

Инглиз тилини ўрганишда мақсад-ниятни ижобий кўриниш қолипига солиш орқали онг остлик имкониятларидан самарали фойдаланиш

Бухоро вилоят ХТХҚТМОИ “Педагогика-психология ва таълим менежменти”
кафедраси мудири пс.ф.н. У.А.Қосимов

Мақолада инглиз тилини ўрганишда мақсад-ниятни ижобий кўриниш қолипига солиш орқали онг остлик имкониятларидан самарали фойдаланиш имконияти таҳлил этилиб тавсиялар берилган

Нейролингвистик дастурлаш амалий психологиянинг энг замонавий самарали кўринишларидан бири бўлиб, инсон психикаси захираларидан мукамал фойдаланиш имкониятини очади. Бу ўз навбатида инсон психологик фаолиятининг деярли барча жабҳаларини созлаш, ўзгартириш, дастурлаш, қайта дастурлаш биан онг остлик фаолиятини самарали ишга туширади.

Одатда деярли барча одамлар агар бирор мақсадларидан натижа олмасалар, улар бунинг сабабларини муаммолар орқали хаспўшлаб мақсаднинг амалга ошувига халақит берган ўтмишдаги тўсиқлар қийинчиликларни иккири-чикиригача тавсифлашни яхши уддалашди. Аслида бу уларнинг мақсадларига самарали, муваффақиятли етишларига фойда бермайди.

Бунни қуйидагича тавсифлаш мумкин:

Мақсадга етишмаганликнинг сабаби нима? Қандай хатога йўл қўйилди? Ким айбдор? Нима айбдор? Нима учун бунинг олди, олинмади? Ва ҳаказо. Албатта бу ўз-ўзидан бизни ўтмиш билан боғлаб салбий эмоционал ҳис туйғунининг илмоғини мустахкамлайди ва бизнинг ҳозиримизга ўтмишни олиб ўтади. Бу эса ўз навбатида бизга ички ботиний кучимизни ўтмиш тўсиқлари ва хатоларини таҳлил қилиш, айбдорларни қидириш, янги кўрқувларни пайдо қилиш каби бефойда нарсаларга сарфлашга олиб келади.

Ҳақиқатда мақсад-натижаларига бизни қийинчиликлар, хатолар, омадсизликларнинг сабабларини рўқач қилиш эмас балки мақсадни аниқ, тўғри, ижобий кўриниши қолипига солиш самарали элтади.

Ижобий қолипдаги ният-мақсад бу айни вақтда диққат эътиборда турган реал амалий қадам босиш мумкин бўлган ички руҳий ботиний куч билан суғорилган психологик тайёрликдир. Айтиш жоизки нейролингвистик дастурлашда мақсадлари тўғри ижобий кўриниш ҳолатига солишнинг ўзига хос талабларини қуйидагича тавсифлаш мумкин:

1. Мақсад-ният ижобий кўринишида “йўқ”, “эмас”, “ма” инкор сўзларини қўллаш жоиз эмас. Ахборотни қайта ишлаш жараёнида онгимиз уларни тескарисини бажаради. Масалан агар шу ҳақда фикрлама дейилса у аксинча шу нарсалар ҳақида фикрлаб таранглашади. Ёки мен бошқа бундай қилмайман деган фикр одам тасаввурида ёрқин рангларда айнан шу ҳолатни келтиради. Демак кундалик ҳаётимизда биз кўпчилик ҳолларда мақсад ниятини тўғри ифода этолмай салбий кўриниш қолипига соламыз ва тескари натижани оламыз. Бу айни чоғда таълим ва тарбия жараёнида кўп учрайдиган ҳолатлардандир.

Инглиз тилини ўрганиш жараёнида кўп учрайдиган салбий кўриниш қолипига солинган мақсадларни мисол келтириш мумкин:

Мен инглиз тилини ҳарфларини ўрганиш ва талаффуз қилишдан бошлайман ва уларни хато қилмасдан талаффуз қиламан ва доимо хато қилмасдан ёзаман. (Ижобий кўринишдаги қолип:...уларни тўғри талаффуз қиламан, тўғри ёзаман) Ёки инглиз тили ҳарфларини ўргансам ёзганда камроқ хато қиламан (Ижобий кўринишдаги қолиб... ҳарфларни тўғри ўрганаман, тўғри ёзаман).

2. Мақсад-ниятни аниқ ва ҳозирги замон кўринишда ифода этиш айтиш жоизки, ”балки етишишим мумкин”, «агарда», “шундай қилганимда эди”, “бир уриниб кўрайчи” каби ифодалар мақсад йўлидаги тўсиқ ҳисобланади.

3. Тақосслаш, солиштириш ифодалари мақсадни амалга ошувида инкор қилишдек тўсиқ ҳосил қилади. Шунинг учун инглиз тилини ўрганишда

мақсад-ниятда «яхшироқ», «камроқ» ноаниқ ифодаларини ишлатиш натижа олишга тўсқинлик қилади.

Масалан:

“Ёзганда камроқ хато қиламан”(ижобий кўринишдаги қолиб тўғри ёзаман)

“Инглиз тилида ҳозиргидан кўра яхшироқ гапираман(... инглиз тилида эркин сўзлашаман)

4. Мақсадга-ниятга етишишни аниқ ҳиссиётлар билан тасаввур қилиш.

Инглиз тилида тўғри эркин гаплашиш ва тўғри ёзишни аниқ тиниқ ёрқин рангларда, товушларда ҳаракатларда визуал, аудал ва кинестетик ҳис этиш.

5. Мақсад-ниятга етганликни аниқловчи конкрет сана, белгиланган (фиксациялашган)миқдор ўрнатиш жоиз. Яъни «бир оз вақтдан кейин», «яқинда», «бир икки ой ўтса», «ривожлантираман», «такомиллаштираман», каби ноаниқ (критерий) ифодалардан воз кечиш жоиз.

6. Мақсад-ниятларнинг амалга ошувида биринчи ва иккинчи даражали «афзаллик» ва «тўсиқлар» таъсирини текшириш ва ҳисобга олиш керак.

Яъни мақсадни «экологик назоратдан» ўтказиш лозим. Бу мақсад-ният амалга ошувида нималардан кечиш кераклиги ва нималарга етишишни тадқиқ этади ва мақсадга эришувида гумон, иккиланишлар, шубҳалар ва безовталикларни бартараф этади.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Бендлер Р. Управление собственным мозгом. Электронный источник.
2. Гриндер Д., Бендлер Р. Структура магии. Электронный источник.
3. Гриндер М. Исправление школьного конвейера. Электронный источник.
4. Еремеева Н. Запоминаем английские слова легко // English for you. Электронный источник.