



TALABALARDA POZITIV TAFAKKURNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK SHART- SHAROITLARI

Jumaniyazova Oysha Sultanovna

UrDU Psixologiya yo`nalishi 2 - bosqich magistranti

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7446480>

ARTICLE INFO

Received: 04th December 2022

Accepted: 14th December 2022

Online: 15th December 2022

KEY WORDS

Tafakkur, pozitiv tafakkur,
shaxs, o'z-o'zini
takomillashtirish, o'z-o'zini
anglash, talabalik davri.

ABSTRACT

Mazkur maqolada talabalarda davrining o'ziga xos xususiyatlari, pozitiv tafakkurning psixologik jihatlari, pozitiv tafakkurni rivojlantirishning shart-sharoitlari to'g'risidagi fikrlar bayon qilingan.

Kirish. Jahon ijtimoiy-iqtisodiy munosabatlar rivojida inson aql-zakovati va ma'naviyati asosiy muvofiqlashtiruvchi, rivojlantiruvchi omil va vosita ekanligi tobora namoyon bo'lmoqda. Bu esa, o'z navbatida yuqori saviyaga ega mutaxassislarni, mehnat bozorida raqobatbardosh va innovatsion ta'lim muhitida hamkorlikdagi faoliyatga qodir pedagogik kadrlarni tarbiyalash muammosini yanada dolzarblashtirmoqda.

Milliy tiklanishdan milliy yuksalish sari rivojlanish yo'lini tanlagan Yangi O'zbekistonda mamlakatni modernizatsiya qilish, ijtimoiy-iqtisodiy jihatdan barqaror rivojlantirish uchun yuqori malakali kadrlar tayyorlash sifatini oshirish, inson kapitalini mehnat bozori talablari asosida rivojlantirish, ta'lim jarayoniga raqamli texnologiyalar va zamonaviy usullarni joriy etish, xalqaro standartlar asosida yuqori malakali, kreativ va tizimli fikrlaydigan, mustaqil qaror qabul qila oladigan kadrlar tayyorlash, ularning intellektual qobiliyatlarini namoyon etishi

va ma'naviy barkamol shaxs sifatida shakllanishi uchun zarur shart-sharoitlarni yaratish asosiy strategik vazifalar sifatida belgilangan. Bunda oliy ta'lim muassasalarida malakali mutaxassislar tayyorlash sifatini oshirishga xizmat qiluvchi mexanizmlarni takomillashtirish dolzarb muammo hisoblanadi.

Bo'lajak pedagog kadrlarni tayyorlash xalqaro dasturida talabalar faoliyatini rivojlantirishning fikriy aks ettirish amaliyotiga (reflective practitioner) yonaltirilgan taktikasini rivojlantirish, ijodiy va ratsional yondashuv uygunligini ta'minlashning psixologik mexanizmlarini takomillashtirish muhim vazifa sifatida belgilangan.

Talabalarda pozitiv tafakkurni shakllantirish orqali o'z-o'zini anglash darajasini o'rganish, diagnostika qilish, o'z-o'zini anglash darajasini aniqlab korreksiya qilish, psixologik maslahat berish, ayniqsa, talabalarda salbiy fikrlash va stressga tushishi profilaktika qilish, o'z-o'zini



anglashni rivojlantirishga yordam berish bugunning asosiy vazifalaridan biridir.

Zero, pozitiv tafakkurni etarli darajada shakllanmaganligi shaxsning hayotda va jamiyatda o'z ornini topa olmasligi sabab bo'lishi hech kimga sir emas. Ushbu holat o'z - o'zidan tafakkur rivojlanishining pasayishiga, motivatsiya va hayotiy qadriyatlarining yo'qolishiga olib keladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Pozitiv tafakkurning shaxs rivojidagi o'rni masalasi turli zamon va makonlarda yashagan mutafakkirlarning diqqat markazida bo'lib kelgan. Abu Nasr Forobiy o'zining "Fozil odamlar shahri" asarida inson tafakkuri haqida fikr yuritarkan: "Modomiki, u o'z zotidan fikr qilishga qodir bo'la olar ekan, u oqil bo'la oladi. Natijada uning zoti aqlga erishsa, u holda u fe'li bilan aqlga ega bo'ladi. Balki u aql bo'la oladi, u o'z zoti bilan fikr qiladigan, oqil bo'la oladi. Zotning o'zi ham aqlga erishdimi, demak, uning o'zi ham aqlga erisha oladi¹ degan fikr orqali aql va intellektning o'zaro uyg'un hamda farqli jihatlarini tahlil etgan.

A.Jeksonning qayd etishicha, asl salomatlikning birinchi siri-aqlimizda joylashgan bo'lib, aqlimizga bo'ysunmaydigan biror -bir narsaning o'zi yo'q. Insonda hayotga, ezgulikka ishonch bo'lishi lozim. Kimda kim ishonsagina, g'alaba qozonadi. Muallif ishonch kuchining insonda qat'iy hayotiy pozitsiyani shakllantirish imkoniyatini quyidagi fikrlar orqali ifoda etadi: "Ishonch - bu ruhiy kuch, uning sharofati bilan bo'lishi mumkinmas narsa mumkinga aylanadi. Ishonch mo'jiza yaratishga qodir kuchlarga yo'l ochadi.

¹ Abu Nasr Farobiy "Fozil odamlar shahri". - Toshkent: Xalq merosi, 1993. -B.159

"Falsafa: qomusiy lug'atda tafakkur" tushunchasiga quyidagicha ta'rif berilgan: "Tafakkur (arab. fikrlash, aqliy bilish) predmet va hodisalarning umumiy, muhim xususiyatlarini aniqlaydigan, ular o'rtasida ichki, zaruriy aloqalar, qonuniy bog'lanishlarni aks etadigan bilishning ratsional bosqichi².

Mamlakatimiz olimlari tomonidan tafakkur va uning ko'rinishlari (ijodiy, mantiqiy, badiiy-estetik, axloqiy, ekologik, mustaqillik, tarixiy)ga doir bir qancha tadqiqotlar amalga oshirilgan bo'lsa-da, biroq umumta'lim maktabi o'quvchilarida sog'lom tafakkurni rivojlantirish muammosi alohida tadqiq etilmagan. Ehtimol, mazkur holat pozitiv fikr yuritish tafakkurning barcha shakllariga taalluqli, deb qarash nuqtayi nazari bilan bog'liqdir.

Xorijlik tadqiqotchilar tomonidan pozitiv tafakkur masalasining ayrim jihatlarini yoritib berishga e'tibor qaratilgan. Jumladan, K.Yungning fikricha, pozitiv tafakkur yuritish uchun shaxsning arxetipik (shaxs xayolotidagi obrazlar, g'oyalar, motivlar) o'ziga xosliklarni aniqlab beruvchi fikrlash, tushunish usullarini o'zlashtirish zarur. Ya'ni inson o'z fikrlashini sog'lom nuqtayi nazar bilan bog'liqlikda boshqarishi lozim. K.Xorni esa, ko'pincha insonning xulq-atvori madaniy omillari asosida boshqariladi, deb ta'kidlab o'tadi. Ya'ni, bizning madaniy dunyoqarashimiz ratsional fikrlashga qan'chalik ko'p ta'sir etsa, irratsionallikning ta'sir doirasi shunchalik kamayadi.

M.Jeymsning talqinicha, pozitiv tafakkurning asosida real voqelikni qanday

² Mustaqillik: izohli ilmiy-ommabop lug'at. Ikkinchi nashr. Toshkent: Sharq. 2000. 144 b.



tushunish qobiliyatining anglanishi yotadi. O'z -o'zini anglagan shaxs o'zining ichki olami, tasavvurlarini to'g'ri fahmlaydi, undan qo'rqmaydi va bayon etishdan tortinmaydi, fikr va xatti-harakatlari hozir va shu yerda vaziyatiga yo'nalgan bo'ladi.

Pozitiv tafakkurni rivojlantirish masalasi tizimli va kengroq tavsifda Y. I. Orlovning tadqiqotlarida o'z aksini topgan. Uning fikricha, pozitiv tafakkur yuritishning asosiy roli o'z-o'zini takomillashtirish - xarakterning uyg'unligi, o'z-o'zidan va atrof-muhitdan rozilik, yomon odatlardan saqlanish, o'z hissiyotlarini boshqarish, o'z ehtiyojlarini nazorat qilish uchun zaruriy shart-sharoit yaratishda namoyon bo'ladi. Ichki nizolar, ziddiyatlar, tibbiy-profilaktik fikrlashni Y.Orlov, sog'lom tafakkur deb atashni taklif etadi. Shunga muvofiq, kundalik holga aylangan, avtomatlashgan kuch ta'siridagi odatdagi fikrlashni nosog'lom tafakkur deb atash mumkin³.

Muhokama. Yuqoridagi tahlillarga asoslangan holda aytish mumkinki, pozitiv tafakkurning qat'iy hayotiy pozitsiyani shakllantirishdagi o'rni va ahamiyati quyidagi jihatlarda o'z aksini topadi: pozitiv tafakkur fikriy jarayon obyektlariga diqqatni jamlash va konsentratsiyalash (bir joyda to'plash) imkonini beradi. Agar inson o'z diqqatini jamlay olmas ekan, voqelik va undagi o'z o'rnini kuzatish imkoni bo'lmaydi.

Pozitiv tafakkurni rivojlanish dinamikasi talabalik davrining psixologik xususiyatlari bilan chambarchas bog'liq. Talabalarni hali to'la katta deb hisoblab

bo'lmaydi, chunki ularning shaxs xususiyatlarida hali kech o'smirlikni kuzatish mumkin. Bu ularning fikrlarida, berayotgan baholarida, hayotga va o'z kelajaklariga munosabatlarida ko'zga tashlanadi. Ko'pchilik talabalar maktabni tugatish vaqtiga kelib ham kasb tanlashga nisbatan mas'uliyatsiz yondoshadilar. Bu davr talabalarning axloqan o'z-o'zini anglashi va barqaror Men obrazining shakllanishi, shuningdek, axloqning yangi bosqichiga o'tishi bilan xarakterlanadi. Bu anglash oddiygina o'sishdan iborat bo'lib qolmasdan, u sifat jihatdan o'ziga xos xarakterga ega bo'ladi, bu hol o'z shaxsining ma'naviy-psixologik xususiyatlarini qonkret hayotiy maqsadlar va intilishlar nuqtai nazaridan anglash va ularga baho berish ehtiyoji bilan bog'langandir⁴.

Talabaning o'zini o'zi anglashi o'smirning o'zini-o'zi anglashidan xuddi shu tomonlari bilan farq qiladi. Xuddi ana shu narsa ilk talabalarda o'zining psixik hayotiga, o'z shaxsining sifatlariga, o'z qobiliyatlariga chuqur qiziqish uyg'otadi, xuddi shuning uchun ham o'z xatti-harakatlariga nazar tashlash, o'z his-tuyg'ularini va kechinmalarini bilib olish ehtiyoji paydo bo'ladi.

O'z-o'zini anglash o'quvchining ichki kechinmalar dunyosiga kirishi bilan bog'liq emas va foydasiz, maqsadsiz o'z-o'zini tahlil qilishdan ham iborat emas. O'z-o'zini anglash hayot va faoliyat talablaridan kelib chiqadi. Jamoadagi yangi vaziyat, tevarak-atrofdagilar bilan bo'ladigan yangicha munosabatlar o'quvchini o'z imkoniyatlarini baholashga, o'zining shaxsiy xususiyatlarini, o'ziga

³ Ю. М. Орлов. Оздоровливающее (саногенное) мышление / составитель А. В. Ребёнок. Серия: Управление поведением, кн.1. — Издание 2-е изд., исправленное. - М.: Слайдинг, 2006. - 96 с.

⁴ E.G'. G'oziev Ontogenez psixologiyasi. Darslik. Toshkent. "Noshir" nashriyoti. 2010. 230 - bet



nisbatan qo'yilayotgan talablarga javob bera olishi yoki javob bera olmasligi nuqtai nazaridan anglashga majbur qiladi.

Talabalarning o'z-o'zini anglashiga oid bu qiziqarli xususiyat quyidagilardan iborat. Talaba o'zining kuchli va o'z tomonlarini, o'zining ustunligi va kamchiliklarini o'smiringa qaraganda yaxshiroq va chuqurroq baholay oladi. Biroq o'smir ko'pincha ilk o'spiringa qaraganda o'ziga to'g'riroq baho beradi. O'smirda o'z-o'zini anglashning rivojlanishiga boshqa kishilarning fikrlari ta'sir qiladi. O'smir go'yo o'ziga tevarak - atrofdagilar ko'zi bilan qaraydi, uning aynan o'zi haqidagi fikrlari ko'pincha ot-onalari, o'qituvchilari va o'rtoqlarining fikrlarini takrorlaydi. Tabiiyki, uning o'z-o'ziga baho berishi ham ancha ob'ektiv bo'ladi, chunki u tevarak-atrofdagilarning ob'ektiv bahosini takrorlaydi. Bu hol akademik litsey va kollej o'quvchilarida boshqacha bo'ladi.

YOshining ortishi bilan unda o'z shaxsini, o'z xatti-harakatlari va faoliyatini mustaqil tahlil qilish va baho berish tendensiyasi kuchayadi. O'z-o'ziga baho berish esa hamisha tashqaridan berilgan bahoga qaraganda qiyinroqdir. SHuning uchun talaba o'zining shaxsiy xususiyatlarini va xatti-harakatlarini o'smiringa qaraganda yaxshiroq tahlil qila olmasa ham, o'ziga ayrim hollarda ob'ektiv baho bera olmaydi. SHuning uchun ular ko'pincha o'z shaxslariga ortiqcha baho beradilar, g'ayri tabiiy manmanlik, kekkayish, takabburlik, kibrlanish hollariga yo'l qo'yadilar, tevarak-atrofdagi kishilarga mensimasdan munosabatda bo'ladilar; boshqalar esa o'zlariga g'ayri-tabiiy ravishda etarli baho bermaydilar, o'zlarini o'rtamiyona, zarzimas, oddiy va ko'zga tashlanmaydigan odam deb hisoblaydilar.

Intellekti yaxshi rivojlangan talabalar kattalarni tashvishga solayotgan masala muammolarini tushuna oladilar va ularni muhokama eta oladilar. Talabalar juda ko'p muammoli savollarga javob o'ylaydilar. Ularning diqqatini ko'proq axloqiy masalalar tortadi. Talabaning o'z-o'zini anglashi o'smirning o'z-o'zini anglashidan shu jihatlari bilan farqlanadi. Xuddi ana shu narsa talabani o'zining psixik hayotiga, o'z shaxsining sifatlariga, o'z qobiliyatlariga chuqur qiziqish uyg'otadi, xuddi shuning uchun ham o'z xatti-harakatlariga nazar tashlash, o'z his-tuyg'ularini va kechinmalarini bilib olish ehtiyoji paydo bo'ladi. Agar o'smirning tushunchasida sezgir kishi hamisha boshqalarga yordam ko'rsatsa, talabalik yoshidagi yoshlar esa bunda ancha nozik tafsilotlarning ham farqiga boradilar, ular sezgirlik ayniqsa qanday yordam zarurligini his qila bilish va u ana shu yordamni ustalik bilan kishini xafa qilmasdan, ko'rsata olishdan iborat deb hisoblaydilar.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, talabalarda pozitiv tafakkurni rivojlantirish muammosining nazariy jihatdan anglanishi bugungi kunda jadal amalga oshmoqda. An'anaviy nuqtai-nazardan pozitiv tafakkur mazmuni sog'lom fikr yuritish, inson tafakkur tarzining ijobiy yo'naltirilganligi bilan izohlanadi. Zamonaviy sharoitda amalga oshirilayotgan tadqiqotlarda pozitiv tafakkur insondagi salbiy hissiy kechinmalarni nazorat qilish, uning salomatligini ta'minlash, o'quv faoliyati samaradorligini oshirish hamda shaxs refleksiv ko'nikmalari bilan bog'liqlikda ko'rib chiqilmoqda.

Shuningdek, talabalarda pozitiv tafakkurni rivojlantirish bilan bog'liqlikda fikrlarni tashqi ifodalay olish,



fikrlash jarayonida interiorizatsiya, shaxsiy refleksiya va mustaqillikning namoyon bo'lishi, fikrlashdagi moslashuvchanlik, o'z-o'zini ishontirish, nazoratning yuqorililigi, emotsionallik va aqliy yondashuvlarning uyg'unligini kabi

xususiyatlari namoyon bo'ladi. Zero, pozitiv tafakkur inson salomatligini muhofaza qilishning noan'anaviy usullaridan biri bo'lib, yangicha fikrlash ko'nikmalarini shakllantirishni ta'minlaydi.

References:

1. Abdiraxmonova Z.A. O'smir yoshdagi o'quvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. Diss. avtoref. 2020. - 48 b.
2. Ataxanova S. Innovatsion ta'lim jarayonida tafakkur // Ilmiy maqola. "Sog'lom avlod uchun" ilmiy-ommabop jurnal materiallari. 2014 yil. 5/4- 5 b.
3. Do'stmuxamedova SH.A. va boshqalar. YOsh va pedagogik psixologiya. Darslik. Toshkent. "O'qituvchi. " 2013. 170 bet
4. Орлов. Ю. М. Оздоровливающее (саногенное) мышление / составитель А. В. Ребёнок. Серия: Управление поведением, кн.1. — Издание 2-е изд., исправленное. - М.: Слайдинг, 2006. - 96 с.
5. Turg'unov Q. Ruscha-o'zbekcha psixologiya terminlarining izohli lug'ati. Toshkent. O'qituvchi nashriyoti. 1975. 27-28 betlar.
6. G'oziev E.G`. Ontogenez psixologiyasi. Darslik. Toshkent. "Noshir" nashriyoti. 2010.