

УДК: 373.55

ДУХОВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РОЛЬ САМООБРАЗОВАНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ УЧАЩИХСЯ ОБЩИХ СРЕДНИХ ШКОЛ КАК СОВЕРШЕННЫХ ЧЕЛОВЕКОВ

*Зарипова Гульбахор Комиловна – доцент
Бухарского государственного университета
кандидат педагогических наук
dersuzala1972@gmail.com
Телефон: (99897) 280-72-01*

Ключевые слова: самообразование, самостоятельная работа, педагогико-психологические

Аннотация: Данная статья посвящена подробному изложению научно-практических исследований и теоретических изысканий автора о роли самообразования в системе духовно-педагогического воспитания учащихся средних школ. В то же время констатируется, что разработка педагогических и психологических основ системы, регулирующей деятельность, формирующую основу самостоятельного мышления учащихся, является актуальной проблемой научных исследований, а научно-практические исследования для решения этой проблемы являются актуальными.

Key words: self-education, independent work, pedagogical and psychological foundations, methodological basis, functional systems, nervous system, logic, self-knowledge, psychological science, self-control.

Abstract: This article is devoted to a detailed presentation of scientific and practical research and theoretical research of the author on the role of self-education in the system of spiritual and educational upbringing of secondary school students. At the same time, it is stated that the development of pedagogical and psychological foundations of a system that regulates activities that form the basis for independent thinking of students is an urgent problem of scientific research, and scientific and practical research to solve this problem is relevant.

«Саморегуляция», «самообразование» появились не в последнее время в педагогике и психологии. Педагогам и психологам более знакомы термины «самостоятельность», «самостоятельное чтение», «самостоятельная работа», а поскольку у известного чешского педагога Ю.А. Каменского особое внимание уделяется образованию, для самостоятельной работы учащихся, формирования навыков самостоятельного выполнения учебных задач [6].

Первый президент Узбекистана И.А.Каримов в своём выступлении «Совершенное поколение – основа развития Узбекистана» сказал: «В демократическом обществе дети, в целом, каждый человек воспитываются как свободомыслящие. Если дети не научатся свободно мыслить, то неизбежно эффективность данного образования будет низкой. Конечно, знания нужны. Но знания уже в пути. Независимое мышление также является большим преимуществом», — говорит он [1].

Важным вопросом современности является то, что самостоятельное мышление приобретает материальную сущность в условиях рыночных отношений. Если посмотреть на вопрос шире, самостоятельное мышление может быть эффективным лишь тогда, когда оно становится внутренним желанием, эмоциональной, интеллектуальной и духовной потребностью ученика, а не только посредством внешнего воздействия. Поэтому разработка педагогических и психологических основ системы, регулирующей деятельность, формирующую основу самостоятельного мышления учащихся, является актуальной задачей научных исследований. Методический характер имеет тот факт, что данный вопрос приобретает социально-экономическую сущность не только в образовательном процессе, но и в масштабах всего общества. Её методологическая основа связана с ускорением социального и научно-технического развития в условиях независимости, ускорением жизни общества, повышением роли человеческого фактора в отраслях. Эффективное использование знаний и умений требует от человека знания научных основ механизмов саморегуляции и самоуправления.

Подготовка человека к самостоятельной жизни и труду осуществляется сначала в семье, в дошкольном образовании, а затем в школе. Именно в этой священной школе он приобретает навыки непрерывного обучения, постоянного совершенствования своих способностей, осознания своего долга перед обществом, регулирования своего поведения исходя из требований общества. Поэтому важным вопросом образовательного процесса является информирование учащихся о механизмах регуляции их деятельности, статуса и личностных качеств с учётом социальных требований и особенностей их организма и воспитание их в этом духе.

Саморегулирование и управление – гораздо более широкая проблема. Необходимо различать личностные качества, психическое состояние и деятельность, принципы саморегуляции.

На саморегуляцию человека влияют, прежде всего, его активное отношение к себе и другим, во-вторых, нравственная и социальная направленность его личности, в-третьих, его личный и социальный опыт сравнения себя с другими в

совместной деятельности и общении. Однако исследования в этом отношении ещё не начались.

Нас интересуют внутренние психические и физические механизмы, связанные с самообразованием ученика в школе, и нас интересует ответ на вопрос, может ли он заниматься самообразованием.

При этом мы не имеем в виду, что процессы кровообращения, дыхания, ассимиляции и диссимиляции, связанные с жизнедеятельностью человеческого организма, происходят сами по себе. Мы думаем лишь о регулировании и управлении некоторыми физиологическими и психическими состояниями, исходя из возможностей человека регулировать свою деятельность исходя из требований той деятельности, которой он занимается.

В теории кибернетики и автоматического управления понимают, что саморегуляция — это определённая неизменность параметров рабочей системы или вообще сохранение её изменений в соответствующих пределах системы. Теоретические основы саморегуляции функциональных систем разработаны российскими учёными П.К.Анохиным, Н.А.Бернштейном и О.А.Канопкиным. При этом они обосновывали и саморегуляцию состояния, деятельности человека, способность субъекта активно изменять себя [4].

Сознательная система саморегуляции деятельности имеет свою структуру и уникальна для разных видов деятельности. Она включает в себя следующие звенья: цель деятельности, сущность, модель состояния, программа действий, оценка результата, изменение-коррекция.

Великий русский физиолог П. К. Анохин объяснил принципы работы человеческого мозга, его функциональные блоки, его целостность, необходимые уровни движения и вегетативного контроля, то есть именно одной части или всех частей организма, и их подчинённость текущему движению и состоянию организма, для его жизнедеятельности, научно обосновано, что оно служит получению полезного результата. На основе его идей удалось определить физиологические основы понимания целенаправленной направленности поведения человека, механизма эмоциональных реакций, сложной сущности коррекции поведения [4].

Мысли учёного о функционировании функциональных систем имеют общетеоретическое значение не только для науки физиологии, но и для педагогов, как научная основа возможности повернуть поведение и поведение человека в сторону, выгодную для его деятельности. Функциональные системы универсальны и могут быть легко применены к любой системе, включая живые организмы, машины и социально-экономические структуры. Эта теория обогатила деятельность мозга человека И.П.Павлова новыми данными, позволившими дополнить учение о рефлексах деятельностью сложных нервных механизмов [6].

Каждый психический и физиологический процесс в человеке, какими бы простыми или сложными они ни были, связан с формированием функциональной системы и состоит из совокупности поведенческих действий. Всякое желание человека может заключаться в удовлетворении своих потребностей, приобретении социальной профессии и т. д.

Мотивационные импульсы, возникающие в передних отделах больших полушарий мозга, представляют собой идеальные, потребности или физиологические потребности во внутренней рецепторной области организмов, мотивы направлены к структурам ретикулярной формации в лимбической системе мозга. В результате этого возникает особая деятельность мозга, без которой не может происходить ни одно действие или деятельность человека. Структура ретикулярной деятельности мозга обеспечивает изучение окружающей его ситуации и соответствующую реакцию на внешнюю реакцию в нужный момент. Этот процесс представляет собой афферентный синтез, который является необходимым условием принятия цели и решения. В процессе афферентного синтеза мозг «перебирает» большое количество информации, поступающей от внешних организмов, факторы внешней среды, воздействующие на организм в связи с потоком раздражителей, называются афферентацией. В свою очередь, афферентный синтез связан с опытом в памяти человека. Поэтому важным необходимым компонентом функциональной системы является нейрофизиологический аппарат памяти.

Изучая ситуацию, мозг из большого количества возможных «решений» принимает оптимальное для данной ситуации. Это время резкого поворота мозговой активности, после которого мозг принимает «решение» и вырабатывает «программу действий». На этой основе поток раздражений приобретает афферентный характер и выполняет исполнительную функцию. Однако мозгу необходим стартовый сигнал, прежде чем он сможет инициировать движение. Эта первоначальная афферентация состоит из возбуждающего тока, который определяет благоприятное время для выполнения организмом решения. Прежде чем принять «решение» и разработать «программу действий», мозг формирует специальный аппарат «предвидения желания», который называется акцептором действия. У человека рецептивный двигательный аппарат является продуктом длительного эволюционного развития.

Предвидение свойственно человеку и всем живым организмам и является средством понимания пространственно-временной структуры Вселенной. Форсайт служит для человека средством заранее рассмотреть физиологические процессы и обеспечить уникальную реакцию на неблагоприятные ситуации.

До сих пор приемник движения не имел точного нейрофизиологического определения, но является продуктом работы всего мозга и аппарата памяти. Именно эти структуры играют важную роль в высоких афферентных синтезах и «принятии решения», выработке программы действий. На основании этого

организм выполняет различные действия, исходя из решения и программы действий. Однако обогащение каждого движения происходит под постоянным контролем мозга. Такое управление осуществляется с помощью обратной афферентации, или двусторонней связи. По двусторонним каналам связи информация передаёт получателю действие, которое включает в себя готовую модель этого действия и план его выполнения, а также конечный результат. Эмоциональный фон важен при выполнении действия. Если результат действия соответствует реальной модели, человек испытывает удовлетворение и положительные эмоции. Если результат действия не соответствует реальной модели, формируется отрицательная эмоция, и организм направляет свои резервы на получение ожидаемого результата. Таким образом, структурные механизмы функциональной системы будут состоять из следующих: 1) афферентного синтеза; 2) принятие решений; 3) акцептор действия, или устройство предвидения, то есть устройство, моделирующее будущий результат; 4) объединение соматических и вегетативных функций, образующих афферентный наблюдательный комплекс в акте движения; 5) результат действия; 6) двусторонняя афферентация – стадия, определяющая движение.

Механизмы функциональной системы и иерархии деятельности, формирующие акт движения у человека, кратко сводятся к следующему. Отсюда видно, что человек может изменять и управлять свойствами своего организма. Это показывает, что возможности образования и самообразования безграничны. Возможности нервной системы человека показали, что она может не только изменять некоторые свои свойства, но и полностью изменять себя и создавать заново.

В ходе деятельности её форма и программа могут меняться, приспосабливаясь друг к другу. Однако цель деятельности остаётся неизменной до тех пор, пока человек не достигнет её или не откажется от неё ради другой цели. У детей и взрослых в ходе деятельности, в её основных частях пути и средства, программа действий изменяются в зависимости от условий, так как одна и та же цель может быть достигнута разными путями и средствами. Однако детям труднее отличать важное от второстепенного, чем взрослым, и из-за неопытности они могут совершать больше ошибок и выполнять работу менее качественно. Эти дефекты могут постепенно исчезнуть. Следующим компонентом деятельности является оценка результатов. При оценке учитываются успешность выступления, точность движений, плавность, результативность, качество.

После части «оценки результатов» деятельности наступает этап коррекции. Если цель полностью и правильно достигнута, никаких исправлений производиться не будет. Человек как субъект своей деятельности определяет свои задачи, способы

достижения цели, средства, наблюдает за процессом работы, изменяет способы и средства в зависимости от условий, оценивает результаты и, наконец, создаёт удовлетворение от своего труда. В процессе изменения и рационализации деятельности в человеке происходит процесс интеллектуального, нравственного и духовного роста, он чему-то учится, растёт его ум, улучшаются его силы и возможности. Эти аспекты интересуют педагогов и психологов. Функции структуры управления в любом виде деятельности проявляются в различных процессах: восприятии, памяти, мышлении, воображении. В этом случае разница видна в опыте, настойчивости и интеллекте человека. Поэтому такую ситуацию можно увидеть при создании учебных задач для ученика. В этом случае мы видим изменения задач в структуре системы самоуправления человеческой деятельности.

В результате обучения ученика самоуправлению в учебной деятельности развивается его личность и у него формируются черты самостоятельности в себе как субъекте управления.

В процессе самоконтроля развивается ряд психических процессов: внимание, память, воображение, мышление, формируются также личностные качества, воля, самосознание, способности, характер.

В формировании самоуправления формируется восприятие учеником самого себя, знание своих возможностей и умение их оценивать. Согласно исследованиям психологов, уровень самосознания и возможностей человека отражается на продукте его деятельности. В зависимости от выполняемой человеком работы можно узнать его знания, умения, способности, трудолюбие, тщательность или поверхностность, ленивость, нетерпеливость, отсутствие интереса.

Учащимся следует научить, известны ли оценки учащихся себя и своих способностей «правильные-адекватные», «неправильные-чрезмерные» (переоценивающий свои силы – чрезмерный уверенный в себя или неадекватная высшая самооценка) или низкие (скромные, о не знающие значения). Особенно это зависит от возраста. Подростки часто переоценивают свои силы и возможности, и это может сохраняться и в подростковом возрасте. Если человек переоценивает себя и свои возможности, он стремится продвигаться и возвышаться; хорошо, но знать, что у него есть что-то, чего у него нет, и думать, что «учитель его не понял, недооценил», это приводит к огорчению и тормозит его развитие. Низкая самооценка может стать причиной и отрицательных качеств: ученик может поверить в свою «второсортность», «ленивость», неточность, не стыдиться этого, а привыкнуть к этому. Это состояние может остаться у него на всю жизнь, а может продолжаться до тех пор, пока он не окажет сильное влияние. Например, если новый учитель окажет на него

положительное, индивидуальное воздействие, привьет ему чувство собственного достоинства или если этот ученик в кого-нибудь влюбится, он может измениться.

Правильная самооценка формируется в зависимости от возраста и опыта, общения со сверстниками, отношения и оценки взрослых.

Деятельность каждого ребенка — это непрерывный процесс, происходящий один за другим, имеющий начало и конец.

В детстве, подростковом и юношеском возрасте человек познаёт самоменеджмент как предмет возрастной деятельности, осознаёт свои возможности, способности и то, на что он способен. Будучи человеком, он имеет чёткое представление о своём потенциале:

- 1) уметь ставить цель и стремиться к её достижению;
- 2) выбирать наиболее удобный способ формирования собственного движения, способов и средств реализации цели;
- 3) уметь программировать деятельность, учитывать результаты способов и средств достижения цели, частей действия, идущих одна за другой;
- 4) уметь самооценивать – уметь оценивать продукты своей деятельности в пути и конечный результат;
- 5) умеет вносить изменения и корректировки в полученные результаты;
- 6) понимать взаимоотношения в самоуправлении: должен уметь устанавливать взаимоотношения с людьми и орудиями труда.

Самоуправление зависит от понимания собственных сил и возможностей. Эта деятельность будет целостной и осознанной. Воспитание у обучающихся интереса к самоуправлению, постоянное направление их к этому даёт им навыки и умения самоуправления. Учащиеся постепенно учатся оценивать свое поведение как предмета деятельности. Полуавтоматические, сознательные механизмы, то есть навыки и привычки, также играют роль в самоконтроле. Однако если человек находится в сознании, он может рационально управлять этими действиями [2].

Цель образования – научить школьников быть самодисциплинированными, сознательно относиться к труду, уметь учиться и работать самостоятельно, самодисциплине, самоконтролю.

При определении уровня самоуправления необходимо учитывать мнение преподавателей, мастеров учебного производства, групповых тренеров, друзей, одноклассников. Это способность школьника самостоятельно планировать, программировать, устанавливать цели, пути и средства в структуре деятельности самоуправления, ставить самостоятельную цель, проявлять решимость к её достижению, устойчивость, уверенность в себе, сознательное стремление, инициативность, способность к критически относиться к себе, независимость, чувство

ответственности, податливость к обучению и овладение навыками самообразования также могут быть основными показателями. Это основа самодиагностики.

Самообразование учащихся общеобразовательной школы осуществляется посредством определённых методов. Профессор А.И.Кочетов в книге «Организация самообразования школьников» показывает самопознание как основной метод самообразования учащихся, а в качестве его компонентов определяет самонаблюдение, самоанализ и самообучение. В результате он проявляет чувство собственного достоинства и самоконтроль. Основным методом состоит из 3 компонентов. Этапами самопознания являются: самонаблюдение, самоанализ и самопознание [3]. В этом есть определенная логика, поскольку средство самообразования, самообучения, письменный устный отчёт, письменный самоанализ, самообразование повышают самосознание.

Таким образом, если мы говорим, что основным методом самообразования учащихся является самопознание, мы имеем определенное основание. Ранее мы рассмотрели научные и практические вопросы самоуправления. На основе этого ниже приводится итог самопознания. Как мы уже упоминали, самопознание школьников состоит из самонаблюдения, самоанализа и самообучения.

Понимание человеком своего «Я» можно назвать самопознанием. Учащийся выступает как субъект познания и деятельности для самого себя, понимает себя на основе сравнения себя с другими. При этом человек знакомится с другим человеком, так что тот становится объектом наблюдения, изучения, познания. Тогда знание и самопознание проявятся как единое целое. При этом у человека появляется возможность сравнивать себя с другим человеком, сравнивать с ним свои личностные качества, смотреть на себя через другого человека. Это начало сложного познавательного процесса. На этой основе, постепенно поднимаясь на более высокие ступени и понимая причины собственного поведения, определяя свои качества и на этой основе анализируя свои недостатки, анализируя свои сильные и слабые стороны, свою собственную систему общественных отношений, определяет положение. В этом процессе участвует познание-мышление человека. В процессе самопознания начинается понимание чувств, интересов, ценностей. Основой является знание своих особенностей, контроль своего поведения, своих действий, то есть самоконтроль.

Самовыражение учащихся должно учитываться в чтении, общественно полезном труде, игре и отдыхе, а также в их взаимоотношениях с обществом, в котором их можно наблюдать с новой стороны. Эта законность отражается и в их восприятии себя как субъектов. Если каждый хочет узнать свои личные качества, ему следует наблюдать и анализировать себя в разных ситуациях. Общение, взаимодействие с другими людьми и посредством практической деятельности имеют большое значение в самопознании школьников.

В высокоразвитой и интегрированной команде её требования к каждому члену приводят к его познанию и совершенствованию собственных характеристик.

Самопознание реализуется через отношение к другому человеку. «Я» не может быть по-настоящему понято только как непосредственный объект. Свою сущность в сотрудничестве и общении с другими он реализует только через свое отношение. В таких сложных человеческих отношениях каждое конкретное «Я» выступает как объект другого конкретного «Я». Только тогда люди смогут узнать друг друга в человеческих, т. е. межличностных отношениях. Школьники совершенствуются, сравнивая себя с другими, стремясь к положительному образцу для подражания.

В самообразовании познание человека становится необходимой деятельностью. Каждый человек имеет возможность узнать свою сторону по отношению к воспринимаемому им человеку и сравнить её с внешне проявляющимися сторонами своего поведения. Однако самообучение имеет индивидуальный характер.

Когда педагогическое обучение школьников будет основываться на общих законах обучения человека человеком, оно будет носить более глубокий и целенаправленный характер. Уникальность педагога в этом отношении зависит от уровня его подготовки в этой деятельности, уровня учебного общения и требований. Поэтому человек должен начать познавать себя, наблюдая за собой. Самонаблюдение — это прежде всего, это анализ памяти, мыслей и своего поведения за определённый период времени. Оно имеет смысл не только само по себе. Эмоции, мысли, отношения и личные качества имеют важное значение. Ребёнка следует приучать наблюдать за собой с раннего возраста. Например, каждый вечер перед сном ребенок должен мысленно анализировать, что он сделал в течение дня, что было правильно, что не так, а что разочаровало. По мере взросления ребенка необходимо уделять ему больше времени и сделать его неотъемлемой частью своей жизни на протяжении всей жизни. Взрослый должен проанализировать определённый период своей жизни и превратить его в свою привычку. В науке психологии доказано, что действия человека становятся привычкой только тогда, когда они регулярно повторяются. В результате повторения формируются важные связи в определённых центрах состояний полушарий головного мозга. На этой основе повторяющиеся процессы входят в привычку и формируется динамический стереотип. Самонаблюдение должно подготовить почву для самоанализа. Самоанализ – второй метод самопознания. Этот процесс более сложный, он протекает в форме критической оценки вещей, сравнения их с вещами, важными для определённого человека. Если самонаблюдение представляет собой ожидание того, что произойдет, то процесс

самоанализа побуждает найти ответы на вопросы, почему именно это произошло, по какой причине и благодаря каким качествам это произошло.

Ученик оценивает свои личностные качества с точки зрения совершенного человека, а также оценивает свои психологические, профессиональные, склонности и социальные качества личности. В этом отношении самоанализ включает в себя не короткий «кусочек» ученической жизни, а гораздо более длительный период и даёт основу для вывода.

Формирование у учащихся здоровой критики и самокритики также является необходимым инструментом развития. Объективное, доброжелательное, беспристрастное мнение является основой правильной самооценки учащихся и формирования требовательного отношения. На их основе у школьника формируется самооценка.

Самооценка призвана не только определить уровень развития ученика, но и ценностно подойти к личностным качествам, усилить потребность удовлетворяться своими положительными качествами и развивать их, быть недовольным своими недостатками и изменяться. Критические мысли и установки могут оставаться на уровне добрых пожеланий. Если их не превратить в мощный инструмент самопреобразования, если не сделать правильные выводы, они так и останутся в воздухе. Оно появляется, когда стремление их реализовать направлено на усилия по самосовершенствованию.

Организация самопознания, самонаблюдения, самоанализа хотя и образуют целую систему и подготавливают почву для самосознания, но на этом средства, укрепляющие его, не заканчиваются. С. Б. Елканов, занимавшийся вопросами самообразования будущих учителей, использовал такие методы как самомотивация и самопрограммирование, управление, самообучение и самоконтроль, самоубеждение себя и дополнять это специальной самоподготовкой [5, 40]. На наш взгляд, если самопознание будет укрепляться этими средствами самообразования, самообразование учащихся может приобрести определённую системность, войти в привычку и дать положительные результаты.

Задача педагога – уделить особое внимание формированию жизненных целей и идеалов в системе воспитания учащихся. Приучать к самообразованию школьников, не устремлённых в будущее, не имеющих твердых убеждений и жизненных идеалов, сложно но эффективно, необходимо сформировать мнение. Важной движущей силой, побуждающей человека к совершенству, является его стремление к будущему. Самообразование должно способствовать его формированию у ученика.

Самообразование, или создание в этой связи собственной программы, также имеет важное значение в развитии личности школьника. Это можно сделать разными

способами: письменным планом или обязательством. Учащиеся должны определить его форму исходя из своих возможностей. В этом случае опыт показывает, что письменный план может быть более полезным. Потому что наличие его в письменной форме является основой активного мышления при определении задач самообразования.

Возможности самосовершенствования человека безграничны. Здесь нет предела индивидуальному творчеству. Один из них – научить себя. Суть этого метода в том, что обучающийся может сознательно регулировать свои действия и поведение в определённых ситуациях. Преднамеренность человеком своих действий предохраняет его от ошибок и даёт ему опыт предварительного планирования своих действий. Давание указаний самому себе подобно упражнению перед будущим действием и, в свою очередь, является методом объективного регулирования и контроля. Наличие у человека стремления предвидеть будущее является причиной его способности владеть собой даже в неожиданных ситуациях, направлять свои мысли и внимание. В этом случае человек делает выводы из вчерашних ошибок и задаётся вопросом: «Почему так произошло?», «В чём причина?» лицом к лицу со своими вопросами, он заранее мысленно наставляет себя исправить свои ошибки в будущем.

Обучение школьников самообразованию – это процесс. Каждый процесс занимает определённое время и приобретает систематический характер. В этом отношении методы самоконтроля и самоотчёта также полезны для приобретения навыков самообразования. В этом случае ученик работает над собой и наблюдает за своими действиями «со стороны», глазами другого человека. В отличие от самонаблюдения, в этом методе мысли и действия учащегося происходят одновременно. Функция самоконтроля и отчётности заключается не в наблюдении или регистрации события, а в его оценке и изменении поведения.

Самоконтроль исходит из способности человека контролировать события внешнего мира. Самоконтролю обучаются, а затем переносят его на поведение и действия человека. В самовоспитании самоконтроль выполняет функцию коррекции и контроля личностных качеств. В этом случае человек регулирует свои действия и постоянно напоминает себе, что ему нужно сделать: «Я должен сделать это, я должен делать то» и так далее.

Самообразование школьников может осуществляться как самостоятельная деятельность или как помощник основной практической деятельности. Тогда самоконтроль помогает осознанно реализовать самодисциплину. По мере приобретения учеником навыков самодисциплины самоконтроль укореняется в нём или входит в привычку и возникает спонтанно и непроизвольно. Этого, конечно, можно достичь не само собой, а на основе постоянной практики. Самоотчётность как

дополнительный метод или инструмент дополняет и усиливает самоконтроль. Самоотчёт о своём поведении означает изменение своего поведения.

Убеждая в себе, на основе анализа своей жизни и серьёзных логических выводов, ученик сознательно направляет себя на дальнейшее развитие своего поведения, подготавливает себя к этому. С помощью самоубеждения он меняет своё самосознание, своё отношение к различным событиям жизни. Самоубеждение требует от ученика активного ума и уникального спора с самим собой. Учащийся выдвигает различные положительные или отрицательные утверждения, определяет истину и начинает воплощать её в свою жизнь. Для этого школьник должен обладать достаточной уверенностью в себе. Важную роль в этом играет формирование умения анализировать, сравнивать, обобщать собранные им базы. Для этого ученику следует хорошо использовать методы самооправдания и самоутешения. На основании них человек принимает то или иное решение о развитии своего поведения в процессе убеждения самого себя. «Должно ли это быть сделано так или как-то иначе?» Исполнение данного решения принимается в виде приказа.

Метод самопринуждения – это самообладание. Самообладание – это волевое воздействие на себя, и когда после самоанализа появляются сомнения или некоторое расслабление в принятии решения, появляются факторы, разрушающие его может быть средством активной деятельности в самовоспитании. В мыслях и действиях человека возникает такая ситуация, что, когда приходит время осуществить запланированное событие, работу или план, он призывает себя как команду. Такая ситуация возникает в жизни школьников, когда им приходится делать что-то, чего они не хотят и не принимают от души. Однако эта работа должна быть сделана для других и для команды. Тогда человек преодолевает свой внутренний духовный конфликт и направляется к этой деятельности.

Преимущество человека перед животными в этом отношении состоит в том, что он сознателен, целеустремлён, способен видеть вперёд и может использовать свою волю для выполнения поставленной перед ним задачи.

В хадисах сказано, что это не физически сильный человек, а человек, умеющий контролировать свой гнев. Человек считается добровольным лишь тогда, когда он делает что-то, чего он не хочет, что ему неприятно.

Учащиеся должны с юных лет понимать, что жизнь человека продолжается в виде чередования радостей и горестей. Если он вовремя этого не осознаёт, ему будет очень трудно найти правильный путь в будущем.

Великий русский композитор П. И. Чайковский говорил: «Человек должен иметь возможность работать, даже когда он этого не хочет. Человек должен

уметь владеть собой и направлять себя в нужное русло. Вдохновение не приходит к ленивым» [7].

Приказывать себе как способ принуждения себя – значит преодолеть желание и подготовиться к его исполнению желаний, дать себе свободу готовить типа «я должен» и «я буду». В ряде случаев самообладание может реализовываться в форме самоподчинения. В таком случае человек охотно подчиняется кому-то или чему-то, понимая, что ему это нужно. Самоподчинение есть суть самодисциплины, или честного исполнения своего долга и подчинения ему своей воли. Подчинение – очень широкое понятие: подчинение людей, общества, наций, государство и господство над ними и т. д. Однако мы рассматриваем его не как общественно-политическое явление, а как педагогический инструмент, как метод самообразования школьника.

В работе, проведенной со школьниками, мы убедились, что самоподчинение не является врождённым качеством, а должно формироваться у них как продукт деятельности и воспитания. Формирование у него этого качества связано с высшей нервной деятельностью, направленностью личности, волевыми качествами и образом жизни, воспитанием, особенно его нравственными качествами. При этом решающую роль играют также воображение и идеалы учащегося о своей жизни и будущем. Поэтому самоподчинение уместно рассматривать не как поведение ученика, а как качество личной воли.

Один из способов приручить себя — это тренировать самоконтроль. Оно проявляется в удерживании ученика или одноклассников от событий и ситуаций, приводящих к вредным и плохим последствиям. В свою очередь, самоконтроль также является примером дисциплины. С её помощью человек контролирует свои эмоции, вмешивается в случае необходимости и воздерживается от ненужных вещей. Воспитание этого качества у учащихся необходимо не только в плане самообразования, но и терпеливого преодоления ситуаций и событий, происходящих каждый день, на каждом шагу, неуместных, неудобных и неприятных действий окружающих. Неограниченность, неуместное вмешательство в работу, жизнь и даже в их слова людей принесут людям большое разочарование или беду. Неспособность подавить эмоции и гнев вызывает большие неприятности в системе человеческих отношений. В хадисе: «Человека, который может контролировать свой гнев, называют самым сильным человеком». Недаром сказано: «Если ты гневаешься, сядь, если стоишь, встань, если сидишь, или помолчи».

У человека должен быть внутренний «тормоз», сдерживающий его эмоции. Звучит как рецепт. Самоконтроль – одно из его проявлений. В учениях нашего народа, таких как «не вмешивайся», «не переговаривайся со взрослыми», «не вмешивайся в дела взрослых», есть упоминание о самоконтроле.

Помимо вышесказанного, самоконтроль может проявляться несколькими способами: например, напоминать о себе, утешать себя, поощрять себя, награждать себя, унижать себя или наказывать себя, настаивать, использовать себя или давать обещания про себя, клясться самому себе и т. д.

Среди этих методов и средств утешение себя выделяется сильным влиянием на самовоспитание. Хотя релаксация и самоуспокоение входят в систему средств самообразования, они имеют гораздо более широкое значение. Однако нас это интересует как средство самообразования школьников. Самоутешение – важный способ самоконтроля, человек воздействует на себя посредством слова, исходя из своего душевного состояния. Утешение себя имеет разные эффекты в зависимости от восприимчивости человека к внутренним и внешним воздействиям, состояния нервной системы. В некоторых случаях люди с пустой нервной системой и отсутствием воли могут легко успокоиться и впасть в болезнь и депрессию. Поэтому человек должен утешаться в себе, сохраняя при этом спокойствие. Создание желаемой ситуации путем многократного повторения про себя утешительного слова, полной веры в будущее состояние, повторения его в уме посредством слов, повторения желаемого состояния своими словами, направления духовного мира к нему и впитывания его, мысленной подготовки себя для него — функция комфорта. Утешение в различных формах и содержании и ситуациях – это только положительное решение, человек должен командовать своим разумом в форме «Я спокоен», «Я прав», «Я верю в себя».

В проводимых исследованиях самокомфорт и самообразование могут осуществляться в форме специального обучения. Однако это не входит в рамки нашего исследования. Исходя из логики самообразования, мы задумались о методе самопознания и методах и инструментах, его укрепляющих.

Самопознание как целостный метод – это самонаблюдение, самоанализ и как результат самооценка. Остальные события, которые мы рассмотрели, являются методами или средствами усиления этого процесса. Стоит отметить, что комплексное применение всех из них в процессе самообразования учащихся подготавливает почву для самооценки.

Таким образом, в этой работе, первоначально в условиях независимости, при подготовке квалифицированных специалистов в средних общеобразовательных школах мы будем не только готовить из них профессионально зрелых, умелых мастеров своей профессии, но и воспитывать их духовно, нравственно и познавательно, как обладатели определённой профессии, необходимость мы объяснили на основе научных экспериментов. Причина этого определяется увеличением человеческого фактора во всех сферах развития общества в условиях независимости. Подготовка самостоятельно мыслящего специалиста требует развития

механизмов самоконтроля. При этом мы определили научные основы того, что саморегуляция человеком своих эмоций, интересов и стремлений зависит от физиологических механизмов высшей нервной системы и работы полушарий головного мозга. На этой основе мы описали методы самообразования школьников и механизмы их реализации. Реализация их в практической деятельности зависит от создания целостной системы воспитательной работы в общеобразовательной школе, взаимного согласования и комплексного функционирования компонентов этой системы.

Список использованной литературы:

1. Каримов И.А. «Совершенное поколение – основа развития Узбекистана». - Ташкент: «Узбекистан», 1999.
2. Зарипова Г.К. Педагогический подход в формировании личности учащегося в общей средней школе и его значение лидера в получении профессии. VOLUME 2, SPECIAL ISSUE 10 SEPTEMBER 2023. ISSN: 2181-3515. 8-22-стр. https://t.me/Erus_uz
Educational Research in Universal Sciences, 2(10), 8–22. Retrieved from <http://erus.uz/index.php/er/article/view/3794>.
https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:j8SEvjWINXcC
3. А.И.Кочетов. Организация самовоспитания школьников. Минск, «Народная osveta», 1990, 25-40 стр.
4. Анохин П.К. Условие вопросы теории функциональных систем. – Москва: наука, – 1980. – 372 с.
5. Абдуллаев А. Духовность и экономическое мышление. - Ташкент: Маънавият, - 1999. - 104 с.
6. Zaripova G.K., S.Sayidova, I.Zhuraev, Zh.Zhurakulov. Theory and practice of systemic organization of spiritual and educational education of students in vocational colleges. ВВК 74.200.51. UDK 371. “Problems of Science.” – Moscow: monograph. 2021 ISBN 978—1-64655-084-5.
https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:M3ejUd6NZC8C
7. Zaripova G.K. Future specialists – spiritual and professional education of secondary school students – a need for the development of our independent country. Educational Research in Universal Sciences, 2(9), 97–105. Retrieved from <http://erus.uz/index.php/er/article/view/3872>.
http://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&pagesize=80&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:VLnqNzywnoUC
8. Zaripova G.K. Umumiy o'rta ta'lim maktabi o'quvchilarini ma'naviy-ma'rifiy tarbiyalash tizimida o'z-o'zini tarbiyalashning o'rni. “TA'LIM VA INNOVATION

TADQIQOTLAR” “ОБРАЗОВАНИЕ И ИННОВАЦИОННЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ” “EDUCATION AND INNOVATIVE RESEARCH.” ISSN 2181-1709 (P); ISSN 2181-1717 (E); SJIF: 3.805 (2021). 2023/11. 311-318-betlar. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:XD-gHx7UXLsC

9. Zaripova G.K., Baxronov Sh.Sh., Muxammedova M.M. The role of theory and application of information systems in the field of information technology. SCOPE ACADEMIC HOUSE. 11th International Conference. «Science and practice: a new level of integration. in the modern world». November 30, 2020, Sheffield, UK. –Б.101-102.//DOI:http://doi.org/10.15350/UK_6/11.47.https://scope-science.com/uk_6_11.html; https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&pagesize=80&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:z_wVstp3MssC

10. Zaripova G.K. Umumiy oʻrta taʼlim maktab oʻquvchilarini maʼnaviy-maʼrifiy tarbiyasida sinf rahbarining shaxsiy va kasbiy namunasi. “PEDAGOGIK AKMEOLOGIYA” xalqaro ilmiy-metodik jurnal «ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ АКМЕОЛОГИЯ» международный научно-методический журнал “PEDAGOGICAL ACMEOLOGY” international scientific-methodical journal. №5(7) 2023. 120-129-betlar. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:9Nmd_mFXekcC

11. Zaripova G.K., F.F.Norova, T. Subxonqulov. Building the professional competence of globally competitive teachers in digital and information and communication technologies. Journal of Survey in Fisheries Sciences. 10(3S) 2254-2264. 2023. 2254-2264- pages. <https://sifisheriessciences.com/journal/index.php/journal/article/view/844/837>. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:-_dYPAW6P2MC

12. Zaripova G.K. Umumiy oʻrta taʼlim oʻquvchilarini komil shaxs sifatida shakllantirishda oʻzi-oʻzini tarbiyalashning maʼnaviy-pedagogik oʻrmi. “PEDAGOGIK AKMEOLOGIYA” xalqaro ilmiy-metodik jurnal «ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ АКМЕОЛОГИЯ» международный научно-методический журнал “PEDAGOGICAL ACMEOLOGY” international scientific-methodical journal. №1(3) 2024. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:nrtMV_XWKgEC

13. Zaripova G.K. Umumiy oʻrta taʼlim maktabi oʻquvchilarining yosh va individual xususiyatlarini hisobga olish – ular tarbiyasi samaradorligini oshirishning muhim faktoridir. “TAʼLIM VA INNOVATSION TADQIQOTLAR” “ОБРАЗОВАНИЕ И ИННОВАЦИОННЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ” “EDUCATION AND INNOVATIVE RESEARCH.” ISSN 2181-1709 (P); ISSN 2181-1717 (E); SJIF: 3.805 (2021). 2024/1. 288-296-betlar.

https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&pagesize=80&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:YohjEiUPhakC

14. Zaripova G.K. Umumiy o'rta ta'lim o'quvchilarini komil shaxs sifatida shakllantirishda o'zi-o'zini tarbiyalashning ma'naviy-pedagogik o'rni. "PEDAGOGIK AKMEOLOGIYA" xalqaro ilmiy-metodik jurnal «ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ АКМЕОЛОГИЯ» международный научно-методический журнал "PEDAGOGICAL ACMEOLOGY" international scientific-methodical journal. №1(3) 2024.

https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:nrtMV_XWKgEC

15. Zaripova G.K., Hazratova R. Development of professional competence of specialists in the training of teachers in digital and information technologies in our society. - Buxoro:Pedagogik Mahorat.2022. 36-43- стр.

http://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&pagesize=80&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:PVjk1bu6vJQC

http://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:8AbLer7MMksC

16. Zaripova G.K., Hikmatov A. I., Salimova D.B.. IN THE CONTINUOUS EDUCATION SYSTEM, UPGRADING AND RETRAINING OF PEDAGOGIC PERSONNEL IS THE CURRENT DEMAND. "ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal".ISSN: 2249-7137. Vol. 12, Issue 06, June 2022 SJIF 2022 = 8.252. A peer reviewed journal. – Page. 8.

http://journal.buxdu.uz/index.php/journals_buxdu/article/view/7954/5040;

https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&pagesize=80&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:Tiz5es2fbqcC

17. Zaripova G.K., Hikmatov A. I. Education of youth in conditions of national independence using the works of our great scientists. "Asian Journal of Multidimensional Research". ISSN: 2278-4853. Vol. 11, Issue 6, June 2022 SJIF 2022 = 8.179. 38-44-page. http://journal.buxdu.uz/index.php/journals_buxdu/article/view/7955;

https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&pagesize=80&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:XiSMed-E-HIC

18. Зарипова Г.К., Н.Ш.Намозов, Э.Л.Қобулова. Фундаментальная классификация электронной коммерции в развитии информационных технологий цифровой экономики. "UNIVERSUM: ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ". Научный журнал. Выпуск: 5(86). Май 2021. Часть 1. – Москва: © ООО «МЦНО», 2021 г. УДК 62/64+66/69. ББК 3. U55. ISSN : 2311-5122. DOI: 10.32743/UniTech.2021.86.5-1.

<http://7universum.com/ru/tech/archive/category/586>.

https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&pagesize=80&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:0EnyYjriUFMC

19. Zaripova G.K. Fundamental classification of electronic commerce in the development of information technologies of the digital economy. Сборник материалов международной научно-практической конференции «Современные проблемы прикладной математики и информационных технологий» в БУХАРСКОМ ДУ 15 апреля. 2021. 405-408– стр. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&pagesize=80&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:8k81kl-MbHgC

20. Зарипова Г. К. Значение информации и новых педагогических технологий в развитии молодого поколения в системе информационного общества в развитии цивилизации Узбекистана. Алгоритм построения дискретного аналога одного оператора//«Молодой учёный» Международный научный журнал.-г. Казань.-№ 11 (145). февраль,-2017 г. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28840573> https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=1xFax7AAAAAJ&pagesize=80&sortby=pubdate&citation_for_view=1xFax7AAAAAJ:kNdYIx-mwKoC