

MOTIVATSIYA VA MOTIVLATNI O'RGANISH METODLARI

Dauletova Go'zal Muratbayevna

Berdaq nomidagi Qoraqalpoq Davlat Universiteti,
Pedagogika psixologiya kafedrası o'qituvchisi.

Nasiratdinova Muxlisa Tazabay qizi

Berdaq nomidagi Qoraqalpoq Davlat Universiteti,
Pedagogika psixologiya kafedrası Amaliy psixologiya 2-kurs talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14435622>

Annotatsiya. Motivatsiya - bu maqsadga erishish uchun ichki va tashqi omillar orqali kishining harakatga kelishi. Bu insonning o'z istaklari, ehtiyojlari va maqsadlariga erishish uchun energiya va kuch beruvchi jarayon.

Kalit so'zlar: motivatsiya, motiv, motivatsion ruh, harakat, omad, ishonch.

METHODS OF STUDYING MOTIVATION AND MOTIVES

Abstract. Motivation is a person's motivation to achieve a goal through internal and external factors. This is a process that gives energy and strength to a person to achieve his desires, needs and goals.

Key words: motivation, motive, motivational spirit, action, luck, confidence.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ МОТИВАЦИИ И МОТИВАЦИИ

Аннотация. Мотивация – это мотивация человека к достижению цели посредством внутренних и внешних факторов. Это процесс, который дает энергию и силы человеку для достижения своих желаний, потребностей и целей.

Ключевые слова: мотивация, мотив, мотивационный дух, действие, удача, уверенность.

Motivatsiya — bu insonni ma'lum maqsadlarga erishish uchun harakat qilishga undaydigan ichki yoki tashqi omillar yig'indisidir. Bu psixologiyada muhim tushuncha bo'lib, inson faoliyati va xulq-atvorining sabablarini tushuntiradi. Motivatsiya insonning qiziqishlari, ehtiyojlari va maqsadlariga bog'liq bo'ladi. Motivatsiyaning turlari:

1. Ichki motivatsiya: Insonning ichki qiziqishlari, shaxsiy maqsadlari va qoniqish hissi asosida shakllanadi. Masalan, bilim olishga bo'lgan qiziqish, yangi narsalarni o'rganishga intilish.

2. Tashqi motivatsiya: Tashqi mukofot yoki jazo bilan bog'liq. Masalan, pul mukofoti olish, boshqalarning maqtoviga sazovor bo'lish yoki jazodan qochish. Motivatsiyaga ta'sir qiluvchi omillar:

1. Ehtiyojlar: Maslowning ehtiyojlar iyerarxiyasiga ko'ra, insonning ehtiyojlari (fiziologik, xavfsizlik, ijtimoiy, hurmat, o'zini amalga oshirish) motivatsiyaning asosiy manbai hisoblanadi.

2. Maqsad: Oydin va erishish mumkin bo'lgan maqsadlar motivatsiyani oshiradi.

3. Qiziqishlar: Ish yoki faoliyatning inson qiziqishlariga mos kelishi motivatsiyani kuchaytiradi.

4. Atrof-muhit: Pozitiv va qo'llab-quvvatlovchi muhit motivatsiyani rag'batlantiradi.

Motivatsiyani oshirish usullari:

1. Aniq maqsad qo'yish: Maqsadni aniq va o'lchab bo'ladigan qilib belgilash kerak.

2. Ijobiy fikrlash: O'z kuchiga ishonish va muvaffaqiyatga erishish mumkinligiga ishonirish.

3.Kichik qadamlar: Yirik vazifalarni kichik bo'laklarga ajratib, ularni bosqichma-bosqich bajarish.

4.Muvaffaqiyatni nishonlash: Har bir yutuqni qadrlash va o'zingizni rag'batlantirish.

5.Raqobat va ilhom: Boshqalarning muvaffaqiyatlaridan o'rnak olish va ularga ergashish.

Motivatsiya inson hayotida muvaffaqiyatga erishishning asosiy omillaridan biri bo'lib, u insonni rivojlanishga, yangi cho'qqilarni zabt etishga va o'z orzularini amalga oshirishga undaydi.Motiv (lotincha "motivus" – harakatlantiruvchi so'zidan kelib chiqqan) – insonni ma'lum bir faoliyat yoki xatti-harakatga undovchi ichki omil yoki sabab. Motivlar shaxsning ehtiyojlari, qiziqishlari, maqsadlari va qadriyatlariga asoslanadi. Ular odamning ichki dunyosidagi muayyan ehtiyojlarni qondirishga yo'naltirilgan psixologik kuchdir.

Motivlarning asosiy xususiyatlari:

1.Ehtiyojlar bilan bog'liqlik: Motivlar ehtiyojlarning qondirilishiga yo'naltirilgan bo'ladi. Masalan, ochlik hissi oziq-ovqat izlashga sabab bo'ladi.

2.Maqsadga yo'naltirilganlik: Motiv har doim muayyan maqsadga erishish uchun harakatni rag'batlantiradi.

3.Barqarorlik yoki o'zgaruvchanlik: Ayrim motivlar barqaror (masalan,yashash uchun zarur bo'lgan ehtiyojlar), boshqalari esa vaziyatga qarab o'zgaruvchan bo'lishi mumkin (masalan, qiziqishlar).

4.Motivatsiya: Motivlarni ishga tushiruvchi jarayon motivatsiya deb ataladi.

Bu jarayon insonni biror ishni bajarishga undaydi. Motivlarning turlari:

1.Ichki motivlar: Qiziqish Maqsadga intilish Qoniqish olish istagi

2.Tashqi motivlar: Mukofot olish Jazodan qochish Jamiyatdagi obro' yoki maqom Motivlarning psixologiyadagi o'rni:

Motiv psixologiyada inson xulq-atvorini tushuntiruvchi muhim omillardan biri hisoblanadi.

Shaxs rivojlanishi, o'zini anglash, o'zini boshqarish va maqsad sari intilishda motivlar yetakchi rol o'ynaydi. Misol uchun: Talabaning yaxshi o'qish istagi (motiv) – yaxshi ish topish (maqsad) uchun harakat qilishi. Sportchining muvaffaqiyatga erishish uchun shug'ullanishi – kuchli ichki motivatsiyaning ko'rinishi. Motivlarni o'rganish psixologiya, pedagogika va menejment sohalarida muhim ahamiyatga ega. Motivatsiyani o'rganish shaxsning xulq-atvorini, faoliyatga bo'lgan qiziqishini va maqsadlarga erishish sabablarini chuqurroq tushunishga yordam beradi. Quyida motivlarni o'rganishning asosiy metodlari keltirilgan:

1. Kuzatish: Motivatsiya jarayonlarini bevosita real sharoitlarda tahlil qilish uchun qo'llaniladi. Masalan, ishchilarning mehnat faoliyatida qanday holatlarda ko'proq samarali ishlashini aniqlash. Afzalliklari: Real vaqt rejimida ma'lumot yig'ish imkoniyati.

Kamchiliklari: Ob'ektivlikni ta'minlash qiyin, chunki odamlar o'zlarini kuzatilayotganini bilishsa, tabiiy xatti-harakatlardan chetga chiqishi mumkin.

2.Suhbat: Motivlarni o'rganish uchun sub'ekt bilan bevosita suhbat tashkil etiladi. Savollar ochiq yoki yopiq bo'lishi mumkin.

Afzalliklari: Sub'ektning ichki fikrlarini va hissiyotlarini aniqlash imkoniyati.

Kamchiliklari: Sub'ekt javoblarida samimiy bo'lmasligi mumkin.

3. So'rovnomalar va testlar: Maxsus ishlab chiqilgan anketalar va psixologik testlar yordamida motivatsiya sabablari o'rganiladi. Masalan, Maslowning ehtiyojlar ierarxiyasi yoki McClellandning motivatsiya nazariyasi asosida ishlab chiqilgan testlar.

Afzalliklari: Ko'p sonli respondentlardan ma'lumot yig'ish imkoniyati.

Kamchiliklari: Savollarning noto'g'ri tuzilishi noto'g'ri natijalarga olib kelishi mumkin.

4. Eksperiment: Motivatsiyaga ta'sir qiluvchi omillarni o'rganish uchun maxsus sharoitlar yaratilib, sub'ektlarning xatti-harakati tahlil qilinadi. Masalan, rag'batlantirish yoki jazolash usullarining samarasini o'rganish. Nazorat qilinadigan sharoitlarda o'zgaruvchilarni baholash imkoniyati.

Kamchiliklari: Real hayot sharoitlaridan uzoqligi sababli natijalar har doim ham amaliy bo'lmasligi mumkin.

5. Dokumentlarni tahlil qilish. Shaxsning kundaliklari, hisobotlari, yoki boshqa yozma materiallari tahlil qilinadi. Motivatsiyani bilvosita o'rganish imkoniyati. Kamchiliklari: Faqat mavjud yozuvlarga bog'liq bo'lish.

6. Proektiv metodlar: Shaxsning ichki motivlarini bilish uchun rasm, hikoya yoki vaziyatlarga nisbatan munosabatlari tahlil qilinadi. Masalan, TAT (Thematic Apperception Test) kabi testlardan foydalaniladi. Sub'ekt motivlarini chuqurroq tushunish. Kamchiliklari: Natijalarni interpretatsiya qilishda sub'ektivlik ehtimoli yuqori.

7. Fiziologik metodlar: Shaxsning motivatsiyasi jismoniy ko'rsatkichlar (yurak urish tezligi, miya faoliyati, ko'z harakati va boshqalar) orqali o'rganiladi. Xulq-atvordagi o'zgarishlarni ob'ektiv baholash. Kamchiliklari: Maxsus uskunalar va bilimlarni talab qiladi.

8. Guruh muhokamalari: Motivatsiyani o'rganish uchun kichik guruhlar tashkil qilinadi va umumiy mavzular bo'yicha muhokamalar o'tkaziladi. Guruh ichidagi dinamikani va umumiy motivatsiya omillarini aniqlash. Kamchiliklari: Har bir individning alohida motivlarini tahlil qilish qiyin.

XULOSA

Motivatsiya va motivlarni o'rganish inson faoliyati, qiziqishlari va maqsadlarini chuqur tushunish uchun muhim ahamiyatga ega. Ular inson xulq-atvorining asosiy harakatlantiruvchi kuchlari bo'lib, shaxsning qaror qabul qilish jarayonlari va faoliyatining natijalariga ta'sir ko'rsatadi. Motivatsiya va motivlarni o'rganish insonning individual va ijtimoiy xatti-harakatlarini tushunish, boshqarish va yaxshilashda muhimdir. Har bir metodning o'ziga xos afzalliklari va kamchiliklari bo'lib, ularni birgalikda qo'llash yanada samarali natijalar beradi.

Shu bilan birga, shaxsning individual xususiyatlari, ijtimoiy muhit va ehtiyojlarni inobatga olish muhim ahamiyatga ega.

REFERENCES

1. Go'zal D., Gulsevar J. OILADA O'SMIRLAR TARBIYASI //THEORY AND ANALYTICAL ASPECTS OF RECENT RESEARCH. – 2023. – T. 2. – №. 19. – C. 41-44.
2. Dauletova G. M. MOSLASHISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK SIFATLARI //Педагогика и психология в современном мире: теоретические и практические исследования. – 2023. – Т. 2. – №. 14. – С. 37-40.

3. Go'zal D. O. 'SMIRLAR ORGANIZMIDA RO'Y BERADIGAN O'ZGARISHLAR //THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY. – 2023. – T. 1. – №. 6. – С. 50-55.
4. Muratbayevna, Dauletova Gozal, and Madaminova Nargiza Qurbanbayevna. "BOLANING RIVOJLANISH DAVRI PSIXOLOGIYASI." *Scientific Impulse* 1.1 (2022): 33-35.
5. Dauletova, G. M. "Personality development in adolescence." *Science and Education in Karakalpakstan* 114 (2023).
6. Даулетова, Г. (2023). ЎСМИРЛИК ЁШИДА ШАХСНИНГ РИВОЖЛАНИШИ. Журнал «Вестник физической культуры и спорта» Нукусского филиала Узбекского государственного университета физической культуры и спорта, 1(1), 102–105. извлечено от <https://science.uzdjtsunf.uz/index.php/science/article/view/194>
7. Dauletova, G. M. "O'SMIRLIK YOSHDAGI PSIXOLOGIK O'ZGARISHLAR." *ХАБАРИШЫСЫ* 3 (2022): 81.
8. McClelland, D. C. (1987). *Human Motivation*.
9. Herzberg, F. (1968). *One More Time: How Do You Motivate Employees?*
10. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Atkinson, J. W. (1964). *An Introduction to Motivation*.
11. Maslow, A. H. (1943). *A Theory of Human Motivation*.
12. Brian Tracy – "Maqsadga yo'l: O'zingizga yo'l toping va muvaffaqiyatga erishing"