

“MEN” KONSEPSIYASIGAYONDASHUVLARNING O‘ZIGA XOSLIGI

Odiljonova Xolbuvi Zokirjon qizi-JDPU,
Umumiy psixologiya kafedrası stajyor
o‘qituvchisi
Isomiddinova Farangiz-JDPU, Psixologiya
(amaliy psixologiya) 1-bosqich talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada “Men” konsepsiyasini shakllanishi hamda uning shakllanishiga sabab bo‘luvchi omillar haqida olimlarning qarashlari bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: material “Men”, ijtimoiy “Men”, psixik “Men”, person, adekvat baho, kognitiv, hissiy baholash, xulq-atvor, “Men”-aniqllovchi, “Men” obyekt”, real “Men”, kelajakdagi “Men”, oynadagi “Men”.

Hozirgi kunda “Shaxs” muammosi tabiiy va ijtimoiy gumanitar fanlarning umumiy tadqiqot obyektiga aylanib bormoqda. Shular jumlasiga psixologiya ham inson sifatlarini, shaxsning individual xususiyatlarini va bu xususiyatlarning shakllanishi masalalarini o‘rganadi. Shaxsdagi bunday individual xususiyatlardan biri: inson o‘zini anglashi va o‘ziga bergan bahosidir. Psixologiyada bu kabi muammolarni tahlil qilish orqali shaxsni har tomonlama o‘rganib chiqish imkoniyati paydo bo‘ladi.

Olimlarning ta’kidlashicha, shaxsdagi “Men” siymosi o‘zni anglash va o‘zga baho berish jarayonida tevarak-atrof bilan bo‘lgan munosabatlarda shakllanadi. Ushbu muammoni o‘rganishda ko‘plab pedagog va psixolog olimlar-inson ongining rivojlanish tarixi, hamda shaxsning ijtimoiylashuvi haqidagi ta’limotlarga asoslanib ish olib boradilar. Olimlar “Men” siymosi shakllanganlik xolatini shaxsning o‘zini anglashning mahsuli hamda muhim jihati deb qaraydilar. O‘zini baholash-o‘zni anglash kabi fenomenlar ijtimoiy xususiyatga va mezonlarga asoslangan bo‘ladi.

Muammo yuzasidan rus psixologlari ham qator fikrlarni bildirib o‘tganlar. B.G.Ananyevning ta’kidlashicha – “Shaxs o‘zi haqda bir fikrga kelishida, jamoa hayotini hamda o‘ziga baho berishni shakllantiruvchi baholash munosabatlarining to‘g‘ri rivojlanishi muhimdir”. Shaxsda o‘zini anglash va baholashning paydo bo‘lish omili-odamning individual xususiyati, faoliyat subyektiligi, shaxs xususiyatlarining tarkib topishi notekis va geteroxrondir. Olimning mulohazasiga ko‘ra, o‘zini anglash va baholash ushbu xususiyatlarni o‘zaro muvofiqlashtiradi va shu tariqa ongning individualligini ta’minlaydi.

B.G.Ananyevning fikricha inson jamoaga qo‘shilganda nafaqat boshqa insonlarni balki o‘zini ham tanqid qila boshlaydi, o‘z-o‘ziga baho bera boshlaydi.

Rus psixologi L.S.Vigotskiy fikricha, shaxsning o‘ziga baho berishida muloqotnig o‘rni juda ahamiyatlidir. Muloqot psixikaning fundamental asosi bo‘lganligi uchun ham shaxs shakllanishiga va uning xususiyatlariga ta’sir

ko'rsatadi. Kishi atrofdagilar bilan muloqot o'rnatish bilan birga o'zi bilan ham muloqot o'rnatadi. Bunday vaziyatlarda shaxsda o'ziga nisbatan tanqidiy qarashlar kuchayadi, qolaversa, tahlil kuchayib o'ziga nisbatan shaxsda past baho berish vujudga keladi.

L.S.Vigotskiyning talqiniga ko'ra shaxsni shakllanishidagi eng muhim omil bu – muloqot . Shaxs jamiyatga qo'shilib, undagi a'zolar bilan muloqotga kirisha boshlar ekan o'zidagi manbani boyitishga harakat qiladi, O'ziga va o'zgalarga baho bera oladi, o'z ishlarini tahlil qilib chiqib o'z kamchiliklarini to'g'irlashga harakat qiladi. Bu jarayonda o'ziga nisbatan berayotgan bahosi adekvatlashadi. Muloqot jarayonida uning ongi yanada o'sib oydinlashib borishini aytib o'tgan.

R.P.Chatitaning fikricha, bolalarda o'ziga baho berish jarayonining rivojlanishi ikki bosqichda amalga oshadi:

-birinchi bosqichda bola, asosan, harakatlari va xulqini baholash bilan cheklanadi;

-ikkinchi bosqichda, ichki holati, shaxsiy sifatlaridan kelib chiqib baho bera boshlaydi. Ushbu bosqich, asosan, oliy bosqichning shakllanishi bo'lib, o'smirlik davridan boshlanib, ijtimoiy tajribaning ortib borishi va aqliy rivojlanish asosida insonning butun hayotida davomida o'zgarib boradi.

Shaxsdagi intilish darajasi va atrofdagi g'oyalarni o'zlashtirish yuqori bo'lsa, kishining muvaffaqiyati ham shuncha yuqori bo'ladi.

R.P.Chatita insonlardagi o'z o'ziga baho berishni ikki turini ajratib ko'rsatgan. Birinchi bosqichda bola asosan o'zini xatti- harakatlarini, xulqini baholay olsa ikkinchi darajada esa u bular bilan birgalikda endi o'zini ichki kechinmalari ruhiy holatlarini ham baholay oladi degan. Bu daraja shaxsda o'smirlik davrida shakllanishni boshlab, aqliy rivojlanish jarayonida insonning butun hayoti davomida takomillashib boradi degan.

N.A.Menchinskayaning fikricha, o'zini past darajada hurmat qiladigan shaxslar o'zlarini keraksiz insondek his qiladilar.\

Kishining ruhiy holatining tushib ketishi, uning xatti- harakatlarining o'zgarishida, o'ziga baho berish darajasining pasayib ketishida namoyon bo'ladi. O'ziga past baho beradigan kishilar uchun qiyinchiliklar hal bo'lmaydigandek tuyuladi, shuning uchun ular xayollarda yashay boshlaydilar.

N.A.Menchinskaya, bolalar, odatda, maktabga ijobiy tasavvurlar bilan keladilar, deydi. Ayrim, qobiliyati past yoki tayyorgarligi past bo'lgan o'quvchilar, o'quv faoliyatini o'zlashtirishda qiyinchiliklarga duch kelishadi, pirovardida, past baho olishadi, buning natijasida, ularda ta'lim muassasasiga nisbatan yomon munosabat paydo bo'ladi, qolaversa, bu motivatsiyaning o'zgarishiga sabab bo'lib, maktab va o'qishga bo'lgan munosabatni salbiylashtiradi. Bu kabi salbiy munosabatlarga, qiyinchilikka bardosh bera olmay, bola o'ziga past baho bera boshlaydi. Olimning fikricha, bunday bolalarga o'qituvchi rolini topshirish maqsadga muvofiqdir. Shunda o'quvchida o'z bilimidagi kamchiliklarni to'ldirish extiyoji tug'iladi va bunday muvaffaqiyat o'quvchidagi o'ziga baho berish mexanizmini barqarorlashishiga yordam beradi.

Adekvat baho berish o'qishga yaxshi tayyorgarlik ko'rgan o'quvchilarda ham buzilishi mumkin. Yaxshi tayyorgarlik ularni ta'limda muvaffaqiyatli o'qishga yordam beradi. Oddiy muvaffaqiyatlar orqali doimiy rag'batlantirishga bo'lgan intilishni mustahkamlaydi.

Keyinchalik, o'quv materiali murakkablashgani sari o'quv ko'nikmalariga ega bo'lmagan o'quvchilarda o'z-o'ziga baho berish keskin pasayib ketadi. O'qituvchi tomonidan qo'yiladigan bahoda faqatgina so'nggi natija emas, balki o'quvchining mehnati va uning muvaffaqiyati ham hisobga olinsa, bu o'quvchining urinishlarini kerakli darajada tutib turadi hamda o'z-o'ziga adekvat bahoning shakllanishiga turtki bo'ladi. Olimning fikriga ko'ra, o'quvchida o'ziga nisbatan adekvat bahoni shakllanishi o'qituvchining ustanovkasiga ham bog'liq bo'lishi mumkin.

N.A.Menchenskayaning fikricha insonlardagi o'ziga bo'lgan past baho ularda hayotga nisbatan salbiy motivatsiyani paydo qiladi. Past baho bergan kishilar doimo g'amgin bo'lishadi, huddi butun mushkilotlarning umuman yechimi yo'qdek tuyuladi. O'zlarini keraksiz odamdek his qilishadi. Bizga avvaldan ma'lumki bolalarda o'qituvchisi yoki o'zi, yaqinlari tomonidan berilgan yuqori baho unga ijobiy turtki bo'ladi, salbiy baho esa ish unumdorligini susaytirib ishtiyoqini tushirib yuboradi. N.A.Menchenskaya yana o'zlashtirishdan orqada qoladigan o'quvchilarga past baho berish ularni yanada qoloqlashishiga olib kelishini aytgan. Bunday o'quvchilar bilan ishlashda ularga muallimlik rolini topshirish kerak, ana o'shanda ularda boshqalarga o'rgatish hissi paydo bo'lib bilimni oshirishga harakat bo'ladi degan. Bolalarga ta'lim berishda A.R.Beruniy va Ibn Sino aytganidek o'quvchida ta'lim berishda darsliklarni oddiydan murakkablashtirib boorish kerakligini yoqlagan. Olimning fikricha yaxshi o'zlashtiradigan o'quvchilar ham o'ziga past baho berishi mumkin ekan.

S.L.Rubinshteyn-shaxsning o'z-o'ziga baho berishning ijtimoiy munosabatlar determinantalarni talqin etib: insonning ijtimoiy baholashi-u qanday odamligiga, u nimaga qodir ekanligiga va foydali mehnatiga asoslanadi degan fikrni bildiradi. Shu bois uning o'ziga baho berishi ijtimoiy individ sifatida jamiyat uchun nima qilganligi bilan belgilanadi. O'zini o'zi anglash va baholashni shakllantirishning manbai ong hamda insonning tarkib topishi va rivojlanishi sanaladi.

S.L.Rubinshteyn-faoliyatni psixikani aks ettirish sharti sifatida gap yuritar ekan, u odamda turlicha namoyon bo'lishini, umumiy shartlar ichidan xuddi mana shu in'ikos, faoliyatning maxsus shartini ajratib olishimiz zarur bo'ladi, deb ta'kidlaydi. O'zni anglab baho berishni ta'minlovchi maxsus shartni aniqlash subyekt to'g'risidagi muammoni hal qilishning muayyan yo'l-yo'riqlariga va oqilona usullariga asoslanuvchi yechimini topishni taqozo qiladi.

S.L.Rubinshteyn "Men"ni shakllanish davrini inson o'z xatti- harakatlarini birin ketin qayta ko'rib chiqishini, o'z kamchiliklarini tushunib yetib, ularni to'g'irlashga harakat qilishi, jamiyat uchun individ sifatida qanday foyda bera olganini o'ylab ko'rish boshlangan vaqtiga to'g'ri kelishini aytib o'tgan.

I.Bojovichning fikricha, boshqa insonni bilish, o'zini-o'zi bilishdan ilgari sodir bo'ladi va uning uchun manbaa, asos bo'lib xizmat qiladi. O'z-o'zini baholashda umumiy qabul qilingan mezon, o'zini boshqalar bilan solishtirish hamda taqqoslashdir. Inson faoliyat davomida o'zini boshqa odamlar bilan taqqoslab, dastlab boshqalarda ko'rganini o'zida seza boshlaydi va natijada o'zining shaxs sifatlarini anglab yetadi. Boshqa odamlarda ko'rgan shaxsning turli xususiyatlarini o'zlashtirishi va o'zida shakllantirishi o'ziga xos hodisa sifatida boshqa bir qator olimlar tomonidan o'rganilgan. Olimlarning fikricha, o'zini o'zi baholash insonda idealning mavjudligi bilan uzviy bog'liqdir. Psixologik tadqiqotlarda idealni o'zlashtirilishi, uning funksiyalari yosh xususiyatlari va shaxs rivojlanishida ochib berilgan. Idealning xarakteri va mustahkamlik darajasi bolani rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Anglab yetilgan ideal namunaviy mezon sifatida o'quvchilarning o'zini hamda boshqalarni harakatlarini baholash paytida ishtirok etadi.

L.Bojovich, atrofdagilarning insonni xulqi, faoliyat natijalari hamda bevosita uning shaxsiy sifatlarini baholashlari ham undagi o'ziga baho berishni rivojlantiruvchi muhim manbaadir, deydi. Uning fikricha, o'quvchini o'z-o'zini anglashidagi ijtimoiy baho ikki hil bo'ladi:

-uning xulqi atrofdagilar talablariga mos keladigan mezon hisoblanib, u bolaga go'yoki atrof-muhit bilan uning o'zaro munosabatlari xususiyatlarini ko'rsatib beradi va shu bilan birga, uning emotsional uyg'unligi va xulqini subyekt sifatidaga baholanishini belgilab beradi.

-ijtimoiy baho berish bolaning xulqi hamda faoliyatida u yoki bu sifatlarni ajratib olishga va o'zining bahosi qilib olishga yordam beradi. L.I.Bojovich o'z tadqiqotlarida o'quvchining o'zini o'zi anglashining shakllanishida ijtimoiy baho berish funksiyasi va uning pedagogik ahamiyatini asoslab berdi va L.I.Bojovichning shaxs rivojlanishini davrlashtirish tizimi aynan "Men" siymosi rivojlanganligi va anglanganligiga asoslangan edi.

A.N.Leontev tadqiqotiga ko'ra, individual (yakka shaxsga oid) ongdagi mohiyat bilan mazmun o'rtasidagi ziddiyatda o'z-o'zini anglash va "Men"likni baholash yotadi.

Bu borada ko'plab psixolog olimlar qatori taniqli fiziolog-olim I.P.Pavlov ham ish olib borgan. Uning fikricha, o'zini o'zi muvofiqashtirish o'zini o'zi takomillashtirish tizimidir. Ta'rifda keltirilganiday, har ikkala so'z ham o'xshash va "O'zini o'zi" degan so'zlar takrorlanib kelmoqda. Bizning har birimiz ana shu "o'zini o'zi" degan so'zlarni qanchalik ko'p ishlatdigan bo'lsak, ya'ni biz o'zimizni qanchalik ko'proq anglab yetgan bo'lsak, o'zimizni qanchalik takomillashtirib, foydali ishlarga safarbar qilsak, shu qadar kuchli shaxsga aylanamiz. I.P.Pavlovning izdoshlari shaxs haqidagi bilimlarni guruhlashtirib borib, kishio'zini va o'zgalarni qanday qilib baholashi mumkinligini ko'rsatib berdilar. Bunda eng avvalo har bir kishi: "Men nimani istayman, nimalarga intilaman?" degan savolga javob berishi kerak. Ana shu javoblarda bizning yaqin kelajakdagiva uzoq istiqboldagi orzu-umidlarimiz, qiziqishlarimizning

yoʻnalishi, biznin hayotiy qoidalarimiz, ehtiyojlarimiz, ideallarimiz ayon boʻladi. V.V. Davidovning tadqiqotiga koʻra, insonning oʻziga bergan bahosining qay darajada shakllanganligini oʻrganishda asosiy eʼtiborni shaxsdagi “qoʻzgʻalishni boshqara olish mexanizmlariga” qaratish kerak. Psixologning taʼkidlashicha, taʼlimning yaxshi tadqiq etilishi oʻquvchi yoshlarning oʻz shaxsini baholashiga ijobiy taʼsir koʻrsatishi mumkin. Albatta, buning uchun pedagogga ham katta masʼuliyat yuklanadi. V.V. Davidovning fikricha, shaxsning oʻziga baho berishi shaxsdagi asosiy va xarakterli xususiyatdir. Buni qanday tushunish mumkin?

Oʻziga baho berish oʻz faoliyati va oʻzining odamlarga boʻlgan munosabatiga baho berishidir. Bu xususiyat tufayli kishining faolligi oʻzgaradi. U sekin-astalik bilan rivojlanadi va atrofdagilarning ehtiyoji, talabi va shaxsning oʻziga boʻlgan munosabati orqali namoyon boʻladi. Kim oʻzini yuqori baholasa, ular oʻzlariga yuqori baho berilishini talab qilishadi.

U. Jeymsning shaxs nazariyasida shaxs «Men»i haqidagi fikrlarini toʻliq ifodalay olgan, desak boʻladi. U. Jeyms shaxs «Men»iga xos ikki aspektni ajratib koʻrsatdi: empirik «Men» va haqiqiy «Men». Empirik «Men» inson nimaniki «oʻzimizni» deb atay olgan barcha narsalar yigʻindisidir. Uning ichiga:

- Material «Men» — oʻz ichiga shaxsning tana tuzilishi vashaxsan uning oʻziga tegishli boʻlgan barcha narsalarini oluvchi «Men» boʻlsa;
- Ijtimoiy «Men» — shaxsdagi uning atrofidagilar tan olgan «Men», har bir shaxsni oʻzi haqida uning atrofidagilarning fikri qiziqtiradi, albatta. Demak, shaxsning atrofida qancha alohida ijtimoiy guruhlar mavjud boʻlsa, uning uchun shuncha ijtimoiy «Men»i mavjud boʻladi;
- Psixik «Men» — individning ijtimoiy muhitda uning kimligini namoyon qilishiga yordam beruvchi qobiliyat va iqtidorlarining yigʻindisi hisoblanadi;
- Haqiqiy yoki axloqiy «Men» — shaxsning oʻzini anglashi, oʻz-oʻziga baho berishi doirasidan iboratdir. Zamonaviy psixologiyada bunday «Men»ni shaxsning markaziy boʻgʻini sifatida psixolog K. Rodjers tomonidan kiritilgan) tushunchasi orqali ifodalanadi.

U. Jeymsning tasvirlashicha, shaxsning ijtimoiy «Men»i ijtimoiy psixologik nazariyalar orasida uzoq vaqtdan beri va koʻpoʻrganilgan mavzudir.

U. Jeyms “Men”ni ikkita aspektga boʻladi: empirik va haqiqiy. Emperik men uchta turga boʻlinadi: Material «Men», Ijtimoiy «Men», Psixik «Men».

Sotsiolog olimlardan biri Charlz Kuli «Shaxs oynasi» tushunchasini ishlatgan boʻlib, bu orqali shaxs atrofidagi odamlarning unga nisbatan berayotgan bahosi va fikriga aynan oynaga qaraganday qaraydi, degan fikrni asoslagan. Uning fikricha, har qanday shaxs oʻziga nisbatan atrofdagilarning berayotgan bahosi va fikrini qabul qilar ekan, oʻzini oynaga solgandek boiadi. Bu fikrni keyinchalik Jorj Gerbert Mid va Garri Stek Sallivanlar ham rivojlantirgan. J.G. Midning fikricha, shaxsning oʻzini anglashi uning ijtimoiy munosabatlarining hosilasi boib, bu jarayonda u oʻziga tashqi tomondan, goʻyoki obyektga qaragandek qarashni

o'rganadi. Shuni alohida qayd etish kerakki, bunda atrofda butun bir ijtimoiy guruh yoki jamoa a'zolarining fikri jamoaviy ustanovka sifatida rol o'ynaydi. Aynan shu holat tufayli biz o'zimizni boshqalar qanday ko'rsa o'shanday ko'rishga, o'zimizga boshqalar ko'zi bilan qarashga o'rganamiz. Lekin o'sha jamoadan aynan kimningdir fikri nima uchundir bizga ko'proq ta'sir ko'rsatadi, degan savol barchani qiziqtiradi. Bu savolga javob aynan jamoa a'zolarining barchasi ham biz haqimizda bir xil fikr yuritmasligi va bizga bir xil baho beravermasliklari bilan bog'liqdir.

Karl Yungning ta'kidlashicha, shaxs psixikasi tuzilishida himoya qismi mavjud va u Persona deb ataladi. Ana shu Persona shaxsning haqiqiy «Men»i va Yolg'on «Men»i o'rtasida muammolarni keltirib chiqaradi. K.Yungning fikricha, Persona, o'ziga xos niqobga ega bo'lib, shaxs jamoatchilik bilan munosabatlarda o'zining haqiqiy «Men»ini yashirish maqsadida shu niqobni taqib oladi. Buning natijasida shaxs o'zining asl basharasini har doim ham va barcha ijtimoiy guruhlar oldida ham namoyon etavermaydi, natijada uning aslida qandayligini atrofida gilar bila olmaydi. K.Yungning taxmin qilishicha, Persona bu jamiyat va shaxs o'rtasidagi hamkorlikdir. Uning maqsadi shaxsning haqiqiy «Men»ini yashirgan holda boshqalarda yaxshi taassurot uyg'otishdan iboratdir. Ko'pincha shaxs o'zining asl holati bilan Personani chalkashtirib yuboradi. Bunday holda «Men» ham Persona bilan aralashib ketadi, shaxs esa ijtimoiy muhit oldida rol o'ynovchi yolg'onchi mavjudodga aylanib qoladi. Boshqacha qilib aytganda, shaxs o'zini o'z niqobidagi holati bilan chalkashtirib yuboradi. K.G.Yung bunday holat individning o'z-o'zini anglashiga xavf solishini ko'rsatib beradi. Dastlab K.Yung, undan keyin esa uning izdoshi Ester Xarding shaxsning atrofida gilar uning niqobdagi holatiga qarab bergan bahosini qabul qilishi natijasida o'z «Men»ining haqiqiy mohiyatini to'liq anglay olmasligi bilan bog'liq vaziyatlarni ham keltirib o'tishgan. Bunday holatda shaxsning «Men» konsepsiyasi va Personasi bir-biriga mos tushadi. Bunday bo'lishi shaxs uchun har doim ham istalgan holat bo'lavermaydi. Shu bois bunga yo'l qo'ymaslik uchun shaxs faqat atrofida gilarining fikri vabahosiga suyanibgina qolmasdan, o'zi ham o'zini tahlil qilish, o'z kamchiliklarini tan olish orqali o'zini anglashga va o'zining haqiqiy «Men»ini, «Men» konsepsiyasini rivojlantirishga harakat qilishi lozim.

Shaxs «Men»ining tuzilishiga doir turli xil yondashuvlar mavjud bo'lib, ular orasida eng ko'p tarqalgani, o'z ichiga «Men»ning uch tarkibini qamrab oladi: kognitiv (o'zi haqidabilimlar), emotsional (o'z-o'ziga baho) va xulqiy (o'ziga munosabat). Shaxsning o'z-o'zini anglashining tuzilishi haqida boshqa bir yondashuv V.V. Stolinga tegishli bo'lib, u o'z-o'zini anglashni tadqiq etishda eng asosiysi shaxsning oddiy tavsiflari majmuasida emas, balki ma'lum yaxlitlikda o'zini tushunishi, o'z identivligini aniqlashida aks etadi, degan fikrni ilgari suradi.

«Men» siymosining tarkibiy qismlari

1-Kognitiv-Qobiliyatlar, tashqi qiyofasi, ijtimoiy ahamiyati va boshqalar.

2-Hissiy baholash- O'zini hurmat qilish, o'ziga tanqidiy nuqtai nazardan yondashish.

3-Xulq-atvor-Uni tushunishlari uchun intilish, o'rtoqlari va boshqalarning xayrixohligi, ularning hurmatini qozonish, o'z mavqeini kuchaytirish yoki aksincha, o'z kamchiliklarini berkitishga harakat, yuqori baho berish va h.k.

R. Berns «Men» konsepsiyasining differensiyalashgan tizimini taklif qiladi. Unga ko'ra «Men» konsepsiyasining asosini o'ziga yo'nalganlik ustanovkalari tizimi tashkil etadi. «Men» konsepsiyasi strukturasi asosiy komponentini quyidagi ustanovkalar tashkil qiladi: kognitiv; emotsional; xulq-atvor.

R. Berns «Men» konsepsiyasining ierarxik (ketma-ketlik bilan bir-biriga teng bo'ysundirish usuli) tizimi ko'rinishida «Men» konsepsiyasi cho'qqisiga erishib, o'z-o'zini anglashdagi imkoniyatlar chegarasini ochib berdi. R. Berns «Men» konsepsiyasi elementlarini quyidagicha tasniflagan: «Men» — anglovchi; b) «Men» — obyekt. U «Men» konsepsiyasini insonning o'ziga nisbatan ustanovkalarining yig'indisi deb tushuntiradi. U buni ikki komponentga bo'ladi, bu komponentlar o'zaro bog'liq bo'lib, quyidagicha izohlanadi: o'ziga baho berish yoki o'zini qabul qilish «Men» — anglovchi «Men» obrazi bilan bog'liq bo'lib, bu esa o'z navbatida «Men» — obyekt bilan bog'liq bo'ladi. R. Berns o'ziga yo'nalganlik ustanovkasini 3 ga bo'ladi:

- real (haqiqiy) «Men» ustanovkasi bu individning o'z aktual qobiliyatlarining rolini qanday bo'lsa shundayligicha qabul qilishi;
- oynadagi «Men» ustanovkasi;
- kelajakdagi «Men» ustanovkasi.

R. Bernsning ierarxik tizimidagi eng quyi pog'onada «Men» konsepsiyasining keyingi aspektlari joylashgan. Bular: ijtimoiy «Men»; ma'naviy «Men»; jismoniy «Men». R. Berns nazariyasida jismoniy «Men» aspekti boshqa elementlarga nisbatan zaifroq ochib berilgan.

Xulosa qilib aytganda shaxs siyomosini yaratishda kognitiv, konitiv hamda hissiy, irodaviy, emotsional jihatlarini muhim rol o'ynaydi. Shaxsni shakllanishida atrof muhitdagi insonlar bilan muloqot ularni fikrlari bergan bahosi, shaxsni o'z-o'ziga bergan bahosi “men”likni shakllanishiga ta'sir ko'rsatuvchi omil sifatida qaraladi. Shaxs “men”ini anglab borgan sari o'ziga atrofdagilarga baho beradi, o'zini kamchiliklarini talqin qilad, butun ishlarini qayta ko'rib chiqadi. Shaxs sifatida qanday foyda oldiyu qanday foyda berdi ko'rib chiqadi. O'ziga adekvat baho berishni shakllantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Маерс Д. Социальная психология. — М.: Аллель, 2000.
2. Мокчанкев Р., Мокчанкева А. Социальная психология. Издательства: Сибирское соглашение, Инфра. — М.: 2001.
3. Семечкин Н.И. Социальная психология на рубеже: история, теория, исследования. — М.: 2001.
4. Социальная психология. Учеб. пос. \ \ Под ред. А.П. Журавлева, — М.: 2002.

5. Фромов С.С. Основа социологии. — М.: Юрист, 1997. П. Чалдини Р., Кенрик Д. Социальная психология. — М.: 2002.
6. V. Karimova. Ijtimoiy psixologiya va amaliyot. — Т.: 2009.
7. V. Karimova, O. Hayitov. Shaxsning ijtimoiylashuv masalasi. -Т.: 2007.
8. Ijtimoiy psixologiya: o‘quv qo‘llanma / N. Ismoilova, D. Abdullayeva;
9. I.A. Karimov. Yuksak ma’naviyat — yengilmas kuch. — Т.: «Ma’naviyat», 2008.
10. Гидденс Э. Социология. — 2002.
11. Маерс Д. Социальная психология. — М.: Аллель, 2000
12. Маерс Д. Изучаем социальную психологию. — М.: 2009.
13. Мельникова Н.А. Шпаргалка по социальной психологии: ответн на экзаменационные билетн. — М.: Аллель. 2000.
14. Мокчанцев Р, Мокчанцева А. Социальная психология. Издательства: Сибирское соглашение, Инфра. — М.: 2001.
15. Семечкин Н.И. Социальная психология на рубеже: история, теория, исследования. — М.: 2001.
16. Смелзер Н.И. Социология. — М.: 1994.
17. Социальная психология. Учеб. пос. \ \ Под ред. А.Л.Журавлева, — М.: 2002.
18. Фромов С.С. Основа социологии. — М.: Юрист, 1997. П. Чалдини Р., Кенрик Д. Социальная психология. — М.: 2002.
19. V. Karimova. Ijtimoiy psixologiya va amaliyot. — Т.: 2009.
20. V. Karimova, O. Hayitov. Shaxsning ijtimoiylashuv masalasi. — Т.: 2007.
21. Odiljonova, K. (2023). O‘QUVCHILARDA SOG‘lom tafakkurni rivojlantirishning psixologik xususiyatlari. Fan va innovatsiyalar , 2 (B4), 267-272.
22. Odiljonova, X. (2024). O‘QUVCHILARDA VALEOLOGIK TAFAKKURNI O‘STIRISHNING NAZARIY ASOSLARI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 4(1), 3-11. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/941>
23. Amonxonova, Y. (2024). “MEN” KONSEPSIYASI INSONING O‘ZINI-O‘ZI ANGLASHI MASALALARI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 4(1), 44-49. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9513>
25. Amonxonova, Y. (2024). INNOVATSION TA’LIM MUHITIDA MAKTAB RAHBARINING ZAMONAVIY TA’LIM TIZIMIDA KASBIY KOMPETENTLIKNING MOHIYATI VA UNING XORIJIY MAMLAKATLARDA O‘RGANILISHI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 4(1), 50-61. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9514>

- 26.Amonxonova, Y. (2024). INNOVATSION TA'LIM MUHITIDA UMUMTA'LIM MAKTABLARI RAHBARLARINING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK VA INNOVASION BOSHQARUVI HAMDA AXBOROT TA'MINOTI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 4(1), 12-20. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9412>
- 27.Qarshiboyeva, G., & Odiljonova, X. (2022). ЎҚУВЧИЛАРДА ВАЛЕОЛОГИК БИЛИМНИ ОШИРИБ БОРИШ АСОСЛАРИ. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 2(5).
- 28.Odiljonova, K. (2023). O'QUVCHILARDA SOG'lom tafakkurni rivojlantirishning psixologik xususiyatlari. Fan va innovatsiyalar , 2 (B4), 267-272.
- 29.Abduaazizkhan, A. Y. (2023). PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF ETHICAL ATTITUDES IN STUDENTS BASED ON AXIOLOGICAL APPROACHES. American Journal of Interdisciplinary Research and Development, 15, 216-220.
- 30.Alibekov, D. (2024). TA'LIM TIZIMINING BARQAROR RIVOJLANTIRISHDA ZAMONAVIY INNOVATSION TEXNOLOGIYALARNING AHAMIYATI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 4(1), 27-31. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9447>
- 31.Alibekov, D. (2020). Socio-philosophical basis of educational system development. ISJ Theoretical & Applied Science, 10 (90), 24-26. Soi: <http://s-o-i.org/1.1/TAS-10-90-6> Doi: <https://dx.doi.org/10.15863/TAS.2020.10.90.6>
- 32.Alibekov D. СОЦИАЛЬНО-ФИЛОСОФСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ //Журнал музыки и искусства. – 2021. – Т. 2. – №. 2.
- 33.Farsakhanova, Dilafruz, and Davron Alibekov. "Technology to improve the quality of education based on educational values." *Архив Научных Публикаций JSPI* (2020).
- 34.Alibekov, Davron. "Sharq mutafakirlarining ta'lim-tarbiya borasidagi qarashlari." *Журнал музыки и искусства* 2.1 (2021).
- 35.Alibekov, D., & Abduraqibova, D. (2023). TA'LIM TIZIMINING STRATEGIK RIVOJLANISHIDA INNOVATSIYALARNING AHAMIYATI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 3(1).
- 36.Alibekov, D., & Abduraqibova, D. (2023). TA'LIM TIZIMINING STRATEGIK RIVOJLANISHIDA INNOVATSIYALARNING AHAMIYATI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 3(1).
- 37.Alibekov, D. (2023). JAMIYAT TARAQQIYOTIDA TA'LIM TIZIMIGA INNOVATSION YONDASHUVNING STRATEGIK AHAMIYATI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 3(3), 168-173. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9137>