



HAR QANDAY YOSHDA YANGI KO'NIKMALARNI O'RGANISHNING MUHIMLIGI

Musaxodjayeva Barno Gayratovna

Toshkent ijtimoiy innovatsiya universiteti

“Amaliy psixologiya” yo‘nalishi 4-bosqich talabasi

[*barnow2288@gmail.com*](mailto:barnow2288@gmail.com)

Annotatsiya

Mazkur maqolada inson hayotining turli bosqichlarida yangi ko‘nikmalarni o‘rganishning ahamiyati ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Yangi bilim va malakalarni egallash shaxsning intellektual rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvi va psixologik barqarorligiga ijobiy ta‘sir ko‘rsatishi asoslab beriladi. Shuningdek, ushbu jarayon zamonaviy psixologiya va pedagogika nuqtai nazaridan yoritiladi.

Kalit so‘zlar: so‘zlar: ko‘nikma, o‘rganish, rivojlanish, neyroplastiklik, motivatsiya, ta‘lim, shaxs

Аннотация

В статье рассматривается значение освоения новых навыков в любом возрасте. Подчеркивается влияние обучения на интеллектуальное развитие, социальную адаптацию и психологическую устойчивость личности. Анализ основан на современных психологических и педагогических подходах.

Ключевые слова: навыки, обучение, развитие, нейропластичность, мотивация, личность

Abstract

This article examines the importance of acquiring new skills at any age. It highlights the positive impact of learning on intellectual development, social adaptation, and psychological well-being. The analysis is based on modern psychological and educational theories.



Keywords: skills, learning, development, neuroplasticity, motivation, personality

Zamonaviy jamiyatda hayot tezkor va doimiy o'zgarishlar bilan to'la. Texnologiyalar rivojlanmoqda, ish bozorining talab va sharoitlari muntazam o'zgarib bormoqda, shuningdek, inson hayoti davomida yuzaga keladigan shaxsiy va ijtimoiy vazifalar ham izchil yangi bilim va ko'nikmalarni talab etmoqda. Shu bois, har bir inson uchun yoshidan qat'i nazar yangi ko'nikmalarni o'rganish va rivojlantirish juda muhimdir.

Inson hayoti davomida o'rganish jarayoni uzluksiz davom etadi. Yangi ko'nikmalarni egallash faqat bolalik yoki yoshlik davriga xos emas, balki har qanday yoshda muhim ahamiyat kasb etadi. Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, inson miyasi hayot davomida rivojlanish xususiyatiga ega bo'lib, bu hodisa neyroplastiklik deb ataladi. Bu esa yangi bilim va ko'nikmalarni har qanday yoshda o'zlashtirish mumkinligini anglatadi.

1. Yangi ko'nikmalarni o'rganish yosh chekloviga ega emas.

Ko'pchilik fikricha, yosh o'tgan sayin yangi bilimlarni olish va yangi ko'nikmalarni o'rganish qiyinlashadi. Albatta, bolalik va o'smirlik davri o'rganish uchun eng qulay va tez rivojlanadigan davr hisoblanadi. Biroq psixologik hamda nevrologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, inson miyasi butun hayoti davomida moslashuvchanlik va o'rganishga qodir bo'ladi. Bu faylasuflarning qadimiy fikrlari, zamonaviy nevrologiyaning kashfiyotlari va hayot tajribasi bilan tasdiqlanadi. Misol uchun, kattalar ham yangi tillar o'rganishi, kompyuter texnologiyalaridan foydalanishni o'zlashtirishi yoki san'at, sport kabi sohalarda o'z ko'nikmalarini kengaytirishi mumkin.

2. Yangi ko'nikmalarni o'rganishning aqliy salomatlik uchun foydasi.

Yosh o'tib borar ekan, ko'plab insonlarda e'tibor va xotira bilan bog'liq muammolar paydo bo'lishi mumkin. Bunday muammolarning oldini olishda



yangi ko'nikmalarni o'rganish katta ahamiyatga ega. O'rganish jarayonida miyaning turli sohalari faol ishlaydi, yangi neyron aloqalar shakllanadi, bu esa miyaning moslashuvchanligini saqlab turadi. Shu tariqa, kognitiv qobiliyatlarni mustahkamlash, xotirani yaxshilash va xavfli kasalliklar – masalan, Altsgeymer kabi nevrologik buzilishlarning oldini olish mumkin. Shu bois kattalar va keksa yoshdagilar uchun yangi ko'nikmalarni o'zlashtirish nafaqat manfaatli, balki hayot sifati va mustaqilligini saqlash uchun zarur.

3. Shaxsiy o'sish va rivojlanish uchun imkoniyatlar.

Yangi ko'nikmalarni o'rganish insonning ichki dunyosini boyitadi, o'ziga bo'lgan ishonchni oshiradi. Masalan, yangi til o'rganish orqali boshqa madaniyatlar bilan muloqot qilish imkoniyati ortadi, bu esa e'tirof etish va o'z-o'zini anglashni kuchaytiradi. Yangi kasb yoki texnik ko'nikmalar esa ish imkoniyatlarini kengaytiradi va moliyaviy barqarorlikka yordam beradi. Shuningdek, ijodiy faoliyatga qiziqish oshishi, muammolarni hal qilish ko'nikmalari rivojlanishi inson hayotini yanada mazmunli qilishga xizmat qiladi.

4. Ijtimoiy aloqalar va faol hayotiy pozitsiya.

Jamiyatda faol bo'lish, yangi do'stlar orttirish, yangi muloqot doiralarini kengaytirish ko'pincha yangi ko'nikmalarni egallash orqaligina mumkin. Bu ayniqsa yosh kattalar va keksalar uchun muhim, chunki ular ko'pincha yolg'izlanish yoki ijtimoiy faollik yo'qolishi muammosi bilan yuzma-yuz keladi. Doimiy o'rganish jarayoni ijtimoiy aloqalarni saqlab qolishga yordam beradi, yangi tajribalarni olishga undaydi va insonni yosh va faol his etishga olib keladi.

5. Moslashuvchanlik va kelajak uchun tayyorgarlik.

Dunyoda har kuni yuz berayotgan o'zgarishlar insonlardan doimiy moslashuvchanlikni talab qiladi. Texnologik taraqqiyot va avtomatlashtirish ko'plab kasblarni o'zgartirmoqda, yangi ko'nikmalarsiz odamlar ish bozoridan orqada qolishi mumkin. O'rganish orqali yangi sharoitlarga moslashib, kelajakdagi imkoniyatlarni qo'lga kiritish osonlashadi. Shuningdek, o'zgarishlar



insonning mustaqilligini himoya qilish uchun doimiy o'z-o'zini rivojlantirishni talab qiladi.

Psixologik nuqtai nazardan, Lev Viygotskiy tomonidan ilgari surilgan nazariyalarga ko'ra, o'rganish jarayoni ijtimoiy muhit bilan chambarchas bog'liq. Uning fikricha, inson yangi bilimlarni muloqot va tajriba orqali o'zlashtiradi. Bu esa har qanday yoshda yangi ko'nikmalarni o'rganish uchun ijtimoiy muhit muhim ekanligini ko'rsatadi.

Shuningdek, Jan Piage kognitiv rivojlanish nazariyasida inson tafakkuri bosqichma-bosqich rivojlanishini ta'kidlaydi. Garchi u asosan bolalar rivojlanishini o'rgangan bo'lsa-da, uning g'oyalari kattalar uchun ham o'rganish jarayonining davomiyligini anglashda muhim ahamiyatga ega.

Zamonaviy ilm-fan vakillaridan Kerol Dvek o'zining "Mindset: Muvaffaqiyatning yangi psixologiyasi" (Mindset: The New Psychology of Success) asarida rivojlanishga yo'naltirilgan tafakkur (o'sish fikrlash tarzi) tushunchasini ilgari suradi. Unga ko'ra, inson o'z ustida ishlash orqali har qanday yoshda yangi ko'nikmalarni egallashi mumkin.

Yangi ko'nikmalarni o'rganish insonning psixologik holatiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bu jarayon o'ziga bo'lgan ishonchni oshiradi, stressni kamaytiradi va hayotdan qoniqish darajasini yaxshilaydi. Ayniqsa, katta yoshdagi insonlar uchun yangi faoliyat bilan shug'ullanish kognitiv faollikni saqlab qolishda muhim omil hisoblanadi.

Amaliy jihatdan qaraganda, yangi ko'nikmalarni egallash insonning kasbiy rivojlanishiga ham xizmat qiladi. Zamonaviy jamiyatda doimiy o'rganish zarur bo'lib, yangi bilimlar mehnat bozorida raqobatbardoshlikni oshiradi. Shu bilan birga, yangi narsalarni o'rganish insonni moslashuvchan va ijodkor qiladi.



Xulosa qilib aytganda, yangi ko'nikmalarni o'rganish yoshga bog'liq bo'lmagan, umrbod davom etishi mumkin bo'lgan jarayondir. Bu insonning aqliy salomatligini yaxshilash, shaxsiy rivojlanish, ijtimoiy aloqalarni kengaytirish va kelajakka tayyorlanish uchun muhim omildir. Har qanday yoshda yangi narsalarni o'rganish, o'zini doimiy ravishda yangilab borish inson hayotini boyitadi, unga yangi imkoniyatlar eshiklarini ochadi va zavqli hayot kechirishni ta'minlaydi.

Har qanday yoshda yangi ko'nikmalarni o'rganish insonning intellektual, psixologik va ijtimoiy rivojlanishida muhim o'rin tutadi. Inson doimiy ravishda o'z ustida ishlashi, yangi bilim va ko'nikmalarni egallashga intilishi zarur. Bu nafaqat shaxsiy rivojlanishga, balki jamiyat taraqqiyotiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Uzluksiz o'rganish insonni zamonga moslashuvchan, fikrlashda erkin va hayotga faol munosabatda bo'ladigan shaxs sifatida shakllantiradi.

Adabiyotlar ro'yhati

1. Lev Viygotskiy "Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes". – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1978.
2. Jan Piage "The Psychology of Intelligence". – London: Routledge, 1950.
3. Kerol Dvek "Mindset: The New Psychology of Success". — New York: Random House, 2006.
4. Erik Kandel "In Search of Memory: The Emergence of a New Science of Mind". – New York: W.W. Norton & Company, 2006.
5. Neyroplastiklik va xotira jarayonlari haqida ilmiy asos (World Health Organization "Mental Health: Strengthening Our Response".) – Geneva, 2018. UNESCO "Lifelong Learning". — Paris, 2015.