



TALABA-YOSHLARDA SOG‘LOM TAFAKKURNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI VA JARAYONLARI

Sayyora Ataxanova¹, Nodiraxon To‘xtasinova²

¹O‘zDJTU Pedagogika va psixologiya kafedrasida katta o‘qituvchisi

²O‘zDJTU XTAK talabasi

KALIT SO‘ZLAR	ANNOTATSIYA
talaba yoshlar, sog‘lom tafakkur, pedagogik-psixologik jarayonlar, ta‘lim, psixologiya.	Ushbu maqolada talaba yoshlarda sog‘lom tafakkurni shakllantirishning psixologik xususiyatlari va jarayonlari o‘rganilgan, ta‘lim muassasalarida amalga oshirilayotgan pedagogik va psixologik yondashuvlar, ijtimoiy va iqtisodiy omillar, shuningdek, tafakkur jarayonlarining bosqichma-bosqich tahlili keltirilgan. Maqola muallifi talaba yoshlarda sog‘lom tafakkurni shakllantirishda pedagogik jarayonning muhimligini ta‘kidlaydi.
КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА	АННОТАЦИЯ
студенческая молодёжь, здоровое мышление, педагогическо-психологические процессы, образование, психология.	В статье исследуются психологические особенности и процессы формирования здорового мышления у студентов, освещаются педагогические и психологические подходы в образовательных учреждениях, социальные и экономические факторы, а также стадии процессов мышления. Автор отмечает важность педагогического процесса в формировании здорового мышления у студентов.
KEY WORDS	ABSTRACT
students, healthy thinking, pedagogical-psychological processes, education, psychology.	This article examines the psychological characteristics and processes involved in forming healthy thinking among students. It discusses pedagogical and psychological approaches implemented in educational institutions, social and economic factors, and the step-by-step analysis of thinking processes. The article highlights the importance of the pedagogical process in ensuring the formation of healthy thinking in students.

Kirish. Bugungi kunda sog‘lom va barkamol avlodni voyaga yetkazish, talaba-yoshlarda sog‘lom madaniyatni shakllantirishda asosiy mas‘uliyat ta‘lim muassasalari zimmasiga yuklatiladi. Chunki davlat miqyosida umumilliy manfaatlarni ko‘zlab qabul qilingan barcha davlat hujjatlari, farmon va qarorlar ijrosini ta‘minlash borasida uzluksiz ta‘lim tizimining barcha bo‘g‘inlarida muntazam, uzluksiz va maqsadli ish olib borish zarur bo‘ladi. Mana shunday qilingandagina, ta‘lim jarayonidan so‘ng inson ulg‘aygan vaqtida u o‘z hayotida sog‘lom turmush madaniyati va tarzini tanlaydi va mazkur qonun va tartiblarga rioya etadi. Shu bois ham oliy ta‘lim tizimida talaba-yoshlarda sog‘lom tafakkurni

shakllantirish, pedagogik jarayonning eng muhim bo‘g‘ini bo‘lib, maqsadli ta‘limdagi eng so‘nggi bosqichlaridan biri sanaladi. Oliy ta‘lim jarayonida sog‘lom tafakkurni samarali shakllantirish va uni maqsadli jarayonga aylantirish uchun sog‘lom tafakkurning psixologik mazmunini to‘la anglab yetish, uning shakl, uslub, vosita va uslubiyatlar mohiyatini tushunish va ishlab chiqish zarurdir.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotda sohaga oid adabiyotlar tahlil qilingan, sog‘lom tafakkurni shakllantirishga oid mavjud ilmiy maqolalar, monogragialar va boshqa tadqiqotlar ko‘rib chiqilgan. Psixologik va pedagogik omillar hamda milliy-mental va ijtimoiy omillarning ta‘lim jarayonidagi roli chuqur o‘rganilgan. Shuningdek,



www.isft.uz

“ISFT” ILMIY-USLUBIY JURNAL
“ISFT” НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ
“ISFT” SCIENTIFIC-METHODOLOGICAL JOURNAL

ISSN: 3030-329X

2024/1-son



www.jurnal.isft-ilm.uz

oliy ta'lim muassasalarida amalga oshirilgan o'quv-uslubiy tajribalar tahlil qilinib, ularning samaradorligi baholangan. Ma'lumot to'plash uchun anketa-so'rovnomalar va shaxsiy intervyular tashkil etilgan, bu orqali talaba yoshlarda sog'lom tafakkurni shakllantirish jarayonidagi o'zgarishlar tahlil qilingan va ularning bu jarayondagi faollik darajasi o'rganilgan. Olingan natijalar statistik va kontekstual tahlil usullari yordamida tahlil qilingan va muayyan xulosalar chiqarilgan.

Natijalar. Jamiyatning tarixiy taraqqiyoti davrida uning yashash sharoitlari o'zgarib, rivojlanib boradi. Insonning yashash sharoitlari kundan-kun takomillashib borayotgan bo'lib, zamonaviy yashash sharoitlari insonni ko'pchilik xavflardan asrashga, muhofaza qilishga yo'naltirilgan bo'ladi. Ammo mana shu muhofaza jarayonining o'zida yangidan-yangi tahdidlar kelib chiqadi (ekologik tahdidlar, havo haroratining o'sib borayotganligi, turli tabiiy ofatlar, OITS, narkomaniya, toksikomaniya). Yangi tahdidlarga mos ravishda insonning yashash sharoitlari ham o'zgarishlarga yuz tutadi.

Ma'lumki, turmush tarzida har bir xalqning uzoq asrlar davomida yaratgan ma'naviy va moddiy boyliklari, atrof-muhit, tabiat va jamiyat, kelajak haqida tasavvurlari, milliy-etnik belgilari, mentaliteti, urf-odatlar, an'analari hamda yashash usuli aks etadi. O'zbeklar yashash tarzida azaldan sog'lomlashtirish, salomatlikni asrash tafakkuri mavjud bo'lgan hamda mazkur bilim va malakalar tizimi bolalar tarbiyasida keng qo'llanilgan. Shu nuqtayi nazardan, o'zbek xalqi turmush tarzi ijtimoiy-tarixiy taraqqiyot jarayonida millat yaratgan hayot kechirish usullari majmuyidan iborat bo'lib, o'zbek xalqi sog'lom tafakkuri esa mana shu millatga xos bo'lgan salomatlik tizimiga kiritilgan moddiy va ma'naviy boyliklar majmuyiga teng keladi.

Insonning yashash sharoiti uning yashash tarziga har doim mos bo'lavermaydi. Insonning yashash sharoiti va insonning yashash tarzi boshqa boshqa mazmunga ega bo'lgan voqelik bo'lib, ular bir narsani anglatmaydi. Ko'pchilik odamlarning ijtimoiy yashash sharoitlari bir xil bo'lishi mumkin. Ammo mana shu ko'pchilikning umumiy yashash sharoiti ichidagi hayot tarzi esa individual va o'ziga xos bo'ladi. Shunga monand ravishda insonning yashash sharoiti umumiy bo'lgani holda, mana shu insonning yashash tarzi o'ziga xos, yoki davr talablari bilan hamohang, yoki davr talablariga zid bo'lishi mumkin. Ya'ni, aniq olingan bir jamiyatda yashash sharoiti bir, hamma bir xil sharoitda yashaydi. Ammo mana shu sharoit ichida ba'zilar ichadi, ba'zilar chekadi, ba'zilar giyohvand moddalarga o'rganib boradi. Boshqalar esa, sog'lom turmush tarziga binoan o'z hayotini tashkillashtiradi. Boshqalar sport bilan shug'ullanadi. Boshqalar o'z salomatligi asrash va mustahkamlash yo'lidan boradi. Demak, bir xil yashash sharoitida insonlarni to'g'ri salomatlik yo'lga undovchi va uning amaliyotini ta'min etuvchi kuch bu – sog'lom tafakkur hisoblanadi.

Talaba-yoshlarda sog'lom tafakkurni shakllantirishda uning pedagogik-psixologik mazmuni, zarur psixologik tadbirlar va jarayonlar majmuyi haqida so'z ketganda, avvalo sog'lom tafakkurning ham psixologik kategoriya, ham falsafiy kategoriya, ham pedagogik kategoriya ekanligini nazarda tutish zarur.

Chunki sog'lom tafakkur ularning barchasini o'z mazmunida mujassam etadi. Agar sog'lom tafakkurning falsafiy jihatlariga maxsus to'xtalmagan holda uning faqat pedagogik-psixologik jihatlariga e'tibor qaratsak, sog'lom tafakkur shakllanishida bir necha o'ziga xos bosqichlar, o'ziga xos jarayonlar mavjudligi ayon bo'ladi. Mazkur bosqichlar xususiyati va vazifalari shundaki, ular o'zaro bog'liqlikda, ma'lum bir



www.isft.uz

“ISFT” ILMYI-USLUBIY JURNAL
“ISFT” НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ
“ISFT” SCIENTIFIC-METHODOLOGICAL JOURNAL

ISSN: 3030-329X

2024/1-son



www.jurnal.isft-ilm.uz

ketma-ketlikda, bir birini mantiqan va mazmunan to‘ldirgan holda umumiy daraja va saviyani tashkil qilish uchun xizmat qiladi.

Ular:

a) o‘zidan avvalgi bilim va malakalar, ijtimoiy holat va tajribalarni tahlil qilish jarayoni. Bu jarayonning bosh xususiyati shundaki, mavjud tushuncha mohiyati (predmet) uni tashkil qiluvchi ma’lum “birlik”larga bo‘linadi, ya’ni tushunchaning tarkibiy qismlari ajratiladi. Shu bilan birga, mazkur tushunchaning, birinchidan, bilimlar majmuyi, ikkinchidan, alohida holda malakalar majmuyi tartiblashtiriladi va aniqlanadi.

b) mavjud bilim va malakalarni sintez qilish jarayoni. Avvalgi jarayonda maxsus ravishda birliklarga bo‘lingan tushunchaning bugungi kun talabidan kelib chiqqan holdagi umumlashma xarakteri oydinlashtiriladi va quriladi. Muhim bo‘lgan jihat shundaki, umumlashtirish jarayonida tarkibiy qismlarning o‘zaro aloqadorligi qonuniyatlari aniqlanadi.

c) qiyosiy taqqoslash jarayoni. Barcha mavjud bilim va malakalarni qiyosiy o‘rganish asosida ulardagi o‘xshash va farqli bo‘lgan o‘ziga xos tomonlar anglanadi va qabul qilinadi. Bu jarayon tushunchaning tarkibiy qismlari ichidagi aloqadorlikni, o‘zaro bir-birini to‘ldiruvchi omillar mazmunini aniqroq anglab olinishiga yordam beradi.

d) klassifikatsiyalash jarayoni. Sog‘lom tafakkurga oid barcha bilim va malakalarni, uning tarkibiy qismlari va mazmunini mavjud xususiyatlarni birlashtirish orqali guruhlashtiriladi. Guruhlashtirish tushuncha mohiyatini umumiy holda yaxlit tasavvur qilish imkoniyatini yaratadi. Guruhlashtirish tushuncha mazmuni ichidagi mantiqni anglashga yordam beradi. Mazkur bosqich, ya’ni klassifikatsiyalashda guruhlashtirish tarkibiy qismlar xususiyatlari asosida amalga oshiriladi.

e) umumlashtirish jarayoni. Sog‘lom tafakkurga oid bilim va malakalar ulardagi mavjud eng umumiy tomonlar va xususiyatlar asosida guruhlashtiriladi. Bu jarayon tushuncha haqidagi barcha bilim va malakalarni tartiblashtirish imkonini beradi, tushuncha tarkibidagi faktlar istiqbollari va muhimligi asosida raqamlanadi. Umumlashtirishdagi guruhlashtirish o‘ziga xos bo‘lib, u klassifikatsiyalashdagi guruhlashtirishdan “o‘ta muhim, o‘rtacha muhim, o‘ta muhim emas, muhim emas” tarzida tushuncha mazmunini tabaqalashtirishga xizmat qiladi.

f) konkretlashtirish jarayoni. Sog‘lom tafakkur tushunchasining xususiy tomonlari uning umumiy tomonlaridan ajratiladi. Ya’ni, sog‘lom tafakkur ichidagi har bir tushunchaning ichki xususiy tomonlariga aniqlik kiritiladi, keyin esa mana shu xususiy tomonlar sog‘lom tafakkur tushunchasining umumiy talablari bilan muqoyasa qilinadi va umumlashtiriladi.

g) abstraksiyalash jarayoni. Sog‘lom tafakkurning biror jihatini, boshqa jihatlarini inobatga olmagan holda kuchaytirish va bo‘rttirib anglashdan iborat, ya’ni, sog‘lom tafakkur aslida bir necha o‘nlab o‘zining turli qirralari bilan zamonaviylik kasb etadi. Mana shu jarayonda sog‘lom tafakkurning biror jihati boshqa jihatlariga nisbatan bugun dolzarbroq bo‘lishi mumkin. Ammo keyinchalik ijtimoiy voqelikda ijobiy o‘zgarishlar qilinganidan so‘ng, mazkur dolzarblik o‘z o‘rnini boshqa jihatlariga, boshqa muammolarga bo‘shatib berishi mumkin. Masalan, bugungi kunda sog‘lom tafakkur doirasidagi bilim va malakalar tizimida eng muhim bo‘lgan muammolardan OITS, yoshlar o‘rtasidagi giyohvandlik, toksikomaniya kabi masalalar so‘nggi o‘n yilliklarda aynan mana shu qirralariga alohida urg‘u berilishini talab etadi.

Mazkur bosqichlar sog‘lom tafakkur shakllanishi uchun har bir inson u yoki bu darajada



www.isft.uz

“ISFT” ILMIY-USLUBIY JURNAL
“ISFT” НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ
“ISFT” SCIENTIFIC-METHODOLOGICAL JOURNAL

ISSN: 3030-329X

2024/1-son



www.jurnal.isft-ilm.uz

hamma pedagogik-psixologik bosqichlardan ongli ravishda o‘tishi lozimligini ko‘rsatadi. Inson mana shu bosqichlardan o‘tgandagina, uning tafakkurida to‘liq va mukammal holda barcha talab etilgan sog‘lom tafakkur doirasidagi bilim va malakalar shakllanishi mumkin. Shu bois, real hayotda aaksariyat hollarda odamda u yoki bu predmet haqida umumiy tasavvur bo‘lganligi bilan mana shu odam o‘z shaxsiy turmush tarzida har doim ham sog‘lom tafakkurga rioya etmasligini kuzatsa bo‘ladi. Chunki mana shunday odamlar tafakkurida sog‘lomlik tushunchasining barcha qirralari va bosqichlari talab etilgan darajada va belgilangan mazmunda to‘liq shakllantirilmagan bo‘ladi. Demak, ta‘lim jarayonida sog‘lom tafakkurni samarali shakllantirish uchun uning barcha sanab o‘tilgan pedagogik-psixologik jarayonlar mazmuni, ular ketma-ketligi va majmuyi o‘rnini to‘g‘ri anglash va hayotga mutanosib joriy etish zarur. Pedagog jarayon samaradorligini ta‘min etib beruvchi bosh omillardan biri, bizning fikrimizga ko‘ra shundaki, pedagogik jarayonda ishtirok etuvchi barcha mutasaddilar sog‘lom tafakkurni shakllantirish jarayonining yuqorida qayd etilgan uzviy aloqador jarayonlarini bilmoqlari zarur bo‘ladi. Chunki bilish va anglash jarayonida, g‘oyalar, qarashlar va munosabatni shakllantirish jarayonida agar biror bir bosqich shakllantirilmasa, uning keyingi bosqichlar mazmuniga bo‘lgan juda katta salbiy ta‘siri bo‘ladi, bu sharoitda mazmunlar o‘rtasidagi aloqadorlik buziladi, mazmunan uzilish sharoiti vujudga keladi.

Shu bois, pedagog o‘z faoliyatini tashkil qilishda barcha talaba yoshlarni zarur bosqichlar, yoki tafakkurni shakllantirishda ahamiyati bo‘lgan belgilangan bohqichlar, ya‘ni tahlil qilish, qiyosiy taqqoslash, klassifikatsiyalash, umumlashtirish, konkretlashtirish, abstraksiyalash jarayonlarining barchasidan o‘tkazmog‘i zarur bo‘ladi, ana shunda

yoshlarda zarur bilim, malaka va ko‘nikmalarni shakllantirishga ulgurishi mumkin bo‘ladi.

Sog‘lom tafakkurning bugungi kundagi o‘ziga xos tomoni shundaki, sog‘lom tafakkur masalasi kundan kun yanada dolzarb ahamiyat kasb etayotgan, ijtimoiy jihatdan hayotning turli sohalari bilan integratsiyalashayotgan va takomillashib borayotgan ijtimoiy-falsafiy kategoriyaga aylanib bormoqda.

Bizning fikrimizga ko‘ra, oliy ta‘lim tizimida talaba-yoshlarda sog‘lom tafakkurni shakllantirishning quyidagi omillari mavjud: iqtisodiy, ijtimoiy, antropogen, siyosiy, tarixiy, pedagogik, psixologik, milliy-mental va integratsiyalashgan omillar.

Iqtisodiy omillar: sog‘lom tafakkurda iqtisodiy omilning ikkita asosiy qirrasini mavjud. Birinchidan, sog‘lom tafakkurni shakllantirish maqsadli sarflanadigan ma‘lum sarf-harajatlarni talab etadi. O‘zbekiston misolida olinadigan bo‘lsa, sog‘lom turmush tarzi targ‘iboti davlat ahamiyatiga molik masalalardan hisoblanib, davlat byudjetining ma‘lum ruknlari har yili salomatlik infrastrukturallari faoliyatlarini ta‘minlash va takomillashtirish ishlariga sarflanadi. Ikkinchi tomondan, sog‘lom tafakkur bevosita inson yashash sharoitiga bog‘liq holat bo‘lib, ba‘zi ijtimoiy kasalliklar, masalan kamqonlik, sil, bo‘qoq kabilarning kelib chiqishi oila iqtisodiyoti va uning taqsimlanishiga aloqador bo‘ladi. Shu bois jamiyat va oilaning iqtisodiy o‘sishi sog‘lom turmush tarzi sharoitining o‘sishiga olib keladi. Bu o‘rinda sog‘lom tafakkurni shakllantirish va o‘stirish bevosita ham davlat e‘tiboriga, ham oila imkoniyatlariga bog‘lanadi.

Ijtimoiy omillar: Inson jamiyat ichida yashaydi, u ijtimoiy hodisadir. Shu bois jamiyatda mavjud ijtimoiy qadriyatlar insonga o‘z ta‘sirini o‘tkazadi. Mazkur ta‘sir ham ijobiy, ham salbiy bo‘lishi mumkin. Inson shakllanishida ijtimoiy



www.isft.uz

“ISFT” ILMIY-USLUBIY JURNAL
“ISFT” НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ
“ISFT” SCIENTIFIC-METHODOLOGICAL JOURNAL

ISSN: 3030-329X

2024/1-son



www.jurnal.isft-ilm.uz

omilning roli juda katta ahamiyat kasb etadi va muhim hisoblanadi. Sogʻlom tafakkurning shakllanishida ham jamiyatda mavjud sogʻlomlik aqidalarining nechogʻli tashviqot qilinishi, omma hayotiy ehtiyojiga aylanganligi, jamiyatda eʼtiborga loyiqdigi, yaʼni sogʻlom tafakkurga boʻlgan munosabat bosh omillardan biri sifatida baholanadi. Agar oʻquvchi atrofidagi ijtimoiy muhit sogʻlomlik qadriyatlarini asosida qurilgan boʻlsa, bunday oʻquvchida sogʻlom tafakkurni shakllantirish osonlik bilan kechadi. Talabachilarda sogʻlom tafakkurni shakllantirish bevosita ijtimoiy muhitga bogʻliq boʻlib, sogʻlom ijtimoiy muhimsiz sogʻlom tafakkurni shakllantirish va uning amaliyligini taʼminlash qiyin kechadi.

Antropogen omillar. Bugungi kunda inson sogʻlom tafakkuri atrof-muhitga nisbatan antropogen omillar taʼsiridagi mavjud boʻla olmaydi. Antropogen omillar insonning atrof-muhitga boʻlgan anglangan yoki anglanmagan faoliyati natijasida juda katta oʻzgarishlarni yuzaga keltiradi. Buning natijasida insonning yashash shart-sharoitlari oʻzgarib boradi. Inson tafakkuri esa faqat ijtimoiy-falsafiy hodisa boʻlmay, balki uning shakllanishida ekologik, tibbiy va genetik omillar ham muhim ahamiyat kasb etadi. Insonning antropogen mavjudot sifatidagi barcha xususiyatlari sogʻlom turmush tarzi tafakkurida oʻz aks taʼsirini qoldiradi. Agar tabiiy ofatlar va nosogʻlom ekologik muhit taʼsiri insonlar genofondiga oʻz salbiy taʼsirini oʻtkazayotgan boʻlsa, tabiiy ravishda sogʻlom tafakkurni amal qilishi qiyinlashadi.

Siyosiy omillar. Sogʻlom tafakkurning shakllanish jarayoni faqat taʼlim tizimi darajasiga bogʻliq boʻlmay, balki mavjud siyosiy tuzumning mazkur dolzarb masalaga boʻlgan munosabati va siyosiy irodasiga ham bogʻliq holat hisoblanadi. Agar davlat tomonidan sogʻlom tafakkur moliyaviy, iqtisodiy va ijtimoiy jihatdan qoʻllab-

quvvatlanmasa, keng aholi qatlamlari orasida sogʻlom tafakkur shakllanishi oqsab qoladi. Demak, sogʻlom tafakkurning shakllanganlik darajasi, saviyasi va sifati siyosiy iroda va siyosiy sharoitning muqobil tarzda shakllantirilishi va maqsadli yoʻnaltirilishiga ham bogʻliq. Oʻzbekiston Respublikasi misolida mazkur masala tahlil qilinsa, mustaqillik yillarining ibtidosidayoq ijtimoiy muhofaza siyosatining oʻtkazilishi, “sogʻlom avlod” va “barkamol avlod” orzusining umummilliy vazifa sifatida qoʻyilishi, ona va bola salomatligiga, reproduktiv salomatlikka maxsus eʼtibor berilishi, bolalar sporti, salomatlik infrastrukturalarining yaratilishi aynan sogʻlom tafakkurni shakllantirish uchun zarur boʻlgan siyosiy-ijtimoiy sharoitning toʻlaqonli tashkil etilishiga imkon yaratdi, uning siyosiy jihatdan taʼminlanishiga zamin hozirladi, sogʻlom tafakkurning keng omma ichida shakllanishi uchun barcha imkoniyat va shart-sharoitlarini yaratib berdi.

Tarixiy omillar. Sogʻlom tafakkur tarixiy voqelik hisoblanadi. Chunki inson ijtimoiy hodisaga aylangandan beri uni oʻz salomatligi, salomatlikni asrash qoidalari, uzoq yashash tartiblari qiziqtirib keladi. Sogʻlom turmush tafakkuri masalalari barcha qadimgi sivilizatsiyalar, xususan Yunon-Rim, Qadimgi Xitoy, Qadimgi Hind, Soʻgʻd madaniyati, Misr madaniyati, shuningdek barcha mavjud asosiy diniy konfessiyalar (xristian, yahudiy, buddizm, islom) ning ajralmas tarkibiy qismi boʻlgan. Bu davrlarda inson salomatligini asrashning turli jihatlari va tartiblari, qoidalari, primitiv tibbiy yordam koʻrsatish malakalari ishlab chiqilgan. Demak, sogʻlom tafakkurga oid barcha tarixiy bilim va malakalar bugungi kunda uning, yaʼni sogʻlom tafakkur zamonaviy mazmunining muhim tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. Demak, sogʻlom tafakkur tushunchasi mazmuni ichida ham



www.isft.uz

“ISFT” ILMIY-USLUBIY JURNAL
“ISFT” НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ
“ISFT” SCIENTIFIC-METHODOLOGICAL JOURNAL

ISSN: 3030-329X

2024/1-son



www.jurnal.isft-ilm.uz

tarixiy xotira muhim o‘rin tutadi hamda tarixiy xotirasiz kelajak mavjud bo‘la olmaydi.

Pedagogik omillar. Sog‘lom tafakkur faqat maqsadli pedagogik jarayonda samarali shakllantiriladi va pedagogik natijaga olib kela oladi.

Shu bois, sog‘lom tafakkurni omma tafakkuriga aylantirish uchun maqsadli, bosqichma-bosqich, izchil, uzviy, uzluksiz, davomiy, tizimli, pedagogik jarayon ishtirokchilari va pedagogik muhitning o‘zaro hamkorligi asosiga qurilgan yaxlit pedagogik jarayonni tashkillashtirish taqozo etiladi.

Mana shunday pedagogik jarayonsiz sog‘lom turmush tafakkurini to‘laqonli shakllantirib bo‘lmaydi. Uning pedagogik jihati har bir davr va sharoit uchun, ta‘lim jarayonining har bir bosqichi uchun o‘ziga xos pedagogik tamoyil, vosita, usul, shuningdek, shakllarning ishlatilishida o‘zini namoyon etadi. Shunday ekan, bugungi kunda O‘zbekiston sharoiti va uning demokratik fuqarolik jamiyatini shakllantirish sari sa‘y-harakatlari modernizatsiya, liberallashtirish va demokratlashtirish, ta‘lim tizimida innovatsion harakatni shakllantirishga yo‘naltirilgan zamonaviy davrda pedagogik innovatsiyalarni qo‘llagan holda sog‘lom tafakkurni shakllantirishning yaxlit pedagogik andozasi va metodologiyasini ishlab chiqishni davr talab etadi.

Psixologik omillar. Har bir insonning o‘ziga xos betakror qirralari va xarakter belgilari mavjud bo‘ladi. Inson psixologiyasi ana shu o‘ziga xoslik va takrorlanmaslikni vujudga keltiruvchi xususiyat hisoblanadi. Inson psixologiyasini e‘tiborga olmasdan turib, mazkur inson sog‘lom tafakkurini shakllantirishning eng dolzarb vazifalari va yo‘nalishlarini belgilab bo‘lmaydi. Shu bois, sog‘lom turmush tafakkurini shakllantirishda inson psixologiyasi omiliga ham alohida e‘tibor qaratish muhim hisoblanadi.

Milliy-mental omillar. Har bir xalq va har bir millatning milliy qadriyatlari va urf-odatlarini, ahloq normalari va estetik tafakkuri tarkibida sog‘lom turmush tafakkuri g‘oyalari azaldan mavjud bo‘ladi. O‘zbeklar milliy qadriyatlari tarkibida “Sog‘lom tanda sog‘ aql”, “Salomatlik bebaho ne‘mat”, “Sog‘liq oltindan qimmat” kabi ibratli so‘zlar azaldan ajdodlarimiz tafakkuriga singdirib borilgan. Demak, xalqimiz milliy qadriyatlari tizimidagi mavjud barcha salomatlik va sog‘lom turmush tafakkuriga oid bilim va malakalarni ham tartiblashgan va tizimlashgan holda shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Zamonaviy avlodlar sog‘lom tafakkurini milliy-mental jihatlarni nazarda tutmasdan turib, shakllantirib bo‘lmaydi. Masalan, oiladagi yosh oila va katta avlod o‘rtasida ming yillar amal qilib kelgan an‘anaviy munosabatlarni e‘tiborga olmasdan jinsiy tarbiya va jinslar o‘rasidagi munosabatlar masalasini adekvat shakllantirish qiyinchilik bilan kechadi.

Integratsiyalashgan omillar. Bugungi kundagi pedagogik jarayon turli ijtimoiy sohalarning integratsiyalashuvini talab etmoqda. Pedagogik fanlar tizimi va sohalar ko‘lami kundan kun tarmoqlanib bormoqda. Sog‘lom turmush tafakkuri tarkibida pedagogik ilmlardan akmeologiya, andragogika, defektologiya, didaktika, shuningdek, pedagogik innovatsiyalar va interfaol o‘qitish usullaridan evristik pedagogika, empatik pedagogika, sinektika kabilar yutuqlaridan foydalanmasdan turib, sog‘lom tafakkurni samarali shakllantirib bo‘lmaydi. Demak, sog‘lom tafakkurni shakllantirish jarayoni turli ijtimoiy va pedagogik sohalarning rejalashtirilgan tarzda maqsadga yo‘naltirilishi orqali yaxshi samara beradi.

Pedagogik mahorat va differensial munosabat masalasi. Sog‘lom tafakkurni shakllantiruvchi bosh mutaxassislar o‘rni va ahamiyati juda katta hisoblanadi. Ammo oliy ta‘lim



tizimidagi pedagogik jarayonni bevosita tashkil qiluvchi insonlar ko'pchilikni tashkil qiladi hamda ular turli fanlar, rang-barang pedagogik faoliyat bilan shug'ullanadilar. Bizning fikrimizcha, oliy ta'lim tizimida sog'lom tafakkurni shakllantirishda ishtirok etuvchi mutaxassislar quyidagilardan iboratdir:

- bevosita o'qituvchi-pedagog (bevosita sog'lom tafakkurni shakllantirish fanlari, masalan, valeologiya);
- bilvosita sog'lom tafakkurni shakllantiruvchi o'qituvchi-pedagog (masalan, demokratik jamiyat qurish nazariyasi va amaliyoti fani);
- sport va jismoniy tarbiya treneri;
- ma'naviy, madaniy va ma'rifiy faoliyatni olib boruvchi mutasaddilar;
- nodavlat notijorat tizimining pedagogik faoliyatida ishtirok etuvchi mutasaddilar;
- oila va oilada pedagogik faoliyatda ishtirok etuvchi shaxslar;
- talaba-yoshlarning o'zi pedagog sifatida.

Muhokama va xulosa. Albatta mazkur ko'p qirralili pedagogik jarayonni boshqaruvchi, uni

tashkil qiluvchi hamda ijtimoiy fanlar blokida va ma'naviy-ma'rifiy tadbirlar tarkibida ish olib boruvchi hamma ishtirokchilardan pedagogik mahorat, uning sog'lom tafakkurga yo'naltirilganligi, qay darajada innovatsion pedagogik interfaol usullarning qo'llanilishi, pedagogning nutq va axloq madaniyati, uning kommunikativligi, ijodiyliqi, tashkilotchilik faoliyati, o'z ustida ishlashi, yangi g'oyalarni bera olishi, o'z faoliyatiga ilmiy yondasha olishi, o'z hayotida ham sog'lom tafakkur va sog'lom turmush tarzi va madaniyatiga rioya etishi kabi omillarga bog'liq bo'ladi.

Oliy ta'lim bosqichi esa inson sog'lom tafakkurini shakllantirishda eng muhim bosqichlardan biri bo'lib, insondagi sog'lomlik qadriyatlarini eng so'nggi oliy nuqtaga olib chiquvchi va uning yetukligini ta'minlovchi jarayon hisoblanadi. Shu bois, oliy ta'lim tizimi sog'lom tafakkurni shakllanishini yetuk darajaga olib chiqarib beruvchi pedagogik makon hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdurahimova F. Y. Mahallada qizlarni sog'lom turmush tarzi asosida oilaga tayyorlashning pedagogik asoslari avtoreferati, Toshkent, 2007.
2. F. Y. Abduraximova va O. Musurmonova, "Mahallada qizlarning sog'lom turmush tarzi" Toshkent: O'zbekiston, 2008.

3. Abu Ali Ibn Sino, "Tib qonunlari. Uch jildlik saylanma" Toshkent: Abdulla Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, 1994.
4. M. V. Antropova, "Bolalar va o'smirlar gigiyenasi" Toshkent: Medisina, 1981.
5. O. Musurmonova, "Oila ma'naviyati – milliy g'urur. O'quv qo'llanma," Toshkent, 1999.