

O'QUVCHILARDA SANOGEN FIKRLASH KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH PEDAGOGIK MUAMMO SIFATIDA

Eshquvvatov Ilhom Sa'dulla o'g'li

Termiz davlat universiteti o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada uzluksiz ta'lim tizimining asosiy bo'g'inlaridan biri bo'lgan umumiy ta'lim o'quvchilarida sanogen fikrlashni shakllantirish ko'nikmalari yoritilgan.

Kalit so'z va tushunchalar: fikr, tafakkur, sanogen fikrlash, patogen tafakkur, sog'lom fikr, nosog'lom fikr

XXI asrga kelib ijtimoiy-iqtisodiy munosabatlar rivojida inson aql-zakovati va ma'naviyati asosiy muvofiqlashtiruvchi, rivojlantiruvchi omil va vosita ekanligi toboranamoyon bo'lmoqda. Bu esa yuqori saviyaga ega bo'lgan shaxslarni tayyorlash muammosini yanada dolzarblashtirmoqda. Bu esa, uzluksiz ta'lim tizimida har tomonlama yetuk, ijodkor shaxsni tarbiyalash, uzluksiz rivojlantirish uchun ta'lim-tarbiya jarayonining barcha bosqichlarida pedagogik tizim tarkibiy qismlarining o'zaro aloqadorligi, muvofiqligi hamda istiqbolga yo'naltirilganligini ta'minlash, shuningdek ularni amalga oshirishning didaktik shart-sharoitlarini aniqlashni taqozo etadi.

Hozirgi kunda uzluksiz ta'lim tizimining muhim bo'g'ini bo'lgan umumiy ta'limning bosh va asosiy maqsadi ham innovatsion-tanqidiy fikrlaydigan shaxsni tarbiyalash va tayyorlashdan iborat. Mazkur holat o'z-o'zidan, o'quvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish zaruriyatini keltirib chiqarmoqda. Salomatlik psixologiyasida "sanogen tafakkur" masalasi alohida yo'nalish sifatida ajratilgan. Umuman olganda, sanogen tafakkur muammosi ko'plab xorijiy olimlar tomonidan ilmiy tadqiq etilgan [1, 2, 4, 5,]

Sanogen (sog'lom) tafakkur ("sanos" (lot.) - davolamoq, sog'lomlashtirmoq, tasalli bermoq, ruhlantirmoq, tartibga keltirmoq va "geno" (lot.) - davolaydigan) sog'lomlashtiradigan, tasalli beradigan va ruhlantiradigan tafakkurni keltirib chiqarishdir [3, 8- b.].

Sanogen tafakkur yuritish hayot falsafasining, ong va tana salomatligining eng ishonchli yo'llaridan biridir. Ushbu tafakkur tarzi yangi hissiy-aqliy odatlarni yuqori darajada o'zlashtirishga imkon beradi, o'tmishdagi patogen (nosog'lom) fikrlash tajribasini to'playdi. Ya'ni, sanogen tafakkur bu insonning hayotiy faoliyatida yuzaga kelgan inqiroz holatini ruhiy qo'llab-quvvatlash yordamida, hissiy-emotsional o'z-o'ziga ta'sir ko'rsatish orqali bartaraf etish usuli bo'lib, sanogen tafakkurning asosi insonning ichki olamidagi qarama-qarshiliklarni ijobiy hal qilishidir.

Sanogen fikrlash bola shaxsining individual rivojlanish kontekstida mavjud [6]. Boshlang'ich maktab o'quvchilarida sanogen fikrlashni shakllantirish usullari ishlab chiqilgan [7]. Bunda o'qituvchining sanogen fikrlashiga bolani sanogen tarbiyalash vositasi sifatida jiddiy e'tibor beriladi. "Sanogen tafakkur" tushunchasiga his-hayajon, ichki kechinmalar, fikrlarni va emotsiyalarni boshqaruvchi, sog'lomlashtiruvchi tafakkur sifatida ham qaraladi. Mazkur ta'riflarda "sog'lom" va "tafakkur" tushunchalari ajratib ko'rsatilmoqda. Dastlab ushbu tushunchalarning asl ma'no-mazmunini bilishimiz talab etiladi.

"Sog'lom" so'zi:

- dard-kasaldan xoli, sog';
- sog'liqni saqlash talablariga to'la javob beradigan;
- beg'ubor, toza, sof va pok;
- zararli ta'sirdan, salbiy xislat, illat va shu kabilardan holi;
- ruhiy jihatdan shikast yetmagan, raso;
- g'oyaviy-mafkuraviy, ma'naviy jihatdan toza, pok degan ma'nolarni beradi [8, 153 b.].

"Tafakkur" so'zi arabcha "fikr" so'zidan kelib chiqqan bo'lib, o'ylash, muhokama, mushohada va fikr yuritish degan ma'nolarini bildiradi [8, 245 b.].

Demak, sanogen tafakkur insonning aqliy va hissiy faoliyati bilan bog'liq bo'lib, u sog'lom fikrga yo'naltirilsa sog'lom tafakkur shakllanadi. Ya'ni, sanogen tafakkurga muayyan vaziyatlarda inson xulq-atvori va hayotini boshqara oladigan aqliy xatti-harakatning alohida bir

shakli sifatida qarash mumkin. Sanogen tafakkur faoliyatda namoyon bo'ladi va shakllanadi, ya'ni o'quv sohalarni o'rganish jarayonida o'quvchilar faoliyatini maqsadga muvofiq tashkil etish orqali fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirishga erishiladi.

O'quvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish zaruriyatini quyidagicha ifodalashimiz mumkin:

birinchidan, yaqin vaqtgacha sanogen tafakkur muammosining asosan psixologik jihatlarini ko'rib chiqilgan. Zamonaviy voqelik nuqtayi nazaridan, uning pedagogik jihatlarini o'rganish uchun jiddiy ehtiyoj mavjud;

ikkinchidan, sanogen tafakkur shaklining pedagogik hodisa sifatida mohiyatini ochib berish, uning tarkibiy qismlarini aniq belgilash, shaxsning patogenli (nosog'lom) fikrlashga nisbatan barqaror munosabatlarini belgilovchi omillarni aniqlash;

uchinchidan, sanogen tafakkur xususiyatlarini rivojlantirish jarayoni unga ta'sir etuvchi omillarni, pedagogik shart-sharoitlarni aniqlashtirishni va ilmiy tadqiq etishni taqozo etadi.

O'quvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish tizimli va faoliyatli yondashuvni talab etadi. Shundan kelib chiqib, sanogen tafakkurni rivojlantirishning asosiy komponentlarini quyidagicha etib belgilashimiz mumkin:

- **motivatsion** - sanogen fikrlashga nisbatan qiziqish uyg'otish;

- **mazmunli** - sanogen tafakkur haqidagi bilim va ko'nikmalarni; umummadaniy, kasbiy va maxsus xarakterdagi kompetensiyalarni qamrab oladi;

- **faoliyatli** - harakat usullarini qamrab oladi, fikrlashga oid mantiqiy jarayon, shuningdek, amaliy faoliyat usullari;

- **refleksiv** - shaxsning kasbiy va ijodiy faoliyati haqida fikrlashi va tahlil etishi;

- **qadriyatli** - shaxsning o'z-o'zini, tafakkur tarzini rivojlantirishga nisbatan qadriyatli munosabatning mavjudligini belgilaydi.

Bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish ko'p darajali bo'lib, bunda oliy ta'limning o'ziga xosliklarini inobatga olgan holda ta'lim jarayonini quyidagi tamoyillar asosida tashkil etish muhim ahamiyatga ega:

- qulay va psixologik xavfsiz ta'lim muhitini yaratish tamoyili;

- shaxsning o'z-o'zini ijodiy faollashtirish tamoyili;

- o'qitishni zamonaviy axborot-kommunikatsion texnologiyalar vositasida amalga oshirish (ko'rgazmalilik tamoyili);

- muammoli-izlanishli faoliyat tamoyili;

- yosh va individual yondashuv tamoyili.

Xulosamiz shundan iboratki, o'quvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirish ularning kelgusidagi faoliyatini to'g'ri tashkillashtirish, yuqori kasbiy muvaffaqiyatlarga erishishini ta'minlash bilan birgalikda, quyidagi ijobiy holatlarni keltirib chiqaradi:

- sanogen fikrlash tarzi shaxsning ham ruhiy, ham jismoniy va ma'naviy jihatdan sog'lom bo'lishiga xizmat qiladi;

- sanogen fikrlash o'quvchilarning ta'lim olish jarayonida to'g'ri ko'rsatmalar va xulosalarni ishlab chiqish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Beck J. (1995) Cognitive therapy: basics and beyond. – New York: Guilford Press.
2. Орлов Ю.М. Саногенное мышление. – М.: Спайдинг. 2003
3. Орлов Ю.М. Оздораваивающее мышление. Издание 2-е. Исправленное. – М.: Спайдинг. 2006
4. Рубцова, Л.В. Саногенное мышление: метод обучения. Комплекс. – Новосибирск: Изд. НГПУ. 2010
5. Гребенюк О.С., Гребенюк Т.Б. Основы педагогики индивидуальности: Учеб. пособие Калининград. ун-т. – Калининград: 2000. Глава 1. п.1.1. Интеллектуальная сфера как цель развития.
6. Васильева Т.Н. Формирование саногенного мышления младшего школьника: Учеб. пособие. – Калининград: Калинингр. гос. ун-т. 1997.
7. Гасанова Д.И. Саногенное мышление: вопросы теории и практики. // Психолого-педагогические науки. Научный журнал. 2009.

O'ZBEK NASRIDA MAQOL SAN'ATI

Azimova Gulmira Zokir qizi

BuxDPI 7-3BT-21 guruh magistranti

Annotatsiya: Ushbu maqolada XX asr nasrida maqol, masal, matal, zarbulmasal, naql, hikmat, hikmatli so'z kabi janrlar ilmiy-nazariy tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: milliy ruh, adabiy ta'sir, xalq og'zaki ijodi, maqol, masal, matal, zarbulmasal, naql, hikmat, foyda, hikmatli so'z, tanbeh, mashoyixlar so'zi.

Maqol, masal, matal, zarbulmasal, naql, hikmat, foyda, hikmatli so'z, tanbeh, mashoyixlar so'zi, donolar yoki donishmandlar so'zi, oqinlar so'zi va otalar so'zi atamaları bilan el orasida yurgan bu janr namunalari g'oyat ommaviy bo'lib, umumfolklor hodisasi hisoblanadi. Ilmiy taomilda esa maqol atamasi iste'moldadir. Maqol arabcha «qavolla» so'zidan olingan va «aytmoq, so'zlamoq» ma'nolarini anglatadi. Xalq orasida «qavlida sobit» yoki «qavlida tuturuqsiz» iboralari bor: birinchisida «so'zida qat'iyatli, bir so'zli» ma'nolari anglashilsa, ikkinchisida «so'zida turmaydigan, o'z so'zi ustidan chiqa olmaydigan, so'zi bilan ishi bir bo'lmagan» ma'nolari ifodalangan. Binobarin, «maqol» so'zi o'zbek tilida ikki ma'noda, avvalo, o'z lug'aviy ma'nosida «so'z, nutq»ni anglatga, ikkinchidan, istilohiy ma'noda folklorda keng tarqalgan janrni ifoda etadi.

Maqol, masal va naql janrlarining yuzaga kelishiga ta'sir ko'rsatgan, masal va naqlning xulosasi, qissadan chiqarilgan hissasi aylanganligi tufayli ba'zan masal va ba'zan naql istilohlari bilan ayqashib ketgan. Aslida esa «masal» so'zi ham arabcha bo'lib, «o'xshamoq» ma'nosini anglatga-da, o'zbek tilida maqol va biror maqsadni izohlashga qaratilgan majoziy hikoya singari ikki ma'noda qo'llanadi. Biroq XX asrga kelib uni maqol ma'nosida istifoda etish cheklana borildi. Faqat tojik folklorshunosligida maqolni masal istilohi bilan atash qaror topgan.

«Naql» so'zi ham maqol ma'nosida qo'llansa-da, arabcha so'z bo'lib, «ko'chirmoq» ma'nosini anglatadi. O'zbek tilida esa «bayon qilmoq, hikoya qilmoq, rivoyat qilmoq» singari ikkinchi bir ma'noga ega va xalq og'zaki nasrining mustaqil aforistik janrini ifodalovchi ilmiy istiloh sifatida qo'llanadi. «Yaxshi naql-tomiri aql» maqolida «naql»-maqol ma'nosidadir.

Maqollar xalq donishmandligining nodir namunalari sifatida og'zaki badiiy ijodning keng tarqalgan mustaqil janridir. Shartli ravishda ularni xalqona axloq-odob qoidalari deb atash mumkin. Zero maqollar xalqning asrlar davomida hayotiy tajribalarida sinalgan ijtimoiy-siyosiy, ma'naviy-madaniy, axloqiy-falsafaviy qarashlarining g'oyat ixcham, lo'nda, siqiq va obrazli ifodasidan tug'ilgan hodisadir. Maqollar maxsus ijod qilinmaydi, balki ma'lum bir sharoit taqozosi tufayli sinalgan hayotiy tajribadan tug'iladigan xulosaning axloqiy bahosi sifatidagi hukm bo'lib yuzaga keladi. Har bir xalq maqolda o'sha xalqning qalbi, milliy saviyasiga xos qarashlari ifodalansa-da, ulardagi g'oya umumxalqqa tegishlidir. Shu xususiyatlariga ko'ra, maqollar ham milliy, ham umuminsoniy mohiyat kasb etgan.

Maqollar insonlarning turli sohalardagi faoliyatlari jarayonida uzoq muddatli sinovlardan o'tgan turmush tajribalarining hosilasi – barqaror va o'zgarmas, to'g'ri va haqqoniy xulosasi tarzida yuzaga kelgan.

Maqollar ham she'riy, ham nasriy shaklda bo'lib, na lirik, na epik turga mansub. Shu sababli ular ham, topishmoqlar, irimlar va obrazli iboralar kabi paremik turga kiritilib, yozib olinishi va to'planib kitobat qilinishi *paremiografiyaga* daxldor bo'lsa, paydo bo'lishi, taraqqiyot tamoyillari va qonuniyatlari, badiiyati *paremiologiyada* o'rganiladi.

Maqollar tuzilishiga ko'ra, bir va bir necha sintaktik butunlik asosida tashkil topgan. Bir sintaktik butunlikdan iborat maqollar, odatda bir qismli maqollar sanalib, ko'pincha darak gap yo'sinida bo'ladi: «Ayol tilini ayol biladi, «Arg'imchiga qil - quvvat», «Vatanni sotgan er bo'lmas», «Gavhar yerda yotmas», «Yomon it egasini qopar», «Ishni ishchandan o'rgan» kabi. Ko'p sintaktik butunlikdan iborat maqollar esa ko'p qismli yoki murakkab maqollar deb yuritiladi. Bunday maqollar bir-biriga o'xshash yoki zid fikrlar bayonidan iborat bo'ladi. Aksariyat maqollar ikki qismdan tashkil topgan; bir qismi tasviriy mohiyatga ega bo'lsa, ikkinchi qismi xulosadan iboratdir: «Aytmas yerda tilingni tiy, mehmonga borsang nafsingni tiy», «Bulbulning sayrashi guldir, mehr xazinası tildir», «Bug'doy noning bo'lmasin, bug'doy