



BO‘LAJAK JISMONIY TARBIYA O‘QITUVCHILARINING SHAXSIY-KREATIV KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI

Soliyeva Shoira Abdurashitovna
ADPI Jismoniy madaniyat fakulteti dotsenti

Annotatsiya. Maqolada bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida shaxsiy-kreativ kompetensiyani rivojlantirishga ta‘sir etuvchi psixologik omillar tahlil qilingan. Ichki motivatsiya, kasbiy o‘ziga ishonch (self-efficacy), tafakkur moslashuvchanligi, hissiy barqarorlik, tavakkalchilikka moyillik va kasbiy refleksiya kabi omillarning shaxsiy-kreativ kompetensiya tarkibiy qismlari bilan o‘zaro bog‘liqligi yoritilgan. O‘tkazilgan tajriba-sinov ishlari natijalari asosida ushbu omillarni maqsadli rivojlantirishning pedagogik-psixologik yo‘llari asoslangan.

Kalit so‘zlar: shaxsiy-kreativ kompetensiya, psixologik omil, ichki motivatsiya, kasbiy o‘ziga ishonch, tafakkur moslashuvchanligi, hissiy barqarorlik, refleksiya, jismoniy tarbiya o‘qituvchisi.

Bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchisining kasbiy shakllanishi nafaqat nazariy-metodik bilim, balki uning shaxsiy-psixologik xususiyatlari bilan ham chambarchas bog‘liq. Shaxsiy-kreativ kompetensiya — bu talabaning kasbiy vaziyatlarda o‘zini ijodiy namoyon eta olish, yangi g‘oyalarni generatsiya qilish va ularni amaliyotga tatbiq etish qobiliyatlarini birlashtiruvchi integral sifat hisoblanadi. Ushbu kompetensiyaning rivojlanish darajasi ko‘p jihatdan talabaning ichki psixologik resurslariga — uning motivatsiyasi, o‘ziga bo‘lgan ishonchi, hissiy holati va tafakkur uslubiga bog‘liq. Shu bois shaxsiy-kreativ kompetensiyani samarali rivojlantirish uchun, avvalo, uni belgilovchi psixologik omillarni ilmiy jihatdan aniqlash va tizimlashtirish zarur.

Muammoning dolzarbligi shundan iboratki, ko‘pincha oliy ta‘lim amaliyotida kreativlikni rivojlantirishga faqat metodik-texnologik nuqtai nazardan yondashiladi, talabaning ichki psixologik holati, motivatsion-emotsional sohasi esa e‘tibordan chetda qoladi. Natijada tashkil etilgan pedagogik tadbirlar kutilgan samarani bermasligi mumkin, chunki tashqi metodik ta‘sir talabaning ichki psixologik tayyorligi bilan mos kelmaydi.

Ushbu maqolaning maqsadi — bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarida shaxsiy-kreativ kompetensiyani rivojlantirishga ta‘sir etuvchi asosiy psixologik omillarni nazariy jihatdan asoslash hamda ularning amaliy rivojlanish dinamikasini tajriba-sinov ishlari orqali tekshirishdan iborat. Tadqiqot vazifalari: shaxsiy-kreativ kompetensiya tushunchasining

mohiyatini ochib berish; uni belgilovchi psixologik omillarni aniqlash va tavsiflash; ushbu omillarning kasbiy faoliyatga ta'sirini asoslash; tajriba-sinov ishlari natijalarini tahlil qilib, amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

I BOB. MUAMMONING NAZARIY-PSIXOLOGIK ASOSLARI

1.1. Shaxsiy-kreativ kompetensiya tushunchasining mohiyati

Shaxsiy-kreativ kompetensiya — shaxsning kasbiy faoliyatida ijodiy fikrlash, nostandart yechimlar topish va o'z g'oyalarini amaliyotga tatbiq eta olish qobiliyatlarini o'zida mujassamlashtirgan murakkab psixologik-pedagogik hodisadir. D. Bogoyavlenskaya ta'kidlashicha, kreativlik shaxsning intellektual faolligi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, u faqat aql-idrok darajasi bilan emas, balki shaxsning motivatsion-hissiy tuzilishi bilan ham belgilanadi [1]. Bu esa shaxsiy-kreativ kompetensiyani shakllantirishda sof kognitiv omillar bilan bir qatorda psixologik omillarning ham hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi.

Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchisi kontekstida shaxsiy-kreativ kompetensiya uch tarkibiy qismni o'z ichiga oladi: motivatsion-qadriyat qismi (kreativlikka bo'lgan ichki intilish), operatsional-faoliyat qismi (ijodiy g'oyalarni amalga oshirish ko'nikmalari) va refleksiv-baholovchi qism (o'z faoliyatini tahlil qilish va takomillashtirish qobiliyati) [2; 3]. Ushbu tarkibiy qismlarning har biri muayyan psixologik omillar ta'sirida shakllanadi va rivojlanadi.

1.2. Shaxsiy-kreativ kompetensiyani belgilovchi asosiy psixologik omillar

Ilmiy-psixologik adabiyotlar tahlili shaxsiy-kreativ kompetensiyaning rivojlanishiga ta'sir etuvchi bir qator muhim psixologik omillarni ajratib ko'rsatishga imkon beradi.

Ichki motivatsiya. T. Amabile tadqiqotlarida ko'rsatilganidek, kreativlik tashqi majburlash emas, balki faoliyatning o'ziga bo'lgan qiziqish va ichki qoniqish natijasida yuzaga keladi [4]. Talaba mashg'ulot loyihalashtirish yoki pedagogik vaziyatni yechishni tashqi talab sifatida emas, balki qiziqarli intellektual chaqiriq sifatida qabul qilganda, uning ijodiy faolligi sezilarli darajada ortadi. Shu sababli oliy ta'lim jarayonida talabaning ichki motivatsiyasini rag'batlantiruvchi shart-sharoitlarni yaratish muhim ahamiyat kasb etadi.

Kasbiy o'ziga ishonch (self-efficacy). A. Banduraning o'z-o'zini samarali his qilish nazariyasiga ko'ra, shaxsning muayyan faoliyatni muvaffaqiyatli bajara olishiga bo'lgan ishonchi uning haqiqiy natijalariga bevosita ta'sir ko'rsatadi [5]. Talaba o'z pedagogik-ijodiy imkoniyatlariga ishonmasa, u hatto potentsial jihatdan original g'oyaga ega bo'lsa-da, uni amalga oshirishdan tortinadi. Aksincha, yuqori kasbiy o'ziga ishonchga ega talaba nostandart yechimlarni jasorat bilan taklif etadi va ularni amaliyotda sinab ko'rishga tayyor bo'ladi.

Tafakkur moslashuvchanligi. Divergent tafakkurning muhim ko'rsatkichlaridan biri bo'lgan moslashuvchanlik — bir muammoga turli nuqtai nazardan yondasha olish, qotib qolgan andozalardan voz kecha olish qobiliyatidir [6]. Bu omil talabaga notanish pedagogik vaziyatlarda tezkor va moslashuvchan qarorlar qabul qilish imkonini beradi, bu esa jismoniy tarbiya darslarining dinamik xarakteri uchun ayniqsa muhimdir.

Hissiy barqarorlik. Ijodiy faoliyat ko'pincha noaniqlik va muvaffaqiyatsizlik xavfi bilan bog'liq bo'ladi. Hissiy jihatdan barqaror talaba noqulay vaziyatlarda ham xotirjamligini saqlab,

ijodiy izlanishni davom ettira oladi, hissiy beqaror talaba esa kichik muvaffaqiyatsizlikdan so'ng ijodiy faoliyatdan voz kechishga moyil bo'ladi [7].

Tavakkalchilikka moyillik. R. Sternberg va T. Lubart ta'kidlashicha, kreativ shaxslar o'rtacha darajadagi, hisoblangan tavakkalni bo'yniga olishga tayyor bo'ladi — ular na haddan tashqari ehtiyotkor, na beparvo yondashuvni tanlaydi [8]. Bo'lajak o'qituvchida ushbu sifatning shakllanishi unga yangi, sinalmagan metodlarni mashg'ulotga tatbiq etishda ichki to'siqlarni yengib o'tishga yordam beradi.

Kasbiy refleksiya. O'z faoliyatini tahlil qilish, undagi kuchli va zaif jihatlarni aniqlash, muqobil yechimlarni izlash qobiliyati sifatida refleksiya shaxsiy-kreativ kompetensiyaning uzluksiz rivojlanishini ta'minlaydi [3; 9]. Refleksiv qobiliyatga ega talaba har bir pedagogik tajribadan saboq chiqarib, o'z ijodiy salohiyatini izchil takomillashtirib boradi.

1.3. Psixologik omillarning o'zaro bog'liqligi va kasbiy faoliyatga ta'siri

Yuqorida sanab o'tilgan psixologik omillar bir-biridan mustaqil emas, balki o'zaro uzviy bog'liq tizim sifatida namoyon bo'ladi. Masalan, yuqori kasbiy o'ziga ishonchga ega talabada, odatda, tavakkalchilikka moyillik ham yuqori bo'ladi, chunki u muvaffaqiyatsizlik xavfidan unchalik qo'rqmaydi. Shu bilan birga, ichki motivatsiya darajasi yuqori bo'lgan talaba refleksiv faoliyatga ham faolroq jalb bo'ladi, chunki u o'z faoliyatini tahlil qilishni tashqi majburlash emas, balki shaxsiy rivojlanish vositasi sifatida qabul qiladi.

Ushbu psixologik omillarning majmuaviy rivojlanishi bo'lajak o'qituvchining kelajakdagi kasbiy faoliyatida quyidagi jihatlarda namoyon bo'ladi: notanish pedagogik vaziyatlarga tezkor moslashish, o'quvchilar bilan ijobiy va ishonchli muloqot o'rnatish, mashg'ulotlarni doimiy yangilab borish, kasbiy qiyinchiliklarga barqaror munosabat bildirish. Shu sababli oliy ta'lim jarayonida nafaqat metodik, balki psixologik ta'sir vositalarini ham maqsadli qo'llash zarurati yuzaga keladi.

1.4. Psixologik omillarni rivojlantirishga to'sqinlik qiluvchi ichki va tashqi shart-sharoitlar

Shaxsiy-kreativ kompetensiyaga tegishli psixologik omillarning rivojlanishiga bir qator ichki va tashqi omillar to'sqinlik qilishi mumkin. Ichki omillar qatoriga talabaning xato qilishdan qo'rqishi, o'z g'oyasini past baholashi, muvaffaqiyatsiz tajribadan so'ng ijodiy faoliyatdan uzoqlashishga moyilligi kiradi. Tashqi omillar esa ta'lim muhitining haddan tashqari qat'iy nazorat va baholash tizimiga asoslanganligi, professor-o'qituvchilar tomonidan talabaning ijodiy tashabbusiga nisbatan tanqidiy, rag'batlantirmaydigan munosabatni o'z ichiga oladi [1; 5].

Amaliyot shuni ko'rsatadiki, talaba o'zining psixologik holatini anglamasdan turib, faqat metodik ko'rsatmalar asosida kreativ faoliyatga jalb qilinishi barqaror natija bermaydi. Shu bois oliy ta'lim jarayonida talabaning o'z-o'zini anglashi, o'z kuchli va zaif tomonlarini bilishi uchun maxsus psixologik-pedagogik ish olib borilishi lozim. Bunday ishning natijasi sifatida talabada nafaqat kreativlik ko'rsatkichlari, balki umuman kasbiy shaxs sifatidagi barqarorlik ham oshadi.

II BOB. TADQIQOT METODOLOGIYASI

2.1. Tadqiqotning tashkil etilishi

Tadqiqot jismoniy tarbiya yo'nalishida ta'lim olayotgan talabalar ishtirokida ikki bosqichda — aniqlovchi va shakllantiruvchi bosqichlarda tashkil etildi. Aniqlovchi bosqichda talabalarning ichki motivatsiya, kasbiy o'ziga ishonch, hissiy barqarorlik va tavakkalchilikka moyillik darajalari psixologik so'rovnoma hamda moslashtirilgan test topshiriqlari yordamida baholandi. Shakllantiruvchi bosqichda esa aniqlangan psixologik omillarni maqsadli rivojlantirishga qaratilgan maxsus mashg'ulotlar tizimi joriy etildi.

2.2. Tadqiqot metodlari va mezonlari

Tadqiqotda quyidagi metodlardan foydalanildi: ilmiy-nazariy adabiyotlarni tahlil qilish, psixologik so'rovnoma va anketa o'tkazish, pedagogik kuzatuv, tajriba-sinov ishlari, matematik-statistik tahlil. Har bir psixologik omil (ichki motivatsiya, kasbiy o'ziga ishonch, tafakkur moslashuvchanligi, hissiy barqarorlik, tavakkalchilikka moyillik, refleksiya) 5 ballik shkala asosida baholandi, so'ngra umumlashtirilgan shaxsiy-kreativ tayyorgarlik indeksi hisoblab chiqildi. Natijalarning statistik ishonchliligi Styudent t-mezone yordamida tekshirildi.

III BOB. NATIJALAR VA ULARNING MUHOKAMASI

3.1. Aniqlovchi bosqich natijalari

Dastlabki diagnostika natijalari ko'plab talabalarda ichki motivatsiya va kasbiy o'ziga ishonch ko'rsatkichlari o'rtacha yoki undan past darajada ekanligini ko'rsatdi. Ayniqsa, talabalarning katta qismi o'z pedagogik-ijodiy g'oyalarini boshqalar oldida taqdim etishdan tortinishi, bu esa ularda kasbiy o'ziga ishonchning yetarli shakllanmaganligidan dalolat berishi aniqlandi. Shuningdek, talabalarning katta qismida tavakkalchilikka moyillik past darajada bo'lib, ular tanish, sinalgan yechimlarni afzal ko'rishga moyil ekanligi kuzatildi.

3.2. Shakllantiruvchi bosqichda qo'llanilgan psixologik-pedagogik yondashuvlar

Tajriba guruhida psixologik omillarni rivojlantirish maqsadida quyidagi ishlar amalga oshirildi: talabalarning kichik muvaffaqiyatlarini muntazam va aniq rag'batlantirish orqali kasbiy o'ziga ishonchni mustahkamlash; xavfsiz, xolis muhitda g'oyalarni ochiq taklif etish imkoniyatini yaratish orqali tavakkalchilikka moyillikni oshirish; har bir amaliy mashg'ulotdan so'ng qisqa refleksiv suhbatlar tashkil etish orqali refleksiv qobiliyatni rivojlantirish; talabaning shaxsiy qiziqishlariga mos topshiriqlar berish orqali ichki motivatsiyani kuchaytirish.

3.3. Yakuniy natijalar va muhokama

Tajriba-sinov ishlari yakunida o'tkazilgan qayta diagnostika natijalari tajriba guruhida barcha psixologik ko'rsatkichlar bo'yicha, ayniqsa kasbiy o'ziga ishonch va tavakkalchilikka moyillik bo'yicha sezilarli ijobiy dinamika ko'rsatdi. Umumlashtirilgan shaxsiy-kreativ tayyorgarlik indeksi tajriba guruhida boshlang'ich bosqichga nisbatan sezilarli darajada oshgani, nazorat guruhida esa o'sish nisbatan past bo'lganligi aniqlandi. Styudent t-mezone yordamida o'tkazilgan tekshiruv farqning statistik jihatdan ishonchli ekanligini tasdiqladi ($p < 0,05$).

1-jadval. Psixologik omillarning aniqlovchi va yakuniy bosqichlardagi dinamikasi (5 ballik shkala bo'yicha o'rtacha qiymat)

Psixologik omil	Tajriba guruhi (boshlang'ich)	Tajriba guruhi (yakuniy)	Nazorat guruhi (boshlang'ich)	Nazorat guruhi (yakuniy)
-----------------	----------------------------------	-----------------------------	----------------------------------	-----------------------------

Ichki motivatsiya	2,5	3,8	2,6	2,9
Kasbiy o'ziga ishonch	2,2	3,9	2,3	2,7
Tafakkur moslashuvchanligi	2,4	3,6	2,5	2,8
Hissiy barqarorlik	2,6	3,5	2,6	2,8
Tavakkalchilikka moyillik	2,1	3,7	2,2	2,5
Kasbiy refleksiya	2,3	3,7	2,4	2,7
Umumiy indeks	2,35	3,70	2,43	2,73

Jadvaldan ko'rinib turibdiki, tajriba guruhida barcha psixologik ko'rsatkichlar bo'yicha sezilarli o'sish qayd etildi, umumiy indeks 2,35 balldan 3,70 ballgacha, ya'ni taxminan 57 foizga oshdi. Eng sezilarli o'sish kasbiy o'ziga ishonch va tavakkalchilikka moyillik ko'rsatkichlari bo'yicha kuzatildi, bu esa maxsus tashkil etilgan rag'batlantirish va xavfsiz ijodiy muhitning ushbu omillarga bevosita ijobiy ta'sir ko'rsatganligini tasdiqlaydi. Nazorat guruhida esa o'sish nisbatan sust bo'lib, umumiy indeks 2,43 balldan 2,73 ballgacha, ya'ni taxminan 12 foizga oshdi.

Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, shaxsiy-kreativ kompetensiyani rivojlantirish faqat metodik vositalar orqali emas, balki talabaning psixologik holatiga — uning ichki motivatsiyasi, o'ziga ishonchi va hissiy barqarorligiga maqsadli ta'sir ko'rsatish orqali ham amalga oshirilishi kerak. Psixologik omillarga yo'naltirilgan pedagogik ta'sir talabalarda nafaqat ijodiy ko'nikmalarni, balki ularning kasbiy shaxs sifatida barqaror rivojlanishini ham ta'minlaydi.

XULOSA

O'tkazilgan tadqiqot natijalariga asoslanib, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida shaxsiy-kreativ kompetensiyani rivojlantirish ichki motivatsiya, kasbiy o'ziga ishonch, tafakkur moslashuvchanligi, hissiy barqarorlik, tavakkalchilikka moyillik va kasbiy refleksiya kabi psixologik omillarning majmuaviy rivojlanishiga bevosita bog'liq ekanligi xulosa qilindi. Ushbu omillarni e'tiborga olmasdan tashkil etilgan pedagogik-metodik ta'sir kutilgan samarani bermasligi mumkin.

Amaliy tavsiya sifatida quyidagilar taklif etiladi: oliy ta'lim jarayonida talabalarning psixologik holatini muntazam diagnostika qilib borish; kasbiy o'ziga ishonchni mustahkamlovchi rag'batlantirish tizimini joriy etish; talabalarga xavfsiz, xato qilishdan qo'rqmaydigan ijodiy muhit yaratish; har bir amaliy mashg'ulotdan so'ng refleksiv tahlil elementlarini kiritish; talabalarning ichki qiziqishlariga mos individual topshiriqlar tizimini ishlab chiqish. Kelgusi tadqiqotlarda ushbu psixologik omillarning har birining shaxsiy-kreativ kompetensiya rivojlanishiga qo'shgan nisbiy hissasini miqdoriy jihatdan aniqlash istiqbolli yo'nalish bo'lishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Bogoyavlenskaya D.B. Psixologiya tvorcheskix sposobnostey. — Moskva: Akademiya, 2002.
2. Xolmatova M. Bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy-ijodiy kompetentsiyani shakllantirish. — Toshkent: TDPU nashriyoti, 2019.
3. Davletshin M.G. Pedagogik psixologiya. — Toshkent: O'qituvchi, 2002.
4. Amabile T.M. Creativity in Context. — Boulder: Westview Press, 1996.
5. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. — New York: W.H. Freeman, 1997.
6. Guilford J.P. The Nature of Human Intelligence. — New York: McGraw-Hill, 1967.
7. Goleman D. Emotional Intelligence. — New York: Bantam Books, 1995.
8. Sternberg R.J., Lubart T.I. Defying the Crowd: Cultivating Creativity in a Culture of Conformity. — New York: Free Press, 1995.
9. Vygotsky L.S. Voobrazhenie i tvorchestvo v detskom vozraste. — Moskva: Prosveshchenie, 1991.
10. Torrance E.P. Guiding Creative Talent. — Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1962.
11. Druzhinin V.N. Psixologiya obshchix sposobnostey. — Sankt-Peterburg: Piter, 1999.
12. Tolipov O'.Q., Usmonboyeva M. Pedagogik texnologiyalarning tatbiqiy asoslari. — Toshkent: Fan, 2006.
13. Xolodov J.K., Kuznetsov V.S. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta. — Moskva: Akademiya, 2000.
14. G'ozieva D.A. Yosh davrlari psixologiyasi. — Toshkent: Universitet, 2008.
15. O'zbekiston Respublikasining “Ta'lim to'g'risida”gi Qonuni. — Toshkent, 2020.
16. Deci E.L., Ryan R.M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. — New York: Plenum Press, 1985.
17. Raxmonov B.R. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. — Toshkent: Ilm-Ziyo, 2015.