

UMUMIY O'RTA TA'LIM MAKTABLARIDA O'QUVCHILARNI IJOBIY FIKRLASHGA O'RGATISH VA TARBIYALASH

S.I.Sayidov ,

M. E.Xaydarov

Nizomiy nomidagi TDPU

Annotatsiya: Maqolada o'quvchilarni ijobiy fikrlash muhim ahamiyatga ega ekanligi yoritiladi. Alohida e'tibor shaxsda oila, ta'lim muassasalari va mikromuhit imkoniyatlarini inobatga olgan holda o'rta umum ta'lim maktablarida ijobiy fikrlash qobiliyatini shakllantirishga qaratiladi.

Kalit so'zlar: Fikr, ijobiy fikr, fikrlash, ijobiy fikrlash, ijobiy fikrlashning ma'naviy va moddiy hayot uyg'unligiga erishishdagi ahamiyati, shaxsda ijobiy fikrlash qobiliyatini shakllantirish.

Klyucheviye slova: Mishleniye, pozitivnoye razmishleniye, razmishlyat', znachenkiye pozitivnogo razmishleniya v dostijenii duxovnogo mira i material'noy jizni, razvivat pozitivnoye razmishleniye lichnosti.

Keywords: Thought, positive thought, thinking, the importance of thinking positive to obtain moral and material comfort ability of life, to form positive thinking ability in a person.

Fikr - inson ongining mahsuli. Ongda muayyan fikrning shakllanishi shaxsning ma'lum voqelik va hodisalarga munosabatini ifodalash ehtiyoji tufayli ro'y beradi. Ushbu jarayonda sezgi, his-tuyg'u, tasavvur, dunyoqarash, borliqqa bo'lgan munosabat va mavjud hayotiy tajribaga tayaniladi. Xo'sh, fikrning o'zi nima?

Manbalardan birida "fikr" tushunchasi shunday izohlanadi: fikr – bu ijtimoiy guruh tomonidan uning umumiy qiziqishlariga dahldor hodisa yoki ijtimoiy hayotga doir muammolarga nisbatan munosabatining aniq mulohaza, g'oya yoki tasavvur shaklida ifodalanishi¹. Ayni o'rinda keltirilgan ta'rifning mantiqiy ifodasiga to'la qo'shilgan holda fikrning ijtimoiy guruhlar tomonidagina ifodalanmasligi, alohida shaxs ham o'z fikrini ilgari surishi va uni muhofaza qila olishini e'tirof etib o'tmoqchimiz. SHunga ko'ra keltirilgan ta'rifni "ijtimoiy guruhlar yoki alohida shaxs tomonidan" degan ibora bilan to'ldirish maqsadga muvofiqdir.

SHakllanishiga ko'ra fikr psixologik jarayon mahsuli sanalsa-da, shu bilan birga o'zida ijtimoiy xususiyatni ham namoyon etadi. Zero, fikr shaxs yoki ijtimoiy guruh tomonidan "tezkor hal etilishi zarur bo'lgan ijtimoiy muammolar mohiyatining anglanish mahsuli sifatida shakllanadi"². SHunga ko'ra fikr: 1) ruhiy jarayon mahsuli; 2) muayyan voqea, hodisaning alohida shaxs yoki ijtimoiy guruhlarining manfaatlariga dahldorligi; 3) ijtimoiy muammolarga nisbatan shaxs yoki ijtimoiy guruhlarining munosabati.

Psixologik nuqtai nazardan xoh u alohida shaxs, xoh ijtimoiy guruh bo'lsin, bundan qat'iy nazar fikrning shakllanishi quyidagi bosqichlarda kechadi:

¹ Большая психологическая энциклопедия / Самое полное современное издание. – М.: Эксмо, 2007. – С. 246.

² Большая психологическая энциклопедия / Самое полное современное издание. – М.: Эксмо, 2007. – С. 246.

Fikrning paydo bo'lishi. Mazkur bosqichda quyidagi xarakterli belgilar namoyon bo'ladi: voqea, hodisa, dalil yoki jarayonga nisbatan qiziqish uyg'onishi; o'ziga nisbatan qiziqish uyg'otgan ob'yekt (voqea, hodisa, dalil yoki jarayon)ga individual yoki guruhli baho berish; sub'yektning axborot manbaiga intilishi.

Fikrning bevosita shakllanishi. Ushbu bosqichda sub'yektlar o'rtasida individual (ijtimoiy) fikrlarning o'zaro almashinishini ifodalovchi belgi ko'zga tashlanadi.

3. Fikrning amaliy xarakter kasb etishi. Bu bosqichda quyidagi belgilar o'ziga xos ahamiyat kasb etadi:

- fikr (baho) alohida shaxs (ijtimoiy guruh)ning hukmi sifatida ifodalanadi;
- fikr og'zaki (verbal) shakldan shaxs (ijtimoiy guruh) tomonidan xatti-harakatlar, faoliyat yordamida ifodalanuvchi amaliy shaklga o'tadi³.

SHaxsning muayyan voqea-hodisa, dalil yoki jarayon yuzasidan har qanday fikrga egaligi u tomondan ma'naviy va moddiy hayot uyg'unligiga erishish samarasini kafolatlay olmaydi. Ma'lumki, fikr ham boshqa har qanday g'oya, nazariya va ta'limotlar kabi ikki xil xususiyat, ya'ni ijobiylik va salbiylikni o'zida namoyon qiladi. SHaxsning ijtimoiy va tabiiy borliqqa bo'lgan munosabati, bahosi, hukmini ifodalovchi fikrining salbiy xarakterga ega bo'lishi u tomonidan moddiy va ma'naviy hayot uyg'unligiga erishish yo'lida bevosita to'siq bo'lib xizmat qiladi. Buning aksi bo'lgan holatlarda, ya'ni borliqqa ijobiy munosabatda bo'lish, atrofdagilarni seva olish, ularni hurmat qilish, o'zi uchun qilingan har bir yaxshilik uchun minnatdorchilik bildirish shaxs istiqbolining porloq bo'lishiga zamin yaratadi. Xuddi shu o'rinda "ijobiy fikr" tushunchasiga ta'rif berish imkoniyati yuzga keladi.

Ijobiy fikr – bu alohida shaxs yoki ijtimoiy guruh tomonidan ularning umumiy qiziqishlariga dahldor hodisa yoki ijtimoiy hayotga doir muammolarga nisbatan oqilona, to'g'ri munosabatlarining ijobiy mazmunga ega mulohaza, g'oya yoki tasavvur shaklida ifodalanishi. Sub'yekt tomonidan ifodalanuvchi ijobiy fikr o'zida ezgu g'oya, yaxshi niyat, o'y-kechinmani, ro'y bergan voqea, hodisa yoki jarayonning ko'ngildagidek kechishiga bo'lgan ishonch, ruhiy tetiklik, xotirjamlik va barqarorlikni anglatadi. Bildirilayotgan ijobiy fikr nafaqat uni ifodalayotgan shaxsni, qolaversa, atrofdagilarni ham ezguliklar, yaxshiliklar qilishga rag'batlantiradi, ularga ilhom bag'ishlaydi, o'z kuchi va imkoniyatlariga bo'lgan ishonchni mustahkamlaydi. Ijobiy fikrlayotgan shaxs ruhiyati hamda qiyofasida vahimaga berilish, hadis, xavotir, ishonchsizlik, o'zgalardan shubhalanish, gumon qilish, o'ziga va tutayotgan yo'lga ishonchsizlik, ikkilanish, qat'iyatsizlik ko'zga tashlanmaydi.

Ongda ma'lum fikrning paydo bo'lishi fikrlash jarayoni sodir bo'layotganligini anglatadi. Bu jarayonda o'z fikrini ezgulikka asoslangan dalillar bilan boyitilishi esa fikrlashning ijobiy xarakterga egaligini bildiradi.

Ijobiy fikrlash ham o'z mazmuni, xususiyatini ifodalovchi bir qator aniq belgilarga ega. Ular quyidagilardir⁴:

Vaziyat qanday bo'lishidan qat'iy nazar ruhiyat tetikligi va o'ziga bo'lgan ishonchni saqlab qolish, qo'llab-quvvatlash.

O'z oldiga qo'ygan maqsad va unga erishish yo'llarini aniq bilish.

³ Формирование общественное мнение // <http://www.grandars.ru/college/sociologiya/formirovanie-obshchestvennogo-mneniya.html>.

⁴ Главные характеристики позитивного мышление – мнение участницы базового тренинга // http://www.syntone.ru/events/news_archive.php?message=3982.

YOsh, dunyoqarashi, kasbi, ijtimoiy qiziqishlari turlicha bo'lgan shaxslar bilan do'stona, samimiy muloqot qilish.

YUzaga kelgan muammoni bartaraf etish va bu yo'lda amaliy harakat qilish.

Zarur va kerakli shaxslar bilan o'zaro garmonik munosabatni o'rnatish.

YUqorida keltirilgan fikr mantiqan to'g'ri, biroq, u ijobiy fikrlash mohiyatini to'la yoritmaydi. Ijobiy fikrlashda, yana shuningdek, quyidagi holatlar namoyon bo'ladi:

Hayotni sevish, uni qadrlay olish va har bir lahzadan zavqlana bilish.

Vaziyat qanday bo'lmasin, uni yaxshilik, yutuq va muvaffaqiyatlarni kafolatlovchi, shaxsni nimalarga qodir ekanligini sinovdan o'tkazuvchi imkoniyat sifatida qabul qilish.

Atrofdagilarni shaxs hayotining bir bo'lagi, uni baxtli bo'lishiga yordam beruvchi sub'yektlar ekanligini tan olish.

Borliqqa shukronalik bilan munosabatda bo'lish.

Doimiy ravishda o'qib-o'rganish, o'z bilimlarini izchil boyitib borish.

Mehnatga tiriklikning muhim sharti, insoniy ehtiyoj sifatida oqilona yondashish, o'zi bajarayotgan ishdan qoniqish.

Mehnat va dam olish o'rtasida o'zaro mutanosiblikka erishish, samarali mehnatdan so'ng o'z-o'zini rag'batlantirish, vaqti-vaqti bilan ko'ngilli dam olish.

Salomatlikni bebaho tuhfa sifatida qabul qilish va uni yoshlikdan asrash.

O'z-o'zini ko'ngilli mashg'ulotlar bilan band qilish.

Salbiy vaziyatlar, noxush tuyg'ular bilan "kelishish", ularni vaqtinchalik ekanligini, ma'lum muddatdan so'ng o'tib ketishini tushunish.

Kelajakning yutuq va muvaffaqiyatlarga boy bo'lishi, qilingan mehnatning samarasini ko'rishga chin dildan, shubhasiz ishonish.

Imkon qadar ishdan qisqa muddatli tanaffuslar e'lon qilib, o'z-o'zini bo'shashtirish (relaksatsiyalash – hissiy faoliyatni, ruhiy-jismoniy quvvatni, ishchanlik qobiliyatini qayta tiklash; buning uchun tanani bo'shashtiruvchi, charchoq va ruhiy tushkunlikni bartaraf etuvchi mashqlar tizimidan foydalanish maqsadga muvofiqdir).

O'quvchilarni ijobiy fikrlash o'rgatish muhim ahamiyatga ega. O'zida ijobiy fikrlash qobiliyatini shakllantirish, rivojlantirish asosida har bir shaxs quyidagi natijalarni qo'lga kiritadi: 1) salomatlik va ruhiyatga katta zarar yetkazuvchi omillar (jismoniy charchoq, ruhiy toliqish, bezovtalik, xavotir, qo'rquv, shubha, gumon) ta'siridan butunlay xalos bo'lish; 2) ishchanlik qobiliyatining qayta tiklanishi, mehnat sifati va samaradorligining ortishi; 3) o'zida ruhiy tetiklik, mustahkam salomatlik va uzoq, baxtli umr kechirishning garovi bo'lgan xotirjamlik, og'ir bosiqlik, irodalilik, donishmandlik, shukronalik, hayotsevarlik kabi fazilatlarni tarbiyalash; 4) moddiy mablag'larning ko'payib, ma'naviyatning yuksalib, o'sib borishi; atrofdagilarning baxtli bo'lishlari, farovon hayot kechirishlariga ko'maklashish; 5) o'z-o'zini anglash orqali hayotning asl mohiyatini tushunish.

Barcha pedagogik jarayonlarda bo'lgani kabi shaxsda ijobiy fikrlash qobiliyatini shakllantirishga qaratilgan harakat ham aniq maqsad asosida, izchil, uzluksiz va tizimli olib borilishi lozim. Ana shu maqsadga yo'naltirilgan jarayon ham bir necha bosqichda tashkil etiladi. Xususan:

Maqsad va vazifani aniq belgilab olish.

Pedagogik faoliyatning tashkil etilishi uchun zarur shart-sharoitlarni yaratish.

Pedagogik faoliyat jarayonining muvaffaqiyati, samarasini ta'minlovchi didaktik va tarbiyaviy vositalarni tanlash.

SHaxsda ijobiy fikrlash qobiliyatini shakllantirish jarayonida malakali mutaxassislarni jalb etish, bu borada ta'lim muassasalari tomonidan oilalarga pedagogik yordam ko'rsatilishiga erishish.

Tashkiliy tadbirlar rejasi va dasturini ishlab chiqish.

Reja va dasturni amaliyotga bevosita tatbiq etish.

SHaxsning ijobiy fikrlash qobiliyatiga egaligi darajasini aniqlovchi mezonlar tizimini shakllantirish va bu tizim asosida pedagogik tahlilni amalga oshirish.

Zarur o'rinlarda shaxsda ijobiy fikrlash qobiliyatini shakllantirishga yo'naltirilgan tadbirlar rejasi va dasturiga o'zgartirish yoki qo'shimchalar kiritish.

Samaradorligi sinov asosida aniqlangan tadbirlar rejasi hamda dasturini keng miqyosda ommalashtirish.

SHunday qilib, ijobiy fikrlash shaxs tomonidan moddiy va ma'naviy hayot uyg'unligiga erishishning muhim omillaridan biri sanaladi. SHu sababli pedagogik jarayonda shaxsning ijobiy fikrlash qobiliyatiga ega bo'lishiga e'tibor qaratish talab etiladi. SHaxsda ijobiy fikrlash qobiliyatini shakllantirish bugungi globallashuv sharoitida muhim hayotiy ehtiyoj sifatida kun tartibiga qo'yilmoqda. Mazkur ehtiyojning qondirilishiga pedagogik va psixologik xarakterga ega tadbirlar yordamida erishiladi. SHaxsda ijobiy fikrlash qobiliyatini shakllantirishga qaratilgan tadbirlar aniq maqsad asosida, izchil, uzluksiz va tizimli olib borishini taqozo qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Bol'shaya psixologicheskaya ensiklopediya / Samoye polnoye sovremennoye izdaniye. – M.: Eksmo, 2007. – S. 246.
2. Glavniye xarakteristiki pozitivnogo mishleniye – mneniye uchastnitsi bazovogo treninga // http://www.syntone.ru/events/news_archive.php?message=3982.
3. Formirovaniye obshestvennoye mneniye // <http://www.grandars.ru/college/sociologiya/formirovanie-obshchestvennogo-mneniya.html>.