students introduced in the module "Psychology of professions" on the basis of the order PM-17-a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University named after Nizami from 19 April 2021 (Reference No. PM-178-a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University named after Nizami dated April 19, 2021). The resulting conclusions that the influence of socio-psychological (motivational, volitional) factors on the development of self-regulation skills among young students is of a priority nature served to enrich the scientific and methodological support of psychological science;

evidence that the development of the qualities of "emotional self-control" is important in the formation of self-regulation motivation among young students, "social responsibility" in accordance with the importance of integrative development of moral feelings and motivation of social interaction with strong-

willed traits are introduced in the module "Social Psychology" based on the order PM-17-a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University named after Nizami dated April 19, 2021 (Reference No. PM-178-a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University named after Nizami dated April 19, 2021). As a result, "emotional self-control" and "social responsibility" in the formation of motivation for self-regulation served to increase the level of self-regulation among young students.

Approbation of the research results. The results of the study were discussed at 4 international and 3 republican scientific and practical conferences.

Publication of the research results. In total, 27 scientific papers have been published on the topic of the dissertation, in particular 23 scientific articles, 10 of them in republican and 11 in foreign journals.

Structure and scope of the dissertation. The dissertation consists of an introduction, three chapters, a conclusion, a list of references and appendices. The main volume of the study is 165 pages.

ЭЪЛОН ҚИЛИНГАН ИШЛАР РЎЙХАТИ
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLISHED WORKS

I бўлим (I часть; I part)

1. Рамазонов Ж.Ж. Ўзини ўзи идора қилиш мотивациясини ривожлантиришнинг эмпирик асослари. //Психология. – Бухоро, www.psixlogiyabuxdu.uz 2021. № 1. – Б. 178-183. (19.00.00; №5).
2. Рамазонов Ж.Ж. Формирование саморегуляции психических состояний подростков. //Психология. – Бухоро, www.psixlogiyabuxdu.uz 2020. №4. –Б. 42-47. (19.00.00; №5).
3. Рамазонов Ж.Ж. Ўзини ўзи идора қилиш ижтимоий-психологик феномен сифатида. // Педагогик маҳорат. – Бухоро, 2021. № 1. – Б. 103-107. (19.00.00; №11).
4. Рамазонов Ж.Ж. Мотивация к самоуправлению при психических состояниях. //Вестник интегративной психологии. – Ярославль, 2021. № 22. – С. 149-150. (19.00.00; №2).
5. Рамазонов Ж.Ж. Саморегуляция психических состояний подростков как психологический феномен. //Вестник интегративной психологии. – Ярославль, 2020. №21. – С. 299-301. (19.00.00; №2).
6. Рамазонов Ж.Ж. Способы индивидуализации обучения с педагогически запущенными детьми-подростками. //Вестник интегративной психологии. – Ярославль, 2018. Выпуск 17. – С. 152-164. (19.00.00; №2).
7. Ramazonov J.J. Reflexive Mechanism - As The Main Form Of Controlling Students' Psychological Conditions. //International Journal of Academic Management Science Research (IJAMSR) www.ijeais.org/ijamsr February - 2021, -P.: 89-90
8. Ramazonov J.J. Reflexive Mechanism - As The Main Form Of Controlling Students' Psychological Conditions. //Emergent: Journal of Educational Discoveries end Lifelong learning, (EJEDL) <https://ejedl.academiascience.org> Vol. 2 No. 2021. - P: 34-36.
9. Ramazonov J.J. Reflexive Mechanism - As The Main Form Of Controlling Students' Psychological Conditions. //The American Journal of Social Science and Education Innovations, www.usajournalshub.com/index.php/tajssei 3(02), Volume 3 Issue 02, 2021. – P. 379-382.
10. Рамазонов Ж.Ж. Талабалик даврида ўзини ўзи идора қилишнинг мотивацион механизимлари. Международная конференция академических наук. Scientific coferences platform. г.Новосибирск 2021 октябрь. –Б. 26-30. <http://doi.org/10.5281/zenodo.5576511> Б.26-30
11. Рамазонов Ж.Ж. Замонавий таълим жараёнида талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилишининг ижтимоий-психологик механизимлари. // Замонавий жамиятда фан ва таълимнинг ривожланиш истикболлари: муаммо ва ечимлар. Халқаро онлайн илмий-амалий конференция. Термиз. 2021-йил 19-октябрь. –Б. 367-372.

12. Рамазонов Ж.Ж. Масофавий таълимда талаба ёшларда ўзини ўзи идора қилишининг ижтимоий психологик технологиялари. Масофавий таълимни ташкил этишининг педагогик психологик жиҳатлари номли Республика илмий-амалий конференция материаллари тўплами. – Тошкент. 2021 йил ноябрь. –Б. 509-514.

13. Рамазонов Ж.Ж. Талабалар ўзини ўзи идора қилишининг ижтимоий-психологик механизмлари. //Ресурстежамкор кишлок ва сув хўжалиги техникаларини яратиш ва улардан фойдаланиш самарадорлигини ошириш. Республика илмий-амалий анжуман материаллари. Бухоро. 2021 йил 3-4 июнь.

II бўлим (II часы; II part)

14. Рамазонов Ж.Ж. Ўзини ўзи идора қилиш ижтимоий психологик муаммо сифатида. Ижтимоий фанларда инновация онлайн илмий журнали, 1(4), 2021. – б. 51–57. <https://sciencebox.uz/index.php/jis/article/view/169>

15. Рамазонов Ж.Ж. Ўзини ўзи идора қилиш ижтимоий-психологик муаммо сифатида. // Journal of Innovations in Social Sciences. Volume:01, Issue: 04/ 2021. P.:51-57. <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

16. Рамазонов Ж.Ж. Таълим жараёнида талабалар ўзини ўзи идора қилишининг психологик хусусиятлари. //Таълим сифати самарадорлигини оширишда халқаро тажрибадан фойдаланиш: муаммо ва ечимлар. Халқаро илмий-амалий онлайн конференция. Чирчиқ олий танк кўмондонлик муҳандислик билим юрти 2021 йил 19 октябрь.

17. Рамазонов Ж.Ж. Таълим жараёнида талабалар ўзини ўзи идора қилишининг ижтимоий-психологик механизмлари. Yer va suv resurslari. Agrar-gidromeliorativ ilmiy-ommabop jurnal. 2-son 2021-yil. – Б. 77-85.

18. Ramazonov J.J. The role of self-governance in providing personal perfection. //Scientific progress.Scientific jurnal. Vol#2, Issue#2, June 2021. – P.:1075-1078.<http://scientificprogress.uz/storage/app/media/22.%20179.%201075-1078.pdf>

19. Рамазонов Ж.Ж. Ўзини ўзи идора қилиш психологик муаммо сифатида. Международная научно-практическая конференция. // «Педагогические и психолингвистические особенности развития, формирования и становления личности врача» 2021-1. - Б. 174-180.

20. Рамазонов Ж.Ж. Талабаларда ўзини идора қилиш мотивацияси муаммо сифатида. Международная научно-практическая конференция. //«Педагогические и психолингвистические особенности развития, формирования и становления личности врача» 2021-1. - Б. 175-180.

21. Ramazonov J.J. Talaba-yoshlarda o'zini o'zi idora qilishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari. //Innovation in the modern education system: a collection scientific works of the International scientific conference (25th March, 2021) – Washington, USA: "CESS", 2021. Part 4, Issue 1 – P. 165-173.

22. Рамазонов Ж.Ж. Ўзини ўзи идора қилиш ижтимоий-психологик феномен сифатида. //International Journal of Discourse on Innovation, Integration

and Education (IJDIIE) <https://summusjournals.uz> Vol. 3 No. 2 (2021): IJDIIE. – P. 153-158.

23. Ramazonov J.J. Reflexive mechanism - as the main form of controlling students' psychological conditions. *Международный научно-образовательный электронный журнал //Образование и наука в ххi веке. Выпуск №11 (том 3) (февраль, 2021). Дата выхода в свет: 28.02.2021. – С. 1041- 1045.*

24. Ramazonov J.J. Self-administration as a socio-psychological problem. *//Образование и наука в ххi веке. Выпуск №11 (том 3) (февраль, 2021). Дата выхода в свет: 28.02.2021. – С. 1046- 1049.*

25. Ramazonov J.J. Talaba-yoshlarda o‘zini o‘zi idora qilishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari. *//Fan, ta’lim va amaliyot integratsiyasi. <http://bilig.academiascience.org/> Jild: 02 | Nashr: 02 | Yanvar 2020. - B: 123-133.*

26. Рамазонов Ж.Ж. Талаба-ёшларда ўзини ўзи идора қилиш мотивацияси шаклланишининг ижтимоий психологик хусусиятлари. *//UzACADEMIA ilmiy-uslubiy jurnali. www.academiascience.org/ Vol 1, ISSUE 6, December 2020 Part-1/ - Б. 89-95.*

27. Рамазонов Ж.Ж. Глобаллашув шароитида оилавий кадрятлар трансформациялашувининг ижтимоий психологик хусусиятлари. *//Илм-фан ва таълимнинг ривожланиш истиқболлари. www.openscience.uz Илмий конференция. 27- Апрель 2020 йил. - Б. 490-495.*

Автореферат “Дурдона” нашриётида таҳрирдан ўтказилди ва ўзбек, рус ҳамда инглиз тилларида матнлар мослиги текширилди.

Босишга рухсат этилди: 10.11.2022 йил. Бичими 60x84 ¹/₁₆, «Times New Roman» гарнитурда рақамли босма усулида босилди.
Шартли босма табоғи 3,2 Адади: 100 нусха. Буюртма №586.

Гувоҳнома АИ №178. 08.12.2010.
“Садриддин Салим Бухорий” МЧЖ босмаҳонасида чоп этилди.
Бухоро шаҳри, М.Иқбол кўчаси, 11-уй. Тел.:65 221-26-45

