

PSIXOLOGIYADA SANOGEN TAFAKKUR SHAKLLANGANLIGINING ILMIY JIHATDAN TADQIQ ETISH MASALALARI

Abdurahmonova Zuhra

Nizomiy nomidagi TDPU Psixologiya kafedrasida dosent v.b.,
Psixologiya fanlari bo'yicha PhD

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada tafakkur va sanogen tafakkurning ahamiyati, shaxsning sifatida taraqqiy etishida sog'lom fikrlashning ijtimoiy psixologik xususiyatlarining olimlar tomonidan berilgan ilmiy qarashlari keltirilgan.

***Kalit so'zlar:** shaxs, fikr, tafakkur, sanogen tafakkur, motiv, faoliyat, xulq-atvor, faollik, komillik, bilim, ko'nikma.*

ABSTRACT

This article presents the importance of thinking and sanogenic thinking, the scientific views given by scientists of the social and psychological characteristics of healthy thinking in the development of a person's quality.

***Key words:** personality, thought, thinking, sanogenic thinking, motive, activity, behavior, activity, perfection, knowledge, skill.*

KIRISH

Dunyoda sodir bo'layotgan ijtimoiy - iqtisodiy munosabatlar rivojida inson aql zakovati va ma'naviyati asosiy muvofiqlashtiruvchi, rivojlantiruvchi omil va vosita ekanligi tobora namoyon bo'lmoqda. Globallashuv jarayonlarida ishtirok etayotgan davlatlarning ijtimoiy-siyosiy, iqtisodiy va ma'naviy sohalarida davlat hamda jamiyat oldiga hal qilinishi lozim bo'lgan bir qator vazifalarni qo'yimoqda.

Ma'naviy-axloqiy qadriyatlarning o'zgarayotganligi, destruktiv axborot oqimining shiddatli tus olishi fuqarolarning ijtimoiy-psixologik xavfsizligini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etib, individual, guruh va jamiyat darajasida tegishli ishlar olib borilishini taqozo etmoqda.

Inson salomatligi, sog'lom turmush tarzi uning ham jismonan, ham ruhan baquvvat, ham tafakkurining sog'lom bo'lishiga, ma'naviy va axloqiy yetuk bo'lishiga xizmat qiladi. E'tirof etish lozimki, inson salomatligi uning oqilona turmush tarzi bilan chambarchas bog'lik. Shunday ekan, eng avvalo, salomatlikning o'zi nimani anglatishini tushunib olish maksadga muvofiq. Salomatlik – odam organizmining biologik -jismoniy, ruhiy-ma'naviy holat bilan mehnat faoliyatining muvozanatlashgan birligi hisoblanadi. Sihat-salomatlik har bir kishi uchun baxt-saodat, uning mehnat unumdorligini, mamlakatning ma'naviy-ma'rifiy, ijtimoiy-

iqtisodiy qudratini, xalq farovonligini rivojlantirishning zarur sharti sanaladi [14;40-b.]

Rus akademigi I.P.Pavlov ta’biri bilan aytganda - fikrlash tufayli inson «borliqning hokimiga» aylangan bo’lsa, xayvonlar abadiy «tabiat quli» bo’lib qolaverdilar. Shuning uchun tafakkur voqelikni bivosita, so’z yordami bilan umumlashgan tarzda aks ettirish jarayoni hisoblanadi. Atrof-muhitdagi hodisaning tashqi ifodasi sezgi, idrok, tasavvur proseslarida yorqin, obrazli tarzda, turli alomatlar, fazoviy joylashishi va harakatida aks etadi. Tafakkurda esa inson ularning murakkab bog’lanishlarini anglab yetadi [7;8-b.]. Tafakkur – inson psixik faoliyatining yuksak formasi bo’lib, inson tajribasida, sezgi, idrok va tasavvur asosida vujudga kelgan va taraqqiy qilib boradi.

J.Piajening qarashlariga ko’ra, shaxsning rivojlanish davrlaridan 3-davr ya’ni rasman operatsiya davri(11-15 yoshni) aynan o’smir yoshli o’quvchining komillikka, mustaqillikka, keng tafakkur yuritishga o’tish bosqichidir. Komillikni shakllantirishda avvalo, sanogen tafakkurni rivojlantirish masalasi qo’yiladi. Komillik- o’quvchini o’z salomatligini asrash va o’z faoliyatini jamiyat ravnaqi, ezgulik sari yo’naltirish, shuningdek zamonaviy hayotda mavjud bo’lgan turli tibbiy, ekologik, ijtimoiy, iqtisodiy tahdidlardan o’zini muhofaza qilish bilimi va malakalari majmuasidan iboratdir[8;30-b.].

MUHOKAMA VA NATIJALAR

“Inson hayotining asosiy qonuni sifatida shaxsning ustunlik va afzallikka intilishini ko’rsatish mumkin. Bu intilishning konstruktiv yo’nalishda qo’llanishi faoliyatni umumjamoa manfaatidan kelib chiqib, amalga oshirishga xizmat qiladigan shaxslar faoliyatida namoyon bo’ladi” deb ta’kidlagan edi ingliz olimi A.Adler [1;23-b.].

K.Rodjersning ta’kidlashicha, insonning barcha harakatlari qandaydir bir umumlashtiruvchi motiv asosida yuzaga keladi va amalga oshiriladi. Mazkur motivni u faollashuvga moyillik va rag’bat- deb ataydi [12].

Rus psixolog olimi P.Ya.Galperinning fikriga ko’ra, tafakkur bu oriyentirlash - tadqiqot faoliyati, oriyentirovka jarayoni, ya’ni oriyentirovka — bu jarayon, oriyentirovka — faoliyatidir. Olim psixologiya fani intellektual masalalarni yechishda sub’yektning tafakkurga oriyentirovka qilish jarayonini o’rganishdan iborat deb tushuntiradi [4;145-b.].

Nemis psixiatri K.Leongardning (1903-1988) shaxs tipologiyasiga ko’ra sanogen tafakkuri rivojlanmagan insonlar - o’zini-o’zi boshqara olmaslik, tafakkur qilmaslik xohish va intilishlari yuzasidan nazoratning sustligi, fiziologik mayllarning

ustuvorligi bu tipdagi shaxslarda uyg'unlashib ketishi haqida fikr yuritadi. Ularga instinktivlik, impulsivlik, qo'pollik, mijg'ovlik, badqovoqlik, beadablik, orsizlik, qo'pol munosabatlarga moyillik xosdir. Bunday kishilar turli nizo va munozaralarni keltirib chiqarib, ularning faol ishtirokchisi bo'lishadi. Serjahl, serzarda, jizzaki bo'lib tez-tez ish joylarini o'zgartirib turishadi, jamoadagilar bilan chiqisha olishmaydi"- deb ularga ta'rif beradi[6;54-b.].

Amerika professori T.Shibutani (1920-2004) "Ijtimoiy psixologiya" darsligida: shaxs tafakkurini nazarda tutib - "Agar odam oz bo'lsada o'zini-o'zi anglay olsa, demak, u o'z-o'ziga ko'rsatmalar bera oladi" - deb ta'kidlagan. Demak inson avvalo o'zini anglashi, o'z xulq-atvorini nazorat qila olishi, shaxslararo munosabatlarda o'zini to'g'ri boshqara olishi zarur. Bunday shaxsiy vazifani sanogen tafakkurni rivojlantirish orqali amalga oshirish mumkin bo'ladi[11;51-b.].

P.I.Ivanovning fikricha, «tafakkur insonning shunday aqliy faoliyatidirki, bu faoliyat voqelikni eng aniq (to'g'ri), to'liq, chuqur va umumiyashtirib aks ettirishga (bilishga), insonning tag'in ham oqilona amaliy faoliyat bilan shug'ullanishiga imkon beradi»- deb ta'riflanadi[7;261-b.].

A.V.Petrovskiy "Tafakkur - ijtimoiy muhit asosida vujudga kelgan, ijtimoiy-munosabat bo'lib, nutq bilan chambarchas bog'liq, muhim bir yangilik qidirish va ochishdan iborat psixik jarayondir, boshqacha qilib aytganda, tafakkur vokelikni analiz va sintez qilishda uni bevosita va umumlashtirib aks ettirish jarayonidir», - degan fikrni ilgari surgan.

A.V.Petrovskiyning qarashlaridan ma'lumki, shaxsning taraqqiy etishi, sog'lom bo'lishi, sanogen tafakkurining rivojlanishida interindivid (faoliyatda shaxslarning sub'yektiv munosabatlari) shaxslararo munosabatlarning ta'siri muhim ahamiyatga ega bo'lib, unda metaindivid ya'ni (atrofdagi kishilarning "hissasi") ijtimoiy muhit katta ta'sir ko'rsatadi [8;13-14-b.].

L.C.Vigotskiy shaxsning ijtimoiy hayotida tafakkurning ahamiyatini: "Tafakkur hissiy bilish endi yetarli bo'lmay qolgan yoki hatto ojizlik qilib qolgan joyda boshlanadi. Tafakkur sezgi, idrok va tasavvurlarning bilish bilan bog'liq bo'lgan ishlarini davom ettiradi va rivojlantiradi" – degan qarashlar bilan izohlagan [3;15-b.].

Rus psixologi O.K.Tixomirov "Tafakkur,-deb yozadi psixolog olim, o'z dunyoqarashi bilan voqelikni umumlashtirib, bivosita aks ettirishni xarakterlaydigan, umumlashtirish darajasiga va foydalanadigan vositalariga hamda o'sha umumlashmalar yangiligiga bog'liq ravishda turlarga ajratishdan iborat bo'lgan jarayon, ya'ni bilish faoliyatidir" [10;26-b.].

Y.M.Antonyan tadqiqotlarida insondagi patogen g'oyalar muayyan voqeahodisa, narsa-buyumlar yoki ijtimoiy tuzilmalarga yo'naltirilishi, sub'yektning

frustrasiyasi oqibatida alkogolizm, giyohvandlik yoki suisid kabi vayronkor harakatlar qilishga undashini ko'rsatib beradi[1]. Binobarin, shaxs o'z salomatligini (jismoniy, ruhiy, ma'naviy) saqlashi, sog'lom turmush tarzini qo'llab-quvvatlashi zarurligi shubhasiz. Bunda sanogen tafakkurni rivojlantirish uchun o'smir yoshidagi o'quvchilarda uchrashi mumkin bo'lgan patogen tafakkur xususiyatlarini rivojlanishini oldini olish lozim.

Tafakkurning ahamiyati to'g'risida O'zbekistonda psixologiya fanining ilk asoschilaridan bo'lgan ustozimiz M.Davletshin quyidagi fikrni bildiradi: "...Odam ko'zining alohida suratda tuzilganligi odamning olamni bilish imkoniyati uchun mutlaq chegara emas. Bizning ko'zimizga boshqa sezgilargina qo'shib qolmay, balki shu bilan birga, tafakkurimizning faoliyati xam qo'shiladi"[5;43-b.].

E.G'oziyevning fikriga ko'ra: - "Tafakkurning mazmundorligi ko'p jihatdan emosional kechinmalarga — hayratda qolish, taajjublanish, yangilikni his qilish kabilarga bog'liq. Mazkur hislarning paydo bo'lishi tafakkurning ko'tarinki ruhda kechishini ta'minlaydi, kishiga zavq-shavq, maroq bag'ishlaydi. Mulohazalar, fikrlar, tushunchalar, hukm va xulosa chiqarishlarning chinligi (yolg'onligi), to'g'riligi (noto'g'riligi), adekvatligi (noadekvatligi) insonda ishonch va shubhalanish xislarining mavjudligi bilan belgilanadi. Kishilar uchun quvonchli, yoqimli, maroqli kayfiyat va kechinmalar fikr yuritish jarayonlarini tezlashtiradi, fikrlash sur'atini kuchaytiradi. Aksincha, noxush kechinmalar, xafaxonlik, qo'rqinch, zo'r berishlik (stress) singari emosional holatlar mulohaza yuritishni susaytirishi, uning mahsuldorligini kamaytirishi mumkin. Emosional holatlar fikrning yo'nalishiga bevosita ijobiy va salbiy ta'sirini o'tkazib turadi"[13].

O'quv faoliyatida xavotirlanish namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlarini o'rgangan olim Sh.Alimbayevaning fikriga ko'ra: "Emosiyalarning tashqi ifodasi turli ko'rinishlarda ro'y beradiki, unda asosan ko'rgazmali jihatlar asosiy o'rin egallaydi"[2].

*Birinchi*dan, emosiyalar nafas olish a'zolarining ishlarida o'zgarish yasaydi. Masalan, yoqimli his-tuyg'ular ishga tushganda nafas olishning tezligi va ampitudasi ortadi, yoqimsiz his-tuyg'ular ustun kelganda kamayadi, qo'zg'algan vaqtda nafas harakatlari tezlashadi hamda chuqurlashadi, zo'r berish vaqtda-sekinlashadi va yuzakilashadi, hayajon vaqtda tezlashadi, hamda kuchsizlashadi, kutilmagan holatda, hayron qolishda zudlik bilan tezlashadi, qo'rquvda sekinlashadi va hokazolar.

Turli emosional holatlarda nafas olishning o'zgarishi

- a) xursandlikda nafas olish bir minutiga 17 marta;
- b) faol xafalikda 9 marta;

v) qo‘rqishda 64 marta;

d) jahl chiqqanda 40 marta.

Ikkinchidan, emosiya imo – ishoralarda, mimikada, ya’ni kishining yuzida bo‘ladigan harakatlarda hamda butun badanning ma’nodor harakatlarida ko‘rinadi.

Uchinchidan, gumoral harakatlardagi, ya’ni organizmning qon tarkibidagi va boshqa suyuqliklardagi kimyoviy o‘zgarishlarni va shuning bilan birga modda almashishida bo‘ladigan yanada chuqur o‘zgarishlarni o‘z tarkibiga oladi.

Shaxsning ichki va tashqi tana a’zolari favquloddagi hodisalar va vaziyatlarga moslashgan emas (stixiya, halokat, tasodif, stress, affekt, xavf-xatar-risk). Agar shaxsda sanogen tafakkur rivojlanmas ekan, unda turli vaziyatlardan qo‘rqish bilan bog‘liq his-tuyg‘ularni oldindan sezish, payqash, kurashish, yengish kabi shaxsiy imkoniyatlar mavjud bo‘lmaydi. Shuning uchun hayotga endi qadam qo‘yayotgan o‘smir yoshdagi o‘quvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish har qachongidanda dolzarb ahamiyat kasb etadi. Maktab amaliyotchi psixologlari, o‘qituvchilar, otanalar va keng jamoatchilik bu masalaga ilmiy-psixologik nuqtai nazardan yondashishlari shart.

Sog‘lom tafakkurda namoyon bo‘ladigan tafakkurning tezligi xususan favqulodda vaziyatlarda kerak bo‘ladi, biror qarorni juda qisqa muddat ichida qabul qilish talab qilinadi. Fikrning tezligi maktabda o‘quvchilarga ko‘proq zarur bo‘ladi. Masalan, ayrim o‘quvchilarni doskaga chiqarib yangi masalani yechish so‘ralganda, hayajonlanib, butun sinf oldida o‘zlarini yo‘qotib qo‘yadilar. Bu salbiy emosiylar go‘yo ularning tafakkurini tormozlab qo‘yadi. Fikr juda sekin va tez-tez muvaffaqiyatsiz ishlay boshlaydi. Ayrim o‘quvchilarning ana shu individual xususiyatlarini, ularning aqliy qobiliyatlarini to‘g‘ri baholash bilan maxsus hisobga olish zarurdir.

XULOSA

Xulosa o‘rnida ta’kidlash mumkingki, sanogen tafakkur samarasi - u ilm, vaziyat va amallardan iborat. Lekin fikrning xos samarasi ilm bo‘lib, undan boshqa narsa emas. Agar qalbdan ilm hosil bo‘lsa, qalb holati o‘zgaradi. Qalb holati o‘zgarsa, a’zolar faoliyati ham o‘zgaradi. Sanogen tafakkur barcha yaxshiliklar uchun asos va kalitdir. Insoniyat xavfsizligi, davlatlarning milliy manfaatlari, kelgusi avlodlarning barqaror kelajagini ta’minlash yo‘lidagi jiddiy xatarga aylanganligi ham, jamiyat kelajagi bo‘lgan o‘smir yoshidagi o‘quvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini tadqiq qilish ijtimoiy talab hisoblanadi.

REFERENCES

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. СПб., 2003 – Б-23.
2. Alimbayeva Sh “O‘smirlar o‘quv faoliyatida xavotirlanish namayon bo‘lishining psixologik xususiyatlari” nom dis T.: 2012,- B.149.
3. Выготский Л.С. Психология развития человека. – М.: Изд-во Смысл; Изд-во Эксмо, 2005. –С.665.
4. Гальперин П.Я., Психологии творческого мышления// Вопросы психологии. Г.1982 – № 5
5. Davletshin M.G., Abduraxmonov F.R. “Qadimgi Sharq mamlakatlarida psixologik fikr taraqqiyoti”. – Т.: 1995. –В.26.
6. Леонгард К. Акцентуированные личности (сборник). Киев. 1981.-Б.23.
7. Общая психология / Под ред. А.В.Петровского. - М., Павлов И.П. Мозг и психика 1986. - С. 201-202.
8. Петровский В.А. Психология неадаптивной активности. – М.: Российский открытый университет, 1992. – С.222.
9. Пьяже Ж. Аффективное бессознательное и когнитивное бессознательное. Вопросы психологии. № 6., 1996. –С.25 - 31.
10. Тихомиров, О. К. Психология мышления / О. К. Тихомиров. – М., 1984. – С.134.
11. Шибутани Т. Социальная психология. М.: Феникс, 2002. – С.544.
12. Эллис А. Гуманистическая психотерапия: Рационально-эмоциональный подход/Пер.с англ.-СПб.:Изд-во Сова; М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – С.272.
13. Моросанова В.И. Индивидуальная саморегуляция и характер человека // Вопр. психол. –М, 2007,- С 59-68.