

**Mustaqil fikrlashni rivojlantirish bo‘yicha psixologik tavsiyalar va metodik  
yondoshuvlar**

**Tursunova Dilbar Zafarovna, Jizzax davlat pedagogika universiteti  
o‘qituvchisi**

**Anontatsiya:** Mustaqil fikrlash – bu shaxsning o‘z fikrini, qarorlarini va nuqtai nazarini mustaqil ravishda shakllantirish qobiliyatidir. Bu ko‘nikma nafaqat ta’lim jarayonida, balki hayotning barcha jabhalarida muhim ahamiyatga ega. Ushbu tezisda mustaqil fikrlashni rivojlantirish uchun psixologik tavsiyalar va metodik yondoshuvlar keltiriladi. O‘quvchilar va o‘qituvchilar uchun foydali bo‘lgan turli usullar, jumladan, kritikal fikrlash, muammolarni hal qilish, ijodiy yondoshuvlar va o‘z-o‘zini tahlil qilish usullari ko‘rib chiqiladi. Mustaqil fikrlashni rivojlantirishda muhim omillardan biri – ijtimoiy muhit va shaxsning ichki motivatsiyasidir.

**Kalit so‘zlar:** mustaqil fikrlash, psixologik tavsiyalar, metodik yondoshuvlar, kritikal fikrlash, ijodiy yondoshuv, muammolarni hal qilish, o‘z-o‘zini tahlil qilish.

**Annotation:**

Independent thinking is the ability of an individual to independently shape their thoughts, decisions, and viewpoints. This skill is crucial not only in the educational process but also in all areas of life. This thesis presents psychological recommendations and methodological approaches for developing independent thinking. Various methods beneficial for both students and teachers, such as critical thinking, problem-solving, creative approaches, and self-analysis techniques, are discussed. One of the important factors in developing independent thinking is the social environment and the individual's internal motivation.

**Keywords:**

Independent thinking, psychological recommendations, methodological approaches, critical thinking, creative approaches, problem-solving, self-analysis

**Аннотация:**

Самостоятельное мышление — это способность личности самостоятельно формировать свои мысли, решения и точку зрения. Этот навык важен не только в учебном процессе, но и во всех сферах жизни. В данной работе приведены психологические рекомендации и методологические подходы для развития

самостоятельного мышления. Рассматриваются различные методы, полезные как для учеников, так и для преподавателей, такие как критическое мышление, решение проблем, творческий подход и методы самоанализа. Одним из важных факторов в развитии самостоятельного мышления является социальная среда и внутренняя мотивация личности.

**Ключевые слова:**

Самостоятельное мышление, психологические рекомендации, методологические подходы, критическое мышление, творческий подход, решение проблем, самоанализ

**Kirish:** Mustaqil fikrlash – bu shaxsning o‘z fikrlarini mustaqil ravishda shakllantirish, tahlil qilish va qarorlar qabul qilish qobiliyatidir. Zamonaviy jamiyatda, ayniqsa, tez o‘zgarayotgan muhitda, mustaqil fikrlash ko‘nikmalari har bir inson uchun juda muhimdir. Bunday qobiliyatlar nafaqat shaxsiy hayotda, balki professional faoliyatda ham muvaffaqiyatli bo‘lish uchun zarur.

Mustaqil fikrlashni rivojlantirish psixologik tavsiyalar va metodik yondoshuvlar orqali amalga oshirilishi mumkin. Bu jarayon bir nechta asosiy komponentlardan iborat: analitik fikrlash, kreativlik, tanqidiy yondoshuv va o‘z-o‘zini baholash. Ushbu qismlarda keltiriladigan tavsiyalar va metodikalar insonlarga o‘z fikrlarini chuqurroq tahlil qilishga, yangi g‘oyalarni yaratishga va qarorlar qabul qilish jarayonida yanada ongli bo‘lishlariga yordam beradi.

Shuningdek, mustaqil fikrlash shaxsning ijtimoiy va emosional ko‘nikmalarini ham rivojlantiradi. O‘z fikrlarini ifoda etish va boshqalar bilan muloqot qilish orqali insonlar o‘z bilimlarini kengaytiradilar hamda turli nuqtai nazarlarni tushunishga yordam beradigan muhim tajribalarni orttiradilar. Ushbu maqolada mustaqil fikrlashni rivojlantirish bo‘yicha psixologik tavsiyalar va metodik yondoshuvlarga oid muhim jihatlar ko‘rib chiqiladi. Bu tavsiyalar orqali o‘quvchilar va mutaxassislar mustaqil fikrlash qobiliyatlarini yanada kuchaytirishlari mumkin bo‘ladi.

**Asosiy qism:** Mustaqil fikrlashni rivojlantirish psixologik jihatdan muhim jarayon bo‘lib, bu shaxsning o‘z fikrlarini shakllantirish, muammolarni hal qilish va qarorlar qabul qilish qobiliyatini oshiradi. Quyida mustaqil fikrlashni rivojlantirish uchun bir nechta tavsiyalar va metodik yondoshuvlar keltiriladi.

Tanqidiy fikr yuritish - bu ma'lumotlarni tahlil qilish, baholash va o‘z fikrlarini asoslash jarayonidir. Bu jarayonni rivojlantirish uchun: Savollar berish: Har bir ma'lumot yoki qaror haqida savollar berishga odatlaning. Masalan, "Bu ma'lumotning

manbai nima?", "Bu fikrga qanday dalillar bor?" Alternaturalarni ko'rib chiqish: Har doim bir nechta variantlarni baholang va eng yaxshi yechimni tanlang.

O'z fikrlaringizni va qarorlaringizni baholash orqali mustaqil fikrlash qobiliyatini oshirishingiz mumkin: O'z-o'zini tahlil qilish: O'tgan qarorlaringiz haqida o'ylang, ularning natijalarini tahlil qiling va nimalarni yaxshiroq qilishingiz mumkinligini aniqlang.. Fikr almashish: Boshqalar bilan o'z fikrlaringizni muhokama qilib, yangi nuqtai nazarlarni olish imkoniyatiga ega bo'lasiz.

Mustaqil fikrlash uchun kengaytirilgan bilim bazasi zarur: Kitob o'qish: Turli fanlardan kitoblar o'qib, dunyoqarashingizni kengaytiring. Onlayn kurslar: Turli mavzularda onlayn kurslarga yoziling va yangi ko'nikmalar oling.

Mustaqil fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish uchun muntazam mashqlar o'tkazishingiz kerak: Jurnal yuritish: O'ylaganingiz yoki his qilganingiz haqida yozing; bu sizga o'z his-tuyg'ularingiz va fikrlaringiz ustidan nazorat qilish imkonini beradi. Gruplarda muhokama qilish: Boshqalar bilan mavzular bo'yicha suhbatlashing; bu sizga turli nuqtai nazarlar bilan tanishishga yordam beradi.

Mustaqil fikrlash - bu insonning shaxsiy rivojlanishi uchun juda muhim ko'nikma. Yuqoridagi tavsiyalar yordamida siz mustaqil ravishda o'ylay oladigan shaxsga aylanishingiz mumkin. Unutmangki, har bir insonda mustaqil fikrlash qobiliyati mavjud, lekin uni rivojlantirish uchun vaqt va mehnat talab etiladi.

**Mavzuning dolzarbligi:** Mustaqil fikrlashni rivojlantirish zamonaviy ta'lim va shaxsiy rivojlanish jarayonida juda muhim ahamiyatga ega. Bu mavzuning dolzarbligi quyidagi jihatlar bilan izohlanadi:

Tez o'zgaruvchan jamiyat: Bugungi kunda texnologiya va bilimlar sohasidagi tez o'zgarishlar, yangi muammolar va qiyinchiliklar shaxslarni mustaqil fikrlashga undaydi. Bunday sharoitda, har bir inson o'z qarorlarini mustaqil ravishda qabul qilish, tanqidiy fikrlash va muammolarni hal etish qobiliyatiga ega bo'lishi zarur.

Shaxsiy rivojlanish: Mustaqil fikrlash odamning o'zini anglashiga, qobiliyatlarini aniqlashiga va o'z maqsadlarini belgilashiga yordam beradi. Bu jarayon shaxsning o'z-o'zini baholashi va hayotdagi maqsadlariga erishishi uchun zarurdir.

Ta'lim jarayonida innovatsiyalar: Ta'lim tizimlari ko'proq talabalarning mustaqil fikrlashini rag'batlantiradigan metodlarni qo'llamoqda. Bu esa nafaqat akademik muvaffaqiyatga, balki shaxsiy rivojlanishga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Ijtimoiy munosabatlar: Mustaqil fikr yuritish orqali insonlar boshqalar bilan samarali muloqot qilish, turli nuqtai nazarlarni tushunish va ijtimoiy masalalarda faol ishtirok etishga erishadilar.

Muammolarni hal etish ko‘nikmalari: Mustaqil fikrlash muammolarni tahlil qilish, alternativlarni baholash va eng maqbul yechimlarni topishga yordam beradi. Bu ko‘nikmalar hayotning turli jabhalarida foydali bo‘ladi.

Psixologik barqarorlik: Mustaqil fikr yurituvchi insonlar stressga bardoshliroq bo‘lishadi, chunki ular o‘z hayotlariga nisbatan mas‘uliyat hissini his qiladilar va qarorlarining oqibatlarini biladilar.

Ushbu jihatlar mustaqil fikrlashni rivojlantirish bo‘yicha psixologik tavsiyalar va metodik yondoshuvlarning dolzarbligini ta‘minlaydi hamda bu jarayonni yanada chuqurlashtirish zarurligini ko‘rsatadi.

**Muhokama:** Mustaqil fikrlash — bu shaxsning o‘z fikrini ishlab chiqish, tahlil qilish va qarorlar qabul qilish qobiliyatidir. Bu jarayonni rivojlantirish, shaxsiy va professional hayotda muvaffaqiyatga erishish uchun juda muhimdir. Quyida mustaqil fikrlashni rivojlantirish bo‘yicha psixologik tavsiyalar va metodik yondoshuvlar keltirilgan.

#### 1. Tanqidiy fikrlashni rag‘batlantirish

Tanqidiy fikrlash — bu ma‘lumotlarni tahlil qilish, baholash va ularni o‘zaro bog‘lash qobiliyatidir. Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish uchun:

Savollar bering: Har qanday g‘oya yoki ma‘lumotga nisbatan savollar berish orqali uning haqiqiylikini tekshiring.

Tahliliy yondoshuv: Muammo yoki masalani turli nuqtai nazarlardan ko‘rib chiqing.

Mavzularni muhokama qiling: O‘zaro munozaralarda ishtirok etish orqali boshqalar bilan fikr almashing.

#### 2. Ma‘lumotlarni izlash va o‘rganish

Mustaqil fikrlash uchun kengaytirilgan bilim bazasiga ega bo‘lish zarur: Kitob o‘qish: Turli mavzular bo‘yicha kitoblar o‘qishga harakat qiling. Onlayn resurslardan foydalaning: Maqolalar, video darslar va boshqa manbalarni izlang. Mavzularni chuqur o‘rganing: Qiziqqan sohalarda chuqur bilim olishga harakat qiling.

#### 3. O‘z-o‘zini tahlil qilish

O‘z-o‘zini tahlil qilish — bu shaxsiy tajribalarni, his-tuyg‘u va g‘oyalarni baholash jarayonidir: Jurnal tuting: Fikrlaringizni yozib boring. Bu sizga o‘z his-tuyg‘ularingizni

anglashda yordam beradi. Fikrlaringizni baholang: O‘z qarorlaringiz va ularning natijalarini tahlil qilib ko‘ring.

#### 4. Yangi tajribalarni qabul qilish

Yangi tajribalarni qabul qilish mustaqil fikrlashni kuchaytiradi: Yangi faoliyatlarga kirishing: Turli xil faoliyatlarga qatnashing (sport, san'at, madaniyat). Shaxsiy qulaylik zonasidan chiqish: O‘zingiz uchun yangi vazifalarni qo‘yib chiqing.

#### 5. Kreativlikni rivojlantirish

Kreativlik mustaqil fikrlash uchun muhim omildir: Ijodiy mashqlar bajarang: Mantiqiy jumboqlar yoki ijodiy yozuv mashqlari bilan shug‘ullanang. Boshqa insonlarning g‘oyalariidan ilhomlaning: Boshqalarning ijodkorligi sizga yangi g‘oyalar berishi mumkin. Mustaqil fikrlash — bu murakkab jarayon, lekin u to‘g‘ri yondoshuvlar yordamida rivojlanishi mumkin. Yuqoridagi tavsiyalar yordamida har bir inson o‘z mustaqil fikrlarini shakllantirib, hayotida yanada muvaffaqiyatli bo‘lishi mumkin. Eng muhimi, doimiy ravishda o‘z-o‘zini rivojlantirishga intilishdir.

**Xulosa va Takliflar:** Mustaqil fikrlashni rivojlantirish psixologik jihatdan muhim jarayon bo‘lib, u shaxsning qaror qabul qilish, muammolarni hal qilish va ijodiy fikrlash qobiliyatlarini oshirishga yordam beradi. Quyidagi tavsiyalar va metodik yondoshuvlar mustaqil fikrlashni rivojlantirishda qo‘llanilishi mumkin:

1. Savol berish: O‘z-o‘ziga savollar berish orqali fikr yuritishni rag‘batlantirish. Bu o‘z-o‘zini tahlil qilish va yangi g‘oyalarni keltirib chiqarishga yordam beradi.

2. Muammolarni hal qilish: Turli xil vaziyatlarga duch kelganda, ularni turlicha usullar bilan hal qilishga harakat qilish. Bu tajriba orqali yangi yondoshuvlarni o‘rganishga imkon yaratadi.

3. Ijodiy mashqlar: Ijodiy fikrlashni rivojlantiruvchi mashqlar (masalan, brainstorming, mind mapping) bajarish. Ushbu mashqlar g‘oyalarni kengaytirishga va yangi yechimlar topishga yordam beradi.

4. O‘z fikrini himoya qilish: O‘z nuqtai nazarini asoslash uchun dalillar keltirish va munozara olib borishni o‘rganish. Bu mantiqiy fikrlashni rivojlantiradi.

5. O‘qish va tadqiqot: Turli xil mavzular bo‘yicha kitoblar o‘qish, maqolalar o‘rganish orqali bilim doirasini kengaytirish va yangi g‘oyalarni kiritish.

6. Tajribalar o‘tkazish: Nazariy bilimlarni amalda qo‘llab ko‘rish orqali tajribalar o‘tkazib ko‘rish, bu esa mustaqil fikrlash uchun zarur bo‘lgan tajribani oshiradi.

7. Muloqot qilish: Boshqalar bilan ochiq muloqot qilib, turli nuqtai nazarlarni tinglash va ulardan o‘rganishga intilish.

8. Refleksiya: O‘tgan tajribalarni tahlil qilib, ulardan qanday saboq olish mumkinligini aniqlash; bu jarayon mustaqil fikr yuritishni chuqurlashtiradi.

Bu metodik yondoshuvlar orqali mustaqil fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirilishi mumkin bo‘lib, shaxsning umumiy intellektual salohiyatini oshirishga xizmat qiladi. Mustaqil fikrlovchi shaxs har qanday vaziyatda samarali qarorlar qabul qila oladi va innovatsion yechimlar ishlab chiqishda muvaffaqiyatga erisha oladi.

**Foydalanilgan Adabiyotlar:**

1. "Fikrlash va mantiqiy fikr" - Shodiev, M. (2020),
2. "Psixologiya: nazariya va amaliyot" - Qodirov, A. (2019), .
3. "O‘quv jarayonida mustaqil fikrlashni rivojlantirish" - Isroilova, N. (2021),
4. "Yoshlar uchun psixologik maslahatlar" - Karimov, S. (2018),
5. "Kreativ fikrlash va innovatsiyalar" - Asqarov, T. (2022)

**Research Science and  
Innovation House**