

## TA'LIM SAMARADORLIGINI OSHIRISHDA ZAMONAVIY PSIXOLOGIYA YUTUQLARIDAN FOYDALANISH DAVR TALABI

**Ubaydulla Axrorovich Qosimov**

Buxoro viloyati pedagoglarni yangi metodikalarga o'rgatish milliy markazi(YMO'MM) «Pedagogika va psixologiya, ta'lim texnologiyalari» kafedrasining mudiri, psixologiya fanlari nomzodi, dotsent

**Annotatsiya:** Maqolada ta'lim jarayonida neyrolingvistik dasturlash imkoniyatlaridan foydalanishning ahamiyati yoritilgan va tahlil etilib tavsiyalar berilgan. Neyrolingvistik dasturlash amaliy psixologiyaning eng zamonaviy samarali ko'rinishlaridan biri sifatida, inson psixikasi zahiralaridan mukammal foydalanish imkoniyatini ochadi. Uni ta'lim jarayonlariga qo'llanilishi (ijobiy fikrlash orqali ta'limiy va tarbiyaviy maqsadlarning to'g'ri qoliplanilishi, va axborotni ko'p sensorli qabul qilishni muvofiq ravishda ta'minlanishi) uning natijaviyligini oshirishda xizmat qiladi.

**Kalit so'zlar:** Neyrolingvistik dasturlash, ijobiy fikrlash, ko'p sensorli qabul, audal, vizual, kinestetik.

**Abstract:** The article highlights the importance of using neurolinguistic programming opportunities in the educational process, analyzes and gives recommendations. Neuro-linguistic programming, as one of the most modern and effective forms of applied psychology, opens up the opportunity to make perfect use of the resources of the human psyche. Its application to educational processes (correct formation of educational and educational goals through positive thinking, and appropriate provision of multi-sensory reception of information) serves to increase its effectiveness.

**Keywords:** Neurolinguistic programming, positive thinking, multisensory perception, aural, visual, kinesthetic.

### KIRISH

Pedagogik mahorat va kompetentlik har bir o'qituvchining o'z ustida ishlashi, ijodiy mehnati evaziga yuzaga keladigan natijadir. Pedagogik mahoratni oshirishda o'z ustida ishlash va o'z-o'zini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega. Pedagogik mahoratni samarali namoyon etishda uning tarkibiy qismlaridan pedagogik bilimdonlik, kreativlik, pedagogik texnika, pedagogik muloqot kabilar madaniyati nihoyatda katta rol o'ynaydi. Chunki ular shu ta'lim natijasini samarali kafolatlashga ko'maklashadi.

Ta'limda innovativ kreativ texnologiyalarni qo'llanilishi esa pedagogik mahoratning asosiy manbasi hisoblanadi. Ta'limda qo'llana boshlangan neyrolingvistik psixotexnologiyalar va psixotexnikalar innovativ manbalardan biridir.

Neyrolingvistik dasturlash-bu shunday bilim sohasiki, u sub'ektiv tajriba tarkibi, uning tuzilmasini tadqiq etish orqali, uning tavsiflash tili va ro'yobga chiqish mexanizmlarini o'rganadi. Neyrolingvistik dasturlashning birinchi nomi "metabilimlar"-bo'lib u sub'ektiv(omadli, muvaffaqiyatli)tajribani modellashtirish asosida uni boshqalar faoliyatiga ko'chirish bilan singdirishni nazarda tutadi.

Neyrolingvistik dasturlash nomining "neyro" qismi sub'ektiv tajribani tavsiflashda miya neyrologik jarayonlarining axborotlarni qabul qilish, saqlash qayta ishlash va uzatish uchun javobgar jarayonlarini ifodalaydi. "Lingvistik" qismi tilning muhim belgisi sifatida tafakkur qilish va xulqning ro'yobga chiqish xususiyatlari mexanizmlari va kommunikatsiyani tashkil qilish jarayonlarini so'zlar orqali tavsiflashni o'z ichiga oladi. "dasturlash" qismi esa fikrlash va xulqni namoyon qilishning tizimligiga ishora qilib, ularni ma'lum tartibda namoyon bo'lishini bildiradi. Chunki "dastur" yunon tilida ma'lum bir aniq maqsad natijalariga erishishda aniq ketma-ketlik harakat qadamlari degan ma'noni bildiradi.

## ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Neyrolingvistik dasturlash amaliy psixologiyaning eng zamonaviy samarali ko'rinishlaridan biri bo'lib, inson psixikasi zahiralardan mukammalroq foydalanish imkoniyatini ochadi. Bu o'z navbatida inson psixologik faoliyatining deyarli barcha jabhalarini sozlash, o'zgartirish, dasturlash, qayta dasturlash bilan ong ostlik faoliyatini samarali ishga tushiradi. Xuddi shu bois neyrolingvistik dasturlash har qanday faoliyatni amalga oshirishda maqsadni ong ostlik talablariga muvofiq aniq, ijobiy qo'yilishiga(ijobiy fikrlashga) e'tiborni qaratadi.

Shunday qilib, neyrolingvistik dasturlash ma'lum bir faoliyatning sub'ektiv ijobiy muvoffaqiyatli, omadli tajribasiga ta'luqli tizimli jarayonlardir. Bu o'z navbatida inson mukamlligining neyrolingvistik modelini tuzish va uni boshqalarga ko'chirish orqali, uni sub'ektiv tajribasini takomillashtirish bilan, uning hayotini omadli muvaffaqiyatli qilishdan iborat, psixotexnikalar, texnologiyalardir.

Ma'lumki, axborotni qabul qilishda miya yarim sharlari faoliyati ustunligi(dominantligi)ga qarab borliqni idrok qilish ro'y beradi.

Odatda axborot qabul qilish va qayta ishlash(odatda tafakkur qilishda) 3 xil ko'rinish(modallikda)da namoyon bo'ladi(audal, vizual, kinestetik). Ya'ni axborot 3 ta sensor kanallari: audal, vizual va kinestetik orqali uzatiladi va qabul qilinadi. Bu modalliklarni shaxslararo munosabatlarda hisobga olish juda muhim hisoblanadi. Ta'lim jarayonlarida axborotni qabul qilishning ko'psensorliligi hukm suradi,

shuning uchun ta'lim natijasini kafolatlanishi axborotni muvofiq ravishda qabul qilish modalligiga adekvat uzatilishi ta'limda o'zlashtirishni ta'minlaydi.

Hozirgi kunda psixologlarning ta'kidlashicha. taxminan 70 foiz o'quvchilarda ta'limdagi qiyinchiliklari ularning axborot qabul qilish modalligiga ta'lim strategiyalari va metodlarining mos kelmasligi sabab bo'ladi. Xuddi shunday hozirgi kunda o'quvchilar orasida axborotni qabul qilishda vizual modallikdagilar ko'payib bormoqda.

Buning sababi global netda obrazli axborotlar bilan ishlashning to'lib toshganligi va kitobxonlikning ancha susayganligidir. Bu albatta, tovushli axborotlarni qabul qilishda qiyinchilik paydo qilib uni o'rnini vizual modallik orqali kompetensiyalashuviga olib keladi.

Aksariyat o'rta maktab o'qituvchilarining fikriga ko'ra, o'quvchilar xuddi ularning o'zlari kabi fikr yuritishadi va o'zlarining fikrlash strategiyalaridan deyarli xabardor emaslar. Har qanday narsada samarali bo'lish uchun bu unchalik muhim bo'lmasligi mumkin, ammo fikrlash strategiyalaridan xabardorlik va uning asosida shart-sharoit, holatlarga mos ravishda axborotlarni boshqalarga yetkazish muhim ahamiyat kasb etadi. Bularning barchasi bolalarga tabaqalashtirilgan va individual yondashuvni qo'llashni talab qiladi.

Maktabdagi ta'lim ierarxik darajasi bir-biridan farqlanar ekan, unda ta'lim oluvchilarning yoshiga individual-psixologik xususiyatlariga mos axborotni qabul qilishda har xil tipologik modallik namoyon bo'ladi. Boshlang'ich maktab o'quvchilari asosan kinestetikdir: teginish, hidlash, otish, qismlarga ajratish orqali voqeyelikni idrok etishadi, anglashadi(M. Grinder<sup>1</sup>).

## NATIJALAR

Aytish joizki yuqori sinflarda axborotni qabul qilish dominantligi(modalligi) o'zgarib kinestetik, audal, vizual qabul qiluvchilarga aylanishadi. Aytish joizki, axborot uzatilishida ko'p sensorlikka rioya qilmaslik, yoki axborotni axborot qabul qilinishi dominantligiga nomuvofiqligi axborotni o'zlashtirilishini qiyinlashtiradi. Masalan, axborot odatda 2ta kanal dominantligiga mos audal va vizual uzatilganda axborotni kinestetik dominantligi bilan qabul qiluvchilar o'zlashtirmay qoladi va "koridor" deb atalmish bo'shliq paydo qiladi va ta'limdan orqada qoladi. Bu ta'lim jarayonida bo'shliqlar paydo qilinishining asosiy sabablaridan biri hisoblanadi.

Odatda o'ttiz kishilik oddiy sinfda vizual(V), audal (A) va kinestetik (K) qobiliyatli o'quvchilar mavjud. Ammo ularning har qaysi toifasidagilar axborotni qabul qilishdagi dominantliklar bilan farqlanishadi.

Masalan: kinestetiklar amaliy mashg'ulotlarda o'zlarini samarali namoyon eta olsa, vizuallar bu sohada ulardan orqaroqda va tasavvur qilishga mo'ljallangan faoliyatlarda

ular samaraliroqdir. Audallar esa tovushli axborot muhitida o'zlarini samarali namoyon qilishadi.

Uni aniqlash uchun quyidagi jadvalda keltirilgan xulqiy idikatorlarni e'tiborga olish joizdir.

<b>AUDAL(xulqiy indikatorlar)</b>	
1.	Muomala kezida muomaladoshga qarab sal qulog'ini buradi va uning ovoz chiqadigan manbasi og'ziga qaraydi.
2.	Tovushli axborotlarni oson yengil va tez qabul qiladi va esga, xotiraga oladi.
3.	Tovushli axborot manbasini tez va aniq ilg'aydi.
4.	Har qanday tovushli shovqin uning diqqatini tortadi va chalg'itadi. Ular shovqin suronli sergap.
5.	Ularda qo'lni cho'ntakka solgan holda ishora qilish, quloqlarga va yuzning pstki qismiga teginish kuzatiladi
6.	Ular gapirayotganda ularni to'xtatish nojoiz. Chunki ular chalg'ishadi va yana boshdan boshlashga majbur bo'lishadi.
7.	Muomalada insonning tovushini aniq tiniq tahlil qila oladi va unin tembri, yuqori, pastligi, intonatsiyasi va hokazolarni yaxshi his qila oladi.
8.	Muomaladoshning tovushi orqali uning psixik holatini tez va aniq ilg'aydi, his etadi.
9.	Muomala mobaynida tovushga taalluqli fe'llarni ko'p va tez, tez ishlatadi. Shuning uchun unga shu fe'lar orqali muomalani o'rnatish axborot o'zlashtirilishini osonlashtiradi va samarali kechishini ta'minlaydi.
10.	Ular gapirishni, munozaralarda ishtirok etishni yaxshi ko'rishadi.
11.	Ular tovushlarni aynan immitatsiya qilishni, o'xshatishni yaxshi uddalashadi.
12.	Ular eshitib oson o'rganishadi, musiqani juda yaxshi ko'rishadi.
13.	Ularda tovushlarni artikulyasiya qilish tiniq kechadi, yangi so'zlarni aniq talaffo'z eta olishadi, chet tillarni oson o'zlashtirishadi.
14.	Ular tovush dominantlik qiladigan kasblarga qiziqishadi va oson egallashadi(diktor, musiqachi, kompozitor, va xk)

<b>VIZUAL(xulqiy indikatorlar)</b>	
1.	Muomala kezida muomaladoshga qarab tik qarab va uning ko'ziga qaraydi.
2.	Vizual axborotlarni oson yengil va tez qabul qiladi va esga, xotiraga oladi.
3.	Har qanday axborotni obraziga asosiy diqqatini qaratadi va uni o'zlashtirish va namoyon qilishda obraz dominantlik qiladi.
4.	Axborot obrazini tez va aniq tasavvur qiladi.

5.	Har qanday vizual ko‘rinish uning diqqatini tortadi va chalg‘itadi.
6.	Ular tinch, tartibli ozodalik, tozalik , chiroylilikni yaxshi ko‘radi va nisbatan kamgap.
7.	Muomalada axborotning obrazini aniq tiniq tahlil qila oladi va uning ko‘rsatkichlarini katta-kichikligi, hajmi, rangi, aniq-tiniqligi, yorqinligi va hokazolarni yaxshi tasavvur qila oladi.
8.	Muomala mobaynida ko‘rishga taalluqli fe‘llarni ko‘p va tez tez ishlatadi. Shuning uchun unga shu fe‘lar orqali muomalani o‘rnatish axborot o‘zlashtirilishini osonlashtiradi va samarali kechishini ta‘minlaydi.
9.	Ular jonli obrazli fantaziyaga ega. Ular yaxshi hikoya aytuvchi va o‘qishga kuchli
10.	Ular tovush orqali beriladigan so‘zli ko‘rsatmalarni qiyin o‘zlashtirishadi, qabul qilishadi va yangi so‘zlarni qiyin o‘rganishadi.
11.	Ular uchun ko‘ruv kontakti ahamiyatli bo‘lib muomala mobaynida axborotni obrazli ko‘rsatishga intilishadi.
12.	Ular did bilan chiroyli kiyinishni yoqtirishadi, chiroyli raftor qilish imo ishora qilishga usta bo‘lishadi.
13.	Ular talabchan aybdor qilishga tanqid etishga, moyil va obrazi so‘zlarga juda ham ta‘sirchan.
14.	Ular vizual axborot ustun bo‘ladigan kasblarga qiziqishadi va oson egallashadi.(rassom, haykaltarosh, arxitektor, dizayner va x.k.)

	<b>KINESTETIK(xulqiy indikatorlar)</b>
1.	Muomala kezida muomaladoshning harakat a‘zolari qo‘li, oyoqlariga diqqat nazarini qaratadi va uning ko‘ziga boqmaydi. Harakatli axborotlarni va ishtirok etish orqali axborotlarni oson yengil va tez qabul qiladi va esga, xotiraga oladi.
2.	Har qanday axborotni harakatiga asosiy diqqatini qaratadi va uni o‘zlashtirish va namoyon qilishda harakat va tuyuish taktil sezgilari dominantlik qiladi.
3.	Axborot qabul qilishda va oson o‘zlashtirishda o‘zi ishtirok etishini afzal ko‘radi.
4.	Har qanday harakat uning diqqatini tortadi va chalg‘itadi.
5.	Ular shovqin suronli serharakat sabrsiz.;40 sekundan ortiq tinch turisholmaydi.

6.	Muomalada axborotning harakatini aniq tiniq tahlil qila oladi va uning katta-kichikligi, hajmi, fazoviy o‘rni, tezligi, dinamikasini va hokazolarni yaxshi his qila oladi.
7.	Muomala mobaynida harakatga va tuyish taktik xususiyatlarga taalluqli fe’llarni ko‘p va tez tez ishlatadi. Shuning uchun unga shu fe’lar orqali muomalani o‘rnatish axborot o‘zlashtirilishini osonlashtiradi va samarali kechishini ta’minlaydi.
8.	Ularda tuyush taktik sezgilari juda yaxshi
9.	Ularning xulqida jismoniy yo‘nalganlik kuzatiladi Suhbat chog‘ida ular suhbatdoshga yaqin turishadi va ularga teginishga intilishadi.
10.	Ular harakatda sayr qilib o‘rganishadi, o‘zlari ishtirok etgan yoki amalda qilgan faoliyati to‘g‘risida axborotlarni oson esda saqlashadi
11.	Ularda nerv jarayonlarini sekinligi kuzatiladi. Odatda ularning yuzlarida ma’nosizlik hukm sursada, bo‘yindan pastda serharakatlik kuzatiladi.
12.	Ular o‘qishda detalizatsiya qilishda sust bo‘lsada axborotning umumiy mazmunini oson ilg‘ashadi.
13.	Ular suhbat chog‘ida mantiqan qisqa va lo‘nda qilib so‘zlashadi va faol harakatlar sodir etishadi..
14.	Ular serharakatlilik namoyon qilinadigan kasblarga qiziqishadi va ularni oson egallashadi.(sport turlari sportchilari, oshpazlar, degustatorlar, tikuvchilar vma x.k.)

## MUHOKAMA

Shuning uchun ta’lim natijaviyligini keskin oshirishda o‘qituvchi oldida o‘quvchilarni qanday axborot qabul qilishda qaysi kanal(audal, vizual, kinestetik, diskret) dominantligini namoyon qilishni aniqlash vazifasi turadi. Chunki, axborotning ko‘p sensorli qabul qilinishida uni samarali uzatilishini ta’minlash zamonaviy ta’limda yuqori o‘zlashtirishni kafolatlaydi..

O‘quvchilarning axborotni qabul qilishda unda qaysi kanalning(audal, vizual, kinestetik, diskret) dominantligini aniqlash va adekvat ravishda axborot uzatilishi uning o‘zlashtirishini oson va yengil ta’minlaydi va dars mashg‘ulotidan ko‘zlangan maqsadlarga yetishish imkoniyatini oshiradi. Buning uchun ularni hisobga olgan holda o‘quv qo‘llanmalar, dars ishlanmalari, o‘quv uslubiy majmualarning tayyorlanishini talab etiladi.

## XULOSA

Shunday qilib, dars mashg‘ulotlarida ijobiy fikrlash talablariga rioya qilish va maqsadni ong ostlik talablariga muvofiq aniq, ijobiy qo‘yilishi, o‘quvchilarning

axborotni qabul qilish kanalining dominantligiga adekvat ravishda axborot uzatilishi ongostlik zaxiralarini to'laroq ishga tushiradi Bu o'z navbatida inson psixologik faoliyatining deyarli barcha jabhalarini samarali ishga tushiradi. Bu xususyatlarni hisobga olgan holda darsliklar, o'quv uslubiy majmualarning tayyorlanishi o'zlashtirishning yuqori natijaviyligini ta'minlaydi. Uni ta'limiy va tarbiyaviy jarayonlarga qo'llash foydadan xoli emas.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Гриндер М. Исправление школьного конвейера. Нейролингвистическое программирование в педагогике. Перевод Р.Сапожникова. - Нью-Йорк, 1991  
Еремеева Н. Запоминаем английские слова легко // English for you. Электронный источник- Наталья Еремеева, englishmax.ru
2. Павлова М.А. Интенсивный курс повышения грамотности с помощью НЛП.- Год выпуска 2000, Издательство Издательство Института психотерапии, г.Москва