

**NIZOMIY NOMIDAGI O‘ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA
UNIVERSITETI HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
DSc 03/30.12.2021.P.26.02 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

**NIZOMIY NOMIDAGI O‘ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA
UNIVERSITETI**

QO‘CHQAROVA FERUZA MAXAMMATQOSIMOVNA

**BO‘LAJAK O‘QITUVCHILARNING SANOGEN TAFAKKURINI
RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI**

19.00.06 – Yosh va pedagogik psixologiya. Rivojlanish psixologiyasi

**PSIXOLOGIYA FANLARI DOKTORI (DSc) DISSERTATSIYASI
AVTOREFERATI**

Toshkent – 2025

**Psixologiya fanlari doktori (DSc) dissertatsiyasi
avtoreferati mundarijasi**

**Оглавление автореферата диссертации
доктора по психологических наук (DSc)**

Contents of Dissertation Abstract of the Doctor of Psychological Sciences (DSc)

Qo‘chqarova Feruza Maxammatqosimovna

Bo‘lajak o‘qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning psixologik xususiyatlari.....3

Кучкарова Феруза Махамматкосимовна

Психологические особенности развития саногенного мышления будущих педагогов.....29

Kuchkarova Feruza Maxammatkosimovna

Psychological characteristics of developing the sanogenic thinking of future teachers.....57

E‘lon qilingan ishlar ro‘yxati

Список опубликованных работ

List of published works61

**NIZOMIY NOMIDAGI O‘ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA
UNIVERSITETI HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
DSc 03/30.12.2021.P.26.02 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

**NIZOMIY NOMIDAGI O‘ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA
UNIVERSITETI**

QO‘CHQAROVA FERUZA MAXAMMATQOSIMOVNA

**BO‘LAJAK O‘QITUVCHILARNING SANOGEN TAFAKKURINI
RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI**

19.00.06 – Yosh va pedagogik psixologiya. Rivojlanish psixologiyasi

**PSIXOLOGIYA FANLARI DOKTORI (DSc) DISSERTATSIYASI
AVTOREFERATI**

Toshkent – 2025

Fan doktori (DSc) dissertatsiyasi mavzusi O‘zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasida B2023.3.DSc /138 raqam bilan ro‘yxatga olingan.

Dissertatsiya O‘zbekiston milliy pedagogika universitetida bajarilgan.

Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o‘zbek, rus, ingliz (rezyume)) Ilmiy kengash veb-sahifasida (www.psi-ik.uz) va «Ziyonet» axborot-ta’lim portalida (www.ziyonet.uz) joylashtirilgan.

Rasmiy opponentlar:

Abdurasulov Rustam Abduraimovich
psixologiya fanlari doktori, professor

Shamsiyev O‘ktam Baxriddinovich
psixologiya fanlari doktori, professor

Qabulov Qosimboy Pirjonovich
psixologiya fanlari doktori, dotsent

Yetakchi tashkilot:

Farg‘ona davlat universiteti

Dissertatsiya himoyasi: O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi ilmiy darajalar beruvchi DSc 03/30.12.2021.P.26.02 raqamli bir martalik Ilmiy kengashning 2025-yil «_____» kuni soat _____ dagi majlisida bo‘lib o‘tadi. (Manzil: 100185, Toshkent shahri, Chilonzor tumani, Bunyodkor ko‘chasi, 27. Tel: (+99871) 276-82-32; faks (+99871) 276-76-51; e-mail: tdpu_kengash@edu.uz)

Dissertatsiya bilan O‘zbekiston milliy pedagogika universitetining Axborot-resurs markazida tanishish mumkin (___ raqam bilan ro‘yxatga olingan) (Manzil: 100185, Toshkent shahri, Chilonzor tumani, Bunyodkor ko‘chasi, 27. Tel: (+99871) 276-82-32)

Dissertatsiya avtoreferati 2025-yil « ___ » _____ kuni tarqatildi.

(2025-yil « ___ » _____ dagi ___ raqamli reyestr bayonnomasi).

F.A. Akramova

Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash raisi,
psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

N.B. Atabayeva

Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash kotibi,
psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

Z.T. Nishanova

Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy kengash
qoshidagi Ilmiy seminar raisi,
psixologiya fanlari doktori, professor

KIRISH (fan doktori (DSc) dissertatsiyasi annotatsiyasi)

Dissertasiya mavzusining dolzarbligi va zaruriyati. Jahon ta'lim tizimida bo'lajak o'qituvchilarga sog'lom fikrlash, psixologik barqarorlik, stressni boshqarish bo'yicha maxsus bilim va ko'nikmalarni berish dolzarbligi ortib bormoqda. UNESCOning Teacher Well-being bo'yicha chop etilgan hisobotiga ko'ra, «jahon bo'yicha faqat 23% pedagog kadrlar tayyorlash dasturlari (bakalavriat yoki magistratura bosqichi) rasmiy ravishda stressni boshqarish, emotsional intellekt va sog'lom fikrlash elementlarini muntazam ravishda o'quv rejasiga kiritgan»¹. 2020-2022-yillarda Yevropa Ittifoqi doirasida amalga oshirilgan «Teacher Life» loyihasi yakuniy hisobotiga binoan, loyihada qatnashgan 8 ta davlatda (Germaniya, Polsha, Italiya, Ispaniya, Vengriya, Ruminiya, Bolgariya, Portugaliya) pedagogik universitetlarning 41% i o'qituvchi bo'lishi kutilayotgan talabalar uchun «psixologik barqarorlik va sog'lom tafakkur» bo'yicha kamida bitta majburiy yoki ixtiyoriy kurs joriy qilgan². Bu borada yoshlar indikator ko'rsatkichi sifatida kasbiy muvaffaqiyati va salohiyatini tafakkur mezonlari orqali belgilanishi, shaxsning yaratuvchanligi, iqtidori, iste'dodi, talanti jamiyatning strategik zaxirasi sifatida e'tirof etilishi bilan bog'liq muammolarni ilmiy tadqiq etish zarurati yuzaga keladi.

Jahon oliy ta'lim muassasalari va ilmiy-amaliy tadqiqot markazlarida bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning pedagogik strategiyalari, amaliy imkoniyatlarini takomillashtirish bo'yicha ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda. Yevropa davlatlaridan Finlyandiya, Daniya, Shvetsiyada o'qituvchilar tayyorlash dasturlari doimiy ravishda «sog'liqni saqlash pedagogikasi», «emotsional barqarorlik» va «psixologik xavfsizlik» mavzularini o'z ichiga oladi. 2022-yildagi Eurydice hisobotiga ko'ra, bu davlatlardagi ta'lim universitetlarining 70 – 80% ida «sanogen tafakkur»ga yaqin bo'lgan yo'nalishlar bo'yicha maxsus mavzuli modullar kiritilgan. O'qituvchining shaxsiy farovonligi va salomatligi sifatli ta'lim jarayonining muhim garovi bo'lganligi bois, pedagogik ta'lim beruvchi oliy o'quv yurtlarida, malaka oshirish markazlarida, ilmiy-tadqiqot institutlarida sanogen tafakkur (sog'lom fikrlash) masalasiga e'tibor qaratish dozlarb muammolardan biri sifatida qaralmoqda.

Yangi O'zbekistonda Respublikamizda so'nggi yillarda davr talablari va globallashuv sharoitida «o'z sohasi bo'yicha kompetentli kadrlarni yetishtirish, ularning sog'lom tafakkurlarni rivojlantirishni qo'llab-quvvatlash, iqtidorini ro'yobga chiqarish, ilmiy-tadqiqot va innovatsion faoliyatini samarali yo'lga qo'yish uchun shart-sharoitlar yaratishning zaruriy huquqiy-me'yoriy asoslari yaratilib»³, «...jismonan sog'lom, ruhan va aqlan rivojlangan, mustaqil fikrlaydigan, vatanga sodiq, qat'iy hayotiy nuqtayi nazarga ega yoshlarni tarbiyalash ishida ...yosh avlodning ijodiy va intellektual salohiyatini qo'llab-quvvatlash va ro'yobga chiqarish...»⁴ vazifalari belgilanganligi yosh avlodning intellektual tafakkurini rivojlantirish orqali

¹ <https://www.unesco.org/en/articles/global-report-teachers-what-you-need-know>

² <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/world-mental-health-report>

³ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019 yil 3 maydagi «Iqtidorli yoshlarni aniqlash va yuqori malakali kadrlar tayyorlashning uzluksiz tizimini tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risida»gi PQ-4306-son Qarori.

⁴ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi «2022-2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida» gi PF-60-sonli Farmoni.

ularning o‘quv faoliyatidagi yo‘nalishlarini belgilashga doir ilmiy tadqiqotlar uchun asos bo‘lmoqda. Bo‘lajak o‘qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning pedagogik strategiyalarini rivojlantirib, ta‘lim-tarbiya mexanizmlarini takomillashtirish bo‘yicha ilmiy-amaliy tadqiqotlarni olib borish va muhim vazifalarni hal etish yo‘lida ushbu ilmiy tadqiqot ishi muhim qadamlardan biri bo‘lib xizmat qiladi.

2023-yil 1-maydagi «O‘zbekiston Respublikasining Konstitutsiyasi», 2020-yil 23-sentyabrdagi O‘RQ-637-son «Ta‘lim to‘g‘risida»gi Qonun, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son «2022-2026-yillarga mo‘ljallangan yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida», 2018-yil 27-iyuldagi PF-5466-son «Yoshlar – kelajagimiz» Davlat dasturi to‘g‘risida», 2020-yil 30-iyundagi PF-6017-son «O‘zbekiston Respublikasida yoshlarga oid davlat siyosatini tubdan isloh qilish va yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to‘g‘risida», 2019-yil 8-oktyabrdagi PF-5847-son «O‘zbekiston Respublikasi oliy ta‘lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida»gi Farmonlar, 2018-yil 14-avgustdagi PQ-3907-son «Yoshlarni ma‘naviy-axloqiy va jismoniy barkamol etib tarbiyalash, ularga ta‘lim-tarbiya berish tizimini sifat jihatidan yangi bosqichga ko‘tarish chora-tadbirlari to‘g‘risida», 2017-yil 20-apreldagi PQ-2909-son «Oliy ta‘lim tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida», 2018-yil 5-iyundagi PQ-3775-son «Oliy ta‘lim muassasalarida ta‘lim sifatini oshirish va ularning mamlakatda amalga oshirilayotgan keng qamrovli islohotlarda faol ishtirokini ta‘minlash bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida»gi Qarorlar va boshqa me‘yoriy hujjatlar doirasida belgilangan keng ko‘lamli strategik chora-tadbirlarni amalga oshirishda mazkur dissertatsion tadqiqot ishi muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo‘nalishlariga mosligi. Mazkur tadqiqot O‘zbekiston Respublikasi fan va texnologiyalar rivojlanishining I.«Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy, huquqiy, iqtisodiy, madaniy, ma‘naviy-ma‘rifiy rivojlantirishda, innovatsion g‘oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo‘llari» ustuvor yo‘nalishi doirasida bajarilgan.

Dissertatsiya mavzusi bo‘yicha xorijiy ilmiy tadqiqotlar sharhi⁵.

Bo‘lajak o‘qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning pedagogik strategiyalariga qaratilgan ilmiy tadqiqotlar dunyoning yetakchi ta‘lim muassasalari va ilmiy tadqiqot markazlarida, jumladan: Kaliforniya universiteti (AQSH), Stenford universiteti (AQSH), Manchester universiteti (Buyuk Britaniya), Amerika Psixologlar Assotsiatsiyasi (AQSH), Bergich Universiteti (Germaniya), Melburn Universiteti (Avstraliya), National University of Singapore (Singapur), Seoul of National University (Janubiy Koreya), Sorbonna universiteti (Fransiya), M.V.Lomonosov nomidagi Moskva davlat universiteti (Rossiya)larida olib borilmoqda.

Jahonda bo‘lajak o‘qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirish bo‘yicha

⁵<https://www.universityofcalifornia.edu>, www.stanford.edu, www.manchester.ac.uk, <https://www.apa.org>, www.uni-wuppertal, www.unimelb.edu.au, <https://nus.edu.sg>, <https://en.snu.ac.kr>, <https://www.sorbonne-universite.fr/en>, msu.ru.

olib borilgan tadqiqotlar asosida, jumladan, quyidagi ilmiy natijalar olingan: bo‘lajak o‘qituvchilarning sanogen tafakkuriga ta‘sir qiluvchi omillarni ta‘lim yo‘nalishiga mos ravishda differensial diagnostika qilish mexanizmlari takomillashtirilgan (Kaliforniya universiteti, AQSH); talabalarning muvaffaqiyatga intilishi va innovatsion faollik orasidagi bog‘liqlik neyrobiologik asoslari tadqiq etilgan (Stenford universiteti, AQSH); psixodiagnostik usullar orqali talabalardagi kreativlik sifatlarini aniqlashning ilmiy-nazariy asoslari yaratilgan (Manchester universiteti, Buyuk Britaniya); talabalardagi o‘quv va ilmiy faoliyat motivatsiyasini oshirish, sanogen tafakkurni rivojlantirishning kognitiv determinantlarini differensial diagnostik mexanizmlari takomillashtirilgan (Amerika Psixologlar Assotsiatsiyasi, AQSH); Mindfulness texnikasi (diqqatni ongli ravishda jamlash, o‘zini “hozirgi vaqt”da his qilish orqali sog‘lom tafakkurni rivojlantirish mexanizmlari tizimi ochib berilgan (Bergich Universiteti, Germaniya); konvergent va divergent fikrlashni kuchaytirish moduli tizimi ishlab chiqilgan (Melburn Universiteti, Avstraliya); talabalardagi sanogen tafakkur uslubining kasbiy kompetentlikka ta‘sirini yoshga oid geteroxronlik, senzitivlik qonuniyatlari ochib berilgan va shaxsdagi kreativ tafakkurni rivojlanish dinamikasini tahlil qilishning integrativ mexanizmlari ishlab chiqilgan (National University of Singapore, Singapur); didaktik xarakterdagi axborot texnologiyalarini kundalik turmushga tatbiq etish ta‘sirida sanogen tafakkurini rivojlantirishning kognitiv xususiyatlari tadqiq etilgan (Seoul of National University, Janubiy Koreya); shaxs sanogen tafakkur xavotirlanish darajasiga bog‘liq jihatlarining ijtimoiy determinantlari tizimlashtirilgan (Sorbonna universiteti, Fransiya); talabalarni sanogen tafakkurini rivojlantirish orqali ijtimoiy-psixologik kompetensiyalar tizimi yaratilgan (M.V.Lomonosov nomidagi Moskva davlat universiteti, Rossiya Federatsiyasi).

Jahonda ilm-fan kashfiyotlarni rag‘batlantirish shaxs sanogen tafakkurini rivojlantirishga ta‘sir etuvchi kognitiv, konativ, ijodiylik, innovatsion, intellektual salohiyat masalalari amaliy yechimini topish bo‘yicha quyidagi ustuvor yo‘nalishlarda izlanishlar olib borilmoqda, jumladan, bo‘lajak o‘qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning pedagogik strategiyalari yangicha zamonaviy psixologik usullarni taklif etish, shaxsning individual-tipologik, hissiy-emotsional holatlari, intellektual xususiyatlari asosida o‘z faoliyat natijalarini prognozlash imkonini beruvchi usullarni tadqiq etish orqali psixodiagnostik metodikalarning pedagogik-psixologik jihatlarini takomillashtirish shular jumlasidandir.

Muammoning o‘rganilganlik darajasi. O‘zbekiston psixolog olimlaridan B.S.Abdullayeva, Z.Abdurahmonova, M.G.Davletshin, K.A.Farfiyeva, G.N.Ibragimova, V.M.Karimova, L.F.Miraxmetova, Z.T.Nishanova, A.M.Nazarov, O‘.U.Shukurova, F.A.Choriyev, E.G‘.G‘oziyev va boshqalarning⁶ ilmiy izlanishlarida

⁶Abdullayeva B.S. Bo‘lajak o‘qituvchilar o‘quv-ilmiy faoliyati motivatsiyasining psixofiziologik determinantlari: Monografiya. – T.: «Bookmany print» nashriyoti, 2021. – 162 b.; Davletshin M.G. Zamonaviy maktab o‘quvchisining psixologiyasi. – T.: O‘zbekiston, 1998. – 30 b.; Farfiyeva K.A. O‘spirinlarda ilmiy-innovatsion tafakkur shakllanishining ijtimoiy-psixologik vositalari. Psixol.f.d.... disser avtoreferati. – T., TDPU, 2022. – 68 b.; Ibragimova G.N. Interfaol o‘qitish metodlari va texnologiyalari asosida talabalarning kreativlik qobiliyatlarini rivojlantirish: p.f.n.... disser. avtoreferati. – T., TDPU, 2017. – 39 b.; Karimova V.M., Sunnatova R.I., Tojiboyeva R.N. Mustaqil fikrlash. – T.: Sharq, 2000.; Miraxmetova L.F. Talabalarda sanogen tafakkurni rivojlantirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari. Ps. f. (PhD)... dis. avtoref. – T.: TDPU, 2024. – 58 b.; Nishanova Z.T. Mustaqil ijodiy fikrlashni rivojlantirishning psixologik asoslari. Psix.f.dok.dis.

sanogent tafakkur, talabalarda ijodkorlik muammolari ilmiy jihatdan tadqiq etilgan.

Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi mamlakatlari olimlaridan K.A.Abulxanova-Slavskaya, A.B.Brushlinskiy, L.S.Vigotskiy, P.Y.Galperin, V.P.Deliya, Yu.L.Kraynova, D.A.Leontyev, Yu.Orlov, A.B.Petrovskiy, S.L.Rubinshteyn, I.V.Sinisina va boshqalar⁷ tomonidan tafakkur muammosining muhim jihatlari o'rganilgan.

Xorijiy psixolog olimlardan Z.Freyd, J.Gilford, R.E.Fansher, Y.Fromm, N.Kogan, R.Plutchik, U.Neisser, W.Sshneider, S.Spearman, L.F.Xiggs, M.A.Wollah va boshqalar⁸ tomonidan ilmiy tafakkur, konvergent, divergent fikrlash, kognitiv jarayonlar rivojlantirish masalalari tadqiq etilgan.

Dissertatsiya mavzusining dissertatsiya bajarilayotgan oliy ta'lim muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari bilan bog'liqligi. Dissertatsion tadqiqot O'zbekiston milliy pedagogika universiteti ilmiy tadqiqot rejasining «Psixologiya tarixini o'rganish, umumiy psixologiya mazmunini o'zlashtirish, shaxs psixologiyasini tasniflash, psixofiziologik tadqiqotlar ko'lamini kengaytirish, tibbiy va kasb psixologiyasi qonuniyatlarini o'rganish, ijtimoiy psixologiya, etnopsixologiya hamda yosh davrlari va pedagogik psixologiyaning konseptual asoslarini tadqiq qilish» nomli ustuvor yo'nalish doirasida bajarilgan (2021-2024 y.y.).

– T., 2005. – 391 b.; Nazarov A.M. Talabalar ilmiy-innovatsion faoliyatini rivojlantirishning pedagogik-psixologik barqarorligi. Ps. f. d. (DSc)... dis. avtoref. – T., 2022. – 67 b.; Shukurova O.U. Talabalarni innovatsion faoliyatga yo'nalganligining ijtimoiy-psixologik jihatlari. Psixol.f.n.... dis. avtoref. – T., TDPU, 2022. – 57 b.; Choriyev F.A. Talabalarda kreativ tafakkur diagnostikasi. Psixol.f.d.... disser avtoref. – T., O'ZMU, 2021. – 50 b.; G'oziev E.G'. Tafakkur psixologiyasi. O'quv qo'llanma. – T.: O'qituvchi, 1990. – 183 b.

⁷Абульханова-Славская К.А. Социальное мышление личности: проблемы и стратегии мышления // Психологический журнал. – 1994. – № 4. – С. 35-39.; Брушлинский А.В. Развитие творческого мышления у учащихся. – М.: Педагогика, 1994. – 124 с.; Выготский Л.С. Психология развития человека. – М.: Изд-во Смысл, 2005. – 665 с.; Гальперин П.Я. Психология творческого мышления // Вопросы психологии. 1982. – № 5. С. 24-32.; Делия В.П. Инновационное мышление в XXI веке. Монография. Балашиха: Де-По, 2011. – 228 с.; Ю.Л.Крайнова. Саногенная рефлексия в структуре эмоциональной компетентности будущих педагогов. Дис....к.пс.н.2010. – 166 с., Леонтьев А.Н. Проблема деятельности в психологии. // Вопросы философии. – 1972. – № 9. – С. 96-109.; Орлов Ю. Оздоровляющее саногенное мышление. – М.: Эксмо, 2023. – 226 с.; Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. – М.: Знание, 1982. – 255 с.; Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – В 2-х т. – Т. 1. – М.: Педагогика, 1989. – 485 с.; Сеницына Э.В. Психофизиологические характеристики учебной мотивации студентов: Дис. ... канд. психол. Наук. Ростов н/Д, 2004. – 276 с.

⁸Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. – М.: Наука, 1991. – 456 с. Dodd D. H. White R. M. Cognition: Mental structure and processes. Boston: Allyn and Bacon, Inc. 1980. – 168 p.; Guilford J.T. The ature of Human intelligence. N.Y.: McGraw-Hills, 1967. – 538 P. 9.; Fancher R.E. The intelligence men: Makersot the IQ controversy. N.Y. Norton, 1985. – 163 p. Фромм Э. Автоматический конформизм. / В кн.: История зарубежной психологии (30-60-е г.г. 20 в.) – М.: Изд - во МГУ, 1986. – С. 24-30; Spearman C. The abilities of man. N. Y., 1927. – 228 p.; Wollach M.A., Kogan N.A new look of the creativity - intelligence distinction. J. of Personality. 1965. V. 33. № 3. – P. 348-369; Plutchik R., Kellermann H., Conte H.R. A structural theory of ego defences and emotions //Isard C. E. (ed.) Emotions in personality and psychopathology. N.Y.: Plenum, 1979. – P. 229-257; Neisser U. etc. Intelligence: Knowns and Unknowns American Psychologist. 1996. V. 51. № 2. – P. 77-101; Schneider W. Acquiring expertise: Determinants of exceptional perfomance. In: International handbook of Research and Development of Giftedness and Talent. Oxford: Pergamon. 1990. – P. 311-324; Spearman C. The abilities of man. N. Y., 1927. - 278 p.; Higgins L. F. (1996) A Comparison of Scales for Assessing Personal Creativity in IS / L. F. Higgins // Proceedings of the 29th Annual Hawaii International Conference on System Sciences. - 1996. – P. 13-19.; Wollach M.A., Kogan N.A new look of the creativity - intelligence distinction. // J. of Personality. 1965. V. 33. № 3. – P. 348-369.

Tadqiqotning maqsadi bo'lajak o'qituvchilar sanogen tafakkurining psixologik xususiyatlarini tadqiq etish asosida uni rivojlantirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari:

sanogen fikrlashga bo'lajak o'qituvchilarga talabalik davridanoq o'rgatish zarurligi haqida mualliflik konsepsiyasini asoslash;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkur namoyon bo'lishining ta'lim yo'nalishiga ko'ra differensial farqlarini aniqlash;

bo'lajak o'qituvchilar sanogen tafakkurning akademik motivatsiya shakllanganligiga bog'liqlik jihatlarini tadqiq etish;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirishning ta'sir etuvchi omillarni aniqlashtirish;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish dasturini ishlab chiqish.

Tadqiqotning obyekti bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning psixologik xususiyatlarini o'rganish jarayoni olingan bo'lib, tadqiqotda Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universitetidan 170 nafar, Andijon davlat universitetidan 130 nafar, Farg'ona davlat universitetida 110 nafar, jami 410 nafar talabalar respondent sifatida jalb etildi.

Tadqiqotning predmetini bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish jarayoni tashkil etadi.

Tadqiqotning usullari. Tadqiqot jarayonida kuzatish, suhbat metodlaridan, shuningdek, N.A.Zaremboning «Sanogen tafakkur darajasini aniqlash testi», A.A.Alekseeva va L.A.Gromovalarning «Tafakkur uslubini aniqlash» so'rovnomasi, T.O.Gordeyeva, O.A.Sechev va E.N.Osinlarning «Akademik motivatsiya shkalasi», V.I.Morosanovanning «Xulq-atvorni o'z-o'zini boshqarish uslubi», E.E.Rukavishnikovning «Pedagogik refleksiya shakllanganlik darajasini aniqlash» metodikasi hamda hammualliflikdagi «Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini aniqlash» so'rovnomasidan (B.S.Abdullayeva; F.M.Qo'chqarova) foydalanildi. Olingan natijalarning statistik ishonchlilik darajasi matematik statistika metodlaridan Styudentning t-mezoni, K.Pirsonning r-korrelyatsiya koeffitsienti orqali tasdiqlandi.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:

o'qituvchining hissiy kompetentligi, nafaqat o'quvchini tinglash va tushunishida, balki dars jarayonida ijobiy muhit yaratish o'zining shaxsiy va kasbiy o'sayotganidan faxrlanish, o'zidan qoniqishiga bog'liqligi tufayli uning salbiy hissiyotlari dars jarayoniga ta'sir ko'rsatishini inobatga olib, faqat sog'lom ijobiy fikrlash, sanogen refleksiya orqali o'z xulq-atvorida konstruktiv dasturlarni ongli tanlashida namoyon bo'lishiga asoslanib, sanogen fikrlashga bo'lajak o'qituvchilarga talabalik davridanoq o'rgatish zarurligi haqida mualliflik konsepsiyasi asoslangan;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurning namoyon bo'lishiga ko'ra «emotsional barqarorlik», «konstruktiv fikrlash», «o'z-o'zini anglash» va «kreativlik» shkalalarida tabiiy fanlar ta'lim yo'nalishi talabalariga nisbatan gumanitar ta'lim yo'nalishi talabalarida ustunligi natijalarni differensiallash asosida aniqlangan;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkur va akademik motivatsiya shkalalari orasida musbat bog'lanishlar aniqlanganligi asosida ijobiy motivatsiya sog'lom fikrlashni rivojlantirishi asoslangan;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkuri va o'z xulq-atvorini boshqarish, tafakkur uslublari, refleksiya bilan musbat bo'g'lanishlar aniqlanganligi tufayli stressni boshqarish, refleksiyaning, ijodkorlikni rivojlantirish, konstruktiv fikrlash moslashuvchanlikni oshirish kabilar bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish modelining asosiy komponentlari ekanligi dalillangan;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish uchun kognitiv, emotsional, motivatsion, konativ sohalarga korreksion-adaptiv ta'sir etish asosida «Pokiza qalb va sog'lom fikr ila yasha!» nomli psixologik dasturning samaraliligi asoslangan.

Tadqiqotning amaliy natijalari quyidagilardan iborat:

sanogen tafakkurga mualliflik ta'rifi ishlab chiqilgan;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirishga xizmat qiladigan «Pokiza qalb va sog'lom fikr ila yasha!» nomli trening dasturi taklif etilgan;

bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirish bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar taklif etilgan.

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi muammoning aniq qo'yilganligi, xalqaro miqyosda tan olingan metodik vositalar, ma'lumotlarning reprezentativligi, empirik tadqiqotlar ilmiy-nazariy chuqur asoslab berilganligi; aniqlangan ko'rsatkichlarning ishonchli, ilmiy manbalarga asoslanganligi; psixometrik talablarga javob beradigan psixodiagnostik usullardan foydalanilganligi; empirik natijalarning maqsadga muvofiq tahlil qilinganligi, natijalar «Ms Excel», «SPSS 22.0» dasturlari vositasida qayta ishlanganligi; ilmiy fikr va xulosalarning amaliyotga joriy etilganligi, olingan natijalarning vakolatli tuzilmalar tomonidan tasdiqlanganligi bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati. Tadqiqot natijalarining ilmiy ahamiyati bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning pedagogik strategiyalari, ijodiylik va intellekt xususiyatlarni hisobga olgan holda, sanogen tafakkur hamda shaxsning ijtimoiy xulq-atvori shakllanishiga ta'sir etuvchi omillarning yaxlit yondashuv asosida tizimlashtirilganligi, sanogen tafakkurning rivojlanganligi shaxs xulq-atvorining pedagogik-psixologik mexanizmlarini rivojlantirish bo'yicha istiqbolli yo'nalishni ochib beradi.

Tadqiqotning amaliy ahamiyati shundaki, qo'lga kiritilgan natijalar oliy o'quv yurti talabalari, magistrleri, amaliyotchi psixologlarning sanogen tafakkurga oid nazariy bilimlarini oshirishga, talabalar xulq-atvorini o'rganishga hamda rivojlantirishga oid ilmiy tasavvurlarni boyitadi. Shuningdek, tadqiqot materiallari shaxs tafakkurining pozitiv jihatlari, stressga chidamlilik, mulohazamandlik, irodalilik va motivatsion sohasidagi intilishlar to'g'risidagi ilmiy bilimlarni hamda «Ontogenez psixologiyasi va differensial psixologiya» «Psixologik xizmat. Psixologik korreksiya», «Pedagogik psixologiya», «Tafakkur psixologiyasi» kabi fanlarni ilmiy ma'lumotlar bilan to'ldirishga xizmat qiladi.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi. Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning psixologik xususiyatlari bo'yicha olingan ilmiy tadqiqot ishlari natijalari asosida:

o'qituvchining hissiy kompetentligi nafaqat o'quvchini tinglash va tushunishida, balki dars jarayonida ijobiy muhit yaratish o'zining shaxsiy va kasbiy o'sayotganidan faxrlanish, o'zidan qoniqishiga bog'liqligi tufayli uning salbiy hissiyotlari dars jarayoniga ta'sir ko'rsatishini inobatga olib, faqat sog'lom ijobiy fikrlash, sanogen refleksiya orqali o'z xulq-atvorida konstruktiv dasturlarni ongli tanlashida namoyon bo'lishiga asoslanib, sanogen fikrlashga bo'lajak o'qituvchilarga talabalik davridanoq o'rgatish zarurligi haqida mualliflik konsepsiyasi asoslanganligiga oid ma'lumotlar O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv ilmiy Markazining 2024-yil 7-dekabrda PM 283-son buyrug'iga asosan «Umumiy psixologiya» moduli (Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2024-yil 7-dekabrda PM 283-son ma'lumotnomasi) mazmuniga singdirilgan. Natijada psixologlarning umumpsixologik tushunchalar haqida tasavvurlarining oshirilishiga erishilgan;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurning namoyon bo'lishiga ko'ra «emotsional barqarorlik», «konstruktiv fikrlash», «o'z-o'zini anglash» va «kreativlik» shkalalarida tabiiy fanlar ta'lim yo'nalishi talabalariga nisbatan gumanitar ta'lim yo'nalishi talabalarida ustunligi natijalarni differensiallash asosida aniqlanganligiga doir ilmiy xulosalar O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy Markazining 2024-yil 7-dekabrda PM 283-son buyrug'iga asosan bo'lg'usi amaliyotchi psixologlarni tayyorlashda «Ontogenez psixologiyasi» moduli (Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2024-yil 7-dekabrda PM 283-son ma'lumotnomasi) mazmuniga singdirilgan. Natijada psixologlarda sanogen tafakkur namoyon bo'lishida ta'lim yo'nalishiga ko'ra farqlarga oid bilimlarini rivojlantirishga erishilgan;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkur va akademik motivatsiya shkalalari orasida musbat bog'lanishlar aniqlanganligi asosida ijobiy motivatsiya sog'lom fikrlashni rivojlantirishi asoslanganligiga oid xulosalar O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy Markazining 2024-yil 7-dekabrda PM 283-son buyrug'iga asosan «Ontogenez psixologiyasi» moduli (Psixologiya o'quv ilmiy markazining 2024-yil 7-dekabrda PM 283-son ma'lumotnomasi) mazmuniga singdirilgan. Natijada psixologlarning sog'lom fikrlashga ta'sir etuvchi omillarga oid bilimlari boyitilishiga erishilgan;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkuri va o'z xulq-atvorini boshqarish, tafakkur uslublari, refleksiya bilan musbat bo'g'lanishlar aniqlanganligi tufayli stressni boshqarish, refleksiyaning, ijodkorlikni rivojlantirish, konstruktiv fikrlash moslashuvchanlikni oshirish kabilar bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish modelining asosiy komponentlari ekanligi dalillanganligiga oid takliflar O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy Markazining 2024-yil 7-dekabrda PM 283-son buyrug'iga asosan «Psixologik xizmat» moduli (Psixologiya o'quv ilmiy markazining 2024-yil 7-dekabrda PM 283-son ma'lumotnomasi) mazmuniga singdirilgan. Natijada psixologlarning oliy ta'lim muassasasi psixologik xizmati faoliyatini takomillashtirish, ilmiy-metodik ta'minotini tashkil etishga oid bilimlari boyitilishiga erishilgan;

bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish uchun kognitiv, emotsional, motivatsion, konativ sohalarga korreksion-adaptiv ta'sir etish asosida «Pokiza qalb va sog'lom fikr ila yasha!» nomli psixologik dasturning samaraliligi asoslanganligiga oid tavsiyalar O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy Markazining 2024-yil 7-dekabrda PM 283-son buyrug'iga asosan «Ijtimoiy psixologik trening» moduli (Psixologiya o'quv ilmiy markazining 2024-yil 7-dekabrda PM 283-son ma'lumotnomasi) mazmuniga singdirilgan. Natijada psixologik salomatlikni ta'minlashga yo'naltirilgan uslubiy ishlar takomillashtirilgan.

Tadqiqot natijalarining aprotasiyasi. Tadqiqot natijalari ilmiy-amaliy anjumanlar, jumladan 9 ta xalqaro, 2 ta respublika ilmiy-amaliy anjumanlarda muhokama etilgan.

Tadqiqot natijalarining e'lon qilinishi. Dissertatsiya mavzusi bo'yicha jami 27 ta ilmiy-uslubiy ishlar, jumladan, 1 ta monografiya, 1 ta darslik, O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining fan doktori dissertatsiyalari asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlarda 14 ta maqola, shundan 12 tasi respublika va 2 tasi xorijiy jurnalda chop etilgan.

Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi. Dissertatsiya tarkibi kirish, uch bob, xulosa, amaliy tavsiyalar, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati va ilovalardan iborat. Dissertatsiyaning hajmi 228 sahifani tashkil etadi.

DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

Kirish qismida tadqiqot mavzusining dolzarbligi va zarurati, tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo'nalishlariga mosligi, muammoning o'rganilganlik darajasi, tadqiqotning dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi, tadqiqotning maqsadi, vazifalari, obyekti, predmeti, usullari, ilmiy yangiligi va amaliy natijalari, tadqiqot natijalarining ishonchliligi, ilmiy va amaliy ahamiyati, joriy qilinishi, aprotasiyasi va e'lon qilinganligi, dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi to'g'risida ma'lumotlar keltirilgan.

Dissertatsiyaning «**Bo'lajak o'qituvchilar sanogen tafakkurini rivojlantirishning nazariy asoslari**» deb nomlangan birinchi bobida bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirish psixologik fenomeni, sanogen tafakkuri rivojlanishi masalasining pedagogik-psixologik manbalardagi talqini, sanogen tafakkur va uning psixologik xususiyatlari, shaxsda sanogen tafakkurni namoyon bo'lishining o'ziga xos jihatlari tahlil qilingan.

Tadqiqotlarda shaxsning sog'lom fikrlashi masalasiga katta e'tibor qaratib kelinmoqda. Xususan, sog'lom fikrlash, shaxsning psixoemotsional yetukligi akmeologik tadqiqotlarning asosiy muammolari sifatida o'rganilib kelinmoqda. Mazkur muammo pedagogika, sotsiologiya, psixologiya kabi qator fanlar kontekstida o'ziga xos tarzda talqin qilingan. Tadqiqotda ta'lim va tarbiya negizida shaxsni aqlan, jismonan, ruhan yetuk qilib voyaga yetkazish masalasi yotar ekan, «sanogen tafakkur» muammosi ham dolzarb ahamiyat kasb etishi dalillandi.

Mazkur bobda sanogen tafakkurni rivojlantirishga oid ilmiy izlanishlar, dunyoning ilmiy tadqiqot markazlari va oliy ta'lim muassasalari tomonidan olib borilgan izlanishlarning empirik ma'lumotlari tahlili keltirilgan. Sanogen tafakkurni rivojlantirish muammosi o'zbek psixologlaridan S.Ataxanova, Z.A.Abdiraxmonova, Sh.Alimboyeva, M.Bekmurodov, Sh.Barotov, M.Davletshin, Z.Ibodullayev, A.Jabborov va boshqalar bilan bir qatorda, Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi mamlakatlaridan Y.M.Orlov, S.N.Morozyuk, Y.V.Miroshnik, A.B.Dobrovich, I.V.Dubrovina, A.I.Zaxarov, N.Kozlov, V.Lyevi, V.Y.Syemkye, M.Tyshkova hamda xorij olimlaridan K.Buyettnyer, D.Jampolskiy, M.Jyeyms, D.Yongvard, Y.Lye Shan, M.Ruttyer, Z.Fryeyd, K.Xorni va boshqalarning ilmiy izlanishlari tahlili berilgan.

Dissertatsiyaning ikkinchi bobi «**Bo'lajak o'qituvchilar sanogen tafakkurini rivojlantirishning psixologik mexanizmlari**» deb nomlangan bo'lib, ushbu bobda talabalar sanogen tafakkurini rivojlantirish usullari, tamoyillari, sanogen tafakkurning komponentlari, sanogen tafakkur darajasini aniqlash mezonlari yoritib berilgan.

«Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini aniqlovchi so'rovnoma» bo'yicha dastlabki olingan natijalar tahliliga ko'ra, «emotsional barqarorlik» ($t=2,9$; $p\leq 0,05$), «konstruktiv fikrlash» ($t=2,3$; $p\leq 0,05$), «o'z-o'zini anglash» ($t=2,8$; $p\leq 0,05$) hamda «kreativlik» ($t=2,6$; $p\leq 0,05$) omillari bo'yicha ahamiyatli farqlar qayd etildi.

1-jadval

«Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini aniqlovchi so'rovnoma» orqali olingan natijalar (Styudent mezoni asosida)

| Shkalalar nomi | O'rtacha (M) | | Farqlar |
|------------------------|--------------------|--------------------------------------|---------|
| | Biologiya n=180 | O'zbek tili va adabiyoti n=230 | t |
| Emotsional barqarorlik | 5,1 | 7,6 | 2,9* |
| Konstruktiv fikrlash | 4,7 | 6,8 | 2,3* |
| O'z-o'zini anglash | 5,1 | 7,1 | 2,8* |
| Kreativlik | 5,3 | 7,5 | 2,6* |

Metodikamizning dastlabki «emotsional barqarorlik» omiliga ko'ra, o'zbek tili va adabiyoti fakulteti talabalari yuqori natijalarni qayd etdi ($t=2,9$; $p\leq 0,05$). «Emotsional barqarorlik» omili bo'yicha yuqori natijalar sanogen tafakkur rivojlanishining asosiy ko'rsatkichlaridan biri sifatida bo'lajak o'qituvchilar uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Mazkur omil bo'lajak o'qituvchining stressli vaziyatlarda o'z hissiyotlarini nazorat qilish va barqarorlikni saqlash qobiliyatini ta'minlaydi. Emotsional barqarorlikning yuqori ko'rsatkichlari o'zbek tili va adabiyoti fakulteti talabalarining bo'lajak o'qituvchiik vazifalarga tayyorlik darajasini yaqqol namoyon etmoqda. Bu natijalar o'qituvchilarning shaxsiy va kasbiy hayotida ijobiy munosabatlarni shakllantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. O'z-o'zini boshqarish

qobiliyatining mustahkamligi ularning ta'lim jarayonidagi murakkab vaziyatlarni muvaffaqiyatli boshqarishlariga xizmat qiladi. Bunday xulosa nafaqat nazariy yondashuvlar bilan, balki tajriba davomida olingan natijalar bilan ham tasdiqlanadi. Stressli vaziyatlarda tinchlikni saqlash va muammolarga ijobiy yondashish qobiliyatlari sanogen tafakkurning asosiy jihatlaridan biri sifatida shakllanadi. Shu ma'noda, yuqori ko'rsatkichlar o'zbek tili va adabiyoti talabalarining kasbiy tayyorgarligida sezilarli yutuqlarga erishayotganini ko'rsatmoqda. Emotsional barqarorlik o'z navbatida, bo'lajak o'qituvchilik jarayonida hissiy muvozanatni saqlash va o'quvchilarga ijobiy ta'sir ko'rsatishda yordam beradi. Demak, bo'lajak o'qituvchilarning nafaqat o'z hissiyotlarini, balki ta'lim muhitidagi psixologik omillarni ham samarali boshqarish imkoniyatini tasdiqlaydi.

Navbatdagi «konstruktiv fikrlash» omili bo'yicha, o'zbek tili va adabiyoti fakulteti talabalarida ijobiy natijalar aniqlandi ($t=2,3$; $p\leq 0,05$). «Konstruktiv fikrlash» omili bo'yicha aniqlangan natijalar o'zbek tili va adabiyoti fakulteti talabalarning pedagogik faoliyatga ijodiy va samarali yondashuvlarini yaqqol namoyish qilmoqda. Ushbu omil o'qituvchilarga pedagogik jarayonda yuzaga keladigan muammolarni yechishda ijobiy yondashuvni shakllantirish imkonini beradi. Konstruktiv fikrlash orqali murakkab vaziyatlarga yangi imkoniyatlar sifatida qarash qobiliyati rivojlanadi. Ushbu qobiliyat o'qituvchilarning ijodiy fikrlash doirasini kengaytirib, ularning innovatsion yondashuvlarni qo'llashiga turtki bo'ladi. Bunday fikrlash ularga nafaqat pedagogik muammolarni hal qilishda, balki ta'lim jarayonining sifatini oshirishda ham yordam beradi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, konstruktiv fikrlash o'quvchilar bilan ishlashda ham samarali vosita sifatida foydalaniladi. Ushbu yondashuv bo'lajak o'qituvchini o'z maqsadlarini aniq belgilashga va ularga barqarorlik bilan erishishga yo'naltiradi. Konstruktiv fikrlash shaxsiy va kasbiy o'sishning muhim jihatlarini belgilab beradi. Bo'lajak o'qituvchining bu qobiliyati ularga o'z faoliyatlarini ijodiy boyitish va ta'lim jarayonida yangi yondashuvlarni joriy qilish imkonini beradi.

Metodikamizning keyingi «o'z-o'zini anglash» omiliga ko'ra, o'zbek tili va adabiyoti fakulteti talabalarida yuqori natijalar aniqlandi ($t=2,8$; $p\leq 0,05$). Ushbu omil shaxsning o'zini tahlil qilish, hissiy holatlarini baholash va ulardan samarali foydalanish ko'nikmalarini rivojlantiradi. O'z-o'zini anglash bo'lajak o'qituvchiga o'z maqsadlarini aniq belgilash va ularga erishish uchun samarali strategiyalarni ishlab chiqishga imkon yaratadi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, o'z-o'zini anglash orqali o'qituvchilar o'z shaxsiy resurslarini to'g'ri yo'naltirish imkoniga ega bo'ladilar. O'z-o'zini anglash orqali bo'lajak o'qituvchi ta'lim jarayonida stress omillarini samarali boshqarishga va murakkab vaziyatlarda muvaffaqiyatli bo'lishga intiladilar. Ushbu omil shaxsiy rivojlanishni jadallashtirishda va bo'lajak o'qituvchining kasbiy o'sishida asosiy vosita hisoblanadi. Tadqiqot natijalari bo'lajak o'qituvchining ushbu omil bo'yicha yuqori natijalarga erishayotganini tasdiqlaydi. O'z-o'zini anglash ularga kasbiy muvaffaqiyatga erishish bilan birga, ta'lim jarayonida ijobiy muhit yaratishda yordam beradi.

Metodikaning «kreativlik» omili bo'yicha ham o'zbek tili va adabiyoti fakulteti talabalarida ijobiy natijalar kuzatildi ($t=2,6$; $p\leq 0,05$). «Kreativlik» omili bo'yicha aniqlangan ijobiy natijalar bo'lajak o'qituvchilarning pedagogik jarayonda ijodkorlikni

rivojlantirishga katta e'tibor qaratganini ko'rsatmoqda. Ushbu omil ularga yangi pedagogik yondashuvlarni ishlab chiqish va ularga ijodiy yechimlar topish imkonini beradi. Kreativlik o'qituvchilarning o'quvchilarda ijodiy fikrlashni rivojlantirishga hissa qo'shadi. Ushbu qobiliyat ularga ta'lim jarayonida o'z o'quvchilariga motivatsiya beruvchi lider sifatida namoyon bo'lish imkonini beradi. Tadqiqot natijalari kreativlikning yuqori ko'rsatkichlari pedagoglarning o'z faoliyatlariga ijodiy yondashishga tayyor ekanligini ko'rsatadi. Kreativlik pedagoglarga zamonaviy texnologiyalarni samarali qo'llash va innovatsion g'oyalarni amalga oshirishda yordam beradi, kreativlik orqali o'qituvchilar ta'lim sifatini oshirish va o'quvchilar bilan ishlashda innovatsion usullarni joriy qilish imkoniyatiga ega bo'ladilar.

2-jadval

N.A.Zaremboning «Sanogen tafakkur darajasini aniqlash testi» natijalari

| Shkalalar | O'rtacha(M) | |
|-----------|-----------------|--------------------------------|
| | Biologiya n=180 | O'zbek tili va adabiyoti n=230 |
| Yuqori | 32,1 % | 54,8 % |
| O'rta | 53,6% | 23,8 % |
| Past | 14,3% | 21,4 % |

Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkur darajasini aniqlash bo'yicha «Sanogen tafakkur darajasini aniqlash testi» (N.A.Zaremba) natijalari pedagogik faoliyatga tayyorgarlikning psixologik asoslarini o'rganishda muhim manba sifatida e'tirof etiladi. Tadqiqot natijalarida biologiya va o'zbek tili va adabiyoti talabalari o'rtasida sanogen tafakkur darajasining yuqori, o'rta va past ko'rsatkichlari bo'yicha sezilarli farqlar kuzatildi. Ushbu farqlar pedagogik tayyorgarlik jarayonida talabalar tajribasi va psixologik rivojlanish bosqichlari o'rtasidagi bog'liqlikni namoyon qiladi.

Yuqori darajali sanogen tafakkur ko'rsatkichi bo'yicha o'zbek tili va adabiyoti fakulteti talabalari biologiya fakulteti talabalariga nisbatan sezilarli ustunlikka ega ekanligi aniqlandi (54,8 %). Ushbu natijalar o'quv jarayonida o'zbek tili va adabiyoti fakulteti talabalari stressni boshqarish, konstruktiv fikrlash va emotsional barqarorlik qobiliyatlarini rivojlantirishga ko'proq e'tibor qaratishini ko'rsatadi. Yuqori sanogen tafakkur darajasi pedagogik faoliyatda murakkab vaziyatlarni muvaffaqiyatli boshqarish va o'quvchilar bilan samarali aloqalarni shakllantirishda asosiy omil sifatida qaraladi. Bu ko'rsatkich, shuningdek, talabalarning o'z hissiy holatlarini konstruktiv boshqarishga qodir ekanligini va ular o'z resurslarini samarali safarbar qilishni bilishini ko'rsatadi. Sanogen tafakkur darajasining yuqoriligi talabalarning pedagogik faoliyatga tayyorlik darajasini aks ettiradi va bu jarayonda tajriba, shaxsiy rivojlanish va bilim darajasi muhim rol o'ynaydi. Ushbu natijalar pedagogik ta'lim dasturlarida talabalarning stressga bardoshlilikini oshirish va konstruktiv fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan yondashuvlarni joriy etish zarurligini ta'kidlaydi.

O'rta darajali sanogen tafakkur bo'yicha ko'rsatkichlar biologiya fakulteti talabalari o'rtasida nisbatan yuqori bo'lganligi kuzatilgan (53,6 %). Bu esa talabalarning rivojlanish bosqichida emotsional barqarorlik va konstruktiv fikrlash ko'nikmalarining hali to'liq shakllanmaganligini ko'rsatadi. O'rta sanogen tafakkur darajasidagi talabalar uchun maxsus treninglar va psixologik dasturlar ishlab chiqish zarurati mavjud. Ushbu dasturlar orqali ularning o'z resurslarini samarali boshqarishi va murakkab vaziyatlarga konstruktiv yondashuvi rivojlantirilishi mumkin. Shu bilan birga, pedagogik faoliyatda ular uchun ijobiy muhit yaratish ham muhim ahamiyatga ega.

Past darajali sanogen tafakkur ko'rsatkichlari o'zbek tili va adabiyoti fakulteti talabalari o'rtasida ko'proq bo'lib, bu ularning stressga chidamlilik va o'z hissiyotlarini boshqarish qobiliyatini shakllantirishga erishganini ko'rsatadi (21,4 %). Past darajali sanogen tafakkur ko'rsatkichi talabalar orasida emotsional muvozanatning yetarli shakllanmaganligini ko'rsatishi mumkin. Bu natijalar talabalarning pedagogik faoliyatda duch kelishi mumkin bo'lgan qiyinchiliklarni yengish uchun hali to'liq tayyorgarlikka ega emasligini ko'rsatadi. Shu sababli, past darajali sanogen tafakkurga ega talabalar uchun maxsus dasturlar joriy etish maqsadga muvofiqdir. Bu dasturlar ularga stressni yengish, konstruktiv fikrlash va o'z resurslarini rivojlantirishga yordam beradi.

Tadqiqot natijalari bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkur darajasining shakllanishida ta'lim yo'nalishlari bo'yicha sezilarli farqlar mavjudligini ko'rsatadi. Bu esa pedagogik ta'lim jarayonida talabalarning psixologik rivojlanishini chuqurroq o'rganish va ularga mos yondashuvlarni ishlab chiqish zarurligini ko'rsatadi. Bunday yondashuv talabalarning pedagogik faoliyatga tayyorligini oshirish va ta'lim tizimining umumiy sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Dissertatsiyaning **«Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkuri rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillarni tadqiq etishning empirik natijalari»** deb nomlangan uchinchi bobi muammoning empirik tahliliga bag'ishlangan bo'lib, sanogen tafakkurning namoyon bo'lishi darajalari, sanogen tafakkurga ta'sir etuvchi omillar tahlillari keltirilgan.

«Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini aniqlovchi so'rovnoma» hamda «Akademik motivatsiya shkalasi» metodikasi o'rtasidagi korrelyatsion bog'lanishlarga o'tamiz, natijalar 3-jadvalda keltirilgan.

3-jadvalda «Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini aniqlovchi so'rovnoma» hamda «Akademik motivatsiya shkalasi» metodikasi o'rtasidagi bog'lanishlarga ko'ra, «emotsional barqarorlik» omili «introyeksiyalash (ichki) motivatsiya» ($r=0,39$; $p\leq 0,05$) hamda «eksternal (tashqi) motivatsiya» ($r=0,35$; $p\leq 0,05$) omillari bilan ijobiy, «konstruktiv fikrlash» omili «kognitiv motivatsiya» ($r=0,38$; $p\leq 0,05$) hamda «muvaffaqiyat motivatsiyasi» ($r=0,33$; $p\leq 0,05$) omillari bilan ijobiy, «o'z-o'zini anglash» omili «o'z-o'zini rivojlantirish» ($r=0,36$; $p\leq 0,05$) hamda «o'z-o'zini hurmat qilish» ($r=0,32$; $p\leq 0,05$) omillari bilan ijobiy hamda «kreativlik» omili «o'z-o'zini rivojlantirish» ($r=0,32$; $p\leq 0,05$) omili ijobiy hamda «amotivatsiya» ($r=-0,35$; $p\leq 0,05$) omili bilan salbiy korrelyatsiyaga kirishdi.

3-jadval

«Bo‘lajak o‘qituvchilarning sanogen tafakkurini aniqlovchi so‘rovnoma» va «Akademik motivatsiya shkalasi» metodikasi o‘rtasidagi korrelyatsion bog‘lanish (biologiya yo‘nalishi talabalari; n=180, Pirson mezon bo‘yicha)

| Omillar | Emotsional barqarorlik | Konstruktiv fikrlash | O‘z-o‘zini anglash | Kreativlik |
|--------------------------------------|------------------------|----------------------|--------------------|------------|
| Kognitiv motivatsiya | 0,14 | 0,38* | 0,11 | 0,13 |
| Muvaffaqiyat motivatsiyasi | 0,18 | 0,33* | 0,18 | 0,18 |
| O‘z-o‘zini rivojlantirish | 0,17 | 0,16 | 0,36* | 0,32* |
| O‘z-o‘zini hurmat qilish | 0,11 | 0,11 | 0,32* | 0,14 |
| Introyeksiyalash (ichki) motivatsiya | 0,39* | 0,13 | 0,15 | 0,17 |
| Eksternal (tashqi) motivatsiya | 0,35* | 0,17 | 0,11 | 0,11 |
| Amotivatsiya | 0,19 | 0,10 | 0,14 | -0,35* |

«Emotsional barqarorlik» va «introyeksiyalash (ichki) motivatsiya» o‘rtasidagi ijobiy bog‘lanish ($r=0,39$; $p\leq 0,05$) talabalarning o‘z hissiy holatlarini boshqarish qobiliyatlari bilan ichki rag‘batning mustahkamligi o‘rtasidagi uzviylikni namoyon etadi. Ushbu bog‘lanish, bo‘lajak o‘qituvchilarning stressli vaziyatlarda barqarorlikni saqlash va ichki motivatsiya asosida o‘z faoliyatlariga mas‘uliyatli yondashishlarini anglatadi. Ichki motivatsiya kuchli bo‘lgan talabalar o‘z ehtiyojlarini chuqur anglaydi va ularga erishish uchun hissiy barqarorlikni saqlashga intiladi. Ushbu ko‘rsatkich pedagogik faoliyatda muhim bo‘lib, talabalarning murakkab vaziyatlarda qiyinchiliklarni yengib o‘tish va ijodiy qarorlar qabul qilish qobiliyatlarini rivojlantirishga yordam beradi. Emotsional barqarorlik ularga ichki intilishlarini boshqarish va o‘z resurslarini to‘g‘ri safarbar qilish imkonini yaratadi. Ushbu bog‘lanish, ayniqsa, sanogen tafakkur shakllanishi jarayonida o‘zini ijobiy namoyon etib, talabalarning shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyatlarini oshiradi. Ichki motivatsiyaning kuchayishi, talabalarni o‘z hissiy holatini samarali boshqarish va ichki resurslarini maksimal darajada ishga solishga undaydi. Natijada, ular pedagogik faoliyatda ijobiy yondashuvlarni shakllantirib, o‘zlariga bo‘lgan ishonchni oshiradilar. Ushbu ko‘rsatkich, shuningdek, bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy o‘shida asosiy omil sifatida xizmat qiladi. Ushbu bog‘lanish sanogen tafakkur rivojlanishi uchun zarur bo‘lgan hissiy va ichki barqarorlikni birgalikda ta‘minlash imkonini beradi.

«Emotsional barqarorlik» va «eksternal (tashqi) motivatsiya» o‘rtasidagi ijobiy bog‘lanish ($r=0,35$; $p\leq 0,05$) talabalarning tashqi rag‘batlantiruvchi omillar ta‘sirida o‘z hissiy holatlarini muvozanatda saqlash qobiliyatlarini ko‘rsatadi. Ushbu bog‘lanish, bo‘lajak o‘qituvchilarning o‘zlariga qo‘yilgan talablar va tashqi baholovlarga sezgirligini namoyish etadi. Emotsional barqarorlik, talabalarning tashqi

rag'batlardan ilhomlanib, o'z faoliyatlarini yanada samarali bajarishga intilishlariga yordam beradi. Ushbu ko'rsatkich, shuningdek, talabalarning pedagogik faoliyatda tashqi bosimlarga nisbatan barqaror munosabatni saqlashlarini ta'minlaydi. Tashqi motivatsiya va hissiy barqarorlikning uyg'unligi, ularga murakkab pedagogik vaziyatlarda hissiy boshqaruvni saqlash va tashqi omillarga moslashish imkoniyatini beradi. Ushbu bog'lanish, talabalarning pedagogik mas'uliyatni qabul qilish va jamiyatning kutgan natijalariga mos ravishda ishlashlariga yordam beradi. Emotsional barqarorlik, ularga tashqi rag'batlardan foydalanib, o'z faoliyatlariga qiziqish uyg'otish va samaradorlikni oshirish imkonini beradi. Ushbu omillar o'zaro birgalikda talabalarning stress omillariga nisbatan chidamliligini oshirishga xizmat qiladi. Ushbu bog'lanishning mavjudligi, bo'lajak o'qituvchilarning pedagogik faoliyatda o'z o'quvchilari bilan samarali ishlashlariga yordam beradi. Tashqi motivatsiya orqali hissiy barqarorlikning mustahkamlanishi, ularga ijtimoiy talablarga javob beradigan yuqori sifatli ta'limni ta'minlash imkonini beradi. Ushbu ko'rsatkich sanogen tafakkurning rivojlanishida muhim o'rin tutib, ularga pedagogik faoliyatda barqaror va ijobiy natijalarga erishish imkoniyatini taqdim etadi.

«Konstruktiv fikrlash» va «kognitiv motivatsiya» o'rtasidagi ijobiy bog'lanish ($r=0,38$; $p\leq 0,05$) bo'lajak o'qituvchilarning muammolarga ijodiy yondashuv orqali bilimga bo'lgan intilishlarining uzviyligini namoyon etadi. Ushbu bog'lanish talabalarning o'quv jarayonida bilimlarni chuqur o'zlashtirishga va ulardan samarali foydalanishga bo'lgan ichki ehtiyojini ko'rsatadi. Konstruktiv fikrlash talabalarga murakkab vaziyatlarda aniq va ratsional qarorlar qabul qilish, muammolarni tizimli tahlil qilish va ularga samarali yechimlar topish imkonini beradi. Bu qobiliyat kognitiv motivatsiya orqali yanada kuchayib, ularga pedagogik faoliyatda innovatsion yondashuvlarni ishlab chiqish va joriy qilish imkoniyatini yaratadi. Ushbu bog'lanish sanogen tafakkurning shakllanishida muhim rol o'ynab, talabalarning bilim olish jarayoniga bo'lgan qiziqishlarini oshiradi. Kognitiv motivatsiyaning yuqori darajasi konstruktiv fikrlashning amaliy qo'llanilishiga zamin yaratib, talabalarning ijodiy va analitik salohiyatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Ushbu ko'rsatkich, shuningdek, bo'lajak o'qituvchilarning o'z resurslarini samarali boshqarish va pedagogik jarayonni tizimli tashkil etish qobiliyatini rivojlantiradi. Konstruktiv fikrlash va kognitiv motivatsiyaning uyg'unligi ularga ta'lim jarayonida nafaqat nazariy bilimlarni o'zlashtirish, balki amaliy jihatdan qo'llash imkonini beradi. Ushbu bog'lanish ularga o'z bilimlarini boyitish va o'quvchilarning ehtiyojlariga mos ravishda yangi yondashuvlarni ishlab chiqish imkoniyatini beradi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, konstruktiv fikrlash va kognitiv motivatsiya o'rtasidagi bog'lanish talabalarning pedagogik vazifalarni muvaffaqiyatli bajarishlarida hal qiluvchi omil bo'lib xizmat qiladi.

«Konstruktiv fikrlash» va «muvaffaqiyat motivatsiyasi» o'rtasidagi ijobiy bog'lanish ($r=0,33$; $p\leq 0,05$) bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy muvaffaqiyatga intilishi va ijodiy fikrlash qobiliyatlari o'rtasidagi yaqin aloqani ko'rsatadi. Ushbu bog'lanish talabalarning o'z maqsadlariga erishish yo'lida konstruktiv fikrlashni samarali qo'llashlarini ta'minlaydi. Muvaffaqiyat motivatsiyasi talabalarga o'z vazifalariga mas'uliyat bilan yondashish va pedagogik faoliyatda yuqori natijalarga erishishga turtki beradi. Konstruktiv fikrlash esa ularga o'z maqsadlarini aniq belgilash va ularga

erishish uchun ijodkorlik bilan harakat qilish imkonini beradi. Ushbu qobiliyat talabalarning murakkab vaziyatlarda qiyinchiliklarni yengib o'tish va muammolarni ijobiy yechimlarga aylantirish qobiliyatini rivojlantiradi. Muvaffaqiyat motivatsiyasining yuqori darajasi konstruktiv fikrlashning samaradorligini oshirib, talabalarga ta'lim jarayonida o'z resurslarini samarali boshqarish imkoniyatini yaratadi. Ushbu bog'lanish bo'lajak o'qituvchilarning pedagogik faoliyatda ijodkorlikni rivojlantirish va yuqori natijalarga erishishda hal qiluvchi omil sifatida namoyon bo'ladi. Talabalarning konstruktiv fikrlash orqali muvaffaqiyatga bo'lgan intilishi ularning nafaqat o'z bilimlarini, balki o'quvchilar salohiyatini ham oshirishga xizmat qiladi. Ushbu qobiliyat ularga ta'lim jarayonida zamonaviy yondashuvlarni joriy qilish va o'z o'quvchilari bilan samarali muloqot qilish imkonini beradi. Konstruktiv fikrlash va muvaffaqiyat motivatsiyasi o'rtasidagi bog'lanish ularga murakkab pedagogik vaziyatlarda ham barqarorlikni saqlash va samarali yechimlarni ishlab chiqish imkonini yaratadi. Ushbu bog'lanish sanogen tafakkur rivojlanishida o'zining muhim o'rnini namoyon etib, talabalarning shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyatlariga hissa qo'shadi. Shu bois, ushbu omillarni birgalikda rivojlantirishga qaratilgan dasturlar talabalarning pedagogik tayyorgarlik jarayonida dolzarb ahamiyat kasb etadi.

«O'z-o'zini anglash» va «o'z-o'zini rivojlantirish» o'rtasidagi ijobiy bog'lanish ($r=0,36$; $p\leq 0,05$) bo'lajak o'qituvchilarning o'z imkoniyatlarini anglash va ulardan samarali foydalanish intilishlarini namoyon etadi. Ushbu bog'lanish talabalarning shaxsiy va kasbiy rivojlanishida ichki resurslarni aniqlash va ulardan ijodiy foydalanishga bo'lgan moyilligini ko'rsatadi. O'z-o'zini anglash talabalarga o'z zaif tomonlarini tushunish va ulardan rivojlanish uchun manba sifatida foydalanish imkoniyatini beradi. Bu qobiliyat ularning pedagogik faoliyatga nisbatan chuqurroq yondashuvlarini shakllantiradi va murakkab vaziyatlarda muvozanatni saqlashlariga yordam beradi. O'z-o'zini rivojlantirish esa talabalarning ta'lim jarayonida innovatsion yondashuvlarni izlab topish va amaliyotda qo'llash qobiliyatini mustahkamlaydi. Ushbu bog'lanish ularning ta'lim jarayonidagi samaradorligini oshirish va o'z maqsadlariga erishish uchun yanada qat'iyatli bo'lishlariga ko'maklashadi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, o'z-o'zini anglashning rivojlanganligi o'z-o'zini rivojlantirish jarayoniga turtki bo'lib, talabalarning shaxsiy salohiyatlarini yanada kengroq ko'lamda amalga oshirishlariga imkon yaratadi. Ushbu ko'rsatkich pedagogik faoliyatda talabalarni ijodiy fikrlashga va o'z bilimlarini boyitishga undaydi. O'z-o'zini anglash qobiliyatiga ega bo'lgan talabalar o'z resurslarini samarali boshqarish va ulardan foydalangan holda yangi pedagogik usullarni ishlab chiqishga qodir bo'ladilar. Ushbu bog'lanish, shuningdek, bo'lajak o'qituvchilarning o'z-o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish va shaxsiy rivojlanish jarayonida qat'iyatli bo'lishlariga yordam beradi. Bu qobiliyat ularga murakkab pedagogik vaziyatlarda o'zini yo'qotmaslik va natijaviy qarorlar qabul qilish imkonini yaratadi. O'z-o'zini rivojlantirish jarayonida o'z-o'zini anglash qobiliyati ularga o'zlarini to'laqonli shaxs sifatida namoyon qilish va jamiyat uchun foydali pedagog bo'lish imkonini beradi.

«O'z-o'zini anglash» va «o'z-o'zini hurmat qilish» o'rtasidagi ijobiy bog'lanish ($r=0,32$; $p\leq 0,05$) bo'lajak o'qituvchilarning o'zlariga bo'lgan ishonch va shaxsiy qadriyatlarini anglash o'rtasidagi uyg'unlikni ko'rsatadi. Ushbu bog'lanish

talabalarning o'z qobiliyatlarini qadrlash va ulardan foydalanishga bo'lgan ichki ehtiyojlarini aks ettiradi. O'z-o'zini anglash qobiliyatiga ega bo'lgan talabalar o'zlarini to'g'ri baholash va ularga bo'lgan ishonchni oshirishda muvaffaqiyatli bo'ladilar. Ushbu qobiliyat ularga pedagogik faoliyatda o'z imkoniyatlarini aniq belgilash va ulardan samarali foydalanish imkonini beradi. O'z-o'zini hurmat qilish esa talabalarning pedagogik jarayonda o'z resurslarini to'g'ri boshqarish va o'zlariga bo'lgan ijobiy munosabatni shakllantirish qobiliyatini rivojlantiradi. Ushbu bog'lanish shuni ko'rsatadiki, o'z-o'zini hurmat qilish talabalarning o'z maqsadlariga erishish va shaxsiy yutuqlaridan qoniqish olish jarayonida muhim rol o'ynaydi. Ushbu qobiliyat ularga o'z zaif tomonlarini anglash va ulardan samarali foydalanish orqali shaxsiy rivojlanishga erishish imkoniyatini beradi. O'z-o'zini hurmat qilish qobiliyatining rivojlanganligi talabalarning pedagogik faoliyatda liderlik fazilatlarini namoyon qilishlariga yordam beradi. Ushbu qobiliyat ularga pedagogik jarayonda o'zlariga bo'lgan ishonchni oshirish va murakkab vaziyatlarda qat'iyatli bo'lish imkonini yaratadi. O'z-o'zini anglash va o'z-o'zini hurmat qilishning uyg'unligi bo'lajak o'qituvchilarning shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyatlarini oshirish uchun asosiy omillardan biri hisoblanadi. Ushbu bog'lanish, shuningdek, ularga pedagogik faoliyatda ijobiy o'zgarishlarni amalga oshirish va ta'lim jarayonini natijaviy tashkil etishga yordam beradi. Ushbu ko'rsatkich sanogen tafakkurning shakllanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'lib, talabalarning o'z resurslarini samarali safarbar qilish qobiliyatlarini mustahkamlaydi.

«Kreativlik» va «o'z-o'zini rivojlantirish» o'rtasidagi ijobiy bog'lanish ($r=0,32$; $p\leq 0,05$) bo'lajak o'qituvchilarning ijodiy fikrlash qobiliyatlari va o'z salohiyatini rivojlantirishga bo'lgan intilishlari o'rtasidagi yaqin aloqani ko'rsatadi. Ushbu bog'lanish talabalarning ijodiy g'oyalarni amalga oshirish va o'z-o'zini takomillashtirish jarayonida ichki motivatsiyadan samarali foydalanishlarini anglatadi. Kreativlik qobiliyatiga ega bo'lgan talabalar murakkab vaziyatlarda yangi va innovatsion yechimlarni ishlab chiqishga qodir bo'ladi, bu esa ularning o'zini rivojlantirish jarayonini qo'llab-quvvatlaydi. Ushbu ko'rsatkich, shuningdek, talabalarning ta'lim jarayonida nafaqat mavjud bilimlardan foydalanish, balki yangi bilimlarni o'zlashtirishga intilishini tasdiqlaydi. Kreativlik va o'z-o'zini rivojlantirishning uyg'unligi, ularga pedagogik faoliyatda zamonaviy yondashuvlarni qo'llash va ularni ijodiy jihatdan boyitish imkonini beradi. Ushbu bog'lanish o'qituvchilarning shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyatlariga ijobiy ta'sir ko'rsatib, ularning ta'lim tizimida innovatsion yondashuvlarni joriy qilish salohiyatini oshiradi. O'z-o'zini rivojlantirish jarayonida kreativlik qobiliyati ularga o'z resurslarini maksimal darajada ishga solish va ta'lim jarayonida ijobiy o'zgarishlarni amalga oshirish imkoniyatini beradi. Ushbu qobiliyat ularning pedagogik faoliyatida o'zlarini lider sifatida namoyon qilishlariga yordam beradi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, kreativlik va o'z-o'zini rivojlantirishning uyg'unligi sanogen tafakkur shakllanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega.

«Kreativlik» va «amotivatsiya» o'rtasidagi salbiy bog'lanish ($r=-0,35$; $p\leq 0,05$) bo'lajak o'qituvchilarning ijodiy fikrlash va ichki rag'batlarning yetishmasligi o'rtasidagi ziddiyatni ochib beradi. Ushbu bog'lanish talabalarning ijodkorlik qobiliyatlari o'z ehtiyojlariga e'tibor qaratish va ularga erishishda qat'iy intilish

yetishmasligi tufayli susayishini ko'rsatadi. Amotivatsiyaning kuchayishi, o'z navbatida, kreativlik qobiliyatlarini rivojlantirishga to'sqinlik qilishi mumkin, bu esa pedagogik faoliyatdagi muvaffaqiyatga erishish imkoniyatlarini cheklaydi. Ushbu ko'rsatkich o'qituvchilarning ijodiy jarayonlarga bo'lgan qiziqishlari va ularga bo'lgan ishtiyoqining pasayishi natijasida paydo bo'ladi. Salbiy bog'lanish talabalarning motivatsiya yetishmasligi tufayli ta'lim jarayonida passiv bo'lishlari va ijodiy imkoniyatlarini to'liq amalga oshira olmasliklarini tasdiqlaydi. Ushbu holat, ayniqsa, pedagogik faoliyatga moslashish jarayonida ularga murakkab vaziyatlarni samarali hal qilishga to'sqinlik qiladi. Amotivatsiya yuqori bo'lgan talabalar ijodiy jarayonlarda ishtirok etishdan chekinishi va o'z resurslarini samarali boshqarishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Ushbu bog'lanishning salbiy xususiyati, shuningdek, talabalarning o'z-o'zini rivojlantirishga bo'lgan intilishlarini zaiflashtirib, ularning pedagogik faoliyatdagi samaradorligini kamaytiradi. Salbiy bog'lanish, amotivatsiyaning kuchayishi natijasida kreativlikning pasayishini tasdiqlaydi va bu holatni bartaraf etish uchun talabalarga motivatsion qo'llab-quvvatlash zarurligini ko'rsatadi.

Akademik motivatsiyaning sanogen tafakkurga ta'siri o'zbek tili va adabiyoti yo'nalishi talabalarining natijalari 4-jadvalda keltirilgan.

4-jadval.

«Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini aniqlovchi so'rovnoma» va «Pedagogik refleksiyaning rivojlanish darajasini aniqlash» metodikasi o'rtasidagi korrelyatsion bog'lanishlar (o'zbek tili va adabiyoti yo'nalishi talabalari; n=230, Pirson mezoni asosida)

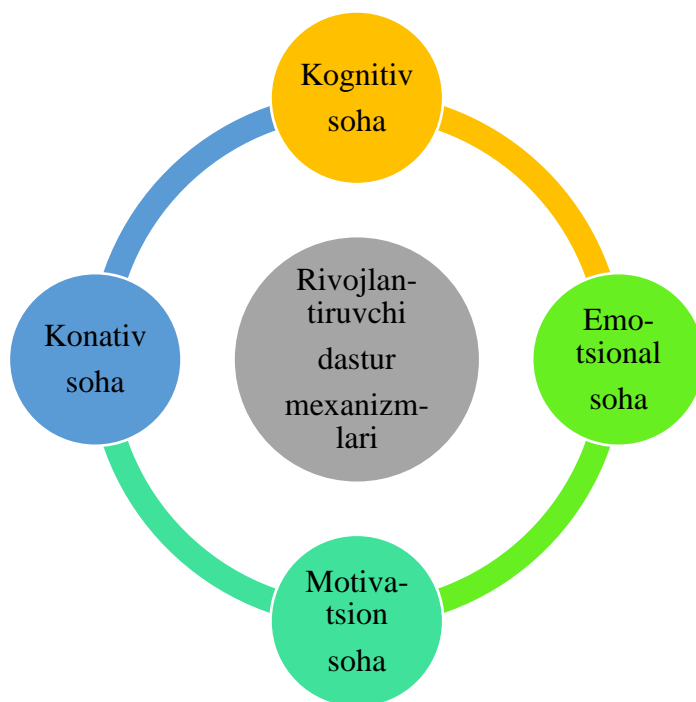
| Omillar | Emotsional barqarorlik | Konstruktiv fikrlash | O'z-o'zini anglash | Kreativlik |
|--------------------------------|------------------------|----------------------|--------------------|------------|
| Refleksiyaning past darajasi | -0,32* | 0,11 | 0,11 | 0,18 |
| Refleksiyaning o'rta darajasi | 0,08 | 0,14 | 0,41* | 0,14 |
| Refleksiyaning yuqori darajasi | 0,19 | 0,36* | 0,13 | 0,36* |

«Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini aniqlovchi so'rovnoma» hamda «Akademik motivatsiya shkalasi» metodikasi o'rtasidagi bog'lanishlarga ko'ra, «emotsional barqarorlik» omili «kognitiv motivatsiya» ($r=0,32$; $p \leq 0,05$) hamda «o'z-o'zini hurmat qilish» ($r=0,35$; $p \leq 0,05$) omillari bilan ijobiy, «amotivatsiya» ($r=-0,30$; $p \leq 0,05$) omili bilan salbiy, «konstruktiv fikrlash» omili «o'z-o'zini rivojlantirish» ($r=0,36$; $p \leq 0,05$) hamda «introyeksiyalash (ichki) motivatsiya» ($r=0,31$; $p \leq 0,05$) omillari bilan ijobiy, «o'z-o'zini anglash» omili «muvaffaqiyat motivatsiyasi» ($r=0,41$; $p \leq 0,05$), «introyeksiyalash (ichki) motivatsiya» ($r=0,39$; $p \leq 0,05$) omillari bilan ijobiy hamda «amotivatsiya» ($r=-0,37$; $p \leq 0,05$) omili bilan salbiy, «kreativlik»

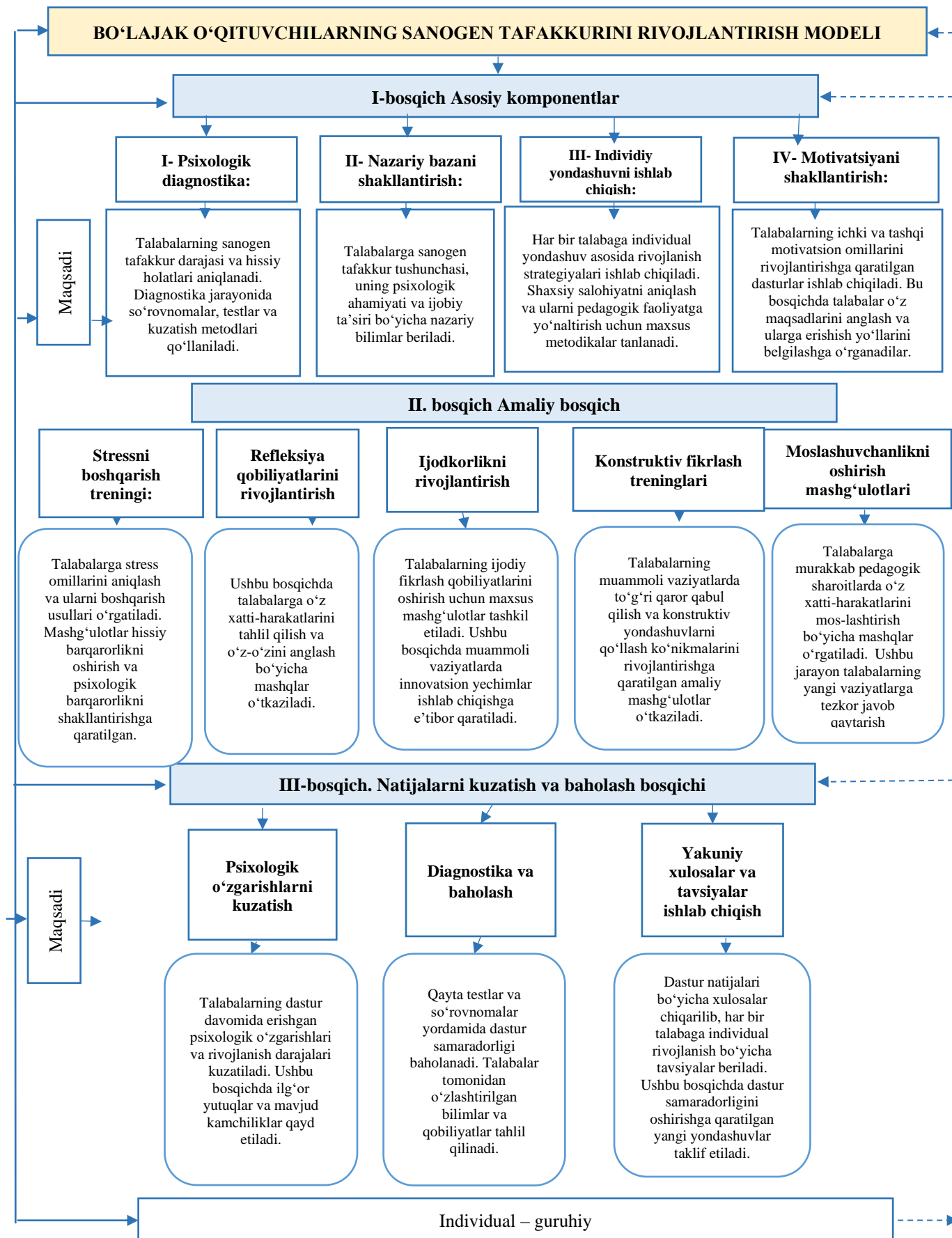
omili «o‘z-o‘zini rivojlantirish» ($r=0,36$; $p\leq 0,05$) omili hamda «eksternal (tashqi) motivatsiya» ($r=0,31$; $p\leq 0,05$) omili bilan ijobiy korrelyatsiyani hosil qildi.

«Emotsional barqarorlik» va «refleksiyaning past darajasi» o‘rtasidagi manfiy bog‘lanish ($r=-0,32$; $p\leq 0,05$) bo‘lajak o‘qituvchilarning hissiy holatlarining barqarorligi va refleksiyaning past darajasi salbiy aloqani ochib beradi. Ushbu bog‘lanish talabalardagi quyi refleksiya vaziyatni adekvat baholash va hissiy holatlarni boshqarish imkonini bermaganligi tufayli emotsional barqarorlikni susaytiradi. Shuningdek, quyi refleksiya vujudga kelgan qiyin vaziyatlarni ijobiy yechishga imkon bermaydi.

«O‘z-o‘zini anglash» omili bilan «refleksiyaning o‘rta darajasi» o‘rtasidagi bog‘lanish ($r=0,41$; $p\leq 0,05$) shaxsning o‘z imkoniyatlarini anglash va ularga erishish yo‘lida qat’iyat ko‘rsatish qobiliyatlari o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni ko‘rsatadi. Ushbu aloqadorlik shuni anglatadiki, o‘z-o‘zini anglash talabalarning o‘zlarini real baholashlari va maqsadga muvofiq harakat qilishlariga turtki beradi. O‘z-o‘zini anglash esa ularga o‘zlarining kuchli va zaif tomonlarini aniqlashga, shuningdek, ulardan o‘z maqsadlariga erishish jarayonida foydalanishga imkon beradi. Ushbu bog‘lanish talabalarning stressli vaziyatlarda o‘zlarini tahlil qilish va muvozanatni saqlash qobiliyatlarini mustahkamlaydi. Bu qobiliyat ularga ta’lim jarayonida nafaqat bilimlarni chuqurlashtirish, balki ularni amaliyotga samarali tatbiq qilish imkonini beradi. O‘z-o‘zini anglash va refleksiyaning uyg‘unligi bo‘lajak o‘qituvchilarning pedagogik faoliyatda o‘zlariga nisbatan ishonchni shakllantiradi. Ushbu natijalar bo‘yicha ta’lim jarayonida refleksiyaning rivojlantirishga qaratilgan dasturlarni qo‘llash maqsadga muvofiqdir.



1-rasm. «Pokiza qalb va sog‘lom fikr ila yasha!» nomli rivojlantiruvchi dastur mexanizmlari.



2-rasm. Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirish modeli

«Konstruktiv fikrlash» omili bilan «refleksiyaning yuqori darajasi» omili oʻrtasida ($r=0,36$; $p\leq 0,05$) yuzaga kelgan musbat bogʻlanish shaxsning ijobiy fikrlashini rivojlantirish bilan oʻzini oʻzgaralar koʻzi bilan koʻrish salohiyatini kengaytirishga boʻlgan intilishi oʻrtasidagi uzviy aloqani ifodalaydi. Refleksiya oʻz-oʻzini bilish jarayonini taʼminlaydi. Shuningdek, refleksiya shaxsiy natijalarni koʻrish, muvaffaqiyatsizlik sababini tushunish, kelajakda bunday xato harakatlarni takrorlamaslik, toʻgʻri xulosa chiqarish uchun oʻz ustida ishlash imkonini beradi. Ijobiy refleksiya jarayonida inson oʻzining kuchli jihatlarini anglaydi, oʻz tajribasini tahlil qiladi.

«Kreativlik» omili bilan «refleksiyaning yuqori darajasi» omili oʻrtasida ($r=0,36$; $p\leq 0,05$) yuzaga kelgan ijobiy bogʻlanish shaxsning ichki omillar taʼsirida ijodiy salohiyatni rivojlantirishga intilishi oʻrtasidagi aloqani namoyon etadi. Reflektiv qobiliyatlar kreativ fikrlashni rivojlantirishga yordam beradi. Ular muammolarni turli yoʻllar bilan hal qilish, ularni hal qilishning turli natijalarini modellashtirish, xatolarni intuitiv ravishda oldindan koʻrish, adekvat variantlarni va yakuniy natijalarni tanlash, oʻz vaqtida qarama-qarshiliklarni topish va ularni bartaraf etish imkonini beradi.

Dissertatsiyaning «**Boʻlajak oʻqituvchilar sanogen tafakkurini rivojlantirishning samaradorligi**» deb nomlangan toʻrtinchi bobi talabalarda sanogen tafakkurning oʻziga xosliklari hamda unga taʼsir qiluvchi omillarni rivojlantirish usullari keltirilgan. Biz boʻlajak oʻqituvchilar sanogen tafakkurini rivojlantirish uchun «Pokiza qalb va sogʻlom fikr ila yasha!» nomli dastur tuzdik. Biz tomonimizdan tuzilgan dastur 8 ta mashgʻulotdan iborat boʻlib, haftasiga bir martadan ikki oy davomida oʻtkazildi. Rivojlantiruvchi dasturning mexanizmlari kognitiv, emotsional, motivatsion, konativ sohalarga taʼsir etishga qaratilgan.

5-jadval

«Boʻlajak oʻqituvchilarning sanogen tafakkurini aniqlovchi soʻrovnoma» natijalari (Styudent mezoni asosida)

| Omillar | Guruhlar | Aniqlovchi tajriba | Nazorat tajriba | Farqlanish | |
|------------------------|----------|--------------------|-----------------|------------|------|
| | | M ₁ | M ₂ | T | p |
| Emotsional barqarorlik | TG, n=38 | 5,6 | 7,8 | 2,7 | 0,05 |
| | NG, n=40 | 6,0 | 6,4 | 1,4 | 0,14 |
| Konstruktiv fikrlash | TG, n=38 | 5,1 | 7,6 | 2,6 | 0,05 |
| | NG, n=40 | 5,4 | 5,8 | 1,7 | 0,15 |
| Oʻz-oʻzini anglash | TG, n=38 | 5,8 | 8,1 | 2,4 | 0,05 |
| | NG, n=40 | 6,3 | 6,9 | 1,5 | 0,19 |
| Kreativlik | TG, n=38 | 5,6 | 7,7 | 2,9 | 0,05 |
| | NG, n=40 | 5,8 | 6,0 | 1,4 | 0,13 |

Izoh: * - $p\leq 0,05$; ** - $p\leq 0,01$; *** - $p\leq 0,001$, TG - Tajriba guruhi, NG - Nazorat guruhi

Rivojlantiruvchi dasturning metodologik asosini kognitiv terapiya, kognitiv bixevioral terapiya, ratsional emotiv terapiya vakillarining ilg'or g'oyalari tashkil etadi.

Rivojlantiruvchi dastur sanogen tafakkuri quyi bo'lgan tajriba guruhi sinaluvchilarida olib borildi. Rivojlantiruvchi dasturimizning samaradorlik darajasini aniqlash uchun nazorat tajribasini o'tkazdik, natijalar 5-jadvalda keltirilgan.

«Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini aniqlovchi so'rovnoma» orqali rivojlantiruvchi trening dasturlarimizdan keyin barcha omillarda ahamiyatli farqlar qayd etildi. Jumladan, «emotsional barqarorlik» ($t=2,7$; $p\leq 0,05$), «konstruktiv fikrlash» ($t=2,6$; $p\leq 0,05$), «o'z-o'zini anglash» ($t=2,4$; $p\leq 0,05$) hamda «kreativlik» ($t=2,9$; $p\leq 0,05$) omillari bo'yicha ahamiyatli tafovutlar kuzatildi. Jumladan mazkur natijalar tahliliga ko'ra, tajriba guruhimizdagi talabalar ijobiy natijalar qayd etildi.

«Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini aniqlovchi so'rovnoma» orqali rivojlantiruvchi trening dasturlarimizdan keyin barcha omillarda ahamiyatli farqlar qayd etildi. Jumladan, «emotsional barqarorlik» ($t=2,7$; $p\leq 0,05$), «konstruktiv fikrlash» ($t=2,6$; $p\leq 0,05$), «o'z-o'zini anglash» ($t=2,4$; $p\leq 0,05$) hamda «kreativlik» ($t=2,9$; $p\leq 0,05$) omillari bo'yicha ahamiyatli tafovutlar kuzatildi. Jumladan mazkur natijalar tahliliga ko'ra, tajriba guruhimizdagi talabalarda ijobiy natijalar qayd etildi.

Rivojlantiruvchi dasturdan so'ng, «emotsional barqarorlik» omili bo'yicha sezilarli o'zgarishlar kuzatilib, bu talabalar o'z hissiy holatlarini samarali boshqarishga muvaffaq bo'lganini ko'rsatdi. Ushbu natijalar talabalar tomonidan stress omillarini minimallashtirish va hissiy muvozanatni saqlashda o'zlashtirilgan yangi yondashuvlar samaradorligini ifodalaydi. Dastur davomida talabalarning hissiy nazorat qilish qobiliyatlari nafaqat kuchayib, balki ularning o'z shaxsiy hayotida va kasbiy faoliyatida o'zgarishlarga sabab bo'ldi. Bunda murakkab sharoitlarda ijobiy hissiy javoblar berish talaba shaxsiyatida barqarorlikni ta'minlash imkoniyatini yaratdi. Bu omil talabalarning o'zlariga nisbatan ishonchini mustahkamlash, hissiy reaktivlikni pasaytirish va o'zini anglash jarayonlariga ijobiy ta'sir ko'rsatdi. Hissiy barqarorlikni rivojlantirish orqali talabalar pedagogik jarayonda hissiy jarayonlarni boshqarish bo'yicha aniq yondashuvlarni o'zlashtirishdi.

Mazkur dastur natijalariga ko'ra, «konstruktiv fikrlash» omilida ham ahamiyatli ijobiy o'zgarishlar qayd etildi. Ushbu omil talabalar tomonidan muammoli vaziyatlarga ijodiy va strategik yondashishning samaradorligini ta'minlaganini ko'rsatadi. Dastur davomida talabalar o'z fikrlash jarayonlarini tahlil qilish va samarali qarorlar qabul qilishda sezilarli yutuqlarga erishdilar. Bu o'zgarishlar ularga turli vaziyatlarda fikrni tizimli ravishda tahlil qilish, mavjud muammolarni samarali hal qilish va aniq yondashuvlarni ishlab chiqishga yordam berdi. Talabalar uchun bu qobiliyat kelgusida kasbiy muammolarni hal qilishda mustahkam asos bo'lib xizmat qiladi. Shu jumladan, muammoli vaziyatlarni boshqarishda konstruktiv yondashuvning qo'llanishi ular orasida ijodiy jarayonlarni yanada boyitishga sabab bo'ldi.

«O'z-o'zini anglash» omilining natijalari esa talabalar o'z imkoniyatlarini yanada chuqurroq anglab yetish imkonini berganini ko'rsatdi. Ushbu omilning

rivojlanishi, talabalar tomonidan o'z shaxsiy xatti-harakatlarini yanada yaxshilash va maqsadlarini aniq belgilash jarayonlariga turtki bo'ldi. O'z-o'zini anglashning ijobiy rivojlanishi talabalarni o'ziga tanqidiy yondashishga va shaxsiy rivojlanishga nisbatan faolroq yondashishga undadi. Ushbu jarayon, o'z navbatida, talabalarning o'zlarini professional sohada erkin his qilishlariga ko'maklashdi. Talabalar o'z ichki resurslarini samarali boshqarish va ularni o'z faoliyatlarida qo'llash imkoniyatlarini kengaytirdilar. O'z-o'zini anglashni rivojlantirish talabalar uchun yangi yondashuvlarni ishlab chiqish va ularga moslashish jarayonlarida sezilarli yutuqlarga olib keldi.

Dasturdan keyingi «kreativlik» omili bo'yicha qayd etilgan o'zgarishlar esa talabalarning ijodiy salohiyatini sezilarli darajada oshirganini ko'rsatdi. Ushbu omil bo'yicha talabalarning ijodiy fikrlash qobiliyatlari kuchayib, ular pedagogik faoliyatda yangi yondashuvlarni ishlab chiqish imkoniyatini qo'lga kiritdilar. Kreativlikning rivojlanishi nafaqat ularning kasbiy, balki shaxsiy salohiyatini ham oshirishga xizmat qildi. Ushbu o'zgarishlar, ayniqsa, talabalarning yangi pedagogik metodlarni o'zlashtirish va ularni amaliyotda samarali qo'llashda sezilarli natijalarni ta'minladi.

Yuqoridagi omillar bo'yicha olingan natijalar rivojlantiruvchi dasturning muvaffaqiyatli ekanligini va bo'lajak o'qituvchilarni psixologik tayyorlashda ahamiyatli ekanligini ko'rsatdi. Bu o'zgarishlar talabalarning shaxsiy va kasbiy hayotidagi muhim jihatlarni rivojlantirish uchun mustahkam poydevor yaratdi.

XULOSA

«Bo'lajak o'qituvchilar sanogen tafakkurini rivojlantirishning psixologik xususiyatlari» mavzusidagi ilmiy tadqiqot ishi bo'yicha quyidagi umumiy xulosalar ishlab chiqildi:

1. O'qituvchining hissiy kompetentligi, nafaqat o'quvchini tinglash va tushunishida, balki dars jarayonida ijobiy muhit yaratish o'zining shaxsiy va kasbiy o'sayotganidan faxrlanish, o'zidan qoniqishiga bog'liqligi tufayli uning salbiy hissiyotlari dars jarayoniga ta'sir ko'rsatishini inobatga olib, faqat sog'lom ijobiy fikrlash, sanogen refleksiya orqali o'z xulq-atvorida konstruktiv dasturlarni ongli tanlashida namoyon bo'lishiga asoslanib, sanogen fikrlashga bo'lajak o'qituvchilarga talabalik davridanoq o'rgatish zarurligi haqida mualliflik konsepsiyasi asoslandi.

2. Bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurning namoyon bo'lishiga ko'ra «emotsional barqarorlik», «konstruktiv fikrlash», «o'z-o'zini anglash» va «kreativlik» shkalalarida tabiiy fanlar ta'lim yo'nalishi talabalariga nisbatan gumanitar ta'lim yo'nalishi talabalarida ustunligi natijalarni differensiallash asosida aniqlandi.

3. Bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkur va akademik motivatsiya shkalalari orasida musbat bog'lanishlar aniqlanganligi asosida ijobiy motivatsiya sog'lom fikrlashni rivojlantirishi asoslandi.

4. Bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkuri va o'z xulq-atvorini boshqarish, tafakkur uslublari, refleksiya bilan musbat bo'g'lanishlar aniqlanganligi tufayli

stressni boshqarish, refleksiyaning, ijodkorlikni rivojlantirish, konstruktiv fikrlash moslashuvchanlikni oshirish kabilar bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish modelining asosiy komponentlari ekanligi dalillandi.

5. Bo'lajak o'qituvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirish uchun kognitiv, emotsional, motivatsion, konativ sohalarga korreksion-adaptiv ta'sir etish asosida «Pokiza qalb va sog'lom fikr ila yasha!» nomli psixologik dasturning samaraliligi asoslandi.

6. Olib borilgan izlanishlarimizdan kelib chiqib aytish mumkinki, o'zbek tili va adabiyoti yo'nalishi talabalarida adabiy qobiliyatlar kuchliligi hamda badiiy adabiyotlarni ko'p tahlil qilish asosida sanogen tafakkur kuchli rivojlangan. Bu esa ularning o'z faoliyatlari va qarashlarini ichki ehtiyojlari asosida boshqarishga qodir ekanliklari, o'z vazifalariga nisbatan mas'uliyatni ichki his qilishlari va o'zlarini shaxsiy rivojlanish jarayonida yetakchi rolga ega deb bilishlari, o'z faoliyatlaridan qoniqish olishlari, ta'lim jarayonidagi stress omillarini yengib o'tishga va murakkab pedagogik masalalarni yechishga qodir ekanliklari asoslandi.

7. Olingan tahlil natijalariga ko'ra, «konstruktiv fikrlash» bilan «sintezatorlik» o'rtasida kuzatilgan bog'lanish, o'zbek tili va adabiyoti yo'nalishi talabalari kesimida ularning ijodiy yondashuvlarini turli bilimlarni birlashtirish va tizimlashtirish qobiliyati bilan muvaffaqiyatli uyg'unlashganligini, pedagogik jarayonda murakkab vaziyatlarni samarali hal qilish uchun sintezatorlik salohiyatini rivojlantirish zarurligini, tizimli qarorlar qabul qilish va ijodiy yondashuvlarni tatbiq etishga undashini dalillaydi.

8. Korrelyatsion bog'lanish natijalariga ko'ra, «emotsional barqarorlik» omili «rejalashtirish» hamda «natijalarni baholash» omillari bilan ijobiy, «konstruktiv fikrlash» omili «rejalashtirish» hamda «moslashuvchanlik» omillari bilan ijobiy, «o'z-o'zini anglash» omili «mustaqillik», «moslashuvchanlik» omillari bilan ijobiy, «kreativlik» omili «rejalashtirish» omili hamda «natijalarni baholash» omili bilan ijobiy aloqadorlik aniqlandi.

«Bo'lajak o'qituvchilar sanogen tafakkurini rivojlantirishning psixologik xususiyatlari» mavzusidagi ilmiy tadqiqot natijalari asosida quyidagi **amaliy tavsiyalarni** berish maqsadga muvofiqdir:

1. Salbiy fikrlarni konstruktiv fikrlar bilan almashtirish. Agar siz o'zingizni «hech narsa qilishga vaqtim yo'q» deb o'ylayotgan bo'lsangiz, vaziyatingizga boshqa tomondan qarashga harakat qiling: «Oldinga borish uchun hozir nima qila olaman?»

2. Ijobiy muhitni qo'llab-quvvatlash. Xulq-atvori sizga namuna bo'ladigan, qiyin paytlarda sizni qo'llab-quvvatlaydigan va ijobiy energiya bilan bo'lishadigan odamlar bilan ko'proq muloqotda bo'ling.

3. Kundalik yuritish. Muayyan vaziyatlarga nisbatan salbiy his-tuyg'ularingizni yozib borish. Shuningdek, o'z harakatlari bilan yoqimsiz his-tuyg'ularni keltirib chiqaradigan odamlar ro'yxatini tuzing va bu qanday holatlarda sodir bo'lishini har bir shaxs ismining qarama-qarshisiga yozish kerak.

4. Avtopsixoanaliz. Bu usul g'azablangan his-tuyg'ularni qayta boshdan kechirish orqali o'chirishga yordam beradi.

5. Bo'lajak o'qituvchilarning o'z-o'zini anglash va rivojlantirish ko'nikmalarini shakllantirish maqsadida refleksiya mashg'ulotlarini amalga oshirish maqsadga muvofiqdir. Bu jarayon talabalarning o'z salohiyatlarini chuqurroq anglashiga yordam beradi.

6. Bo'lajak o'qituvchilarning konstruktiv fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirish uchun ularga real pedagogik muammolarni mustaqil hal qilish va bu jarayonda ijodiy yondashuvni qo'llash imkoniyatini yaratish lozim. Sanogen tafakkurni shakllantirishda talabalarga hissiy va intellektual resurslarni muvozanatli boshqarish qobiliyatlarini rivojlantirish uchun murakkab vazifalar asosida samarali o'quv loyihalari yaratish tavsiya etiladi.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc.03/30.12.2021.P.26.02 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ
УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ НАЦИОНАЛЬНОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ
УНИВЕРСИТЕТЕ УЗБЕКИСТАНА**

**НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
УЗБЕКИСТАНА**

КУЧКАРОВА ФЕРУЗА МАХАММАТКАСИМОВНА

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ САНОГЕННОГО
МЫШЛЕНИЯ У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ**

**19.00.06 – Возрастная и педагогическая психология.
Психология развития**

**АВТОРЕФЕРАТ ДИССЕРТАЦИИ ДОКТОРА
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК (DSc)**

Ташкент – 2025

Тема диссертации доктора наук (DSc) зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии Республики Узбекистан за № B2023.3.DSc /138.

Диссертация выполнена в Национальном педагогическом университете Узбекистана.

Автореферат диссертации на трех языках (узбекский, русский и английский (резюме)) размещен на веб-странице Научного совета (www.tdpu.uz) и Информационно-образовательном портале «ZiyoNet» (www.ziyo.net).

Официальные оппоненты: **Абдурасулов Рустам Абдураимович**
доктор психологических наук, профессор

Шамсиев Уктам Бахриддинович
доктор психологических наук, доцент

Кабулов Касимбой Пиржанович
доктор психологических наук, (DSc) доцент

Ведущая организация: **Ферганский государственный университет**

Защита диссертации состоится «__» _____ 2025 года в __ часов на заседании Научного совета PhD.03/30.12.2021.P.26.02 по присуждению ученых степеней при Национальном педагогическом университете Узбекистана. (Адрес: 100185, г. Ташкент, Чиланзарский район, ул. Бунёдкор, 27. Тел.: (99871) 276- 82-32; факс: (99871) 276-76-51, e-mail: tdrukengash@edu.uz Главный корпус, 2-й этаж, 4-й зал заседаний).

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Национального педагогического университета Узбекистана (зарегистрирована за № ____). Адрес: 100185, г. Ташкент, Чиланзарский район, ул. Бунёдкор, 27. Тел.: (99871) 276- 82-32.

Автореферат диссертации разослан «__» _____ 2025 года.

(реестр Протокола рассылки №__ от «__» _____ 2025 года).

Ф.А. Акрамова
Председатель Научного совета
по присуждению ученых степеней,
доктор психологических наук,
профессор

Н.Б. Атабаева
Ученый секретарь Научного совета по
присуждению ученых степеней, доктор
психологическим наукам (DSc), профессор

З.Т. Нишанова
Председатель Научного сем
при Научном совете по присуждению
ученых степеней, доктор
психол. наук, профессор

Введение (аннотация диссертации доктора (DSc))

Актуальность и востребованность темы диссертации. Мировая система образования всё больше озабочена предоставлением будущим учителям специальных знаний и навыков в области здорового мышления, психологической устойчивости и управления стрессом. Согласно Докладу ЮНЕСКО о благополучии учителей, «только 23% программ подготовки учителей (уровня бакалавриата или магистратуры) во всём мире официально включают в свои учебные планы на постоянной основе управление стрессом, эмоциональный интеллект и здоровое мышление». Согласно итоговому отчёту проекта «Жизнь учителя», реализуемого в рамках Европейского союза в 2020–2022 годах, 41% педагогических вузов в восьми странах-участницах проекта (Германия, Польша, Италия, Испания, Венгрия, Румыния, Болгария, Португалия) ввели как минимум один обязательный или факультативный курс по «психологической устойчивости и здоровому мышлению» для студентов, которые, как ожидается, станут учителями. В связи с этим возникает необходимость научного изучения проблем, связанных с определением профессиональной успешности и потенциала молодёжи через критерий мышления как индикатора, признающего креативность, талант, одарённость и дарование личности стратегическим резервом общества.

В высших учебных заведениях и научно-практических исследовательских центрах мира проводятся научные исследования, направленные на совершенствование педагогических стратегий и практических возможностей развития здорового мышления у будущих учителей. В таких европейских странах, как Финляндия, Дания и Швеция, в программы подготовки учителей постоянно включаются темы «педагогика здоровья», «эмоциональная устойчивость» и «психологическая безопасность». Согласно отчёту Eurydice за 2022 год, 70–80% университетов этих стран включают специальные тематические модули по направлениям, близким к «здоровому мышлению». Поскольку личностное благополучие и здоровье учителя являются важной гарантией качественного образовательного процесса, внимание к проблеме здорового мышления считается одним из важнейших вопросов в высших учебных заведениях, учебных центрах и научно-исследовательских институтах, реализующих педагогическое образование. В новом Узбекистане за последние годы в условиях требований времени и глобализации создана необходимая нормативно-правовая база для «подготовки компетентных кадров в своей области, поддержки развития их здорового мышления, реализации их талантов, создания условий для эффективной научно-исследовательской и инновационной деятельности», а также ставятся задачи «...поддержки и реализации творческого и интеллектуального потенциала подрастающего поколения в деле воспитания физически здоровой, духовно и умственно развитой, самостоятельно мыслящей, преданной Родине и имеющей твердую жизненную позицию молодежи...», что служит основой для научных исследований, направленных на определение направлений их воспитательной деятельности посредством развития интеллектуального мышления подрастающего поколения. Данная научно-

исследовательская работа является одним из важных шагов на пути разработки педагогических стратегий развития саногенного мышления будущих учителей, проведения научно-практических исследований по совершенствованию педагогических механизмов и решения важных задач.

Данное диссертационное исследование в определенной степени служит реализации задач, обозначенных в «Конституции Республики Узбекистан» от 1 мая 2023 года, в Законах № ЗРУ-637 «Об образовании» от 23 сентября 2020 года, в Указе Президента Республики №УП-60 «О Стратегии развития нового Узбекистана на 2022–2026 годы» от 28 января 2022 года, в Указе Президента Республики Узбекистан «О Государственной программе «Yoshlar-kelajagimiz»» от 27 июня 2018 года, Указе №УП-6017 «О мерах по коренному реформированию и поднятию на новый уровень государственной молодежной политики в Республике Узбекистан» от 30 июня 2020 года, Указе №УП-5847 «Об утверждении Концепции развития системы высшего образования Республики Узбекистан до 2030 года» от 8 октября 2019 года, Постановлении Президента Республики Узбекистан «О мерах по поднятию на качественно новый уровень системы духовно-нравственного и физически гармоничного воспитания молодежи, ее обучения и воспитания» от 14 августа 2018 года, Постановлении №2909 «О мерах по дальнейшему развитию системы высшего образования» от 20 апреля 2017 года, Постановлении №3775 «О дополнительных мерах по повышению качества образования в высших образовательных учреждениях и обеспечению их активного участия в осуществляемых в стране широкомасштабных реформах» от 5 июня 2018 года и иными нормативно-правовыми актами, касающимися данной сферы деятельности.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий Республики. Исследование выполнено в соответствии с приоритетным направлением развития науки и технологий в Республике Узбекистан I «Пути формирования и реализации системы инновационных идей в социальном, правовом, экономическом, культурном, духовно-просветительском развитии информационного общества и демократического государства».

Обзор зарубежных научных исследований по теме диссертации⁹. Научные исследования педагогических стратегий развития саногенного мышления будущих учителей проводятся в ведущих учебных заведениях и исследовательских центрах мира, среди которых: Калифорнийский университет (США), Стэнфордский университет (США), Манчестерский университет (Великобритания), Американская психологическая ассоциация (США), Университет Бергиша (Германия), Мельбурнский университет (Австралия), National University of Singapore (Сингапур), Seoul of National University (Южная Корея), Сорбоннский университет (Франция), Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова (Россия).

⁹ <https://www.universityofcalifornia.edu>, www.stanford.edu, www.manchester.ac.uk, <https://www.apa.org>, www.uni-wuppertal, www.unimelb.edu.au, <https://nus.edu.sg>, <https://en.snu.ac.kr>, <https://www.sorbonne-universite.fr/en>, msu.ru

На основе исследований, проводимых в мире по развитию саногенного мышления будущих учителей, получены следующие научные результаты: усовершенствованы механизмы дифференциальной диагностики факторов, влияющих на саногенное мышление будущих учителей в соответствии с образовательным направлением (Калифорнийский университет, США); изучены нейробиологические основы взаимосвязи стремления студентов к успеху и инновационной активности (Стэнфордский университет, США); Созданы научно-теоретические основы выявления творческих качеств у студентов с помощью психодиагностических методов (Манчестерский университет, Великобритания); усовершенствованы дифференциально-диагностические механизмы повышения мотивации студентов к учебной и научной деятельности и развития здорового мышления (Американская психологическая ассоциация, США); раскрыты методики Mindfulness (система механизмов развития здорового мышления через осознанную концентрацию внимания, ощущение себя в «настоящем моменте») (Бергишский университет, Германия); разработана система модулей для усиления конвергентного и дивергентного мышления (Мельбурнский университет, Австралия); раскрыты закономерности возрастной гетерохронии, сензитивности, влияния стиля здорового мышления студентов на профессиональную компетентность, разработаны интегративные механизмы анализа динамики развития творческого мышления личности (National University of Singapore, Сингапур); изучены когнитивные особенности развития здорового мышления под влиянием внедрения дидактических информационных технологий в повседневную жизнь Seoul of National University (Южная Корея); систематизированы социальные детерминанты аспектов здорового мышления личности, связанных с уровнем тревожности (Университет Сорбонна, Франция); создана система социально-психологических компетенций, направленных на развитие здорового мышления у студентов (Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Российская Федерация).

Стимулирование научных открытий в мире. Для практического решения проблем когнитивного, волевого, творческого, инновационного и интеллектуального потенциала, влияющего на развитие студентов, ведутся исследования по следующим приоритетным направлениям, включая разработку педагогических стратегий развития саногенного мышления будущих учителей, совершенствование педагогико-психологических аспектов психодиагностических методик путем исследования методов, позволяющих прогнозировать результаты деятельности человека с учетом его индивидуальнотипологических, эмоционально-эмоциональных состояний и интеллектуальных особенностей..

Степень изученности проблемы. Из психологов Узбекистана Б.С.Абдуллаева, З.Абдурахмонова, М.Г.Давлетшин, К.А.Фарфиева, Г.Н.Ибрагимова, В.М.Каримова, Л.Ф.Мирахметова, З.Т.Нишанова, А.М.Назаров, У.У.Шукурова, Ф.А.Чориев, Э.Г.Газиев и другие¹⁰ в научных

¹⁰Abdullayeva B.S. Bo'lajak o'qituvchilar o'quv-ilmiy faoliyati motivatsiyasining psixofiziologik

исследованиях научно изучали проблемы творческого мышления и креативности у студентов.

Из ученых стран Содружества независимых государств Абульханова-Славская К.А., Брушлинский А.В., Выготский Л.С., Гальперин П.Я., Делия В.П., Крайнова Ю.Л., Леонтьев А.Н., Орлов Ю., Петровский А.В., Рубинштейн С.Л., Сеницына Э.В. и другие¹¹ изучали важные аспекты проблемы мышления.

Из зарубежных психологов Freyd Z., Gilford J.T., Fancher R.E., Fromm Y., Plutchik R., Kellermann H., Conte H.R., Neisser U., Schneider W., Spearman C., Higgins L.F., Wollach M.A., Kogan N.A. и другие¹² исследовали вопросы научного мышления, конвергентного, дивергентного мышления и развития когнитивных процессов.

determinantlari: Monografiya. – T.: «Bookmany print» nashriyoti, 2021. – 162 b.; Davletshin M.G. Zamonaviy maktab o'quvchisining psixologiyasi. – T.: O'zbekiston, 1998. – 30 b.; Farfiyeva K.A. O'spirinlarda ilmiy-innovatsion tafakkur shakllanishining ijtimoiy-psixologik vositalari. Psixol.f.d.... disser avtoreferati. – T., TDPU, 2022. – 68 b.; Ibragimova G.N. Interfaol o'qitish metodlari va texnologiyalari asosida talabalarning kreativlik qobiliyatlarini rivojlantirish: p.f.n.... disser. avtoreferati. – T., TDPU, 2017. – 39 b.; Karimova V.M., Sunnatova R.I., Tojiboyeva R.N. Mustaqil fikrlash. – T.: Sharq, 2000.; Miraxmetova L.F. Talabalarda sanogen tafakkurni rivojlantirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari. Ps. f. (PhD)... dis. avtoref. – T.: TDPU, 2024. – 58 b.; Nishonova Z.T. Mustaqil ijodiy fikrlashni rivojlantirishning psixologik asoslari. Psix.f.dok.dis. – T., 2005. – 391 b.; Nazarov A.M. Talabalar ilmiy-innovatsion faoliyatini rivojlantirishning pedagogik-psixologik barqarorligi. Ps. f. d. (DSc)... dis. avtoref. – T., 2022. – 67 b.; Shukurova O'U. Talabalarni innovatsion faoliyatga yo'nalganligining ijtimoiy-psixologik jihatlari. Psixol.f.n.... dis. avtoref. – T., TDPU, 2022. – 57 b.; Choriyev F.A. Talabalarda kreativ tafakkur diagnostikasi. Psixol.f.d.... disser avtoref. – T., O'ZMU, 2021. – 50 b.; G'oziev E.G'. Tafakkur psixologiyasi. O'quv qo'llanma. – T.: O'qituvchi, 1990. – 183 b.

¹¹Абульханова-Славская К.А. Социальное мышление личности: проблемы и стратегии мышления // Психологический журнал. – 1994. – № 4. – С. 35-39.; Брушлинский А.В. Развитие творческого мышления у учащихся. – М.: Педагогика, 1994. – 124 с.; Выготский Л.С. Психология развития человека. – М.: Изд-во Смысл, 2005. – 665 с.; Гальперин П.Я. Психология творческого мышления // Вопросы психологии. 1982. – № 5. С. 24-32.; Делия В.П. Инновационное мышление в XXI веке. Монография. Балашиха: Де-По, 2011. – 228 с.; Крайнова Ю.Л. Саногенная рефлексия в структуре эмоциональной компетентности будущих педагогов. Дис....к.пс.н.2010. – 166 с., Леонтьев А.Н. Проблема деятельности в психологии. // Вопросы философии. – 1972. – № 9. – С. 96-109.; Орлов Ю. Оздоровляющее саногенное мышление. – М.: Эксмо, 2023. – 226 с.; Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. – М.: Знание, 1982. – 255 с.; Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – В 2-х т. – Т. 1. – М.: Педагогика, 1989. – 485 с.; Сеницына Э.В. Психофизиологические характеристики учебной мотивации студентов: Дис. ... канд. психол. Наук. Ростов н/Д, 2004. – 276 с.

¹²Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. – М.: Наука, 1991. – 456 с. Dodd D. H.White R. M. Cognition: Mental structure and processes. Boston: Allyn and Bacon, Inc. 1980. – 168 p.; Gilford J.T. The nature of Human intelligence. N.Y.: McGraw-Hills, 1967. – 538 P. 9.; Fancher R.E. The intelligence men: Makers of the IQ controversy. N.Y. Norton, 1985. – 163 p. Фромм Э. Автоматический конформизм. / В кн.: История зарубежной психологии (30-60-е гг. 20 в.) – М.: Изд - во МГУ, 1986. – С. 24-30; Spearman C. The abilities of man. N. Y., 1927. – 228 p.; Wollach M.A., Kogan N.A. A new look of the creativity - intelligence distinction. J. of Personality. 1965. V. 33. № 3. – P. 348-369; Plutchik R., Kellermann H., Conte H.R. A structural theory of ego defences and emotions //Isard C. E. (ed.) Emotions in personality and psychopathology. N.Y.: Plenum, 1979. – P. 229-257; Neisser U. etc. Intelligence: Knowns and Unknowns American Psychologist. 1996. V. 51. № 2. – P. 77-101; Schneider W. Acquiring expertise: Determinants of exceptional performance. In: International handbook of Research and Development of Giftedness and Talent. Oxford: Pergamon. 1990. – P. 311-324; Spearman C. The abilities of man. N. Y., 1927. - 278 p.; Higgins L. F. (1996) A Comparison of Scales for Assessing Personal Creativity in IS / L. F. Higgins // Proceedings of the 29th Annual Hawaii International Conference on System Sciences. - 1996. – P. 13-19.; Wollach M.A., Kogan N.A. A new look of the creativity - intelligence distinction. // J. of Personality. 1965. V. 33. № 3. – P. 348-369.

Связь темы диссертации с научно-исследовательскими работами высшего учебного заведения, в котором выполнена диссертация. Диссертационная работа выполнена в рамках приоритетного направления научно-исследовательского плана Национального педагогического университета Узбекистана «Изучение истории психологии, освоение содержания общей психологии, классификация психологии личности, расширение сферы психофизиологических исследований, изучение закономерностей медицинской и профессиональной психологии, исследование социальной психологии, этнопсихологии и концептуальных основ молодёжной и педагогической психологии» (2021–2024).

Целью исследования является разработка практических рекомендаций по развитию саногенного мышления будущих учителей на основе изучения психологических особенностей саногенного мышления.

Задачи исследования:

обоснование авторской концепции о необходимости обучения будущих учителей позитивному мышлению со студенческого возраста;

определение дифференциальных различий в проявлении позитивного мышления у будущих учителей в зависимости от сферы образования;

изучение зависимости позитивного мышления будущих учителей от сформированности академической мотивации;

определение факторов, влияющих на развитие позитивного мышления у будущих учителей;

разработка программы развития позитивного мышления у будущих учителей.

Объектом исследования является процесс изучения психологических особенностей развития саногенного мышления будущих учителей. В исследовании приняли участие 170 студентов Национального педагогического университета Узбекистана имени Низами, 130 – Андижанского государственного университета и 110 – Ферганского государственного университета, всего 410 студентов.

Предметом исследования является процесс развития саногенного мышления у будущих учителей.

Методы исследования. В исследовании использовались методы наблюдения и интервьюирования, а также «Тест для определения уровня саногенного мышления» Н.А.Зарембо, опросник «Определение стиля мышления» А.А.Алексеевой и Л.А.Громовой, «Шкала академической мотивации» Т.О. Гордеевой, О.А. Сечева и Е.Н. Осина, «Стиль саморегуляции поведения» В.И.Моросановой, методика «Определение уровня сформированности педагогической рефлексии» Е.Е.Рукавишниковой, а также разработанная в соавторстве (Б.С.Абдуллаева; Ф.М.Кучкарова) анкета «Определение уровня саногенного мышления будущих учителей». Статистическая достоверность результатов подтверждена методами математической статистики: t-критерием Стьюдента, коэффициентом r-корреляции К. Пирсона.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

обоснована, что концепция автора исходит из необходимости воспитания у будущих учителей здорового мышления со студенческих лет, исходя из того, что эмоциональная компетентность учителя заключается не только в умении слушать и понимать учащегося, но и в создании позитивной атмосферы на уроке, учитывая, что его негативные эмоции влияют на ход урока и проявляются только в здоровом позитивном мышлении, осознанном выборе конструктивных программ в его поведении посредством здоровой рефлексии;

определено превосходство студентов гуманитарного направления образования над студентами естественнонаучного направления образования по шкалам «эмоциональная стабильность», «конструктивное мышление», «самосознание» и «креативность» на основе дифференциации результатов по проявлению здорового мышления у будущих учителей;

обосновано, что на основе выявления положительных связей между саногенным мышлением и шкалами академической мотивации у будущих учителей положительная мотивация основана на развитии здорового мышления;

доказано, что благодаря выявлению позитивных ассоциаций между здоровым мышлением и самоменеджментом, стилями мышления и рефлексией у будущих педагогов, а также стрессоустойчивость, развитие рефлексии, креативности, конструктивного мышления и повышение гибкости являются основными компонентами модели развития здорового мышления у будущих учителей;

обоснована что, эффективность психологической программы «Живи с чистым сердцем и здоровым разумом!» основана на коррекционно-адаптивном воздействии на когнитивную, эмоциональную, мотивационную и волевую сферы с целью развития здорового мышления у будущих учителей.

Практические результаты исследования заключаются в следующем:

разработано авторское определение саногенного мышления;

предложена обучающая программа «Живи с чистым сердцем и здоровым умом!», способствующая развитию саногенного мышления у будущих учителей;

предложены научно-практические рекомендации по развитию саногенного мышления у будущих учителей.,

Достоверность результатов исследования обусловлена четкой формулировкой проблемы, использованием международно признанного методического инструментария, репрезентативностью данных, глубоким научно-теоретическим обоснованием эмпирических исследований; достоверностью выявленных показателей, научной источниковой базой; использованием психодиагностических методов, соответствующих психометрическим требованиям; целенаправленным анализом эмпирических результатов, обработкой результатов с использованием программ «Ms Excel», «SPSS 22.0»; реализацией научных идей и выводов на практике, а также апробацией полученных результатов уполномоченными структурами.

Научная и практическая значимость результатов исследования.

Научная значимость результатов исследования заключается в том, что

педагогические стратегии развития саногенного мышления будущих учителей с учетом креативности и интеллектуальных особенностей систематизированы на основе комплексного подхода к формированию саногенного мышления и факторов, влияющих на формирование социального поведения личности, а развитие саногенного мышления открывает перспективное направление для разработки педагогических и психологических механизмов индивидуального поведения.

Практическая значимость исследования заключается в том, что полученные результаты обогатят научные представления студентов, магистрантов и практикующих психологов в области совершенствования их теоретических знаний о саногенезе мышления, изучения и развития поведения студентов. Материалы исследования послужат дополнением научных знаний о позитивных аспектах индивидуального мышления, стрессоустойчивости, общительности, волевых и мотивационных устремлений, а также научных данных по таким дисциплинам, как «Психология онтогенеза и дифференциальная психология», «Психологическая служба. Психокоррекция», «Педагогическая психология», «Психология мышления».

Внедрение результатов исследований. На основе результатов научных исследований психологических особенностей развития саногенного мышления будущих учителей:

сведение об обосновании того, что концепция автора исходит из необходимости воспитания у будущих учителей здорового мышления со студенческих лет, исходя из того, что эмоциональная компетентность учителя заключается не только в умении слушать и понимать учащегося, но и в создании позитивной атмосферы на уроке, учитывая, что его негативные эмоции влияют на ход урока и проявляются только в здоровом позитивном мышлении, осознанном выборе конструктивных программ в его поведении посредством здоровой рефлексии включён в содержание модуля «Общая психология» в соответствии с приказом №ПМ-283а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 7 декабря 2024 года (Приказ №ПМ283 Учебно-научного центра психологии от 7 декабря 2024 года). В результате расширились представления психологов об общепсихологических понятиях;

сведения по определению превосходство студентов гуманитарного направления образования над студентами естественнонаучного направления образования по шкалам «эмоциональная стабильность», «конструктивное мышление», «самосознание» и «креативность» на основе дифференциации результатов по проявлению здорового мышления у будущих учителей включён в содержание модуля «Общая психология» в соответствии с приказом №ПМ-283а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 7 декабря 2024 года (Приказ №ПМ283 Учебно-научного центра психологии от 7 декабря 2024 года). В результате психологи получили знания о различиях в проявлении здорового мышления в зависимости от уровня образования;

сведения по обоснованию того, что на основе выявления положительных связей между саногенным мышлением и шкалами академической мотивации у будущих учителей положительная мотивация основана на развитии здорового мышления включён в содержание модуля «Общая психология» в соответствии с приказом №ПМ-283а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 7 декабря 2024 года (Приказ №ПМ283 Учебно-научного центра психологии от 7 декабря 2024 года). В результате обогатились знания психологов о факторах, влияющих на здоровое мышление;

сведения о доказанности того, что благодаря выявлению позитивных ассоциаций между здоровым мышлением и самоменеджментом, стилями мышления и рефлексией у будущих педагогов, а также стрессоустойчивость, развитие рефлексии, креативности, конструктивного мышления и повышение гибкости являются основными компонентами модели развития здорового мышления у будущих учителей включён в содержание модуля «Общая психология» в соответствии с приказом №ПМ-283а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 7 декабря 2024 года (Приказ №ПМ283 Учебно-научного центра психологии от 7 декабря 2024 года). В результате обогатились знания психологов по совершенствованию деятельности психологической службы высшего учебного заведения и организации научно-методического обеспечения;

сведения по обоснованию того что, эффективность психологической программы «Живи с чистым сердцем и здоровым разумом!» основана на коррекционно-адаптивном воздействии на когнитивную, эмоциональную, мотивационную и волевую сферы с целью развития здорового мышления у будущих учителей включён в содержание модуля «Общая психология» в соответствии с приказом №ПМ-283а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 7 декабря 2024 года (Приказ №ПМ283 Учебно-научного центра психологии от 7 декабря 2024 года). В результате усовершенствована методическая работа, направленная на обеспечение психологического здоровья.

Апробация результатов исследования. Результаты исследования обсуждались на 9-х международных и 2-х республиканских научно-практических конференциях.

Опубликованность результатов исследования. Всего по теме диссертации опубликовано 27 научных и методических работ, в том числе 1 монография, 1 учебник, 14 статей в научных изданиях, рекомендованных к публикации ВАК Республики Узбекистан по основным научным результатам диссертаций на соискание ученой степени доктора философии, из них 12 опубликованы в отечественных и 2 в зарубежных журналах.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, трех глав, выводов и рекомендаций, списка использованной литературы и приложений. Объем диссертации составляет 228 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **введении** обосновывается актуальность и необходимость темы исследования, соответствии исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики, уровне изученности проблемы, связи исследования с планами научно-исследовательской работы вуза, где выполнена диссертация, цели, задачах, объекте, предмете, методах, научной новизне и практических результатах исследования, достоверности результатов исследования, научно-практической значимости, внедрении, апробации и публикации, структуре и объеме диссертации.

В первой главе диссертации, озаглавленной **«Теоретические основы развития саногенного мышления будущих учителей»**, анализируется психологический феномен развития саногенного мышления будущих учителей, трактовка проблемы развития саногенного мышления в педагогических и психологических источниках, саногенное мышление и его психологические характеристики, а также особенности проявления саногенного мышления у личности.

В исследовании большое внимание уделяется проблеме здорового мышления личности. В частности, в качестве основных проблем акмеологических исследований рассматриваются здоровое мышление и психоэмоциональная зрелость личности. Эта проблема получила своеобразную интерпретацию в контексте ряда дисциплин, таких как педагогика, социология и психология. Исследование доказало, что, поскольку в основе образования и воспитания лежит задача воспитания личности в состоянии умственной, физической и духовной зрелости, проблема «саногенного мышления» также актуальна.

В данной главе представлен анализ научных исследований, посвященных развитию саногенного мышления, эмпирических данных исследований, проведенных научно-исследовательскими центрами и высшими учебными заведениями мира. К проблеме развития саногенного мышления обращались узбекские психологи С.Атаханова, З.А.Абдирахманова, Ш.Алимбоева, М.Бекмуродов, Ш.Баротов, М.Давлетшин, З.Ибодуллаев, А.Джабборов и другие, а также Ю.М.Орлов, С.Н.Морозюк, Ю.В.Мирошник, А.Б.Добрович, И.В.Дубровина, А.И.Захаров, Н.Козлов, В.Леви, анализ научных исследований В.Ю.Съемкие, М.Тышкова и зарубежные учёные К.Бюттнер, Д.Ямпольский, М.Джеймс, Д.Йонгвард, Ю.Лай Шан, М.Рюттье, З.Фрейд, К.Хорни и другие.

Вторая глава диссертации называется **«Психологические механизмы развития саногенного мышления будущих учителей»**. В ней рассматриваются методы и принципы развития саногенного мышления студентов, компоненты саногенного мышления и критерии определения уровня саногенного мышления.

По результатам анализа предварительных результатов «Опросника для определения саногенного мышления будущих учителей» значимые различия отмечены по факторам «эмоциональная стабильность» ($t=2,9$; $p\leq 0,05$),

«конструктивное мышление» ($t=2,3$; $p\leq 0,05$), «самосознание» ($t=2,8$; $p\leq 0,05$) и «креативность» ($t=2,6$; $p\leq 0,05$).

Таблица 1

Результаты, полученные с помощью «Опросника для определения саногенного мышления будущих учителей» (на основе критериев студентов)

| Название шкал | Среднее (M) | | Различия |
|----------------------------|-------------------|---|----------|
| | Биология n=180 | Узбекский язык и литературы n=230 | t |
| Эмоциональная стабильность | 5,1 | 7,6 | 2,9* |
| Конструктивное мышление | 4,7 | 6,8 | 2,3* |
| Самосознание | 5,1 | 7,1 | 2,8* |
| Креативность | 5,3 | 7,5 | 2,6* |

По исходному фактору нашей методики «эмоциональная стабильность» студенты факультета узбекского языка и литературы зафиксировали высокие результаты ($t=2,9$; $p\leq 0,05$). Высокие результаты по фактору «эмоциональная стабильность» имеют большое значение для будущих учителей как один из основных показателей развития здорового мышления. Этот фактор обеспечивает способность будущего учителя контролировать свои эмоции и сохранять устойчивость в стрессовых ситуациях. Высокие показатели эмоциональной стабильности наглядно демонстрируют уровень готовности студентов факультета узбекского языка и литературы к будущим педагогическим задачам. Эти результаты играют решающую роль в формировании позитивных отношений в личной и профессиональной жизни учителей. Сильно развитые навыки самоменеджмента помогают им успешно справляться со сложными ситуациями в образовательном процессе. Этот вывод подтверждается не только теоретическими подходами, но и результатами, полученными в ходе эксперимента. Умение сохранять спокойствие в стрессовых ситуациях и позитивно подходить к решению проблем формируется как один из основных аспектов здорового мышления. В этом смысле высокие показатели свидетельствуют о том, что студенты, изучающие узбекский язык и литературу, добиваются значительных успехов в своей профессиональной подготовке. Эмоциональная стабильность, в свою очередь, способствует поддержанию эмоционального равновесия в дальнейшем педагогическом процессе и оказывает положительное влияние на учащихся. Значит, это подтверждает способность будущих учителей эффективно управлять не только собственными эмоциями, но и психологическими факторами образовательной среды.

По следующему фактору – «конструктивное мышление» – положительные результаты были выявлены у студентов факультета узбекского языка и литературы ($t=2,3$; $p\leq 0,05$). Результаты, полученные по фактору «конструктивное мышление», наглядно демонстрируют творческий и эффективный подход студентов факультета узбекского языка и литературы к педагогической деятельности. Данный фактор позволяет учителям формировать позитивный подход к решению проблем, возникающих в педагогическом процессе. Через конструктивное мышление развивается способность рассматривать сложные ситуации как новые возможности. Эта способность расширяет сферу творческого мышления учителей и мотивирует их на использование инновационных подходов. Такое мышление помогает им не только в решении педагогических задач, но и в повышении качества образовательного процесса. Результаты показывают, что конструктивное мышление также используется как эффективный инструмент в работе с учащимися. Такой подход нацеливает будущего учителя на четкое определение своих целей и последовательное их достижение. Конструктивное мышление определяет важные аспекты личностного и профессионального роста. Эта способность будущего учителя позволяет им творчески обогащать свою деятельность и вносить новые подходы в образовательный процесс.

По следующему фактору нашей методики – «самосознание» – высокие результаты выявлены у студентов факультета узбекского языка и литературы ($t=2,8$; $p\leq 0,05$). Этот фактор развивает навыки самоанализа, оценки эмоциональных состояний и эффективного их использования. Самосознание позволяет будущему учителю четко определять свои цели и разрабатывать эффективные стратегии их достижения. Результаты показывают, что благодаря самосознанию учителя получают возможность правильно направлять свои личностные ресурсы. Благодаря самосознанию будущие учителя стремятся эффективно управлять стрессогенными факторами в образовательном процессе и добиваться успеха в сложных ситуациях. Этот фактор является ключевым инструментом ускорения личностного развития и профессионального роста будущих учителей. Результаты исследования подтверждают, что будущие учителя достигают высоких результатов по данному фактору. Самосознание способствует достижению профессионального успеха и созданию позитивной среды в образовательном процессе.

Положительные результаты наблюдались также у студентов факультета узбекского языка и литературы по фактору «креативность» ($t=2,6$; $p\leq 0,05$) данной методики. Положительные результаты, определенные по фактору «креативность», свидетельствуют о том, что будущие учителя уделяют большое внимание развитию креативности в педагогическом процессе. Этот фактор позволяет им разрабатывать новые педагогические подходы и находить к ним креативные решения. Креативность способствует развитию творческого мышления у учащихся со стороны учителей. Эта способность позволяет им выступать в качестве лидеров, мотивирующих своих учеников в образовательном процессе. Результаты исследования показывают, что высокий уровень креативности свидетельствует о готовности учителей творчески

подходить к своей работе. Креативность помогает учителям эффективно использовать современные технологии и внедрять инновационные идеи, благодаря креативности учителя имеют возможность повышать качество образования и внедрять инновационные методы в работу с учащимися.

Таблица 2

Результаты исследования Н.А. Зарембо «Тест уровня саногенного мышления».

| Шкалы | Среднее (М) | |
|---------|-------------------|---|
| | Биология n=180 | Узбекский язык и литература n=230 |
| Высокий | 32,1 % | 54,8 % |
| Средний | 53,6% | 23,8 % |
| Низкий | 14,3% | 21,4 % |

Результаты «Теста определения уровня саногенного мышления» (Н.А. Зарембо) для определения уровня саногенного мышления будущих учителей признаны важным источником в изучении психологических основ подготовки к педагогической деятельности. Результаты исследования показали существенные различия в высоком, среднем и низком уровнях саногенного мышления между студентами биологического и узбекского языков и литературы. Эти различия демонстрируют взаимосвязь между опытом студентов и этапами психологического развития в процессе педагогической подготовки.

Установлено, что студенты факультета узбекского языка и литературы имеют существенное преимущество перед студентами биологического факультета по высокому уровню саногенного мышления (54,8%). Данные результаты свидетельствуют о том, что студенты факультета узбекского языка и литературы уделяют больше внимания развитию навыков стрессоустойчивости, конструктивного мышления и эмоциональной устойчивости в процессе обучения. Высокий уровень саногенного мышления считается ключевым фактором успешного преодоления сложных ситуаций в педагогической деятельности и формирования эффективных отношений со студентами. Данный показатель также свидетельствует о способности учащихся конструктивно управлять своими эмоциональными состояниями и эффективно мобилизовать свои ресурсы. Высокий уровень саногенного мышления отражает уровень готовности студентов к педагогической деятельности, и в этом процессе важную роль играют опыт, личностное развитие и знания. Полученные результаты подчеркивают необходимость внедрения в программы педагогического образования подходов, направленных на повышение стрессоустойчивости студентов и развитие навыков конструктивного мышления.

Было отмечено, что средний уровень саногенного мышления был относительно высоким у студентов биологического факультета (53,6%). Это свидетельствует о том, что эмоциональная стабильность и навыки конструктивного мышления еще не полностью сформированы на данном этапе развития студентов. Необходима разработка специальных тренинговых и психологических программ для студентов со средним уровнем саногенного мышления. Благодаря этим программам они могут эффективно управлять собственными ресурсами и развивать конструктивный подход к сложным ситуациям. При этом важно также создать для них позитивную среду в педагогической деятельности.

Низкие показатели саногенного мышления чаще встречаются среди студентов факультета узбекского языка и литературы, что свидетельствует о сформированности у них стрессоустойчивости и умения управлять своими эмоциями (21,4%). Низкий уровень показателя саногенного мышления может свидетельствовать о недостаточной эмоциональной уравновешенности студентов. Эти результаты свидетельствуют о том, что студенты еще не в полной мере готовы к преодолению трудностей, с которыми они могут столкнуться в педагогической деятельности. Поэтому целесообразно вводить специальные программы для студентов с низким уровнем саногенного мышления. Эти программы помогут им преодолевать стресс, мыслить конструктивно и развивать собственные ресурсы.

Результаты исследования показывают, что существуют существенные различия в формировании уровня саногенного мышления будущих учителей по направлениям образования. Это свидетельствует о необходимости более глубокого изучения психологического развития учащихся и разработки соответствующих подходов к нему в процессе педагогического образования. Такой подход способствует повышению готовности студентов к педагогической деятельности и повышению общего качества системы образования.

Третья глава диссертации, озаглавленная **«Эмпирические результаты исследования факторов, влияющих на развитие саногенного мышления будущих учителей»**, посвящена эмпирическому анализу проблемы, а также представлены уровни выраженности саногенного мышления и анализ факторов, влияющих на саногенное мышление.

Обратимся к корреляции между «Опросником для определения саногенного мышления будущих учителей» и методикой «Шкала академической мотивации», результаты которой представлены в таблице 3.

В таблице 3 согласно корреляционным связям между «Опросником для определения саногенного мышления будущих учителей» и методикой «Шкала академической мотивации», фактор «эмоциональная стабильность» положительно коррелирует с факторами «интроекция (внутренняя) мотивация» ($r=0,39$; $p\leq 0,05$) и «экстернал (внешняя) мотивация» ($r=0,35$; $p\leq 0,05$), фактор «конструктивное мышление» положительно коррелирует с факторами «когнитивная мотивация» ($r=0,38$; $p\leq 0,05$) и «мотивация достижения» ($r=0,33$; $p\leq 0,05$), фактор «самосознание» положительно коррелирует с факторами «саморазвитие» ($r=0,36$; $p\leq 0,05$) и «самооценка» ($r=0,32$; $p\leq 0,05$), а фактор

«креативность» положительно коррелирует с факторами: Фактор «саморазвитие» ($r=0,32$; $p\leq 0,05$) положительно коррелирует с фактором «амотивация» ($r=-0,35$; $p\leq 0,05$). Положительная корреляция между «эмоциональной стабильностью» и «интроекция (внутренней) мотивацией» ($r=0,39$; $p\leq 0,05$) демонстрирует связь между способностью студентов управлять своими эмоциональными состояниями и силой внутренней мотивации.

Таблица 3

Взаимосвязь между «Опросником для определения саногенного мышления будущих учителей» и методикой «Шкала академической мотивации» (студенты направление биология; $n=180$, по критерию Пирсона)

| Факторы | Эмоциональная стабильность | Конструктивное мышление | Самосознание | Креативность |
|-----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|---------------------|---------------------|
| Когнитивная мотивация | 0,14 | 0,38* | 0,11 | 0,13 |
| Мотивация достижения | 0,18 | 0,33* | 0,18 | 0,18 |
| Саморазвитие | 0,17 | 0,16 | 0,36* | 0,32* |
| Самооценка | 0,11 | 0,11 | 0,32* | 0,14 |
| Интроекция (внутренняя) мотивация | 0,39* | 0,13 | 0,15 | 0,17 |
| Экстернал (внешняя) мотивация | 0,35* | 0,17 | 0,11 | 0,11 |
| Амотивация | 0,19 | 0,10 | 0,14 | -0,35* |

Эта корреляция свидетельствует о том, что будущие учителя способны сохранять устойчивость в стрессовых ситуациях и ответственно подходить к своей деятельности, опираясь на внутреннюю мотивацию. Студенты с сильной внутренней мотивацией глубоко осознают свои потребности и стремятся поддерживать эмоциональную устойчивость для их достижения. Этот показатель важен в педагогической деятельности, помогая развивать у студентов способности преодолевать трудности в сложных ситуациях и принимать творческие решения. Эмоциональная стабильность позволяет им управлять своими внутренними стремлениями и эффективно мобилизовать свои ресурсы. Эта связь, особенно в процессе формирования здорового мышления, способствует повышению личностной и профессиональной успешности студентов. Повышение внутренней мотивации стимулирует студентов к эффективному управлению своим эмоциональным состоянием и максимальному использованию внутренних ресурсов. В результате у них формируется позитивный подход к педагогической деятельности и повышается уверенность в себе. Этот показатель также служит ключевым фактором

профессионального роста будущих учителей. Такая связь позволяет одновременно обеспечивать эмоциональную и внутреннюю устойчивость, необходимую для развития здорового мышления.

Положительная корреляционная связь между «эмоциональной стабильностью» и «экстерналом (внешней) мотивацией» ($r=0,35$; $p\leq 0,05$) свидетельствует о способности студентов поддерживать свои эмоциональные состояния в равновесии под воздействием внешних мотивирующих факторов. Данная корреляционная связь демонстрирует чувствительность будущих учителей к предъявляемым к ним требованиям и внешним оценкам. Эмоциональная стабильность помогает студентам стремиться к более эффективному выполнению своей деятельности, вдохновляясь внешними стимулами. Данный показатель также обеспечивает сохранение студентами устойчивого отношения к внешним давлениям в педагогической деятельности. Сочетание внешней мотивации и эмоциональной устойчивости позволяет им сохранять эмоциональный контроль в сложных педагогических ситуациях и адаптироваться к внешним факторам. Данная корреляционная связь помогает студентам принимать педагогическую ответственность и работать в соответствии с ожидаемыми обществом результатами. Эмоциональная стабильность позволяет им использовать внешние стимулы для возникновения интереса к своей деятельности и повышения эффективности. В совокупности эти факторы способствуют повышению устойчивости студентов к стрессовым факторам. Наличие данной связи помогает будущим учителям эффективно работать со своими студентами в педагогической деятельности. Укрепление эмоциональной устойчивости посредством внешней мотивации позволяет студентам предоставлять качественное образование, отвечающее социальным запросам. Этот показатель играет важную роль в развитии здорового мышления, обеспечивая им возможность достижения стабильных и положительных результатов в педагогической деятельности. Положительная связь между «конструктивным мышлением» и «когнитивной мотивацией» ($r=0,38$; $p\leq 0,05$) свидетельствует о преобладании стремления будущих учителей к познанию через творческий подход к решению проблем. Эта связь свидетельствует о внутренней потребности студентов в глубоком освоении знаний и их эффективном использовании в образовательном процессе. Конструктивное мышление позволяет студентам принимать чёткие и рациональные решения в сложных ситуациях, системно анализировать проблемы и находить эффективные решения. Эта способность дополнительно усиливается когнитивной мотивацией, что позволяет им разрабатывать и внедрять инновационные подходы в педагогическую деятельность. Эта связь играет важную роль в формировании саногенного мышления, повышая интерес студентов к процессу обучения. Высокий уровень когнитивной мотивации создаёт основу для практического применения конструктивного мышления, что способствует развитию творческого и аналитического потенциала студентов. Данный показатель также развивает у будущих учителей способность эффективно управлять своими ресурсами и системно организовывать педагогический процесс. Сочетание конструктивного мышления и когнитивной

мотивации позволяет им не только усваивать теоретические знания в образовательном процессе, но и применять их на практике. Эта связь позволяет им обогащать свои знания и разрабатывать новые подходы в соответствии с потребностями студентов. Результаты показывают, что связь конструктивного мышления и когнитивной мотивации является решающим фактором успешного выполнения студентами педагогических задач.

Положительная корреляционная связь между «конструктивным мышлением» и «мотивацией достижения» ($r=0,33$; $p\leq 0,05$) свидетельствует о тесной связи между стремлением к профессиональному успеху будущих учителей и их способностью к творческому мышлению. Эта связь обеспечивает эффективное использование студентами конструктивного мышления для достижения поставленных целей. Мотивация достижения мотивирует студентов ответственно подходить к решению задач и достигать высоких результатов в педагогической деятельности. Конструктивное мышление, в свою очередь, позволяет им четко определять свои цели и действовать творчески для их достижения. Эта способность развивает у студентов способность преодолевать трудности в сложных ситуациях и превращать проблемы в позитивные решения. Высокий уровень мотивации достижения повышает эффективность конструктивного мышления и позволяет студентам эффективно управлять своими ресурсами в образовательном процессе. Эта связь является решающим фактором развития креативности в педагогической деятельности и достижения высоких результатов будущими учителями. Стремление студентов к успеху посредством конструктивного мышления служит повышению не только их собственных знаний, но и потенциала их учеников. Эта способность позволяет им внедрять современные подходы в образовательный процесс и эффективно взаимодействовать со своими учащимися. Связь между конструктивным мышлением и мотивацией к достижению позволяет им сохранять устойчивость и разрабатывать эффективные решения даже в сложных педагогических ситуациях. Эта связь играет важную роль в развитии здорового мышления, способствуя личностному и профессиональному успеху студентов. Поэтому программы, направленные на совместное развитие этих факторов, имеют большое значение в педагогической подготовке студентов.

Положительная взаимосвязь между «самосознанием» и «саморазвитием» ($r=0,36$; $p\leq 0,05$) свидетельствует о стремлении будущих учителей реализовывать собственные возможности и эффективно их использовать. Эта связь указывает на склонность студентов выявлять внутренние ресурсы и творчески использовать их в личностном и профессиональном развитии. Самосознание позволяет студентам осознавать свои слабые стороны и использовать их как ресурс для развития. Эта способность формирует у них более глубокие подходы к педагогической деятельности и помогает сохранять баланс в сложных ситуациях. Саморазвитие, в свою очередь, укрепляет способность студентов находить и применять инновационные подходы в образовательном процессе. Эта связь помогает им повысить эффективность образовательного процесса и стать более целеустремленными в достижении своих целей. Результаты показывают, что развитие самосознания является импульсом для процесса

саморазвития, позволяя студентам более широко реализовывать свой личностный потенциал. Этот показатель побуждает студентов творчески мыслить и обогащать свои знания в педагогической деятельности. Студенты, обладающие способностью к самосознанию, способны эффективно управлять своими ресурсами и разрабатывать новые педагогические методы с их помощью. Эта связь также помогает будущим учителям повысить уверенность в себе и быть настойчивыми в процессе личностного развития. Эта способность позволяет им не теряться в сложных педагогических ситуациях и принимать эффективные решения. Способность к самосознанию в процессе саморазвития позволяет им проявлять себя как полноценные личности и становиться полезными педагогами для общества.

Положительная корреляция между «самосознанием» и «самооценкой» ($r=0,32$; $p\leq 0,05$) свидетельствует о гармонии уверенности в себе и самооценки будущих учителей. Эта корреляция отражает внутреннюю потребность студентов ценить и использовать свои способности. Студенты, обладающие способностью к самосознанию, успешно правильно оценивают себя и повышают свою уверенность в себе. Эта способность позволяет им четко определять свои возможности в педагогической деятельности и эффективно их использовать. Самооценка, в свою очередь, развивает у студентов способность правильно управлять своими ресурсами в педагогическом процессе и формировать позитивное отношение к себе. Эта корреляция показывает, что самооценка играет важную роль в процессе достижения поставленных целей и получения удовлетворения от личных достижений. Эта способность позволяет им достигать личностного развития, осознавая свои слабые стороны и эффективно их используя. Развитие самооценки помогает студентам проявлять лидерские качества в педагогической деятельности. Эта способность позволяет им повышать уверенность в себе в педагогическом процессе и быть напористыми в сложных ситуациях. Сочетание самосознания и самооценки является одним из основных факторов повышения личностной и профессиональной успешности будущих учителей. Эта связь также помогает им осуществлять позитивные изменения в педагогической деятельности и эффективно организовывать образовательный процесс. Этот показатель имеет решающее значение для формирования здорового мышления и укрепляет способность студентов эффективно мобилизовать собственные ресурсы.

Положительная корреляция между «креативностью» и «саморазвитием» ($r=0,32$; $p\leq 0,05$) свидетельствует о тесной связи между творческим мышлением будущих учителей и их стремлением к развитию собственного потенциала. Эта корреляция свидетельствует об эффективном использовании студентами внутренней мотивации в процессе реализации творческих идей и самосовершенствования. Студенты с творческими способностями способны разрабатывать новые и нестандартные решения в сложных ситуациях, что способствует их саморазвитию. Этот показатель также подтверждает стремление студентов не только использовать имеющиеся знания в образовательном процессе, но и осваивать новые. Сочетание креативности и саморазвития позволяет им применять современные подходы в педагогической деятельности

и творчески обогащать её. Эта связь положительно влияет на личностный и профессиональный успех педагогов, повышая их потенциал для внедрения инновационных подходов в систему образования. Способность к творчеству в процессе саморазвития позволяет им максимально использовать свои ресурсы и вносить позитивные изменения в образовательный процесс. Эта способность помогает им проявлять себя как лидерам в педагогической деятельности. Результаты показывают, что сочетание креативности и саморазвития имеет решающее значение для формирования здорового мышления.

Отрицательная корреляционная связь между «креативностью» и «амотивацией» ($r=-0,35$; $p\leq 0,05$) выявляет противоречие между творческой активностью будущих учителей и отсутствием внутренней мотивации. Эта корреляционная связь свидетельствует об ослаблении творческих способностей студентов из-за отсутствия внимания к собственным потребностям и выраженного стремления к их достижению. Повышенная амотивация, в свою очередь, может препятствовать развитию творческих способностей, что ограничивает шансы на достижение успеха в педагогической деятельности. Данный показатель проявляется в результате снижения интереса и увлечённости педагогов творческими процессами. Отрицательная корреляционная связь подтверждает, что студенты из-за отсутствия мотивации пассивны в образовательном процессе и не могут в полной мере реализовать свой творческий потенциал. Такая ситуация, особенно в процессе адаптации к педагогической деятельности, не позволяет им эффективно решать сложные жизненные ситуации. Студенты с высокой амотивацией могут отказываться от участия в творческих процессах и испытывать трудности в эффективном управлении своими ресурсами. Отрицательный характер этой связи также ослабляет стремление студентов к саморазвитию, снижая эффективность их педагогической деятельности. Отрицательная связь подтверждает снижение креативности в результате повышенной амотивации и указывает на необходимость мотивационной поддержки студентов для преодоления этой ситуации. Результаты влияния академической мотивации на саногенное мышление студентов отделения узбекского языка и литературы представлены в таблице 4. Согласно корреляционным связям между «Опросником для определения саногенного мышления будущих учителей» и методикой «Шкала академической мотивации», фактор «эмоциональная стабильность» положительно коррелирует с факторами «когнитивная мотивация» ($r=0,32$; $p\leq 0,05$) и «самооценка» ($r=0,35$; $p\leq 0,05$), отрицательно коррелирует с фактором «амотивация» ($r=-0,30$; $p\leq 0,05$), фактор «конструктивное мышление» положительно коррелирует с факторами «саморазвитие» ($r=0,36$; $p\leq 0,05$) и «интроекция (внутренняя) мотивация» ($r=0,31$; $p\leq 0,05$), а фактор «самосознание» отрицательно коррелирует с факторами отрицательно коррелировал с факторами «мотивация достижения» ($r=0,41$; $p\leq 0,05$), «интроекция (внутренний)». Фактор «креативность» имел положительную корреляцию с фактором «мотивация» ($r=0,39$; $p\leq 0,05$) и отрицательную корреляцию с фактором «амотивация» ($r=-0,37$; $p\leq 0,05$), а фактор

«саморазвитие» ($r=0,36$; $p\leq 0,05$) и фактор «экстернал (внешняя) мотивация» ($r=0,31$; $p\leq 0,05$) образовали положительную корреляцию.

Таблица 4

Корреляции между «Опросником для определения саногенного мышления будущих учителей» и методикой «Определение уровня развития педагогической рефлексии» (студенты отделения узбекского языка и литературы; $n=230$, по критерию Пирсона)

| Факторы | Эмоциональная стабильность | Конструктивное мышление | Самосознание | Креативность |
|---------------------------|----------------------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Низкий уровень рефлексии | -0,32* | 0,11 | 0,11 | 0,18 |
| Средний уровень рефлексии | 0,08 | 0,14 | 0,41* | 0,14 |
| Высокий уровень рефлексии | 0,19 | 0,36* | 0,13 | 0,36* |

Отрицательная корреляция между факторами «эмоциональная стабильность» и «низкий уровень рефлексии» ($r=-0,32$; $p\leq 0,05$) выявляет отрицательную связь между стабильностью эмоциональных состояний будущих учителей и низким уровнем рефлексии. Эта связь ослабляет эмоциональную устойчивость, поскольку низкий уровень рефлексии у студентов не позволяет им адекватно оценивать ситуацию и управлять своими эмоциональными состояниями. Также низкий уровень рефлексии не позволяет находить позитивное решение в сложных ситуациях.

Корреляция между фактором «самосознание» и «средним уровнем рефлексии» ($r=0,41$; $p\leq 0,05$) показывает связь между способностью человека осознавать собственные возможности и проявлять решимость для их достижения. Эта связь означает, что самосознание мотивирует студентов к реалистичной оценке себя и целенаправленным действиям. Самосознание позволяет им выявлять свои сильные и слабые стороны, а также использовать их в процессе достижения поставленных целей. Эта связь усиливает способности студентов к самоанализу и поддержанию равновесия в стрессовых ситуациях. Эта способность позволяет им не только углублять свои знания в образовательном процессе, но и эффективно применять их на практике. Сочетание самосознания и рефлексии формирует уверенность будущих учителей в своей педагогической деятельности. Исходя из этих результатов, целесообразно использовать программы, направленные на развитие рефлексии в образовательном процессе. Положительная связь между фактором «конструктивное мышление» и фактором «высокий уровень рефлексии» ($r=0,36$; $p\leq 0,05$) отражает неразрывную связь между развитием позитивного мышления и стремлением человека расширить возможности видеть себя глазами других. Рефлексия обеспечивает процесс самопознания. Рефлексия также позволяет

увидеть личные результаты, понять причины неудач, работать над собой, чтобы избежать повторения подобных ошибок в будущем, и сделать правильные выводы. В процессе позитивной рефлексии человек осознаёт свои сильные стороны и анализирует свой опыт. Положительная корреляционная связь между фактором «креативность» и фактором «высокий уровень рефлексии» ($r=0,36$; $p \leq 0,05$) свидетельствует о связи стремления личности к развитию творческого потенциала под влиянием внутренних факторов. Рефлексивные способности способствуют развитию творческого мышления. Они позволяют решать задачи разными способами, моделировать различные исходы их решения, интуитивно предвидеть ошибки, выбирать адекватные варианты и конечные результаты, своевременно находить противоречия и устранять их.

В четвертой главе диссертации, озаглавленной **«Эффективность развития саногенного мышления будущих учителей»**, представлены особенности саногенного мышления студентов и методы развития факторов, на него влияющих. Для развития саногенного мышления будущих учителей нами разработана программа **«Жить с чистым сердцем и здоровым разумом!»**. Программа состоит из 8 занятий, которые проводятся один раз в неделю в течение двух месяцев. Механизмы развивающей программы направлены на воздействие на когнитивную, эмоциональную, мотивационную и волевую сферы.

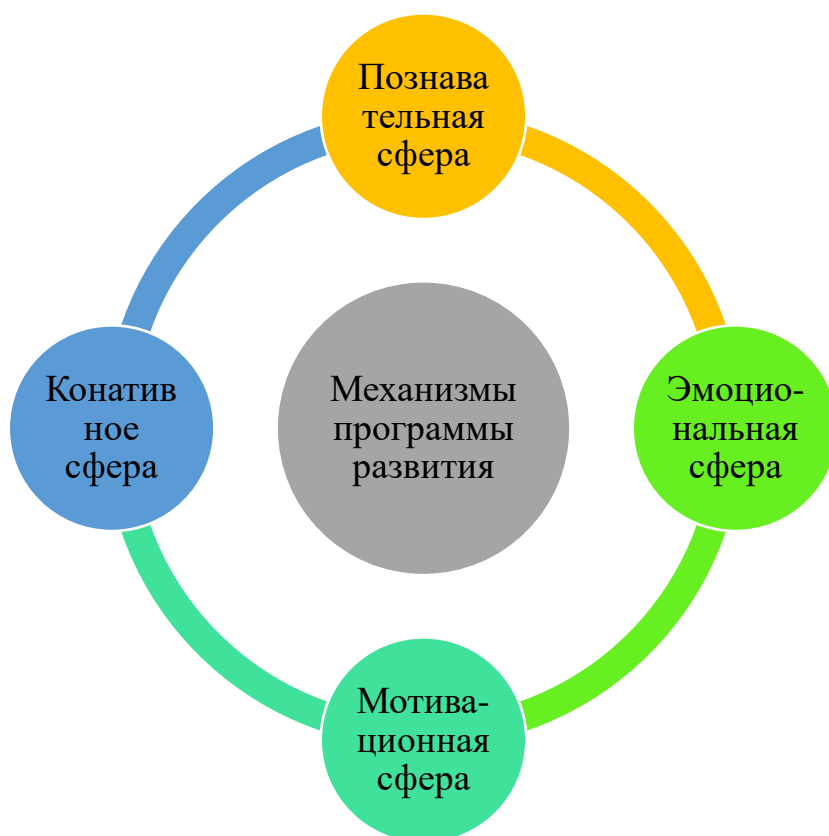


Рисунок 1. Механизмы развивающей программы «Живи с чистым сердцем и здоровым помыслом!»

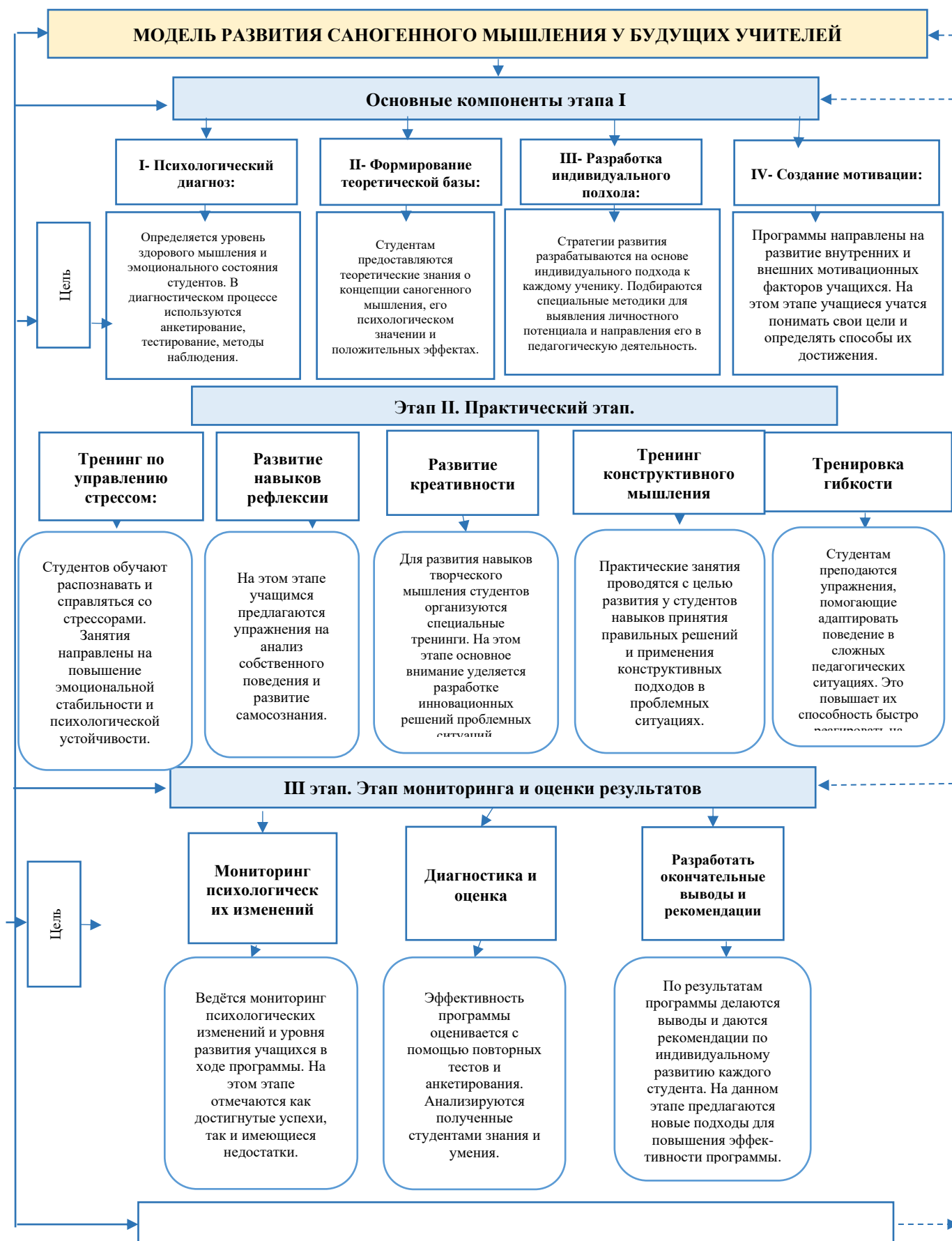


Рисунок 2. Модель развития саногенного мышления будущих учителей

Методологической основой развивающей программы являются передовые идеи представителей когнитивной терапии, когнитивно-поведенческой терапии и рационально-эмотивной терапии.

Развивающая программа проводилась на экспериментальной группе испытуемых с низким уровнем саногенного мышления. Для определения уровня эффективности нашей развивающей программы был проведен контрольный эксперимент. Результаты представлены в таблице 5.

Таблица 5

Результаты «Опросника для определения саногенного мышления будущих учителей» (по критериям Стьюдента)

| Факторы | Группы | Определи тельный Экспери мент | Контроль ный экспери мент | Различия | |
|-------------------------------|----------|--|------------------------------------|----------|------|
| | | М ₁ | М ₂ | t | p |
| Эмоциональная стабильность | ЭГ, n=38 | 5,6 | 7,8 | 2,7 | 0,05 |
| | КГ, n=40 | 6,0 | 6,4 | 1,4 | 0,14 |
| Конструктивное мышление | ЭГ, n=38 | 5,1 | 7,6 | 2,6 | 0,05 |
| | КГ, n=40 | 5,4 | 5,8 | 1,7 | 0,15 |
| Самосознание | ЭГ, n=38 | 5,8 | 8,1 | 2,4 | 0,05 |
| | КГ, n=40 | 6,3 | 6,9 | 1,5 | 0,19 |
| Креативность | ЭГ, n=38 | 5,6 | 7,7 | 2,9 | 0,05 |
| | КГ, n=40 | 5,8 | 6,0 | 1,4 | 0,13 |

Примечание: * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$; *** - $p \leq 0,001$,

ЭГ - Экспериментальная группа, КГ - Контрольная группа

После проведения развивающей программы обучения по «Опроснику определения уровня саногенного мышления будущих учителей» были отмечены значимые различия по всем факторам. В частности, значимые различия наблюдались по факторам «эмоциональная стабильность» ($t=2,7$; $p \leq 0,05$), «конструктивное мышление» ($t=2,6$; $p \leq 0,05$), «самосознание» ($t=2,4$; $p \leq 0,05$) и «креативность» ($t=2,9$; $p \leq 0,05$). В частности, согласно анализу этих результатов, студенты нашей экспериментальной группы продемонстрировали положительные результаты.

После наших развивающих программ были отмечены существенные различия по всем факторам, выявленным с помощью «Опросника для определения саногенного мышления будущих учителей». В частности, значимые различия наблюдались по факторам «эмоциональная стабильность» ($t = 2,7$; $p \leq 0,05$), «конструктивное мышление» ($t = 2,6$; $p \leq 0,05$), «самосознание» ($t = 2,4$; $p \leq 0,05$) и «креативность» ($t = 2,9$; $p \leq 0,05$). В частности, согласно анализу этих

результатов, студенты нашей экспериментальной группы зафиксировали положительные результаты.

После развивающей программы были отмечены значимые изменения по фактору «эмоциональная стабильность», что показало, что эти студенты смогли эффективно управлять своим эмоциональным состоянием. Эти результаты свидетельствуют об эффективности новых подходов, принятых студентами в минимизации стрессовых факторов и поддержании эмоционального равновесия. В ходе программы навыки эмоционального контроля студентов не только укрепились, но и привели к изменениям в их личной жизни и профессиональной деятельности. В данном случае, обеспечение позитивного эмоционального реагирования в сложных ситуациях создало возможность обеспечения стабильности личности студента. Данный фактор оказал положительное влияние на укрепление уверенности студентов в себе, снижение эмоциональной реактивности и самосознания. Развивая эмоциональную устойчивость, студенты овладевали специфическими подходами к управлению эмоциональными процессами в педагогическом процессе.

По результатам данной программы, значительные положительные изменения также были отмечены по фактору «конструктивное мышление». Этот фактор свидетельствует о том, что студенты более эффективно используют творческие и стратегические подходы к решению проблемных ситуаций. В ходе программы студенты добились значительного прогресса в анализе своих мыслительных процессов и принятии эффективных решений. Эти изменения помогли им системно анализировать свои мысли в различных ситуациях, эффективно решать существующие проблемы и разрабатывать конкретные подходы. Эта способность послужит для студентов прочной основой для решения профессиональных задач в будущем. В частности, использование конструктивного подхода к управлению проблемными ситуациями привело к дальнейшему обогащению их творческих процессов.

Результаты по фактору «самосознание» показали, что студенты стали лучше осознавать свои собственные возможности. Развитие этого фактора стимулировало процессы дальнейшего совершенствования своего личностного поведения и четкого определения своих целей. Положительное развитие самосознания побудило студентов к критическому отношению к себе и более активному подходу к личностному развитию. Этот процесс, в свою очередь, помог студентам чувствовать себя свободнее в профессиональной сфере. Студенты расширили свои возможности эффективно управлять своими внутренними ресурсами и применять их в своей деятельности. Развитие самосознания привело к значительному прогрессу в процессах разработки и адаптации новых подходов для студентов.

Изменения, отмеченные в факторе «креативность» после программы, показали значительный рост творческого потенциала студентов. В этом факторе у студентов повысились навыки творческого мышления, и они получили

возможность разрабатывать новые подходы в педагогической деятельности. Развитие креативности способствовало повышению не только их профессионального, но и личностного потенциала. Эти изменения обеспечили значительные результаты, особенно в освоении студентами новых педагогических методов и их эффективном применении на практике.

Полученные по вышеуказанным факторам результаты показали, что программа развития была успешной и значимой в психологической подготовке будущих учителей. Эти изменения создали прочную основу для развития важных аспектов личной и профессиональной жизни студентов.

ВЫВОДЫ

В результате научно-исследовательской работы по теме «Психологические особенности развития саногенного мышления будущих учителей» сделаны следующие общие выводы:

1. Авторская концепция необходимости обучения будущих учителей саногенному мышлению со студенческих лет основывалась на том, что эмоциональная компетентность учителя зависит не только от умения слушать и понимать учащегося, но и от создания позитивной атмосферы на уроке, гордости за свой личностный и профессиональный рост, самоудовлетворенности, учитывая, что его негативные эмоции влияют на ход урока и проявляются только в здоровом позитивном мышлении, осознанном выборе конструктивных программ в своем поведении посредством саногенной рефлексии.

2. По данным дифференциации результатов, в отношении проявления здорового мышления у будущих учителей выявлено превосходство студентов гуманитарного направления образования над студентами естественнонаучного направления по шкалам «эмоциональная стабильность», «конструктивное мышление», «самосознание» и «креативность».

3. На основе выявления положительных связей между шкалами здорового мышления и академической мотивации у будущих учителей обосновано, что положительная мотивация развивает здоровое мышление.

4. В связи с выявлением положительных связей со здоровым мышлением и самоменеджментом, стилями мышления и рефлексией у будущих учителей доказано, что стрессоустойчивость, развитие рефлексии, креативности, конструктивного мышления и повышение гибкости являются основными компонентами модели развития здорового мышления у будущих учителей.

5. Эффективность психологической программы «Живи с чистым сердцем и здоровым разумом!» основана на коррекционно-адаптивном воздействии на когнитивную, эмоциональную, мотивационную и волевую сферы с целью развития здорового мышления у будущих учителей.

6. На основании проведенного исследования можно сказать, что здоровое мышление развито у студентов отделения узбекского языка и литературы благодаря их ярко выраженным литературным способностям и обширному анализу художественной литературы. Это объясняется тем, что они способны управлять своей деятельностью и взглядами, исходя из внутренних потребностей, испытывают внутреннюю ответственность за свои задачи и считают себя ведущими в процессе личностного развития, удовлетворены своей деятельностью, способны преодолевать стрессовые факторы в образовательном процессе и решать сложные педагогические задачи.

7. Согласно результатам анализа, наблюдаемая связь между «конструктивным мышлением» и «синтезирующим» у студентов отделения узбекского языка и литературы свидетельствует об успешном сочетании творческих подходов со способностью к объединению и систематизации различных знаний, а также о необходимости развития синтезирующего потенциала для эффективного решения сложных ситуаций в педагогическом процессе, стимулируя системное принятие решений и применение творческих подходов.

8. По результатам корреляционной связи фактор «эмоциональная стабильность» положительно коррелирует с факторами «планирование» и «оценка результатов», фактор «конструктивное мышление» положительно коррелирует с факторами «планирование» и «адаптивность», фактор «самосознание» положительно коррелирует с факторами «самостоятельность» и «адаптивность», а фактор «креативность» положительно коррелирует с факторами «планирование» и «оценка результатов».

РЕКОМЕНДАЦИИ

На основании результатов научного исследования по теме «Психологические особенности развития саногенного мышления будущих педагогов» целесообразно предоставить следующие практические рекомендации:

1. Заменяйте негативные мысли конструктивными. Если вы ловите себя на мысли: «У меня нет времени ни на что», попробуйте взглянуть на свою ситуацию с другой стороны: «Что я могу сделать сейчас, чтобы двигаться вперед?»

2. Поддерживайте позитивную атмосферу. Больше общайтесь с людьми, чье поведение служит для вас примером, кто поддержит вас в трудные времена и поделится положительной энергией.

3. Ведите дневник. Запишите свои негативные чувства по поводу определенных ситуаций. Также составьте список людей, чьи действия вызывают неприятные эмоции, и напротив имени каждого человека напишите обстоятельства, при которых это происходит.

4. Аутопсихоанализ. Данный метод способствует гашению гневных эмоций путём их повторного переживания.

5. Целесообразно проводить рефлексивные упражнения для формирования у будущих учителей навыков самосознания и развития. Этот процесс помогает студентам глубже осознать свой потенциал.

6. Для развития навыков конструктивного мышления будущих учителей необходимо создавать им возможность самостоятельно решать реальные педагогические задачи и применять творческий подход в этом процессе. Для формирования здорового мышления рекомендуется создавать эффективные образовательные проекты на основе сложных заданий, чтобы развивать у студентов способность сбалансированно управлять эмоциональными и интеллектуальными ресурсами.

**SCIENTIFIC COUNCIL DSc.03/30.12.2021.P.26.02 ON AWARDING
ACADEMIC DEGREES AT THE NATIONAL PEDAGOGICAL
UNIVERSITY OF UZBEKISTAN**

THE NATIONAL PEDAGOGICAL UNIVERSITY OF UZBEKISTAN

KUCHKAROVA FERUZA MAKHAMMATKASIMOVNA

**PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF
SANOGENIC THINKING AMONG FUTURE TEACHERS**

19.00.06 – Age and educational psychology. Developmental Psychology

**ABSTRACT OF THE DISSERTATION OF THE DOCTOR OF
PSYCHOLOGICAL SCIENCES (DSc)**

Tashkent – 2025

The dissertation topic of the Doctor of Sciences (DSc) is registered with the Higher Attestation Commission of the Republic of Uzbekistan for No. B2023.3.DSc /138.

The dissertation was completed at the National pedagogical university of Uzbekistan.

The abstract of the dissertation is available in three languages (Uzbek, Russian, English) on the website of the Scientific Council (www.tdpu.uz) and on the information and educational portal "Ziyonet" (www.ziyonet.uz).

Official opponents:

Abdurasulov Rustam Abduraimovich
Doctor of Psychological Sciences, Professor

Shamsiev Uktam Bakhriddinovich
Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor

Kabulov Kasimboy Pirjanovich
Doctor of Psychological Sciences, (DSc)
Associate Professor

Leading organization:

Ferghana State University

The dissertation defense will take place «__» _____ 2025 at ____ hours at the meeting of the Scientific Council PhD.03/30.12.2021.P.26.02 on awarding academic degrees at the National Pedagogical University of Uzbekistan. (Address: 27 Bunyodkor St., Chilanzar district, Tashkent, 100185. Tel.: (99871) 276-82-32; fax: (99871) 276-76-51, e-mail: tdpukengash@edu.uz Main building, 2nd floor, 4th Meeting room).

The dissertation is available at the Information and Resource Center of the National Pedagogical University of Uzbekistan (registered as no. ____). Address: 27 Bunyodkor St., Chilanzar district, Tashkent, 100185. Phone: (99871) 276-82-32.

The abstract of the dissertation was distributed on _____ day, «____» 2025.

(Registered protocol number _____ from «____» _____ 2025).

F.A. Akramova
Chairman of the Scientific Council for Awarding
Academic Degrees, Doctor of Psychological
Sciences, Professor

N.B. Atabayeva
Scientific Secretary of the Scientific Council
for awarding Academic Degrees, Doctor of
Psychological Sciences (DSc), Professor

Z.T. Nishanova
Chairman of the Scientific Seminar at
the Scientific Council for awarding Academic Degrees,
Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor

INTRODUCTION (abstract of the doctoral thesis (DSc))

The purpose of the study is to develop practical recommendations for the development of sanogenic thinking of future teachers based on the study of the psychological characteristics of sanogenic thinking.

The object of the research is to study the psychological features of the development of sanogenic thinking in future teachers. 170 students from the National Pedagogical University of Uzbekistan participated in the study as respondents. Nizami, 130 students of Andijan State University and 110 students of Ferghana State University, a total of 410 students.

The scientific novelty of the research is as follows:

it is proved that the author's concept proceeds from the need to educate future teachers of healthy thinking from student years, based on the fact that the emotional competence of a teacher consists not only in the ability to listen and understand the student, but also in creating a positive atmosphere in the classroom, given that his negative emotions affect the course of the lesson and manifest themselves only in a healthy positive thinking, conscious choice of constructive programs in his behavior through healthy reflection;

the superiority of students in the humanities over students in the natural sciences was determined on the scales of "emotional stability", "constructive thinking", "self-awareness" and "creativity" based on the differentiation of the results of healthy thinking among future teachers;

it is proved that, based on the identification of positive links between sanogenic thinking and scales of academic motivation, future teachers have positive motivation based on the development of healthy thinking;

it is proved that by identifying positive associations between healthy thinking and self-management, thinking styles and reflection in future teachers, as well as stress tolerance, the development of reflection, creativity, constructive thinking and increased flexibility are the main components of the model of healthy thinking development in future teachers;

it is proved that the effectiveness of the psychological program "Live with a pure heart and a healthy mind!" is based on correctional and adaptive effects on cognitive, emotional, motivational and volitional spheres in order to develop healthy thinking among future teachers.

Implementation of research results. Based on the results of scientific research on the psychological characteristics of the development of sanogenic thinking of future teachers:

information on the justification of the fact that the author's concept proceeds from the need to educate future teachers of healthy thinking from their student years, based on the fact that the emotional competence of a teacher consists not only in the ability to listen and understand the student, but also in creating a positive atmosphere in the lesson, given that his negative emotions affect the course of the lesson and manifest themselves only in healthy positive thinking, The conscious choice of constructive programs in his behavior through healthy reflection is included in the content of the module "General Psychology" in accordance with Order No. PM-283a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical

University of Uzbekistan dated December 7, 2024 (Order No. PM283 of the Educational and Scientific Center of Psychology dated December 7, 2024). As a result, psychologists' understanding of general psychological concepts has expanded;

information on determining the superiority of students in the humanities over students in the natural sciences on the scales of "emotional stability" and "constructive thinking", "self-awareness" and "creativity" based on the differentiation of results on the manifestation of healthy thinking among future teachers is included in the content of the module "General Psychology" in accordance with Order No. PM-283a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated December 7, 2024 (Order No. PM283 of the Educational and Scientific Center of Psychology dated December 7, 2024). December 2024). As a result, psychologists have gained knowledge about the differences in the manifestation of sound thinking depending on the level of education;

information to substantiate the fact that, based on the identification of positive links between sanogenic thinking and scales of academic motivation in future teachers, positive motivation is based on the development of healthy thinking is included in the content of the module "General Psychology" in accordance with Order No. PM-283a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated December 7, 2024 (Order No. PM283 of the Educational and Scientific Center of Psychology dated December 7, 2024). As a result, psychologists' knowledge of the factors influencing healthy thinking has been enriched;

information about the evidence that, by identifying positive associations between healthy thinking and self-management, thinking styles and reflection in future teachers, as well as stress tolerance, the development of reflection, creativity, constructive thinking and increased flexibility are the main components of the model for developing healthy thinking among future teachers included in the content of the module "General Psychology" in accordance with Order No. PM-283a of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated December 7, 2024 (Order No. PM283 of the Educational and Scientific Center of Psychology dated December 7, 2024). As a result, the knowledge of psychologists on improving the activities of the psychological service of a higher educational institution and the organization of scientific and methodological support has been enriched;

information to substantiate the fact that the effectiveness of the psychological program "Live with a pure heart and a healthy mind!" is based on correctional and adaptive effects on the cognitive, emotional, motivational and volitional spheres in order to develop healthy thinking among future teachers is included in the content of the module "General Psychology" in accordance with Order No. PM-283a Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated December 7, 2024 (Order No. PM283 of the Educational and Scientific Center of Psychology dated December 7, 2024). As a result, the methodological work aimed at ensuring psychological health has been improved.

The structure and scope of the dissertation. The dissertation consists of an introduction, three chapters, conclusions and recommendations, a list of references and appendices. The volume of the dissertation is 228 pages.

E'OLON QILINGAN ISHLAR RO'YXATI
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLICATION

I bo'lim (I часть; I part)

1. Qo'chqarova F.M. Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning psixologik xususiyatlari // Monografiya. – Toshkent: “Fan va texnologiyalar nashriyot-matbaa uyi”, 2025. – 244 b. ISBN 978-9910-8026-8-3.
2. Qo'chqarova F.M. Sanogenic Thinking as a Non-Traditional Method of Health and Training // Spanish Journal of Innovation and Integrity, 2022. – Volume: 12. – P. 22-26. ISSN: 2792-8268 (№14. IF-9.87).
3. Qo'chqarova F.M. Issues of Reflection in the Development of Personal Sanogenic Thinking // International Journal of Formal Education, 2023. – Volume: 2. Issue: 5. – P. 69-74. ISSN: 2720-6874 (№14. IF-7.6).
4. Qo'chqarova F.M. Boshlang'ich sinf o'quvchilarida sanogen fikrlashni shakllantirishning metodologik asoslari // Xalq ta'limi. – Toshkent, 2019. – № 3. – B. 35-38. ISSN 2181-7839.
5. Qo'chqarova F.M. Talabalarni sanogen tafakkurini rivojlantirish omillari // Xalq ta'limi. – Toshkent, 2023. – № 3. – B. 6-9. ISSN 2181-7839.
6. Qo'chqarova F.M. Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning asosiy o'ziga xos xususiyatlari // TDPU Ilmiy axborotlari. – Toshkent, 2023. – № 4-son. – B. 368-373. ISSN 2181-9580 (19.00.00. № 15).
7. Qo'chqarova F.M. Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishda zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llanilishi // TDPU Ilmiy axborotlari. – Toshkent, 2023. – № 5-son. – B. 468-472. ISSN 2181-9580 (19.00.00. № 15).
8. Qo'chqarova F.M. Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning pedagogik strategiyalarining psixologik va pedagogik asoslari // TDPU Ilmiy axborotlari. – Toshkent, 2023. – № 7-son. – B. 307 – 312. ISSN 2181-9580 (19.00.00. № 15).
9. Qo'chqarova F.M. Sanogen fikrlash va uning inson faoliyatidagi ahamiyati (ilmiy manbalar sharhi) // Zamonaviy ta'lim. – Toshkent, 2023. – № 9 (130). – B. 17-21. ISSN 2181-6514 (19.00.00. № 8).
10. Qo'chqarova F.M. Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirish mexanizmlari // Ta'lim, fan va innovatsiya.– Toshkent, 2023. – № 5-son. – B. 43-45. ISSN 2181-8274.
11. Qo'chqarova F.M. Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishda individual va tabaqalashgan yondashuvning o'ziga xos xususiyatlari // TDPU Ilmiy axborotlari. – Toshkent, 2023. – № 8-son. – B. 459-464. ISSN 2181-9580 (19.00.00. № 15).
12. Qo'chqarova F.M. Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning asosiy komponentlari // TDPU Ilmiy axborotlari. – Toshkent, 2023. – № 9-son. – B. 138-143. ISSN 2181-9580 (19.00.00. № 15).
13. Qo'chqarova F.M. Talabalarda sanogen tafakkurni rivojlantirish komponentlari va uning o'ziga xos xususiyatlari // Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar. – Buxoro, 2023. – № 10-son. – B. 216-218. ISSN 2181-1709.
14. Qo'chqarova F.M. Bo'lajak o'qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning pedagogik strategiyalarini amalga oshirish yo'llari // O'zMU xabarlar. – Toshkent, 2023. – 1/11. B. 117-119. ISSN 2181-7324 (19.00.00.№ 10).

15. Qo‘chqarova F.M. Talabalarda sanogen tafakkurni rivojlantirishning psixologik xususiyatlari // *Inter education & Global study*. – Buxoro, 2024. – № 5(1)-son. – B. 507-512. ISSN 2992-9024.

16. Quchqarova F.M. Psychological characteristics of the development of sanogenic thinking in future teachers // *International Conference on Adaptive Learning Technologies*. – Canary Island, Spain, 2024. Vol – 7. – P. 38-41.

17. Qo‘chqarova F.M. Oliy ta‘lim muassasalari talabalarining sanogen tafakkurini rivojlantirish // “Global transformatsiyalar davrida maktabgacha ta‘lim sifatini oshirish: innovatsiya va istiqbollari”. Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari. – Andijon, 2023. – B. 463-466.

18. Qo‘chqarova F.M. Yangi O‘zbekistonning bo‘lajak o‘qituvchilarida sanogen fikrlashni rivojlantirishning psixologik xususiyatlari // “Zamonaviy dunyo ta‘limi: yangi davr ta‘limi: yangi davr muammolari – yangi yechimlar” Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman, ADU. – Andijon, 2024. – B. 57-59.

19. Кучкарова Ф.М. Использование международного опыта в определении психологических особенностей развития саногенного мышления будущих учителей // *Pedagogik jihatdan ko‘p qirrali xalqaro munosabatlarning jadal rivojlanishi*”. Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman, O‘zPFITI, – Toshkent, 2024. – B. 216-219. DOI:<https://doi.org/10.5281/zenodo.11505833>.

20. Qo‘chqarova F.M. Sanogen tafakkur-sog‘lom fikrlash va o‘zini-o‘zi rivojlantirish usuli sifatida // “International Conference on Linguistic, Pedagogy and Education”. Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman – Samarkand, 2024. – B. 108-110.

21. Qo‘chqarova F.M. Bo‘lajak o‘qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirish: psixologik fenomen sifatida // “Zamonaviy dunyo ta‘limi: yangi davr muammolari – yangi yechimlar” Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman, ADU. – Andijon, 2024. – B. 57-59.

22. Qo‘chqarova F.M. Bo‘lajak o‘qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishga ta‘sir etuvchi omillar // “Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot davrida fan, ta‘lim va innovatsion texnologiyalarni rivojlantirishning dolzarb masalalari” Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman, TIU. – Namangan, 2024. – B. 616-619.

23. Qo‘chqarova F.M. Yangi O‘zbekiston pedagoglarida sanogen tafakkurni rivojlantirish mezonlari // “Yangi O‘zbekistonda zamonaviy psixologiya va pedagogikaga doir muammolarni tadqiq etishning transformatsion imkoniyatlari” Xalqaro ilmiy - amaliy konferensiyasi, TMC, – Toshkent, 2025. – B. 85-87.

24. Qo‘chqarova F.M. Bo‘lajak o‘qituvchilarning sanogen tafakkurini rivojlantirishning o‘ziga xos jihatlari // “Pedagogik ta‘lim sifatini oshirishning holati va istiqbollari” Respublika ilmiy - amaliy anjuman materiallari, O‘zMPU, – Toshkent, 2025-yil, 20-may. – B. 230-234.

25. Qo‘chqarova F.M. Bo‘lajak o‘qituvchilarning sanogen tafakkur darajasini o‘rganishning metodik vositalari // “Pedagogik ta‘lim sifatini oshirishning holati va istiqbollari” Respublika ilmiy - amaliy anjuman materiallari, O‘zMPU, – Toshkent, 2025-yil, 20-may. – B. 235-239.

II bo‘lim (II часть; II part)

26. Qo‘chqarova F.M. Ijtimoiy pedagogika // *Darslik*. – Toshkent: Fan va texnologiyalar nashriyot-matbaa uyi, 2023. – 316 b.

27. Кучкарова Ф.М. Саногенное мышление в профессиональной деятельности учителя // “Modern science and education: achievements and development prospects” – Vol. 3 (2024): Settings Published: 2024-07-27 – P. 1-3.

Avtoreferat O‘zMPU «Ilmiy axborotlari» jurnali tahriryati
tomonidan 2025-yil 17-iyulda tahrirdan o‘tkazildi.

Bosishga ruxsat etildi: 18.07.2025 yil
Bichimi 60x84 1/16 , «Times New Roman»
garniturada raqamli bosma usulida bosildi.
Nashriyot bosma tabog‘i 3.0. Adadi: 100. Buyurtma: № 60
Bahosi kelishuv asosida

O‘zbekiston milliy pedagogika
universiteti bosmaxonasida chop etildi.
Manzil: Toshkent shahar, Chilonzor tumani,
Bunyodkor ko‘chasi 27-uy.