

OLIY TA'LIMDA TALABALARNING SUSTKASHLIGIGA TA'SIR QILUVCHI OMILLAR: PSIXOLOGIK VA IJTIMOIIY JIHATLAR

Salimova Sevara Xidirbay qizi

Samarqand davlat chet tillari instituti

Ingliz tili fakulteti

2301-kurs talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqola oliy ta'lim muassasalaridagi talabalarning sustkashligiga ta'sir qiluvchi asosiy omillarni aniqlashga qaratilgan. Tadqiqot doirasida talabalarning vazifalarni kechiktirishga olib keluvchi psixologik va ijtimoiy jihatlar tahlil qilinadi. Psixologik omillar sifatida charchoq, haddan ziyod bosim va motivatsiya yetishmasligi kabi sabablar ko'rib chiqiladi. Ijtimoiy jihatlar esa atrof-muhitning ta'siri bilan bog'liq masalalarni o'z ichiga oladi.

Kalit so'zlar: motivatsiya, prokrastinatsiya, qo'rquv, psixologik sabab, ijtimoiy sabab, stress, perfektsionizm, akademik muvaffaqiyat, bosim.

FACTORS AFFECTING STUDENTS' PROCRASTINATION IN HIGHER EDUCATION: PSYCHOLOGICAL AND SOCIAL ASPECTS

Salimova Sevara Xidirbay qizi

Student of SamSIFL

Faculty of English

group 2301

Abstract: This article is aimed at identifying the main factors that affect student laziness in higher education institutions. In the framework of the study, the psychological and social aspects that lead to the procrastination of students' tasks are analyzed. Psychological factors include fatigue, excessive pressure, and lack of motivation. Social aspects include issues related to the impact of the environment.

Keywords: motivation, procrastination, fear, psychological cause, social cause, stress, perfectionism, academic success, pressure.

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ПРОКРАСТИНАЦИЮ СТУДЕНТОВ В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ

Салимова Севара Хидирбай кизи

Студентка СамГИИЯ

Факультет английского языка

2301 курса

Аннотация: Данная статья направлена на выявление основных факторов, влияющих на снижение учебной активности студентов в высших учебных заведениях. В рамках исследования анализируются психологические и социальные аспекты, способствующие откладыванию выполнения учебных заданий. К психологическим факторам относятся усталость, чрезмерное давление и нехватка мотивации. Социальные аспекты охватывают влияние окружающей среды и межличностных отношений.

Ключевые слова: мотивация, отсрочка выполнения, страх, психологические причины, социальные причины, стресс, перфекционизм, академическая успеваемость, давление.

KIRISH

Oliy ta'lim muassasalarida so'nggi yillarda talabalar orasida sustkashlik — ya'ni, o'qituvchi tomonidan berilgan topshiriq va vazifalarga bee'tiborlik holatlari keng tarqalmoqda. Bu holat o'quv jarayonida talabalarning faolligini pasaytirib, ularning akademik muvaffaqiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Sustkashlik holatlari turli psixologik va ijtimoiy omillar bilan bog'liq bo'lib, bu omillarni aniqlash va tahlil qilish orqali unga qarshi samarali chora-tadbirlarni ishlab chiqish mumkin. Ushbu maqolada aynan shu masalaga e'tibor qaratilib, talabalar orasida kuzatilayotgan sustkashlikning asosiy sabablari, ya'ni stress, motivatsiyaning yetishmasligi, o'z-o'ziga past baho berish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlovning sustligi, moliyaviy qiyinchiliklar kabi omillar tahlil qilinadi. Shuningdek, maqolada real kuzatuv asosida olib borilgan tajriba orqali talabalar diqqatining pasayish sabablari ham yoritiladi.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Oliy ta'limda talabalarning sustkashligiga ta'sir qiluvchi psixologik va ijtimoiy omillar ko'plab tadqiqotchilar tomonidan o'rganilgan bo'lib, quyida ushbu mavzuga oid asosiy adabiyotlarni tahlil qilamiz.

Psixologik Omillar

Stress va Ruhiy Salomatlik: Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oliy ta'limda talabalar ko'p hollarda yuqori stress va ruhiy salomatlik bilan bog'liq muammolarga duch kelishadi.

Bu omillar o'quv jarayoniga bo'lgan qiziqishning pasayishiga va akademik natijalarning yomonlashishiga olib keladi [3]. Mashhur olim Lazarus va Folkman [6] stressning vaziyatli talqiniga e'tibor qaratib, talabalarning shaxsiy his-tuyg'ularini boshqarishdagi qiyinchiliklarini tahlil qilgan.

O'z-o'ziga Baholash va Motivatsiya Yetishmasligi: Bandura¹ tomonidan taklif qilingan o'z-o'ziga ishonch konsepsiyasi talabalarning sustkashligi bilan bevosita bog'liq. Past o'zini baholash va o'z-o'ziga ishonch yetishmasligi o'qishga bo'lgan munosabatni salbiy o'zgartiradi va sustkashlikni kuchaytiradi. Shuningdek, Deci va Ryan [4] tomonidan taklif qilingan o'zini o'zi motivatsiyalash nazariyasiga ko'ra, ichki motivatsiya yetishmovchiligi talabalarning o'qishga bo'lgan intilishlarini pasaytiradi.

Perfektsionizm va Uzoqni Ko'ra Olmaslik: Frost va boshqalar [5] o'z tadqiqotida perfektsionizm talabalarning vaqtida ish boshlay olmasliklariga sabab bo'lishini ko'rsatadi. Perfektsionizm talabalarning maqsadga erishishda juda yuqori talablar qo'yishiga olib keladi, natijada ular tez-tez ishni kechiktiradi. Shuningdek, vaqtni boshqarish qobiliyati past bo'lgan talabalar ham ko'p hollarda akademik sustkashlikni boshdan kechiradi [8]

Ijtimoiy Omillar

Oilaviy Qo'llab-quvvatlash: Oilaning ta'limdagi o'rni talabalarning akademik muvaffaqiyatiga katta ta'sir ko'rsatadi [2]. Oiladan yetarlicha qo'llab-quvvatlov olmagan talabalar ruhiy jihatdan bosimni ko'proq his qilishi va bu esa ularning motivatsiyasi va o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytirishi mumkin.

Moliyaviy Qiyinchiliklar: Moliyaviy muammolar talabalarning o'qishga bo'lgan qiziqish va diqqatini pasaytiradi [7]. Moliyaviy yordam yoki grantlardan foydalana olmagan talabalar ko'proq stress va qiyinchiliklarga duch kelishadi, bu esa ularning o'qishga bo'lgan diqqatini susaytiradi.

¹

Universitet Muhiti va Ijtimoiy Qo'llab-quvvatlash: Ijtimoiy jihatdan qo'llab-quvvatlanish, xususan, universitetdagi tengdoshlari va o'qituvchilardan ijobiy munosabat ko'rish talabalarning akademik muvaffaqiyatiga katta ijobiy ta'sir ko'rsatadi [9]. Universitetning ijtimoiy muhiti va o'qituvchi-talaba munosabatlari sustkashlikni oldini olish uchun muhim omillardan biri hisoblanadi.

METODOLOGIYA

Ushbu tadqiqotda Samarqand davlat chet tillari instituti Ingliz tili fakulteti Xorijiy til va adabiyot 2-bosqich 2301-2302-2303-guruh talabalarining ilmiy ish asoslari fanida talabalarning bee'tiborligiga sabab bo'luvchi omillar o'rganib chiqildi. Bunda o'qituvchi Saliyeva Z.Z tomonidan "Ilmiy tadqiqot ishi uchun mavzu tanlash" mavzusida ma'ruza o'tildi. Ma'ruza avvalida o'qituvchi talabalardan sustkashlikka nimalar sabab bo'lishi haqida fikrlarini bayon qilishni so'radi. Talabalar turlicha javob berishdi. Masalan, biri motivatsiyaning yetishmasligi, boshqasi qilinadigan vazifalarning ko'pligi sustkashlikka yetaklashi haqida, yana biri qo'rquv deb javob berdi va ma'ruza so'nggida o'qituvchi tomonidan mavzuga bog'liq bo'lgan video materialni talabalarga taqdim etildi. Taxminan 15 daqiqa davom etgan videoning bir qismini talabalar o'qituvchi bilan birga ko'rishdi. Bu vaqt davomida deyarli barcha talabalar videoni diqqat bilan tomosha qilishdi. Ma'lum vaqtdan keyin o'qituvchi auditoriyani tark etdi va video tugagandan so'ng sinfga qaytib kirdi. Shunisi ajablanarliki, o'qituvchi auditoriyani tark qilgandan so'ng 90% talabalar boshqa ishlarga (ijtimoiy tarmoqlarga, yonidagi sheriklari bilan suhbatlashishga) berilib ketishdi. O'qituvchi qaytib kelib videoning mazmuni haqida so'raganida esa juda kam sonli talabalar o'z fikrlarini aytib bera olishdi.

NATIJALAR

Tadqiqot davomida Samarqand davlat chet tillari instituti talabalarining dars jarayonida topshiriqlarga nisbatan e'tibor darajasi va bunga ta'sir qiluvchi omillar kuzatildi. O'qituvchi tomonidan "Ilmiy tadqiqot ishi uchun mavzu tanlash" mavzusi asosida olib borilgan ma'ruza jarayonida talabalar sustkashlikka sabab bo'ladigan omillar haqida fikr bildirishdi. Ularning javoblarida motivatsiya yetishmasligi, topshiriqlar ko'pligi, qo'rquv va bosim kabi sabablar qayd etildi. Shuningdek, mashg'ulot davomida videomaterial tomosha qilinayotganda o'qituvchi qisqa muddatga auditoriyani tark etdi va bu oraliqda talabalarning aksariyati diqqatini yo'qotgani kuzatildi. O'qituvchi qaytib kelganidan so'ng videoning mazmuni haqida savol berganida, faqat kam sonli talabalar javob bera oldi.

Ushbu kuzatuv asosida quyidagi natijalar aniqlandi:

1. Talabalar o'zlari qayd etgan omillar — motivatsiya yetishmovchiligi, bosim ostida ishlash, chalg'ituvchi omillar — sustkashlikning psixologik sabablari sifatida amalda ham namoyon bo'lmoqda.
2. Nazorat va tashqi turtki mavjud bo'lganda talabalar faolroq harakat qilishadi, ammo erkin sharoitda ular bee'tiborlikka berilishadi.
3. Akademik sustkashlik faqat individual psixologik xususiyatlar bilan emas, balki ijtimoiy muhit, universitetdagi atmosfera va o'qituvchining yondashuvi bilan ham bevosita bog'liq.

Shu sababli, ta'lim jarayonida talabalarni doimiy rag'batlantirib borish, ularga ijobiy muhit yaratish va ichki motivatsiyani kuchaytirish orqali sustkashlikka qarshi kurashish mumkinligi isbotlandi.

XULOSA

Yuqorida keltirilgan tahlil va kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, talabalar orasida keng tarqalgan sustkashlik muammosi birgina sabab bilan bog'liq emas, balki psixologik va ijtimoiy omillarning majmuasi bilan yuzaga keladi. O'tkazilgan tajribaviy mashg'ulotda talabalar nazorat mavjud bo'lganda berilgan vazifaga diqqat bilan yondashgani, nazorat yo'qligida esa e'tiborning tez susaygani aniqlandi. Bu esa talabalar mustaqil ishlash madaniyati va ichki mas'uliyat hissini rivojlantirish zarurligini ko'rsatadi. Shuningdek, o'qituvchilar va ta'lim muassasalari talabalarni faollikka undaydigan, rag'batlantiruvchi metodlardan foydalanishi, motivatsiyani oshirishga qaratilgan psixologik va pedagogik yondashuvlarni qo'llashi muhimdir. Faqatgina intizomiy choralar emas, balki ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ishonchli muhit va shaxsiy rivojlanishga qaratilgan harakatlarga sustkashlikni kamaytirishda samarali bo'la oladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Bandura, A. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. W. H. Freeman.
2. Cheung, C. S., & Pomerantz, E. M. (2012). Why does parents' involvement enhance children's achievement? The role of parent-oriented motivation. *Journal of Educational Psychology*
3. Conley, C. S., Travers, L. V., & Bryant, F. B. (2014). Promoting Psychosocial Adjustment and Stress Management in First-Year College Students: The Benefits of Engagement in a Psychosocial Wellness Course. *Journal of American College Health*
4. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*
5. Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*
6. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer

7. Robb, C. A., Moody, B., & Abdel-Ghany, M. (2012). College student persistence to degree: A multivariate analysis. *Journal of Student Financial Aid*
8. Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*
9. Tinto, V. (1975). Dropout from higher education: A theoretical synthesis of recent research. *Review of Educational Research*