

IRODA

ESHDAVLATOV AXAT UMMAT O'G'LI
AKBAROV MUHAMMADAMIN AZIZBEKOVICH
HOTAMOVA MEHRANGIZ G'ULOMOVNA
HAYDAROVA SHOHNNOZA MAMASOAT QIZI

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti
Filologiya fakulteti ona tili va adabiyoti(Rus tili)
ta'lim yo'nalishi talabalari

Аннотация

Mazkur maqolada irodaning mohiyati, inson hayotidagi o'rni va uni rivojlantirish yo'llari o'rganiladi. Iroda psixologiyaning muhim kategoriyalaridan biri bo'lib, insonning o'z xatti-harakatlarini ongli ravishda boshqarish imkoniyatini ta'minlaydi. Maqolada irodaning turlari, komponentlari va uni mustahkamlash metodlari to'g'risida ma'lumot beriladi.

Калит so'zlar: Iroda, psixologiya, ong, qaror qabul qilish, mustaqil fikrlash, iroda kuchi, o'z-o'zini boshqarish.

Абстрактный

В данной статье рассматривается сущность воли, ее место в жизни человека и пути ее развития. Воля – одна из важных категорий психологии, обеспечивающая способность человека сознательно управлять своими действиями. В статье представлена информация о видах, компонентах и методах укрепления воли.

Ключевые слова: Воля, психология, сознание, принятие решений, самостоятельное мышление, сила воли, самоконтроль.

Abstract

This article examines the essence of will, its role in human life, and ways to develop it. Will is one of the important categories of psychology, providing a person

with the ability to consciously control his own behavior. The article provides information about the types, components, and methods of strengthening will.

Keywords: Will, psychology, consciousness, decision-making, independent thinking, willpower, self-control.

Kirish

Iroda — insonning o‘z hayotida muvaffaqiyatga erishish, qiyinchiliklarni yengib o‘tish va maqsadlarga erishishda muhim omil hisoblanadi. U insonning ongli ravishda o‘z xatti-harakatlarini boshqarish va tashqi muhitga moslashuvchanlikni ta’minlaydi. Iroda tushunchasi qadimdan falsafa va psixologiyada muhim mavzulardan biri bo‘lib kelgan. Maqolada iroda haqida chuqurroq ma’lumot beriladi va uning amaliy hayotdagi ahamiyati tahlil qilinadi.

Asosiy qism

Irodaning mohiyati va uning psixologiyadagi ahamiyati Iroda insonning ongli ravishda o‘z xatti-harakatlarini boshqarish qobiliyatidir. Psixologiyada iroda insonning maqsadga yo‘naltirilgan harakatlarini amalga oshirishdagi ongli intilishini anglatadi. Bu tushuncha avvalo shaxsning ichki holati, ehtiyojlari va tashqi omillarning o‘zaro ta’sirida namoyon bo‘ladi.

Irodaning asosiy komponentlari

1. Maqsadga yo‘naltirilganlik: Insonning o‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishish uchun amalga oshirilgan harakatlar.
2. Qaror qabul qilish: O‘z hayotida to‘g‘ri tanlov qilish qobiliyati. Qaror qabul qilish irodaning muhim qismidir.
3. Barqarorlik va mustahkamlik: Iroda kuchi insonning qiyinchiliklar va qimmatbaho qarorlarga bardosh berishini ta’minlaydi.
4. Ijtimoiy moslashuvchanlik: Inson o‘z maqsadlariga erishishda ijtimoiy normalarni ham hisobga olish qobiliyatiga ega bo‘lishi kerak.

Iroda turlari

Psixologiyada irodaning quyidagi turlari ajratiladi:

Mustaqil iroda: Shaxsning o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyati.

Majburiy iroda: Tashqi omillar ta'siri ostida amalga oshirilgan harakatlar.

Ijodiy iroda: Yaratilish va ijod jarayonlarida namoyon bo'ladigan iroda turi.

Iroda va inson hayoti

Iroda insonning kundalik hayotida muhim o'rin tutadi. Masalan:

Iroda va ta'lim: Ta'lim jarayonida iroda kuchi muhim ahamiyatga ega. Talabanning o'z maqsadlariga erishishida iroda kuchi yordam beradi.

Iroda va sport: Sportchilar uchun iroda kuchi o'z mahoratini oshirish va raqobatni yengishda zarurdir.

Iroda va biznes: Tadbirkorlar qiyinchiliklarni yengib o'tish va muvaffaqiyatga erishishda iroda kuchidan foydalanadilar.

Irodani rivojlantirish usullari

Irodani mustahkamlash uchun quyidagi usullardan foydalanish mumkin:

1. Maqsadni aniq belgilash: Inson o'z oldiga qo'ygan maqsadlarini aniq va ravshan qilish kerak.
2. O'z-o'zini motivatsiya qilish: Har kuni o'z maqsadlariga erishish uchun o'zini rag'batlantirish.
3. Reja tuzish: Harakatlarni rejalashtirish irodani mustahkamlashga yordam beradi.
4. Stressni boshqarish: Stress holatlarini yengish orqali iroda kuchi rivojlanadi.

Xulosa

Iroda — insonning ongli ravishda o'z hayotini boshqarish va qiyinchiliklarni yengib o'tishda muhim kuchdir. Iroda kuchini rivojlantirish har bir insonning shaxsiy va professional hayotida muvaffaqiyatga erishishiga yordam beradi. Ushbu maqolada irodaning mohiyati, uning psixologik ahamiyati va rivojlantirish usullari tahlil qilindi. Irodani mustahkamlash insonning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirib, hayotdagi muvaffaqiyatlarini ta'minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Анисимов Л.И. «Основы психологии». Москва: Просвещение, 2008.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarorlari va ta'lim to'g'risidagi me'yoriy hujjatlar.

3. Джеймс У. «Психология воли». Санкт-Петербург: Питер, 2010.
4. MELIKBOBOYEVICH, S. U., QIZI, O. R. Z. S., & QIZI, Q. K. A. (2024). INSONIY MUOMALA VA MULOQOTNING PSIXOLOGIK VOSITALARI. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR JURNALI*, 2(2), 180-188.
5. Melikboboyevich, S. U. (2024). MEASURES TO PREVENT AGGRESSIVE ATTITUDES BY THE TEACHER TO THE STUDENT FOR LATING TO THE LESSONS. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR JURNALI*, 2(2), 127-134.
6. Melikboboyevich, S. U., & Yusufaliyevna, H. S. (2024). EDUCATOR'S SKILL IN ELIMINATING AGGRESSIVE SITUATIONS OF CHILDREN RAISED IN PRESCHOOL EDUCATION ORGANIZATION. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR JURNALI*, 1(6), 611-616.
7. Melikboboyevich, S. U. (2024). CHANGES IN STUDENTS'MENTAL STATUS DURING MASTERING THEORETICAL AND PRACTICAL TRAINING (IN THE EXAMPLE OF AGGRESSION). *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR JURNALI*, 2(2), 142-148. 1. Jung, C. G. Psychological Aspects of the Self. — Princeton