

## TAFAKKUR BORASIDAGI PSIXOLOGIK NAZARIYALAR

*Samadullayev Lazizbek Zafar o'g'li*

*Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti*

*Jismoniy madaniyat yo'nalishi*

*1-bosqich 110-guruh talabasi*

*Shomurotov Ulugbek Melikboboyevich*

*Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti*

*Pedagogika fakulteti, Pedagogika va psixologiya*

*kafedrasi o'qituvchisi (maqola ilmiy raxbari)*

*ulugbekshomurotov986@gmail.com*

### Annotatsiya

Ushbu maqolada tafakkur Tafakkur inson ongining asosiy jihatlaridan biri bo'lib, tafakkur jarayoni orqali biz dunyoni tushunamiz, uni idrok qilamiz va unda o'zimizni anglaymiz.

**Kalit so'zlar:** ta'lim, tarbiya, psixologiya, motivatsiya, diqqat, oila, maktab, hamkorlik, psixologik qo'llab-quvvatlash, zamonaviy texnologiyalar, ijtimoiy ko'nikmalar, emotsional ko'nikmalar.

### Kirish

Tafakkurning psixologik nazariyalari insonning qanday qilib o'ylashi, ma'lumotlarni qayta ishlashi va ularni qabul qilishi jarayonlarini tushuntiradi. Ushbu nazariyalar tafakkurning turli jihatlarini yoritib beradi va ularning har biri inson ongidagi murakkabliklarni turli nuqtalardan yondashib tahlil qiladi.

**Kognitiv nazariya** Kognitiv psixologiya tafakkur jarayonini o'rganishda eng ko'p o'rganilgan yo'nalishlardan biridir. Ushbu yondashuvga ko'ra, inson tafakkuri axborotni qayta ishlash tizimi sifatida ko'riladi. Bu nazariyaga ko'ra, inson ma'lumotlarni qabul qiladi, ularni analiz qiladi, qabul qilingan ma'lumotlarni avvalgi bilimlar bilan solishtiradi va keyinchalik xulosa chiqaradi. Masalan, amerikalik psixolog Jean Piaget o'zining aqliy rivojlanish bosqichlari nazariyasida tafakkur jarayonining evolyutsiyasini bola yoshiga qarab qanday o'zgarishini tavsiflagan.

Piagetning nazariyasiga ko'ra, bolalar birinchi navbatda konkret tafakkur orqali dunyoni idrok etadilar, ya'ni ular aniq obyektlar va voqealar bilan bog'liq o'ylashni rivojlantiradilar. Kattaroq yoshda esa ular abstrakt tafakkurga o'tib, umumiyliklar va mavhum tushunchalar haqida fikr yuritishni o'rganadilar. Kognitiv psixologlar tafakkurni ma'lumotlarni kodlash, saqlash va eslash kabi jarayonlar orqali tushuntiradi.

**Tavsifli (Gestalt):** psixologiya Tafakkur borasidagi boshqa muhim yondashuv Gestalt psixologiyasidir. Ushbu nazariya asosan Yevropa psixologlarining ilmiy

tadqiqotlariga asoslanadi. Gestalt psixologiyasiga ko‘ra, odamlar ma‘lumotlarni qabul qilganda ularni alohida qismlar sifatida emas, balki to‘liq shaklda idrok qiladilar. Ya‘ni, tafakkur jarayonida odamlar obyektlarni, hodisalarni yoki vaziyatlarni yaxlit holda tushunishga intilishadi.

Gestalt psixologlari, masalan, problemalarni yechish jarayonida insonlarning kutilmagan va o‘zgaruvchan yechimlarni qanday qilib topishlarini tushuntirib beradi. Ular bu jarayonni “insight” deb ataydilar, ya‘ni to‘satdan keladigan tushuncha va yechim. Bu nazariya inson tafakkuri qanday qilib keng ko‘lamli va ma‘lumotlarning murakkab to‘plamlarini sodda shaklda qayta ishlashini tushuntirishga yordam beradi.

**Ilmiy-behavioristik yondashuv:** Behavioristik yondashuv tafakkur jarayonlariga nisbatan ko‘proq tashqi kuzatuvga asoslangan. Ushbu yondashuvda tafakkur inson xatti-harakatlari bilan bog‘lanadi va ularni tushuntirish uchun insonning ichki psixologik jarayonlari emas, balki ko‘rilgan xatti-harakatlar tahlil qilinadi. Behavioristlar fikriga ko‘ra, insonlarning o‘ylashi ularning o‘tmishdagi tajribalariga va mukofotlanish yoki jazolanishga asoslangan.

Misol uchun, B.F. Skinnerning operant shartlilik nazariyasiga ko‘ra, tafakkur insonning ma‘lum bir harakatlariga javoban qanday mukofot yoki jazolanish olganiga asoslanib rivojlanadi. Buning natijasida insonlar o‘z xatti-harakatlarini o‘zgartirish orqali ularni qayta o‘ylaydi va muvofiqlashtiradi.

**Metakognitiv nazariya:** Metakognitiv yondashuv tafakkur haqida tafakkur qilishni o‘rganadi. Ya‘ni, bu nazariya insonga o‘zining fikrlash jarayonini anglash va boshqarishni o‘rgatadi. Metakognitsiya degani, insonning qanday o‘ylayotganini bilish, o‘z tafakkurini kuzatish va uni maqsadga muvofiq ravishda yo‘naltirishdir. Ushbu yondashuv orqali odamlar o‘z o‘ylash jarayonlarini samarali va natijali tarzda boshqarishlari mumkin. Metakognitiv yondashuv zamonaviy ta‘lim psixologiyasida keng qo‘llaniladi, chunki bu o‘quvchilarga qanday qilib yaxshiroq o‘rganish va samarali fikrlashni o‘rgatish mumkinligini aniqlashga yordam beradi. Masalan, o‘quvchilarga o‘z bilimlarini nazorat qilish va tartibga solishni o‘rgatish o‘quv jarayonining samaradorligini oshiradi.

### Xulosa

Tafakkur borasidagi psixologik nazariyalar inson ongining turli xil jihatlarini yoritib beradi. Kognitiv nazariya tafakkur jarayonlarini axborotni qayta ishlash sifatida ko‘rib chiqadi, Gestalt psixologiyasi esa tafakkur yaxlit idrok bilan bog‘liq ekanligini ta‘kidlaydi. Behavioristik yondashuv tafakkurni xatti-harakatlar bilan bog‘liq holda o‘rganadi, metakognitiv yondashuv esa tafakkur haqida tafakkur qilishni rivojlantirishga e‘tibor qaratadi. Ushbu nazariyalar inson tafakkuri haqida chuqurroq tushuncha hosil qilishga imkon beradi va ularning har biri o‘ziga xos yondashuv bilan inson ongining murakkab jarayonlarini o‘rganishda muhim ahamiyatga ega.

### Foydalanilgan adabiyotlar

1. Pavlova, N. N. (2019). Pedagogik psixologiya: nazariy asoslari va amaliyot. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi.
2. Qodirova, S. A. (2021). Ta'lim jarayonida psixologik yondashuvlar. Tashkent: Fan va texnologiya.
3. Gafurova, M. R. (2020). Oila va maktab: hamkorlik va psixologik qo'llab-quvvatlash. Toshkent: O'zbekiston ta'lim nashrlari.
4. Isroilova, L. I. (2018). Zamonaviy ta'lim texnologiyalari va psixologiya. Tashkent: O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi.
5. Djonova, N. M. (2017). Motivatsiya va diqqatni jamlash: ta'lim jarayonidagi o'rni. Toshkent: O'zbekiston Psixologiya Assotsiatsiyasi.
6. Khamdamova, G. S. (2022). Ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni rivojlantirish. Tashkent: Innovatsion ta'lim texnologiyalari markazi.
7. Smirnova, E. V. (2020). Psixologik maslahatlar va ularning ta'lim jarayonidagi roli. Moskva: Pedagogik ilmiy nashrlar.
8. Petrova, I. Y. (2019). Ta'lim va tarbiya: psixologik jihatlar. Sankt-Peterburg: Universitet nashri.
9. Alimov, A. F. (2023). Ta'lim va tarbiya: muammolar va yechimlar. Toshkent: O'zbekiston Yozuvchilar uyushmasi.
10. Berdimuhamedov, M. R. (2021). Ta'limda innovatsiyalar va psixologiya: nazariy va amaliy yondashuvlar. Toshkent: O'zbekiston fan va ta'limi.
11. MELIKBOBOYEVICH, S. U., AKRAMOVNA, O. M., & O'G'LI, X. M. A. (2024). SHAXSNING RIVOJLANISHIGA QOBILIYATNING O'RNI. *TADQIQOTLAR. UZ*, 37(5), 12-17.
12. MELIKBOBOYEVICH, S. U., QIZI, X. B. A., & SHAMSIDDINOVNA, X. G. (2024). SHAXSIY AGRESSIYALARNI DAVOLASHDA PSIXOLOGIK XIZMATNING O'RNI. *TADQIQOTLAR. UZ*, 37(4), 27-31.
13. MELIKBOBOYEVICH, S. U., O'G, R. Z. J. T., & O'G'LI, C. A. S. (2024). SHAXSNI SPORTDA TARBIYALASH. *TADQIQOTLAR. UZ*, 37(3), 64-68.
14. QIZI, A. M. E., O'G'LI, A. J. A., & MELIKBOBOYEVICH, S. U. (2024). O 'SMIRLIK DAVRIDA PSIXIK RIVOJLANISH XUSUSIYATLARI. *TADQIQOTLAR. UZ*, 37(1), 165-169.
15. Sobirjon, T., & Melikboboyevich, S. U. (2024). KORISHNING VAZIFA VA FUNKSIYALARI. *TADQIQOTLAR. UZ*, 37(1), 55-59.
16. Melikboboyevich, S. U., Ravshan o'g'li, E. M., & Abdulalim o'g'li, A. A. (2024). JISMONIY TARBIYA O 'QITUVCHISI FAOLIYATINING PSIXOLOGIK XARAKTERISTIKASI. *Journal of new century innovations*, 50(2), 26-30.
17. Melikboboyevich, S. U. (2024). SPORTCHILARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *Journal of new century innovations*, 50(2), 22-25.

- 18.Raxmonkulovich, Q. D., & Melikboboyevich, S. U. (2024). KOMPYUTER O'YINLARINING INSON RUHIYATIGA TA'SIRI. *Journal of new century innovations*, 50(2), 31-35.
- 19.Melikboboyevich, S. U., & Istamqulovna, N. S. (2024). XX ASRNING BOSHLARIDA BOLA RIVOJLANISH NAZARIYALARI. *TADQIQOTLAR. UZ*, 33(2), 235-239.
- 20.Melikboboyevich, S. U. (2024). GO 'DAKNING NUTQNI EGALLASHI. *TADQIQOTLAR. UZ*, 33(2), 221-227.
- 21.Melikboboyevich, S. U., Ilhomovna, M. D., & O'G'LI, B. D. O. (2024). SPORT TURLARINING PSIXOLOGIK TAVSIFI. *Ta'lim innovatsiyasi va integratsiyasi*, 16(2), 114-122.

