O‘ZBEKISTON MILLIY UNIVERSITETI JIZZAX FILIALI

ISSN 2181-3884

ZAMONAVIY ILMIY-TEXNIK TADQIQOTLAR

xalqaro jurnali

Vol. 2 No. 4

2026

International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research

Volume 2 Issue 4
2026

Zamonaviy ilmiy-texnik tadqiqotlar xalqaro jurnali

4-son
2026

Международный журнал современных научно-технических исследований

Том 2 Выпуск 4
2026

MIRZO ULUG‘BEK NOMIDAGI O‘ZBEKISTON MILLIY UNIVERSITETINING JIZZAX FILIALI

Xalqaro ilmiy-elektron jurnali

Tahrir kengashi raisi:

P.f.d., prof., O.X. Turakulov

Bosh muharrir:

A.A. Abdumalikov

Tahrir kengashi mas’ul kotibi:

D.M. Jomurodov

Tahririyat hay’ati:

1. B.f.d., prof., S. Murodova (O’zMU Jizzax filiali, UZB)
2. P.f.n., prof., S. Usmanov (O’zMU Jizzax filiali, UZB)
3. T.f.n., dos., S. Tavboev (O’zMU Jizzax filiali, UZB)
4. F.f.d., prof., N. Djusupov (O’zDJTU, UZB)
5. T.f.d., dos., S. Ruzimov (TTPU, UZB)
6. P.f.d., prof., G. Lekerova (SKU, KZH)
7. DSc., Ali Coşkan (ASUI, TR)
8. T.f.d., prof., D. Irgasheva (TATU, UZB)
9. T.f.d., prof., I. Siddikov (NRU TIIAME, UZB)
10. T.f.n., dos., S. Eshkabilov (NDU, US)

Zamonaviy ilmiy-texnik tadqiqotlar xalqaro elektron jurnali (International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research) O’zMU Jizzax filiali Kengashining qaroriga asosan tashkil etilib, 2022-yil 9-sentabrda O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №038200 raqami bilan ro‘yxatidan o‘tkazilgan, shuningdek davlatlararo standartlar talabi asosida O‘zbekiston Milliy kutubxonasidan jurnal uchun 2181-3884 ISSN raqami olingan.

© “O‘zMU Jizzax filiali” – 2023

Tahririyat manzili:

130100, Jizzax viloyati, Jizzax shahri,
Sh.Rashidov Shox ko‘chasi, 259-uy.

BO‘LAJAK O‘QITUVCHILARDA SANOGEN REFLEKSIVLIKNI RIVOJLANTIRISHNING INTEGRATIV DIDAKTIK-KOUCHING MODELI: NEYROPEDAGOGIK DETERMINATSIYA VA S-SIMON DINAMIKA

Gulyamov Djahangir Raxmatullayevich

O‘zbekiston Respublikasi Fanlar akademiyasi Navoiy bo‘limi, dotsent (PhD).
e-mail: gulamovdzahangir7@gmail.com **ORCID**: https://orcid.org/0009-0001-7717-4186

Annotatsiya.

Maqolada bo‘lajak o‘qituvchilarda sanogen refleksivlikni rivojlantirishning nazariy-metodologik asoslari va neyropedagogik determinatsiyasi tadqiq etilgan. Kognitiv-metakognitiv yondashuvlar hamda sanogen tafakkur konsepsiyasi sintezi asosida sanogen refleksivlikning (SR) shakllanishi ichki psixologik matritsa (M), neyropedagogik profil (N) va tashqi didaktik sharoitlar (D) o‘rtasidagi SR = f(M, N, D) konseptual-funksional bog‘liqligi sifatida asoslangan. Tadqiqotda sanogen refleksiyaning S-simon (sigmoidal) trayektoriya bo‘yicha kechuvchi uch fazali chiziqli bo‘lmagan dinamikasi ochib berilgan. Kasbiy kuyish va patogen ruminatsiya zanjirini dekonstruksiya qilish hamda talabalarda metakognitiv avtonomlikni shakllantirish vositasi sifatida integrativ didaktik-kouching modeli, uning to‘rt bosqichli amalga oshirish mexanizmi hamda zarur neyropedagogik shart-sharoitlar ishlab chiqilgan.

Kalit so‘zlar: sanogen refleksivlik, neyropedagogik determinatsiya, patogen ruminatsiya, integrativ didaktik-kouching modeli, metakognitiv avtonomlik, laterallik profili, S-simon dinamika.

ИНТЕГРАТИВНАЯ ДИДАКТИКО-КОУЧИНГОВАЯ МОДЕЛЬ РАЗВИТИЯ САНОГЕННОЙ РЕФЛЕКСИВНОСТИ У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ: НЕЙРОПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕТЕРМИНАЦИЯ И S-ОБРАЗНАЯ ДИНАМИКА

Гулямов Джахангир Рахматуллаевич

Навоийское отделение Академии наук Республики Узбекистан, доцент (PhD).

Аннотация.

В статье исследованы теоретико-методологические основы и нейропедагогическая детерминация развития саногенной рефлексивности у будущих учителей. На основе синтеза когнитивно-метакогнитивных подходов и концепции саногенного мышления формирование саногенной рефлексивности (SR) обосновано как концептуально-функциональная зависимость SR = f(M, N, D) между внутренней психологической матрицей (M), нейропедагогическим профилем (N) и внешними дидактическими условиями (D). В исследовании раскрыта трёхфазная нелинейная динамика саногенной рефлексии, протекающая по S-образной (сигмоидальной) траектории. Разработаны интегративная дидактико-коучинговая модель, четырёхэтапный механизм её реализации и необходимые нейропедагогические условия, направленные на деконструкцию цепочки профессионального выгорания и патогенной руминации, а также формирование метакогнитивной автономности у студентов.

Ключевые слова: саногенная рефлексивность, нейропедагогическая детерминация, патогенная руминация, интегративная дидактико-коучинговая модель, метакогнитивная автономность, профиль латеральности, S-образная динамика.

AN INTEGRATIVE DIDACTIC-COACHING MODEL FOR DEVELOPING SANOGENIC REFLEXIVITY IN FUTURE TEACHERS: NEUROPEDAGOGICAL DETERMINATION AND S-SHAPED DYNAMICS

Gulyamov Djahangir Raxmatullayevich

Navoi Branch of the Academy of Sciences of the Republic of Uzbekistan, Associate

Professor (PhD).

Abstract.

The article investigates the theoretical and methodological foundations and neuropedagogical determination of the development of sanogenic reflexivity in future teachers. Based on a synthesis of cognitive-metacognitive approaches and the concept of sanogenic thinking, the formation of sanogenic reflexivity (SR) is substantiated as a conceptual-functional relationship, SR = f(M, N, D), between the internal psychological matrix (M), neuropedagogical profile (N), and external didactic conditions (D). The study reveals the three-phase nonlinear dynamics of sanogenic reflection following an S-shaped (sigmoidal) trajectory. An integrative didactic-coaching model, its four-stage implementation mechanism, and the necessary neuropedagogical conditions have been developed as means of deconstructing the cycle of professional burnout and pathogenic rumination and fostering metacognitive autonomy among students.

Keywords: sanogenic reflexivity, neuropedagogical determination, pathogenic rumination, integrative didactic-coaching model, metacognitive autonomy, laterality profile, S-shaped dynamics.

Kirish. Zamonaviy ta'lim tizimi bo'lajak o'qituvchilardan nafaqat chuqur kasbiy bilim, balki yuqori darajadagi psixologik barqarorlik va emotsional o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini ham talab etmoqda. Xalqaro tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, pedagogik faoliyatning dastlabki yillaridayoq o'qituvchilarda kasbiy toliqish, surunkali xavotir va emotsional kuyish (burnout) holatlari tez-tez kuzatilmoqda (Dreer, 2023; Zhou et al., 2024). O'qituvchilik — doimiy emotsional va aqliy resurslar sarfini talab qiladigan kasb bo'lib, pedagog o'z ichki his-tuyg'ularini muntazam ravishda baholab va tartibga solib turishiga to'g'ri keladi (Chang et al., 2022). Agar universitetda tahsil olish davrida bo'lajak o'qituvchilarda stressga qarshi psixologik himoya mexanizmlari shakllantirilmasa, bu kelajakda jiddiy kasbiy inqirozlarga olib keladi (Braun et al., 2020; Hascher et al., 2021).

Ilmiy manbalarda o'qituvchi faoliyatidagi psixologik xotirjamlik, his-tuyg'ularni boshqarish va refleksiv amaliyot masalalari ko'pincha bir-biridan ajratilgan holda o'rganilmoqda (Vallés & Clarà, 2023; Zhang & Luo, 2023). Masalan, tadqiqotlarda psixologik farovonlik faqat tashkiliy muhitning mahsuli (Dreer, 2023), his-tuyg'ularni boshqarish shunchaki himoya mexanizmi (Chang et al., 2022; Shen, 2022), refleksiv amaliyot esa faqat kasbiy mahoratni oshirish vositasi sifatida talqin qilinadi (Hall & Simeral, 2015; Velasquez et al., 2023).

Bunday tarqoq yondashuv bo'lajak pedagoglarning ichki ruhiy-emotsional tiklanish jarayonlarini (sanogen jarayonlarni) ta'limdagi tashqi o'qitish jarayonlari bilan uyg'unlashtiruvchi yaxlit didaktik texnologiyalarni yaratishga imkon bermaydi (Lu et al., 2024). Ushbu yo'nalishlarni yagona va mustahkam tizimga birlashtiruvchi markaziy bo'g'in sifatida sanogen refleksivlik fenomeni namoyon bo'ladi.

Bundan tashqari, oliy pedagogik ta'limda ta'lim texnologiyalarini loyihalashda talabalarning individual laterallik profili va bosh miya yarimsharlarining funksional asimmetriyasi deyarli inobatga olinmaydi. Vaholanki, sanogen refleksiyaning shakllanishi va salbiy xayollar zanjiridan xalos bo'lish jarayoni bevosita insonning neyropedagogik profiliga bog'liqdir (Gulyamov et al., 2020a).

Milliy psixologik-pedagogik tadqiqotlarda (Davletshin, 1999; G'oziyev, 2010; Nishonova, 2003; Muxamedova, 2015) pedagog shaxsining umumiy psixologik xususiyatlari atroflicha o'rganilgan bo'lsa-da, G'arb manbalaridagi (Schön, 1992) «refleksiv amaliyotchi» konsepsiyasining neyropedagogika va emotsional boshqaruv bilan integratsiyasi e'tibordan chetda qolgan.

Ushbu ilmiy bo'shliqni to'ldirish maqsadida mazkur tadqiqotda bo'lajak o'qituvchilarda sanogen refleksivlikni rivojlantiruvchi 4 bosqichli didaktik-kouching texnologiyasi, uni faollashtiruvchi ta'lim muhiti sharoitlari va neyropedagogik omillar nazariy jihatdan asoslab berildi.

II. TADQIQOTNING NAZARIY ASOSLARI VA METODOLOGIYASI

2.1. REFLEKSIV AMALIYOT EVOLYUTSIYASI VA SANOGEN YONDASHUV

Pedagogikada mezoniy refleksiya tushunchasi J. Dyuining kognitiv fikrlash (Dewey, 1997) hamda D. Shyonning «amaliyot ustidagi refleksiya» va «amaliyot jarayonidagi refleksiya» nazariyalariga tayanadi (Schön, 1992). Refleksiv amaliyot — bu shunchaki o'tgan tajribani eslash va sarhisob qilish emas, balki maqsadli kouching va faol o'rganish orqali o'qituvchining kasbiy salohiyatini muntazam oshirib boruvchi metakognitiv jarayondir (Costa & Garmston, 2002; Hall & Simeral, 2015; Foong et al., 2018; Vallés & Clarà, 2023).

Biroq refleksiya noto'g'ri (patogen) yo'nalish olsa, u talabada xavotir va kasbiy o'zlikni anglash inqirozini yanada chuqurlashtiradi (Shen, 2022). Biz taklif etayotgan yondashuvda sanogen va patogen refleksiya tushunchalari (Grebenyuk & Grebenyuk, 2024; Orlov, 2006; Pavlyuchenkova, 2008) xalqaro miqyosda tan olingan kognitiv qayta baholash (Gross, 2002; Yeager & Dweck, 2012) hamda salyutogenez (sog'lomlashtirish) nazariyalarining muqobili sifatida qaraladi.

Sanogen tafakkur insonning ruhiy sog'lomligi va ichki muvozanatini ta'minlaydi. Stress sharoitida patogen refleksiya insonni salbiy xayollar zanjiriga va o'z-o'zini ayblashga olib kelsa, sanogen refleksiya ichki nizolarni

kamaytiradi, salbiy emotsional avtomatizmlarni parchalaydi va ruhiy tiklanishga xizmat qiladi.

2.2. NEYROPEDAGOGIK DETERMINATSIYA VA KOGNITIV INTERFERENSIYA

Neyrologiya sohasidagi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bosh miya yarimsharlarining funksional asimmetriyasi va individual laterallik profili insonning stressga chidamliligida va fikrlashni ijobiy tomonga yo'naltirishida muhim o'rin tutadi (Ocklenburg & Güntürkün, 2018; Nolen-Hoeksema et al., 2008; Scarpina & Tagini, 2017). Individual laterallik profili talabaning tashqi ta'lim ta'sirlarini qay darajada va qanday qabul qilishini belgilaydi (Serrien et al., 2006; Immordino-Yang, 2021; Newton & Saloviita, 2023).

Mantiqiy-chiziqli fikrlaydigan (chap yarimshari faolroq) talabalarda destruktiv xayollar zanjirini uzish uchun mantiqiy-tahliliy qayta baholash usullari benihoya samaralidir (Gross, 2002; Sperry, 1968; Ocklenburg & Güntürkün, 2018). Obrazli va integrativ axborotni afzal ko'radigan (o'ng yarimshari faolroq) talabalarning emotsional holatini barqarorlashtirishda esa sotsiodrama va art-pedagogika vositalari yuqori natija beradi (Newton & Saloviita, 2023).

Ushbu yondashuvda miya asimmetriyasi o'zgarmas qoida emas, balki axborotni qayta ishlash va stressga moslashishga yordam beruvchi moslashuvchan biopsixik omil sifatida qaraladi. Miyaning moslashuvchanligi (neyroplastiklik) tamoyillariga muvofiq (Doidge, 2007; Merzenich, 2013), maqsadli pedagogik ta'sir orqali salbiy fikrlash odatlari parchalanib, yangi va ijobiy fikrlash sxemalari shakllanadi (Gulyamov et al., 2020a; Gulyamov et al., 2020b).

Ta'lim jarayonida talabalar doim kognitiv interferensiyaga (fikrlar to'qnashuviga) duch keladilar. J. R. Stroop (Stroop, 1935) va E. P. Torrance (Torrance, 1966) konsepsiyalariga asoslanib, sanogen refleksivlikni rivojlantirish odatga aylangan salbiy reaksiyalarni to'xtatish hamda vaziyatga ijodiy va ijobiy yondashish imkonini beradi.

Ushbu neyropedagogik va kognitiv qonuniyatlar hamda V. Shulte (diqqatni jamlash), L. Jovaysha, V. I. Andreyev (kasbiy-ijodiy rivojlanish), S. Ocklenburg va O. Güntürkün yondashuvlari integratsiyasi asosida sanogen refleksivlikni baholash mezonlari shakllantirildi (1-jadval).

1-jadval.

Sanogen refleksivlikni baholash: konseptual mezon va indikatorlar matritsasi

Mezonlar	Indikatorlar	Baholash darajalari va mazmuni
Chalg'ituvchi omillarni kognitiv nazorat qilish *(Stroop, Schulte yondashuvi)*	Patogen ruminatsiya zanjirini uzish, stress holatida axborotni to'g'ri va tezkor qayta ishlash.	• **Past daraja:** Stress va tashqi ta'sirlarga avtomatik hamda hissiy javob berish (reaksiya) bilan cheklanadi. • **Yuqori daraja:** Vaziyatni sanogen tafakkur va refleksiv nazorat orqali ongli boshqarish qobiliyati yuqori.
Neyropedagogik adaptatsiya *(Ocklenburg & Güntürkün yondashuvi)*	Didaktik yuklamani individual lateralik profiliga muvofiq kognitiv shakllantirish.	• **Past daraja:** Topshiriqlar talabaning neyropedagogik xususiyatlari va lateralik profili inobatga olinmay, bir qolipda beriladi. • **Yuqori daraja:** Ta'lim muhitida mantiqiy (konvergent) va ijodiy (divergent) topshiriqlarning neyropedagogik xususiyatlar bilan optimal mutanosibligi ta'minlangan.
Emotsional-psixologik barqarorlik *(Orlov, Pavlyuchenkova yondashuvi)*	Emotsional kuyishga bardoshlilik, kasbiy «Men» obrazining inqirozsiz barqarorligi.	• **Past daraja:** O'z-o'ziga ishonchsizlik, destruktiv xavotir, vahima va kasbiy deformatsiya alomatlari kuzatiladi. • **Yuqori daraja:** Hissiyotlarni yuqori darajada boshqarish va kasbiy emotsional kompetentlik namoyon bo'ladi.
Didaktik-kouching transformatsiyasi *(Andreyev, Jovaysha, Costa yondashuvi)*	Kognitiv va peer-coaching dasturlaridagi integratsiya darajasi, refleksiv amaliyot faolligi.	• **Past daraja (Passiv):** An'anaviy ta'lim muhitida tayyor bilimlarni o'zlashtirish va reproduktiv faoliyat bilan cheklanish. • **Yuqori daraja (Faol):** Ko'p o'lchamli va tizimli kouching intervensiyasi orqali kasbiy pozitsiyaning transformatsiyasiga erishish.

III. SANOGEN REFLEKSIVLIKNI RIVOJLANTIRISHNING DIDAKTIK-KOUCHING TEXNOLOGIYASI VA MUHIT SHART-SHAROITLARI

3.1. SANOGEN REFLEKSIVLIK XUSUSIYATLARI VA DIDAKTIK MUHIT TA'SIRI

N. V. Pavlyuchenkova (2008) tomonidan ilgari surilgan sanogen tafakkur omillari neyropedagogik va didaktik kontekstga moslashtirilib, qayta ishlandi. Ushbu transformatsiya asosida sanogen refleksiyaning 7 ta asosiy xususiyati hamda ularni faollashtiruvchi ta'lim muhiti sharoitlari matritsasi shakllantirildi (2-jadval).

2-jadval.

Sanogen refleksivlik xususiyatlari va ularni faollashtiruvchi didaktik muhit sharoitlari matritsasi

№	Sanogen xususiyat	Ichki psixologik mexanizmi	Faollashtiruvchi didaktik muhit vositalari
1	**Eksteriorizatsiya** *(Tashqi muhitga chiqarish)*	Ichki salbiy kechinma va tashvishlarni so'z (verbal) yoki obrazlar orqali tashqariga chiqarish.	Refleksiv insholar va kundaliklar yuritish tizimi (Dreer, 2023).
2	**Interiorizatsiya** *(Ichki e'tiqodga aylantirish)*	Tashqi ijobiy pedagogik tamoyil va ko'rsatmalarni shaxsiy ichki e'tiqodga aylantirish.	Tayyorgarlik va kuzatuv bosqichida o'z faoliyatini so'z bilan ifodalash va tizimli muhokama qilish.
3	**Pozitivlik va ijodkorlik**	Qiyin va noqulay pedagogik vaziyatlarga ijobiy o'quv topshirig'i sifatida qarab, ularni qayta baholash.	Muammoli o'qitish va kasbiy keys-stadi (*case-study*) texnologiyalari.
4	**Mustaqillik**	Shaxsiy fikrlash odatlari va xatolariga chetdan (metakognitiv kuzatuvchi sifatida) xolis baho berish.	To'g'ridan-to'g'ri nazoratni ichki motivatsiyaga va o'z-o'zini boshqarishga aylantiruvchi ta'lim muhiti.
5	**Kongruentlik** *(Muvofiqlik)*	Fikr, so'z va kasbiy harakatlarning bir-biriga puxta mos kelishi va ichki qarama-qarshilikning yo'qligi.	Stressli pedagogik vaziyatlarni sinovdan o'tkazuvchi rolli o'yinlar va simulyatorlar.
6	**Moslashuvchanlik**	Tezda o'zgaradigan ta'lim muhitiga oson moslashish va bunda o'z ichki xotirjamligini saqlay olish.	Seminar va amaliy mashg'ulotlarda ruhiy relaksatsiya hamda autotrening usullaridan foydalanish.
7	**Aqliy-emotsional muvozanat**	His-tuyg'u va aql muvozanatiga erishish, shoshma-shosharlik bilan noto'g'ri qaror qabul qilishning oldini olish.	Sotsiodrama usullari va kasbiy nizolarni tinch hal etish bo'yicha amaliy treninglar.

3.2. SANOGEN REFLEKSIVLIKNI RIVOJLANTIRISH MODELINING 4 BOSQICHLI MEXANIZMI

Yuqorida keltirilgan 2-jadvaldagi 7 ta sanogen xususiyatni talabalarda bosqichma-bosqich shakllantirish maqsadida modelning 4 bosqichli amalga oshirish mexanizmi ishlab chiqildi (1-rasm):

1. Diagnostik-propedevtik bosqich: Talabalarning miya asimmetriyasini (individual laterallik profilini), dastlabki xavotirlik va salbiy avtomatik reaksiyalar darajasini tashxislash.

2. Anglanganlik va dekonstruksiya bosqichi: Kognitiv kouching yordamida surunkali salbiy fikrlarni aniqlash, destruktiv xayollarni «real faktlar» va «subyektiv taxminlar»ga ajratib anglash.

3. Harakat va sanogen transformatsiya bosqichi: Talabaning fikrlash uslubiga mos holda (mantiqiy yoki obrazli) vaziyatni ijobiy qayta baholash usullari, keys-stadi va rolli o'yinlar orqali muammoga ijodiy va konstruktiv yechim topish.

4. Refleksiv-baholash va metakognitiv avtonomlik bosqichi: Tengdoshlar kouchingi (Peer coaching) va refleksiv kundaliklar orqali to'plangan ijobiy tajribani mustahkamlash va kasbiy «Men» obrazini barqarorlashtirish.

1-rasm. Sanogen refleksivlikni rivojlantirish mexanizmi

3.3. VAZIYATLI SSENARIYLAR TAHLILI

Ushbu 4 bosqichli texnologiyaning ishlash mexanizmi talabalarning ikki xil neyropedagogik profili misolida yaqqol ko‘rinadi (Gribanova & Kozlova, 2023; Ocklenburg & Güntürkün, 2018; Serrien et al., 2006; Tokuhama-Espinosa, 2021):

1-ssenariy: Mantiqiy-tahliliy fikrlaydigan va verbal (so‘zga boy) talaba profili.

- Tavsif: Axborotni mantiqiy va ketma-ket qayta ishlaydi, so‘z bilan ifodalashga moyil (Rayner & Riding, 1997; Tokuhama-Espinosa, 2021).
- Muammo: Stress vaqtida o‘z-o‘zini ayblash va salbiy xayollar zanjiriga (ruminatsiyaga) beriluvchanlik.
- Ishlash mexanizmi: «Anglanganlik» bosqichida kognitiv kouching topshiriqlari orqali vaziyat «real faktlar» va «subyektiv taxminlar»ga ajratiladi. «Harakat» bosqichida xatolar mantiqiy jihatdan tahlil qilinib, aniq qadamlar asosida oqilona qaror qabul qilinadi.

2-ssenariy: Yaxlit-obrazli fikrlaydigan va vizual-makonli talaba profili.

- Tavsif: Axborotni ko‘z oldiga keltirish (vizual), metaforalar va emotsional kechinmalar orqali bir butun sifatida qabul qiladi (Gribanova & Kozlova, 2023; Schraw, 2001).
- Muammo: Stress vaqtida kuchli emotsional reaksiya ko‘rsatadi va mantiqiy fikrlash vaqtincha to‘xtab qoladi (kognitiv interferensiya).
- Ishlash mexanizmi: «Anglanganlik» bosqichida art-pedagogika va sotsiodrama vositasida ichki his-tuyg‘ular ochib beriladi. «Harakat» bosqichida «Kritik vaziyat» usuli va rolli o‘yinlar orqali emotsional taranglik pasaytirilib, ichki muvozanat tiklanadi.

IV. MUHOKAMA

4.1. SANOGEN REFLEKSIVLIK DETERMINATSIYASI: NAZARIY-METODOLOGIK MUNOZARA

Bo‘lajak o‘qituvchilarda sanogen refleksivlikni rivojlantirish xorijiy kognitiv-metakognitiv hamda MDH psixologik maktablarining faoliyatli-ong konsepsiyalari kesishmasidagi muhim nazariy masaladir.

Zamonaviy tadqiqotlar (Dreer, 2023; Ocklenburg & Güntürkün, 2018; Shen, 2022) o‘qituvchining psixologik komfortini bosh miya laterallik profili hamda didaktik muhitning integratsiyasi sifatida talqin etadi. Bunda tizim «o‘ng/chap yarimsharlik» kvalifikatsiyasiga oid soxta neyromiflarni (Newton & Saloviita, 2023) inkor etadi. Individual laterallik profili elastik biopsixik modulyator bo‘lib, miya sanogen refleksiya texnologiyasi ta’sirida yangi kognitiv trayektoriyalarni yaratishga qodir (Doidge, 2007).

Yuqoridagi neyrokognitiv kontekst va MDH psixologik maktabi vakillarining (Grebenyuk & Grebenyuk, 2024; Orlov, 2006) sanogen tafakkur nazariyasi hamda Ocklenburg & Güntürkün (2018) va Dreer (2023) yondashuvlari sintezi ichki psixologik matritsa (M), neyropedagogik profil (N) va tashqi didaktik sharoitlar (D) o‘rtasidagi chiziqli bo‘lmagan bog‘liqlikni ko‘rsatadi.

Konseptual darajada sanogen refleksivlikning (SR) shakllanish darajasi ichki psixologik matritsa (M), neyropedagogik profil (N) va tashqi didaktik sharoitlar (D)ning integrativ funksional munosabati sifatida ifodalanadi (1-formula):

$$SR = f(M, N, D) \quad (1)$$

Keltirilgan funksional model bo‘lajak o‘qituvchilarda sanogen refleksivlik shakllanishini ichki psixologik matritsa (M), neyropedagogik profil (N) va tashqi didaktik sharoitlar (D) o‘rtasidagi kompleks bog‘liqlik sifatida konseptual jihatdan asoslaydi. Mazkur funksional munosabat shuni ko‘rsatadiki, sanogen refleksivlik alohida olingan omillarning oddiy additiv yig‘indisi emas, balki ularning o‘zaro tizimli integratsiyasi va bir-birini ta’minlash mahsulidir. Omillarning bunday mutanosibligi sanogen refleksiyaning S-simon (sigmoid) trayektoriya bo‘yicha rivojlanishini (Pampel, 2020) va quyidagi uch fazali dinamikasini belgilab beradi:

1. Dastlabki moslashuv va sekin o‘sish fazasi: Dastlabki kognitiv qarshilikni yengib o‘tish, salbiy avtomatik fikrlarni aniqlash va neyropedagogik profilga moslashuv davri.

2. Jadal kognitiv-emotsional transformatsiya fazasi: Didaktik-kouching intervensiyasi ta’sirida patogen ruminatsiyaning parchalanishi va sanogen qayta baholash ko‘nikmalarining keskin yuksalishi.

3. Barqarorlashish va metakognitiv tizimning yaxlit shakllanish fazasi: Sanogen refleksivlikning shaxsiy e’tiqod va kasbiy pozitsiyaga aylanishi, bilish faoliyatini mustaqil boshqarish ko‘nikmalarining barqaror qaror topishi.

4.2. PATOGEN RUMINATSIYANI DEKONSTRUKSIYALASHNING METAKOGNITIV MUAMMOLARI

Kasbiy kuyish holatlarini bartaraf etishdagi asosiy metodologik muammo — refleksiyaning bir vaqtning o‘zida ham sanogen (himoya qiluvchi), ham patogen (xavotirni kuchaytiruvchi) xususiyatga ega ekanidadir (Dreer, 2023; Watkins & Roberts, 2020). D. Schön (1992) tomonidan ilgari surilgan «amaliyot ustidagi refleksiya» konsepsiyasi pedagogik muhitda doim ham sog‘lomlashtiruvchi funksiyani bajaravermaydi (Clarà, 2019; Braun et al., 2020). Talaba o‘z pedagogik xatolari to‘g‘risida muntazam o‘ylayverishi natijasida refleksivlik surunkali patogen ruminatsiya zanjiriga va o‘z-o‘zini ayblash tuzog‘iga aylanadi (Nolen-Hoeksema et al., 2008; Watkins & Roberts, 2020).

Ushbu metodologik tuzoqni bartaraf etish uchun loyihalangan texnologiya doirasida kognitiv va Peer Coaching (tengdoshlar kouchingi) tizimi qo‘llaniladi (Caires et al., 2023; Pozo-Rico et al., 2023). Kouching diadalarida talabaning refleksiv faoliyati ichki destruktiv ruminatsiya holatidan tashqi ramziy-verbal tizimga ko‘chadi. E. Torrance (1966) konsepsiyasiga muvofiq, muammoning ijodiy-verbal transformatsiyasi sodir bo‘lib, talabada refleksiv amaliyot samaradorligi va metakognitiv avtonomlik shakllanadi (Schraw, 2001; Wyatt, 2020; Yeager & Dweck, 2012).

V. XULOSA VA KELGUSI TADQIQOTLAR YO‘NALISHLARI

5.1. ASOSIY NAZARIY XULOSALAR

Konseptual integratsiya: Neyrodidaktik va metakognitiv tadqiqotlar MDH psixologik maktabining sanogen tafakkur konsepsiyasi bilan sintez qilinib, refleksiya muammosi tizimli neyropedagogik darajaga olib chiqildi. Bu kasbiy kuyish va patogen ruminatsiya zanjirini dekonstruksiya qilishning nazariy poydevorini yaratadi.

Neyropedagogik differensiatsiya: Sanogen refleksivlikning rivojlanishi insonning biopsixik tuzilishi — bosh miya funksional asimmetriyasi va individual laterallik profili bilan belgilanadi. Ushbu yondashuv didaktik vositalarni talabalarning kognitiv ustuvorliklariga muvofiq tabaqalashtirish zarurligini asoslab beradi.

Chiziqli bo‘lmagan dinamika va texnologik yechim: Talabalardagi ijobiy kasbiy o‘zgarishlar SR = f(M, N, D) konseptual-funksional bog‘liqligiga muvofiq S-simon (sigmoid) trayektoriyada kechadi. Mazkur chiziqli bo‘lmagan uch fazali dinamikani ta’minlash vositasi sifatida 4 bosqichli didaktik-kouching modeli va zarur neyropedagogik shart-sharoitlar ishlab chiqildi.

5.2. TADQIQOT CHEKLOVLARI VA KELGUSI TADQIQOTLAR DASTURI

Mazkur tadqiqotning asosiy cheklovi sof nazariy-metodologik loyihalash bilan cheklanganidadir. Taklif etilgan 4 bosqichli model va neyropedagogik shart-sharoitlarning amaliy samaradorligini verifikatsiya qilish uchun kelgusi tadqiqotlar dasturida quyidagi vazifalarni amalga oshirish rejalashtirilgan:

Tajriba-sinov ishlarini o‘tkazish: Pedagogika yo‘nalishi talabalarini nazorat va tajriba guruhlariga ajratgan holda, taklif etilayotgan model va neyropedagogik shart-sharoitlarning ularning sanogen refleksiyasiga ta’sirini vaqt davomida kuzatish va natijalarni taqqoslash.

Natijalarni matematik-statistik tekshirish: Tajriba davomida yig‘ilgan psixologik va neyropedagogik

ko'rsatkichlarni matematik-statistik usullar bilan qayta ishlash orqali kutilayotgan ijobiy o'zgarishlarning statistik ishonchliligini isbotlash.

Raqamli va adaptiv texnologiyalarni qo'llash: Pedagogik kouching jarayoniga virtual simulyatorlar va sun'iy intellekt (AI) imkoniyatlarini joriy etish orqali har bir talabaning individual xususiyatlariga moslashadigan adaptiv ta'lim muhitini yaratish.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Андреев В. И. Педагогика: учебный курс для творческого саморазвития. – 3-е изд. – Казань: Центр инновационных технологий, 2012.
2. Braun S. S., Schonert-Reichl K. A., Roeser R. W. Effects of Teachers' Emotion Regulation, Burnout, and Life Satisfaction on Student Well-Being // Journal of Applied Developmental Psychology. – 2020. – Vol. 69. – Art. 101151. – DOI: 10.1016/j.appdev.2020.101151.
3. Caires S., Alves R., Martins Â., Magalhães P., Valente S. Promoting Socio-Emotional Skills in Initial Teacher Training: An Emotional Educational Programme // International Journal of Emotional Education. – 2023. – Vol. 15, № 1. – P. 21–33. – DOI: 10.56398/001c.73295.
4. Chang B., Burić I., Wang H. Teachers' Emotion Regulation and Emotional Labor // Frontiers in Education. – 2022. – Vol. 7. – Art. 1062498. – DOI: 10.3389/feduc.2022.1062498.
5. Clarà M. How Emotion Shapes Teacher Reflection and Educational Practice: A Conceptual Analysis // Teaching and Teacher Education. – 2019. – Vol. 81. – P. 78–86. – DOI: 10.1016/j.tate.2019.02.003.
6. Costa A. L., Garmston R. J. Cognitive Coaching: A Foundation for Renaissance Schools. – 2nd ed. – Christopher-Gordon Publishers, 2002.
7. Давлетшин М. Г. Психология современного школьного учителя. – Ташкент: Ташкентский государственный педагогический университет, 1999.
8. Dewey J. How We Think. – Dover Publications, 1997. – Original edition: 1910.
9. Doidge N. The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science. – Viking Penguin, 2007.
10. Dreer B. On the Outcomes of Teacher Wellbeing: A Systematic Review of Research // Frontiers in Psychology. – 2023. – Vol. 14. – Art. 1205179. – DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1205179.
11. Foong L. Y. Y., Nor M. B. M., Nolan A. The Influence of Practicum Supervisors' Facilitation Styles on Student Teachers' Reflective Thinking // Reflective Practice. – 2018. – Vol. 19, № 2. – P. 225–242. – DOI: 10.1080/14623943.2018.1437401.
12. Goziev E. G. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: Nosir nashriyoti, 2010.
13. Гребенюк О. С., Гребенюк Т. Б. Педагогика индивидуальности: учебник и практикум для вузов. – 2-е изд. – М.: Юрайт, 2024.
14. Gribanova O., Kozlova E. Hemispheric Asymmetry and Cognitive Styles in Higher School Learning // International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education (IJCRSEE). – 2023. – Vol. 11, № 1. – P. 89–98. – DOI: 10.23347/2334-8496-2023-11-1-89-98.
15. Gross J. J. Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences // Psychophysiology. – 2002. – Vol. 39, № 3. – P. 281–310. – DOI: 10.1017/S0048577201393198.
16. Gulyamov J. R., Nurboyev Q. M., Khuzhakulov N. T. Teaching Children of Preschool Age in Neurodidactic Conditions // PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology. – 2020b. – Vol. 17, № 7. – P. 11498–11504.
17. Gulyamov J. R., Nurboyev Q. M., Mirzayev A. U., Kalankhodzhaeva K. B. Organization of the Educational Process Taking into Account the Functional Asymmetry of the Brain of Students as a Factor of the Development of Thinking Creativity // PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology. – 2020a. – Vol. 17, № 6. – P. 3524–3534.
18. Hall P., Simeral A. Teach, Reflect, Learn: Building Your Capacity for Success in the Classroom. – ASCD, 2015.
19. Hascher T., Beltman S., Mansfield C. Teacher Wellbeing and Resilience: Towards an Integrative Model // Educational Research. – 2021. – Vol. 63, № 4. – P. 416–439. – DOI: 10.1080/00131881.2021.1980416.
20. Immordino-Yang M. H. Emotion and Storytelling in Neuroeducation: Building Conceptual Connections in the Brain // Mind, Brain, and Education. – 2021. – Vol. 15, № 2. – P. 145–151. – DOI: 10.1111/mbe.12282.
21. Йовайша Л. Проблемы профессиональной ориентации школьников. – М.: Педагогика, 1983.
22. Lu J., Chen J., Li Z., Li X. A Systematic Review of Teacher Resilience: A Perspective of the Job Demands and Resources Model // Teaching and Teacher Education. – 2024. – Vol. 138. – Art. 104742. – DOI: 10.1016/j.tate.2023.104742.
23. Merzenich M. M. Soft-Wired: How the New Science of Brain Plasticity Can Change Your Life. – Parnassus Publishing, 2013.
24. Mukhamedova D. G. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. – Toshkent: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2015.
25. Newton P. M., Saloviita T. Sharing the Evidence on Learning Styles in Higher Education // Frontiers in Education. – 2023. – Vol. 8. – Art. 1114519. – DOI: 10.3389/feduc.2023.1114519.
26. Nishonova Z. T. Mustaqil ijodiy fikrlashni rivojlantirishning psixologik asoslari. – Toshkent: Fan, 2003.

27. Nolen-Hoeksema S., Wisco B. E., Lyubomirsky S. Rethinking Rumination // Perspectives on Psychological Science. – 2008. – Vol. 3, № 5. – P. 400–424. – DOI: 10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x.
28. Ocklenburg S., Güntürkün O. The Lateralized Brain: The Neuroscience and Evolution of Hemispheric Asymmetries. – Academic Press, 2018.
29. Орлов Ю. М. Саногенное мышление. – Слайдер, 2006.
30. Pampel F. C. Logistic Regression: A Primer. – 2nd ed. – SAGE Publications, 2020. – DOI: 10.4135/9781071878729.
31. Павлюченкова Н. В. Саногенная рефлексия как фактор развития эмоциональной компетентности: диссертация. – Москва: Московский государственный университет, 2008.
32. Pozo-Rico T., Poveda R., Gutiérrez-Fresneda R., Castejón J. L., Gilar-Corbi R. Revamping Teacher Training for Challenging Times: Teachers' Well-Being, Resilience, Emotional Intelligence, and Innovative Methodologies as Key Teaching Competencies // Psychology Research and Behavior Management. – 2023. – Vol. 16. – P. 1–18. – DOI: 10.2147/PRBM.S382324.
33. Rayner S., Riding R. Towards a Categorisation of Cognitive Styles and Learning Styles // Educational Psychology. – 1997. – Vol. 17, № 1–2. – P. 5–27. – DOI: 10.1080/0144341970170101.
34. Scarpina F., Tagini S. The Stroop Color and Word Test // Frontiers in Psychology. – 2017. – Vol. 8. – Art. 557. – DOI: 10.3389/fpsyg.2017.00557.
35. Schön D. A. The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action. – 1st ed. – Routledge, 1992. – DOI: 10.4324/9781315237473.
36. Schraw G. Promoting General Metacognitive Awareness // Instructional Science. – 2001. – Vol. 29, № 2. – P. 113–125. – DOI: 10.1023/A:1016552603583.
37. Serrien D. J., Ivry R. B., Swinnen S. P. Dynamics of Hemispheric Specialization and Integration // Nature Reviews Neuroscience. – 2006. – Vol. 7, № 2. – P. 163–174. – DOI: 10.1038/nrn1849.
38. Shen L. Anxiety, Boredom, and Burnout among EFL Teachers: The Mediating Role of Emotion Regulation // Frontiers in Psychology. – 2022. – Vol. 13. – Art. 842920. – DOI: 10.3389/fpsyg.2022.842920.
39. Sperry R. W. Hemisphere Deconnection and Unity in Conscious Awareness // American Psychologist. – 1968. – Vol. 23, № 10. – P. 723–733. – DOI: 10.1037/h0026833.
40. Stroop J. R. Studies of Interference in Serial Verbal Reactions // Journal of Experimental Psychology. – 1935. – Vol. 18, № 6. – P. 643–662. – DOI: 10.1037/h0054651.
41. Tokuhama-Espinosa T. Bringing the Science of Learning to Education: A Neuropedagogical Approach. – Teachers College Press, 2021.
42. Torrance E. P. Torrance Tests of Creative Thinking: Norms-Technical Manual. – Scholastic Testing Service, 1966.
43. Vallés A., Clarà M. Conceptualizing Teacher Resilience: A Comprehensive Framework to Articulate the Research Field // Teachers and Teaching. – 2023. – Vol. 29, № 1. – P. 105–117. – DOI: 10.1080/13540602.2022.2158861.
44. Velasquez M. F., Chano J. M., Diaz M. A. Reflective Teaching Impact upon Pre-Service English Teachers' Professional Development // rEFLections. – 2023. – Vol. 30, № 3. – P. 971–996.
45. Watkins E. R., Roberts H. Reflective Repetitive Thought and Rumination: Functional Implications for Mental Health and Cognitive Processing // Current Opinion in Psychology. – 2020. – Vol. 34. – P. 92–97. – DOI: 10.1016/j.copsyc.2019.11.008.
46. Wyatt L. Teacher Reflective Practice and the Influence on Student Achievement: Doctoral Dissertation. – Gardner-Webb University, 2020. – Publication № 28024443. – ProQuest Dissertations and Theses Global.
47. Yeager D. S., Dweck C. S. Mindsets That Promote Resilience: When Students Believe That Personal Characteristics Can Be Developed // Educational Psychologist. – 2012. – Vol. 47, № 4. – P. 302–314. – DOI: 10.1080/00461520.2012.722805.
48. Zhang S., Luo Y. Review on the Conceptual Framework of Teacher Resilience // Frontiers in Psychology. – 2023. – Vol. 14. – Art. 1179984. – DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1179984.
49. Zhou S., Slemp G. R., Vella-Brodrick D. A. Factors Associated with Teacher Wellbeing: A Meta-Analysis // Educational Psychology Review. – 2024. – Vol. 36. – Art. 63. – DOI: 10.1007/s10648-024-09882-0.
50. Nishonova Z. T. Oliy maktab psixologiyasi. – Toshkent: Toshkent davlat pedagogika universiteti, 2003.
51. Шульте В. Таблицы для изучения свойств внимания: нейропсихологическая методика. – М.: Медицина, 1962.