

Исмаилов Муродулла Кахрамонович,  
Термиз давлат университети тадқиқотчиси

# РЕФЛЕКСИВ ЁНДАШУВ АСОСИДА ТАЛАБАЛАРДА САНОГЕН ТАФАККУРНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ ЭМПИРИК ТАҲЛИЛИ

УДК: 37.013.77

---

## **ИСМАИЛОВ М.К. РЕФЛЕКСИВ ЁНДАШУВ АСОСИДА ТАЛАБАЛАРДА САНОГЕН ТАФАККУРНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ ЭМПИРИК ТАҲЛИЛИ**

Мақолада саноген тафаккур муаммоси, унинг долзарблиги, юртимиз ва хориж олимлари томонидан ўрганилганлиги, рефлексив ёндашув асосида саноген тафаккурни ривожлантириш мазмуни ёритилган. Шунингдек, талабаларда саноген тафаккурни ривожлантириш муаммоси доирасида амалга оширилган тажриба-синов ишининг дастлабки босқич натижалари таҳлили келтирилган.

Таянч сўз ва тушунчалар: саноген тафаккур, рефлексия, кооператив рефлексия, коммуникатив рефлексия, шахсий рефлексия, интеллектуал рефлексия.

---

## **ИСМАИЛОВ М.К. ЭМПИРИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ САНОГЕННОГО МЫШЛЕНИЯ У СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ РЕФЛЕКСИВНОГО ПОДХОДА**

В статье раскрывается проблема саногенного мышления, ее актуальность, исследования отечественных и зарубежных ученых, содержание развития саногенного мышления на основе рефлексивного подхода. Также дан анализ результатов первого этапа экспериментальной работы, проведенной в области развития саногенного мышления у студентов.

Ключевые слова и понятия: саногенное мышление, рефлексия, кооперативная рефлексия, коммуникативная рефлексия, личностная рефлексия, интеллектуальная рефлексия.

---

## **ISMAILOV M.K. EMPIRICAL ANALYSIS OF THE SANOGEN THINKING DEVELOPMENT AMONG STUDENTS ON THE BASIS OF A REFLECTIVE APPROACH**

The article disclosed the problem of sanogen thinking, its relevance, the study of domestic and foreign scientists, the content of the development of sanogen thinking on the basis of a reflexive approach. There is also an analysis of the first stage results of the experimental work carried out in the field of development of sanogenic thinking among students provided.

Key words and concepts: sanogenic thinking, reflection, cooperative reflection, communicative reflection, personal reflection, intellectual reflection.

**Кириш.** Дунё ҳамжамиятида шиддат билан тараққий этиб бораётган илм-фан ва глобаллашув жараёни олий таълим муассасаларида таҳсил олаётган бўлажак ўқитувчи кадрларни эркин, танқидий, ижодий ва мустақил тафаккурга эга, соғлом фикр юритадиган, сиёсий ва ижтимоий фаол, изланувчан ва омилкор, миллий ва жаҳон маданиятидан хабардор, юксак маънавиятли шахс бўлиб шаклланиши лозим, деган вазифаларни долзарб қилиб қўймоқда.

Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёев мазкур муаммонинг ижтимоий-иқтисодий ва амалий аҳамиятини 2020 йил якуни ва 2021 йил учун мўлжалланган устувор йўналишлари бўйича Олий Мажлисга Мурожаатномасида қуйидагича асослайди: "... ҳар қандай жамият тараққиётида унинг келажагини таъминлайдиган ёш авлоднинг соғлом ва баркамол бўлиб вояга етиши ҳал қилувчи ўрин тутди. Шу сабабли биз ислохотларимиз кўлами ва самарасини янада оширишда ҳар томонлама етук, замонавий билим ва ҳунарларни пухта эгаллаган, азму шижоатли, ташаббускор ёшларимизга таянамиз"<sup>1</sup>. Зеро, инновацион ёндашув асосида замонавий таълим тизимини ташкил этиш - баркамол авлодни тарбиялаш, ёшларнинг маънавиятини, тафаккурини шакллантириш асоси ҳисобланади.

**Мавзунинг долзарблиги ва тадқиқот мақсади.** Мамлакатимизда изчиллик билан амалга оширилаётган таълим-тарбия соҳасидаги стратегик вазифаларнинг асосий йўналиши соғлом фикр юрита оладиган, жамият ва шахс манфаатлари учун зарур бўладиган ривожланиш истиқболларини аниқ белгилайдиган мутахассислар тайёрлаш масалаларига қаратилганлиги билан тавсифланади. Бу эса талабаларнинг саноген фикрлаш кўникмаларини ривожлантириш ва унинг инновацион педагогик асосларини ишлаб чиқиш заруратини юзага келтиради. Шу сабабли, бўлажак ўқитувчиларнинг саноген тафаккурини ривожлантириш муаммосини тадқиқ этиш ва мазкур жараёнга таъсир этувчи омилларни аниқлаштириш асосий тадқиқот мақсади сифатида белгиланди.

**Тадқиқотда қўлланилган усуллар.** Назарий (педагогик-психологик таҳлил қилиш, таққослаш, тизимлаштириш), эмпирик (педагогик экспери-

мент, саноген фикрлашни ўрганиш учун тест<sup>2</sup> (Л.Рубцова), сўровнома-анкета ва математик-статистик таҳлил қилиш (тавсифловчи статистика усуллари).

**Илмий адабиётлар таҳлили.** Инсон тафаккури муаммоси доирасида кўплаб илмий-тадқиқот ишлари олиб борилган бўлсада, ўсиб келаётган ёш авлоднинг ақлий, руҳий ва жисмоний саломатлиги муаммолари педагог ва психолог олимлар учун тадқиқот объекти бўлиб қолмоқда. Илмий педагогика ҳамда саломатлик психологиясида саноген тафаккурни ривожланиши масаласи алоҳида йўналиш сифатида ажратилган.

Саноген тафаккур ("*санос*" (лот.) – даволамоқ, соғломлаштирмақ, тасалли бермоқ, руҳлантормақ, тартибга келтирмақ ва "*гено*" (лот.) – даволайдиган) соғломлаштирадиган, тасалли берадиган ва руҳлантирадиган тафаккурни келтириб чиқаришдир.

Ҳозирги кунда саноген тафаккур муаммоси хорижлик (Ю.М. Орлов<sup>3</sup>, Т.Н.Васильева<sup>4</sup>, С.Н.Морозюк<sup>5</sup>, А.Ю.Нилман<sup>6</sup>) ва юртимиз олимлари (С.Атаханова<sup>7</sup>, З.А.Абдирахмонова<sup>8</sup>) томонидан тадқиқ этилган бўлиб, мазкур илмий тадқиқот ишларида асосан муаммонинг назарий-фалсафий, ижтимоий ва психологик жиҳатлари кенг миқёсда ўрганилган.

Саноген тафаккур юритиш инсонга жамият ҳаётида содир бўлаётган воқеа-ҳодисалар ва ўзида кечаётган фикрий жараён объектларига ўз

<sup>2</sup> Рубцова, Л. В. Саногенное мышление: учебно-метод. комплекс / Л. В. Рубцова. – Новосибирск: Изд. НГПУ, 2010. – 125 с.

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

<sup>4</sup> Васильева Т. Н. Формирование саногенного мышления младшего школьника : Учеб. пособие / - Калининград : Калинингр. гос. ун-т, 1997. – 46

<sup>5</sup> Морозюк С.Н. Саногенная рефлексия как фактор оптимизации акцентуаций характера и повышения эффективности учебной деятельности : диссертация...д.п.н.к : - Москва, 2001.-382 с.

<sup>6</sup> Hilman, A. Yu. (2017) Psychological conditions for the formation of the sanogenic thinking of student youth: author's abstract. dis. ... Candidate psychological Sciences: 19.00.07, National University of Ostroh Academy, Ostroh, 20 p.

<sup>7</sup> Атаханова С. Инновацион таълим жараёнида тафаккур // Илмий мақола. "Соғлом авлод учун" илмий-оммабоп журнал материаллари. 2014 йил. 5/4- 5 б.

<sup>8</sup> Абдирахмонова З.А. Соғлом тафаккур ривожланишининг ижтимоий-психологик механизмлари // Замонавий таълим. 2018. №4, 48-55 б.

<sup>1</sup> Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг Олий Мажлисга Мурожаатномаси. / "Халқ сўзи" газетаси. 30.12.2020 йил, № 276, 6 б.

диққатини қаратиш ва концентрациялаш (жамлаш, уйғунлаштириш) имконини беради. Бу эса, барча ҳодиса ва жараёнларни бевосита кузатишга, таҳлил этишга ҳамда ақлий ва ҳиссий-эмоционал жиҳатдан уйғун ҳолда амалий визуаллаштиришга хизмат қилади. Саноген фикрлаш кўникмасининг ривожланганлиги асосан қуйидаги ҳолатларда яққол намоён бўлади. Булар:

1) шахснинг ўзида мавжуд бўлган салбий фикрлар ва ҳиссий кечинмаларнинг мустақил назорат қилиниши<sup>1</sup>;

2) ўз-ўзини таҳлил қилиш ва имкониятларини тўғри баҳолаш, яъни шахсий рефлексиянинг устуворлиги<sup>2</sup>;

3) ҳиссий-эмоционал жиҳатдан барқарорлик<sup>3</sup>;

4) муаммоларни конструктив ҳал этиш, шунингдек фикрлашдаги стереотиплик ва патогенлик (носоғлом) хусусиятларини камайтириш;

5) фикрлашдаги рефлексивлик ва ўз-ўзини ривожлантиришга нисбатан эҳтиёжнинг юқорилиги<sup>4</sup> ва бошқалар.

Тадқиқот муаммосини назарий ва амалий ўрганиш жараёнида бўлажак ўқитувчиларнинг саноген тафаккурини ривожлантиришда рефлексив ёндашув зарурлиги маълум бўлди. Бу эса, шахснинг рефлексив билим ва кўникмаларини саноген тафаккурни ривожлантиришга таъсир этувчи асосий омиллардан бири сифатида белгилайди. Мазкур ҳолат энг аввало, рефлексия жараёнини психологик ва педагогик жиҳатдан ҳар томонлама чуқур ўрганишни ва таҳлил қилишни тақозо этади.

Рефлексия – (лотинча "reflexio" – ортга қайтиш, акс эттириш) бу инсон онги актлари турларидан бири, яъни онг ҳаракати бўлиб, субъектнинг ўз (ички) психик туйғу ва ҳолатларини билиш жараёни сифатида қаралади.

Рефлексия - бу кўп жиҳатдан инсон ҳаётининг онтологик томонини ифодалайди ва инсоннинг ўзига хос хусусиятларидан бири ҳисобланади.

<sup>1</sup> Орлов Ю.М. Оздоровляющее (саногенное) мышление / составитель А.В. Ребёнок. Серия: Управление поведением, кн.1. — Издание 2-е изд., исправленное. — М.: Слайдинг, 2006. — 9 с.

<sup>2</sup> Морозюк С.Н. Саногенная рефлексия как фактор оптимизации акцентуаций характера и повышения эффективности учебной деятельности : дисс. автореф...д.п.н.к : - Москва, 2001.- 44 с.

<sup>3</sup> Крайнова Ю.Н. «Саногенная рефлексия в структуре эмоциональной компетентности будущих педагогов». Кан. дисс. автореф. Москва – 2010 г. – 8 с.

<sup>4</sup> Абдирахмонова З.А. Соғлом тафаккур ривожланишининг ижтимоий-психологик механизмлари // Замоновий таълим. 2018. №4, 49 б.

Рефлексия инсон субъективлигининг энг муҳим, марказий ҳодисаси бўлиб, бунинг учун қуйидаги таърифни келтириш мумкин: «... бу инсоннинг ўзига хос қобиляти, у шахсга ўз фикрларини таҳлил қилиш ва мустақил билдиришига имкон беради, шунингдек, ҳиссий ҳолатлар, кечинмалар, одамларнинг хатти-ҳаракатлари ва муносабатларини акс эттиради, умуман олганда - алоҳида эътибор (таҳлил ва баҳолаш) ва амалий ўзгариш (ўзгариш ва ривожланиш)га имкон беради<sup>5</sup>.

Педагогик адабиётларда рефлексив жараёнларни изоҳлашнинг икки анъанаси ажратиб кўрсатилади:

– когнитив ва ҳиссий кечинмалар моҳиятини изоҳлашга ва уларни конструкциялашга олиб келадиган онгнинг рефлексив таҳлили;

– инсоннинг ўз-ўзини ва шахслараро мулоқот мазмунини тушуниш рефлексияси.

Рефлексия ўзини-ўзи англашнинг тасвирланиши, мулоқот жараёнида субъектнинг суҳбатдош сифатида қандай қабул қилинаётганлигини англаши, субъектнинг муаммони ва унинг вужудга келиш сабабларини кўра олиши, аниқлаши, ўрганиши ва таҳлил қила олиш қобиляти.

Рефлексия орқали таълим-тарбия жараёни иштирокчиларининг ўз фаолиятига бўлган муносабати мувофиқлаштирилади ва ҳамкорликдаги фаолиятнинг шакл ва мазмунига мос равишда мазкур фаолиятнинг қайта ташкил этилиши таъминланади. Бу билан боғлиқ равишда қуйидаги рефлексив жараёнлар ажратиб кўрсатилади:

- ўз-ўзини ва бошқаларни тушуниш;
- ўз-ўзига ва бошқаларга баҳо бериш;
- ўз-ўзини ва бошқаларни изоҳли таҳлил қилиш.

Одатда, рефлексив кўникмалар фикрлаш, ўз-ўзини англаш, ўзини-ўзи назорат қилиш, ўзининг шахсий хатти-ҳаракатлари ва уларнинг оқибатларини тушуниш учун йўналтирилган фаолият шакли сифатида намоён бўлади. Мазкур хулоса, рефлексив кўникмаларни соғлом тафаккурни ривожлантиришнинг асосий индикатори сифатида белгилайди. Агар рефлексия ҳодисасини муайян жараённи бутунлигича акс эттириш усули деб ҳисобласак, унда у бизга ушбу жараённи кузатиш ва камчиликларини аниқлаш, таҳлил қилиш имконини беради. Бундай интроспекцияга эга бўлган шахс ижобий ютуқларга эри-

<sup>5</sup> Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология развития человека. Учебное пособие - М.: Изд-во ПСТГУ, 2013, С. 75.

шади. Бу орқали биз яширин фикр ва ғояларни ошкор қилишга имкон берадиган механизмни ўзлаштирамиз.

Бўлажак ўқитувчиларда саноген (соғлом) тафаккурни ривожлантириш билан боғлиқликда рефлексиянинг қуйидаги тур ва шакллари ажратиб кўрсатиш мумкин. Рус олимлари С.Ю.Степанов ва И.Н.Семенов<sup>1</sup>лар қуйидаги рефлексия турларини тавсифлаб, мазкур механизм шахсда “Мен” образининг шаклланишида муҳим аҳамиятга эга эканлигини таъкидлайди.

1. Кооператив рефлексия бошқарув педагогикаси ва психологиясига мансуб бўлиб, шунингдек, бундай рефлексия турида зарур педагогик-психологик билимларга эга бўлиш жамоанинг лойиҳавий фаолиятини таъминлайди ва уларнинг биргаликда фаолият юритишига имконият яратади. Бунда акс эттириш субъектни фаолият жараёнларидан “озод қилиш”, унинг олдинги тугалланган фаолиятига нисбатан ҳам ташқи, ҳам янги позицияга чиқиши сифатида кўриб чиқилади. Бунинг мақсади ҳамкорликдаги фаолиятда умумий ҳаракатларни тушуниш ва мувофиқлаштиришни таъминлашдир. Бундай ҳолларда, инсон психикаси механизмни намоён қилиш жараёнларига эмас, балки рефлексия натижаларига эътибор қаратилади.

2. Коммуникатив рефлексия ижтимоий ривожланиш ва мулоқот муаммолари билан боғлиқ ижтимоий-маданий муносабатларни ўрганишда кўриб чиқилади. У интеллектуал ва ривожланган мулоқот, шунингдек шахслараро ҳиссиётларнинг энг муҳим таркибий қисми ҳисобланади.

3. Шахсий рефлексия, бунда субъект хатти-ҳаракати ва инсоннинг ўз “Мен”ини унинг шахсий сифатлари нуқтаи назаридан тадқиқ қилинади. Бундай таҳлил шахсий онгни ривожлантириш, парчаланиш ва тузатиш муаммолари ва субъектнинг шахсий “Мен”ини яратиш механизми билан боғлаб олиб борилади. Шахсий рефлексияни амалга оширишнинг бир неча босқичлари мавжуд. Бу зиддиятларни бошдан кечириш ва қўйилган вазифаларни англаш ҳамда инсон олдида турган ҳал қилиб бўлмайдиган вазиятларни тушуниш тажрибаси, шахсий стереотипларни ва муаммоли вазиятларни қайта кўриб чиқишдан иборат. Бунда зиддият ва муаммо

бўлган шахс стереотиплари ва вазиятлар тушунилади. Бундай вазиятда шахс ўзини ўзи тўлиқ англаб етади. Қайта фикрлаб кўриш жараёнида инсоннинг ўзига ва ўз “Мен”ига муносабати ўзгаради. У шунга мос ҳаракатларда амалга оширилади. Иккинчидан, субъектнинг ўзи бажара оладиган ва биладиган муносабатларини ўзгариши билан юз беради.

4. Интеллектуал рефлексия бирор объект ва у билан мулоқот қилиш усуллари ҳақидаги билимлар билан тавсифланади. Интеллектуал рефлексия педагогика ва психология фанларида ахборотни билиш ва фикрлаш ҳамда қайта ишлаш жараёнларини ташкил этиш муаммолари билан биргаликда кўриб чиқилади.

**Мақоланинг илмий моҳияти.** Рефлексив ёндашув асосида бўлажак ўқитувчиларнинг саноген тафаккурини ривожлантириш жараёнида талабалар ўз фаолиятини ўзи таҳлил қилиши ва объектив баҳолаши (мустақил рефлексив фаолият кўрсатиши) учун, ўқитувчилар эса мавжуд таълимий вазиятларни ўз вақтида таҳлил қилиб бориши ҳамда талабаларнинг ўз тушунчалари ҳамда хатти-ҳаракатларини фаол ўйлаб кўриши учун шарт-шароитлар яратилади.

Шуни таъкидлаш керакки, ҳар қандай шахснинг шахсий ва касбий ривожланиши рефлексив жараён билан чамбарчас боғлиқдир. Бундан ташқари, ривожланиш нафақат касбий нуқтаи-назардан, балки жисмоний ва интеллектуал жиҳатдан ҳам таъминланади. Шунингдек, рефлексив кўникмаларнинг юқори даражада ўзлаштирилиши натижасида биз нима ҳақида фикр юритишимиз, ҳозир қандай фаолиятни амалга ошираётганимиз ва ривожланиш учун қайси йўналишда ҳаракат қилишимиз кераклигини тушунишга шароит яратади.

**Асосий натижалар.** Тадқиқот мавзуси доирасида Фарғона давлат университети, Бухоро давлат университети ва Термиз давлат университетларида илмий-тадқиқот ишлари олиб борилди. Тажриба-синов ишларида педагогика ва психология, бошланғич таълим ва спорт тарбиявий иш ва жисмоний маданият бакалаврият таълим йўналишида таҳсил олаётган талабалардан жами 455 нафари респондент сифатида иштирок этишди. Дастлабки тажриба-синов босқичида респондентларнинг саноген тафаккур мазмуни ва уни ривожлантиришга таъсир этувчи омилларни ҳамда талабаларда саноген тафаккурнинг ривожланганлик даражасини аниқлашга қаратилган

<sup>1</sup> Степанов С.Ю., Похмелькина Г.Ф. и др. Принципы рефлексивной психологии педагогического творчества // Вопросы психологии. 1991. № 5. С. 5–14.

анкета-сўровнома ва тест-саволномалар ўтказилди. Анкета-сўровномада “Саноген (соғлом) тафаккур” тушунчаси моҳиятини Сиз қандай шарҳлаган бўлар эдингиз?”, “Саноген тафаккурни ривожлантиришга таъсир этувчи омилларни кўрсатинг?”, “Сизнингча, саноген тафаккурни ривожлантиришда рефлексив кўникмаларни асосий таъсир этувчи омил сифатида кўрсатиш мумкинми? Агар мумкин бўлса, фикрингизни изоҳланг?” каби саволлар билан мурожаат қилинди. Респондентлар томонидан берилган жавоблар таҳлили қуйидаги натижаларни олишимизга имкон берди. Иштирокчиларнинг 23 % и (104 нафар) берилган саволларга аниқроқ жавоблар келтирилган бўлса, 38 % (173 нафар) иштирокчиларнинг жавоблари эса қониқарли даражада баҳоланди. Шунингдек, мазкур иштирокчилар 3-саволда рефлексив кўникмаларни саноген тафаккурни ривожлантиришда асосий омил сифатида кўрсатган бўлсада, жавобни изоҳлашда етарли маълумотга эга эмаслигини таъкидлаган. Қолган, 39 % (178 нафар) иштирокчилар эса берилган саволлар юзасидан зарур маълумотларга эга эмаслигини келтириб ўтишган.

Тажиба-синов ишларининг дастлабки босқичида олинган натижалардан келиб чиқиб махсус дастур ишлаб чиқилди. Дастур режасига биноан сўровномада иштирок этган респондентлар билан “Саноген (патоген) тафаккур мазмуни ва уни ривожлантиришга таъсир этувчи омиллар” ҳамда “Саноген тафаккурни ривожлантиришда рефлексив технологиялардан фойдаланиш” мавзуларида маъруза ва семинар-тренинг машғулоти ташкил этилди. Маъруза машғулотларида қуйидаги саволлар бўйича назарий маълумотлар ёритиб берилди: 1) саноген ва патоген тафаккур тушунчаларининг мазмуни; 2) саноген тафаккур муаммоси доирасида олиб борилган илмий-тадқиқот ишлари ҳақида; 3) саноген тафаккурни ривожлантириш тамойиллари; 4) саноген тафаккурни ривожлантиришга таъсир этувчи омиллар; 5) саноген тафаккурни ривожлантиришда рефлексив кўникмаларнинг ўрни.

Назария ва амалиётнинг уйғунлик тамойилига асосланган ҳолда ташкил этилган семинар-тренинг машғулотида эса қуйидаги рефлексив технологиялар мазмуни тушунтирилди ва амалий бажарилди: «Ҳаммаси менинг қўлимда!»; “Ўзаро назорат”; “Анкета”; “Гуруҳ ишларини текшириш”;

“Фаразни тугалланг”; “Баҳс-мунозарани якунланг”<sup>1</sup> ва бошқалар.

Масалан, “Баҳс-мунозарани якунланг” рефлексив техникасининг асосий вазифаси бу ўрганилаётган мавзунинг ретроспектив таҳлил қилиш, ўтган машғулотларни индивидуал ва гуруҳли акс эттириш мақсадида олиб борилади. Мазкур технология икки босқичда амалга оширилади ва ундан фойдаланиш охириги ўқув машғулотида энг самарали ҳисобланади. Бунда дастлаб уч устундан иборат жадвал чизилади. Биринчи устунда инсонларга хос бўлган сифатлар номи ёки тасдиқланган фикрлар, иккинчи устунда “Муваффақият”, учинчи устунда эса “Хоҳлайман” сўзлари келтирилади. Мазкур жадвални тўлдиришда иштирокчилар қуйидаги вазифаларни бажариши лозим: 1) биринчи устунда келтирилган сифатлар ёки тасдиқланган фикрлар билан танишиш; 2) келтирилган фикрларни иккинчи ва учинчи устунларга ажратиш. Машғулот давомида ҳар бир иштирокчи биринчи устунда келтирилган сифатлардан қайси бири ўзида мавжуд бўлса “Муваффақият” устунига, агар мавжуд бўлмаса “Хоҳлайман” устунига махсус белги қўйиши лозим.

Машғулотнинг иккинчи босқичида иштирокчилар қўйилган белгиларни ҳисоблаб, қайси устунда кўпроқ эканлигини аниқлашади. Сўнгра уларга қуйидаги савол билан мурожаат қилинади: “Нима учун айнан “Муваффақият” ёки “Хоҳлайман” устунда белгилар сони кўп ёки аксинча камроқ. Сабабини тушунтиринг?”. Шундан сўнг, ҳар бир иштирокчининг жавоблари тингланади. Машғулот шу тарзда давом этади ва якунида умумий хулосалар шакллантирилади.

Махсус дастур доирасида ташкил этилган маъруза ва семинар-тренинг машғулотида сўнг иштирокчиларга қуйидаги савол билан қайта мурожаат қилинди: “Бўлажак ўқитувчиларнинг саноген тафаккурини ривожлантиришда рефлексив кўникмаларни асосий омиллардан бири сифатида белгилайсизми?”. Олинган натижалар таҳлили шуни кўрсатдики, респондентларнинг 79 %и рефлексив кўникмаларни асосий омил сифатида эътироф этишган бўлса, 21 % иштирокчилар эса ўз хулосаларини аниқ ифода қилмаганини таъкидлаган. Демак, якуний натижалардан келиб чиққан ҳолда хулоса қилишимиз мумкинки

<sup>1</sup> Кашлев С.С. Организация рефлексивной деятельности студентов педагогического ВУЗа / С.С. Кашлев // Высшая школа, 1998. № 2. С. 19-22.

бўлажак ўқитувчиларнинг саноген тафаккурини ривожлантиришда рефлексив кўникмалар муҳим омил сифатида белгиланади.

**Хулоса ва амалий таклифлар.** Юқоридаги таҳлилларга асосланган ҳолда, айтиш мумкинки, бўлажак ўқитувчиларда соғлом тафаккурни ривожлантириш ва мазкур жараёнда рефлексив ёндашувнинг ўрни ва аҳамияти қуйидаги жиҳатларда ўз аксини топди:

1. Саноген тафаккур фикрий жараён объектига диққатни жамлаш ва идентификациялаш (аниқлаштириш) имконини беради. Саноген фикрлаш кўникмаларини ўзлаштирган талаба ўзидаги салбий фикрларни назорат қилиш, улардан ҳимояланиш йўллари ҳамда муаммоли вазиятларни конструктив ҳал этишга доир билимларга эга бўлади.

2. Рефлексия саноген тафаккурни ривожлантиришнинг муҳим механизми сифатида юз бераётган ҳодисани кенг тизим контекстида тушуниш жараёнларини алоҳида ташкил этиш (у вазият ва ҳаракатларни баҳолашни, вазиятларни ҳал қилиш усуллари ва операцияларини топишни ўз ичига олади), хатти-ҳаракатлар ва уларнинг оқибатларини англаш учун йўналтирилган фаолият, инсоннинг фикрий фаолиятларининг шакли, яъни ўтмишга (орқага) мурожаат қилиш ҳамда субъектнинг маълум бир муаммони ва унинг вужудга келиш сабабларини кўра олиши, аниқлаши, ўрганиши ва таҳлил қила олиш қобилиятидир.

3. Рефлексия учун қулай муҳит яратишда ички хотиржамликни ҳосил қилиш лозим. Агар рефлексия релаксация (хотиржамлик) вазияти билан уйғунлашса, инсон тафаккури салбий ўй-хаёллар, нотўғри тасаввурлар, тимсоллардан халос бўлади ва уларнинг онгда қайта такрорланиши ноқулай ҳолатни юзага келтирмайди. Мазкур шароитда инсон вазиятга мослашади, агар салбий эмоциялар такрорланганда ҳам, ёмон таассурот юзага келмайди.

4. Рефлексив кўникмаларнинг юқори даражада ўзлаштирилиши нафақат талабаларнинг саноген тафаккурини ривожлантиришда, балки уларнинг муваффақиятга эришиши, ўз-ўзини таҳлил қилиши, ўз имкониятлари даражаси ва камчиликларини аниқлаш ҳамда келажакдаги фаолият турларини тўғри амалга ошириши учун зарур бўлган муҳим индикатор ҳисобланади.

Бўлажак ўқитувчиларнинг саноген тафаккурини ривожлантириш қуйидаги бир қатор педа-

гогик шарт-шароитлар билан узвий боғлиқдир. Булар қуйидагилар:

**1. Ахборотли-мазмунли шароит.** Бунда ишлаб чиқилган таълим дастурлари, маъруза матнлари, ўқитиш технологиялари асосидаги ўқув-методик мажмуа ва электрон дарсликлар, назорат воситалари: ижодий педагогик топшириқлар, вазиятли масалалар, ижодий лойиҳа ишлари, мутахассислик йўналишлари билан боғланган курс ва мустақил таълим алоҳида ўрин тутди.

**2. Технологик шароит.** Тадқиқот мақсадига эришиш учун фаолиятнинг самарали шакл, метод ва воситаларини ишлаб чиқиб, амалиётга татбиқ этиш учун технологик ёндашув асос қилиб олиниши лозим. Бунда талабаларнинг саноген тафаккурини ривожлантириш жараёнида: муаммоли ўқитиш, ўйинли технологиялар (ролли ишбилармон ўйинлар, тадбиркорлик ўйинлари, социодрама), тренинг, видео-тренинглар, муаммоли-семинарлар, педагогик муаммоли вазиятларни ечиш ва таҳлил қилиш, "Кейс-стади", кичик гуруҳларда ўқитиш, микро-дарслар, ижодий-тадқиқотчилик методлари, тарбиявий тадбирларни лойиҳалаш методлари, ауо-тренинг машғулотларни ташкил этиш ва ўтказиш методикасининг ишлаб чиқилишига алоҳида эътибор қаратиш талаб этилади.

**3. Рефлексив шароит:** Бўлажак ўқитувчиларда саноген тафаккурни ривожлантиришга йўналтирилган рефлексив шароит мазмуни қуйидагича белгиланиши лозим: фаол билиш мотивациясини ривожлантириш; педагогик фаолиятга нисбатан ижобий муносабат тизimini қарор топтириш; креатив ёки ижодий фикрлаш кўникмаларини шакллантириш; педагогик-психологик методик билимларни шакллантириш; рефлексив таҳлил қилиш кўникмаларини ҳосил қилиш; ўз-ўзини касбий англаш ва бошқалар.

**4. Аудитория ва аудиториядан ташқари машғулотлар уйғунлигини таъминлаш:** маъруза, мустақил таълим, тўғараклар, жамоавий тадбирлар, шахснинг ўз устида ишлаши ва ўз-ўзини ривожлантириши ҳамда бошқа турдаги фаолият шакллари тадқиқот муаммосини ижобий ҳал этишда муҳим педагогик воситалар ҳисобланади.

Хуллас, юқорида келтирилган педагогик-психологик шарт-шароитлар интеграциясининг таъминланиши талабаларда саноген фикрлаш кўникмаларини ривожлантириш ҳамда таълим сифатини оширишда муҳим аҳамият касб этади.

**Адабиётлар рўйхати:**

1. Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг Олий Мажлисга Мурожаатномаси. – «Халқ сўзи» газетаси. 30.12.2020 йил, № 276, 6 б.
2. Рубцова Л. В. Саногенное мышление: учебно-метод. Комплекс – Новосибирск: Изд. НГПУ, 2010. – 205 с.
3. Орлов Ю. М. Оздоровляющее (саногенное) мышление / составитель А. В. Ребёнок. Серия: Управление поведением, кн.1. — Издание 2-е изд., исправленное. — М.: Слайдинг, 2006. — 96 с.
4. Васильева Т.Н. Формирование саногенного мышления младшего школьника: Учеб. пособие / - Калининград: Калинингр. гос. ун-т, 1997. – 46
5. Морозюк С.Н. Саногенная рефлексия как фактор оптимизации акцентуаций характера и повышения эффективности учебной деятельности: диссертация...д.п.н.к: - Москва, 2001. - 382 с. <http://elibrary.ru/item.asp?id=15987669>.
6. Крайнова Ю. Н. «Саногенная рефлексия в структуре эмоциональной компетентности будущих педагогов». Кан. дисс. автореф. Москва – 2010 г. – 28 с.
7. Морозюк С.Н. Саногенная рефлексия как фактор оптимизации акцентуаций характера и повышения эффективности учебной деятельности: дисс. автореф. д.п.н.к: - Москва, 2001.- 44 с.
8. Hilman, A. Yu. (2017) Psychological conditions for the formation of the sanogenic thinking of student youth: author's abstract. dis. ... Candidate psychological Sciences: 19.00.07, National University of Ostroh Academy, Ostroh, 20 p.
9. Атаханова С. Инновацион таълим жараёнида тафаккур. // "Соғлом авлод учун" илмий-оммабоп журнал материаллари. 2014 йил. 5/4- 5 б.
10. Абдирахмонова З.А. Соғлом тафаккур ривожланишининг ижтимоий-психологик механизмлари // Замонавий таълим. 2018. №4, 48-55 б.
11. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология развития человека. Учебное пособие - М.: Изд-во ПСТГУ, 2013. С. 400.
12. Степанов С.Ю., Похмелкина Г.Ф. и др. Принципы рефлексивной психологии педагогического творчества // Вопросы психологии. 1991. № 5. С. 5–14.
13. Кашлев С.С. Организация рефлексивной деятельности студентов педагогического ВУЗа / С.С. Кашлев // Вышэйшая школа, 1998. № 2. С. 19-25.