

## PROBLEMS OF DEVELOPMENT OF SANOGENIC THINKING IN FUTURE TEACHERS

Ismailov M.K. (Republic of Uzbekistan)

Email: Ismailov517@scientifictext.ru

*Ismailov Murodulla Kahramonovich – Research Officer,  
DEPARTMENT OF PEDAGOGY,  
TERMEZ STATE UNIVERSITY,  
TERMEZ, REPUBLIC OF UZBEKISTAN*

**Abstract:** *this article discusses the problems of the formation of sanogenic thinking, analysis the scientific approaches to this issue. The main functions of healthy thinking, features of the development of skills of this type of thinking in adolescents and youths are highlighted. Sanogenic thinking refers to unconventional methods and methods, and the problem of its formation is still relevant today. The article contains information on scientific research on the formation and development of sanogenic thinking. The author identifies the components of sanogenic thinking: motivational, reflective, emotional and operational.*

**Keywords:** *sanogenic thinking, adolescence, future teacher, healthy thinking, components of sanogenic thinking, motivational, reflective, emotional, operational.*

## ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ САНОГЕННОГО МЫШЛЕНИЯ У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ

Исмаилов М.К. (Республика Узбекистан)

*Исмаилов Муродулла Кахрамонович - научный сотрудник,  
кафедра педагогики,  
Термезский государственный университет,  
г. Термез, Республика Узбекистан*

**Аннотация:** *в данной статье рассматриваются проблемы формирования саногенного мышления, анализируются научные подходы к данному вопросу. Освещаются основные функции оздоравливающего мышления, особенности развития навыков данного вида мышления у подростков и юношей. Саногенное мышление относится к нетрадиционным методам и способам и проблема его формирования актуальна и сегодня. Статья содержит информацию о научных исследованиях по формированию и развитию саногенного мышления. Автор выделяет компоненты саногенного мышления: мотивационное, рефлексивное, эмоциональное и оперативное.*

**Ключевые слова:** саногенное мышление, юношеский возраст, будущий учитель, оздоравливающее мышление, компоненты саногенного мышления, мотивационный, рефлексивный, эмоциональный, операциональный.

Социально-экономическое развитие любого общества определяется человеческим мышлением, умственными способностями, духовностью и культурой. Эти качества человека формируются и развиваются непосредственно в учебных заведениях. Поэтому образование и воспитание подрастающего поколения, развитие и поддержание их интеллектуальных знаний и мышления относятся к числу важных социальных потребностей. Эта проблема является основной целью Национальной программы подготовки кадров Республики Узбекистан [1, с. 5].

Здесь возникает настоящий вопрос: «Почему будущим учителям нужно развивать саногенное мышление?» когда мы говорим о будущих учителях, имеем в виду студентов институтов или университетов. В возрастной и педагогической психологии этот период известен как подростковый возраст. Подростковый возраст характеризуется, в основном, началом самостоятельной жизни. Эти изменения в жизни влияют на личность студента и его самосознание. В подростковом возрасте степень интереса к познанию становится все более практичным характером. У подростков чувствительность и наблюдательность становятся более развитыми, и их логическая память начинает играть ведущую роль в процессе обучения как разумный способ запоминания. С развитием мышления также развивается речевое богатство студентов. Читая и понимая литературные произведения разных жанров, подросток учится мыслить, рассуждать и дискутировать самостоятельно.

В студенческие годы процесс самосовершенствования играет важную роль в жизни и деятельности молодых людей, но также важны компоненты самоуправления (самоанализ, контроль, оценка, проверка и т.д.). Сравнивая идеальное (высокое, стабильное, совершенное) «Я» с «реальным» («точным, истинным»), «Я» компоненты самоуправления становятся практичными. С точки зрения студента, идеальное «Я» также недостаточно подтверждено определенными критериями, поэтому они могут иногда ощущаться случайным, сверхъестественным, и реальное «Я» далеко за пределами истинной оценки личности. Такие объективные противоречия в развитии личности студента создают внутреннее недоверие к его личности и негативное отношение к учебе [4, с. 176].

Поэтому развитие саногенного мышления у будущих учителей является одной из актуальных проблем педагогической психологии. Потому что саногенное (здоровое) мышление позволяет человеку анализировать и синтезировать то, что он изучает. И, полученные знания помогают им наблюдать, находить лучший, самый короткий и самый эффективный

способ осознания новых знаний, идей и решения проблем. Проблема изучения становления и развития человеческого мышления стала наиболее широко пропагандируемой, исследовательской и дискуссионной проблемой конца XIX и начала XX веков. В своих исследованиях зарубежные и отечественные ученые пытались выработать всесторонний подход к проблеме мышления и сделать её предметом своих исследований.

Хотя было проведено много исследований в рамках человеческого мышления, проблема психического, умственного и физического здоровья молодого поколения остается объектом исследования для педагогов и психологов. Развитие саногенного мышления в научной педагогике и психологии здоровья выделяется как особый объект исследования. В научно-педагогической и психологической литературе содержится много определений понятия «саногенное мышление», на которые мы остановимся ниже.

Саногенное мышление (“*sano*” /лат./ - исцелять, оздоравливать, утешать, ободрять, приводить в порядок и “*geno*” /лат./ - (по)рождать) мышление, которое исцеляет, оздоравливает, утешает и ободряет.

Саногенное означает «рождающее здоровье», как психическое, так и физическое. В основном саногенное мышление рассматривают как умственное поведение, функцией которого является управление поведением и жизнью человека в определенных обстоятельствах.

В учебнике «Общая педагогика», автором которого является ученый педагог Ш.Абдуллаева, «саногенное мышление» (лат. «*sanus*» - здоровое, а по-гречески - «*генезис*» - развитие) – это мышление, которое регулирует и оздоравливает эмоции, мысли внутренние переживания [3, с. 153].

Саногенное мышление относится к нетрадиционным методам и способам и проблема его формирования актуальна и сегодня. В науке имеются сведения об исследованиях в области формирования и развития саногенного мышления, в которых вошли исследовательские работы зарубежных и отечественных ученых, посвященные особым формам саногенного мышления и конкретным способам формирования его элементов [2, 3, 4, 5, 6, 10, 12].

«Все учителя человечества, еще с античных времен, указывая путь повышения здоровья, - говорит Ю.М. Орлов, - предлагали укротить такие эмоции, как гнев, гордость, страх, обиду, зависть, не культивировать и не переживать эти эмоции. Да и современная психотерапия использует в основном два способа управления эмоциями, подавление их и сдерживание. Однако опыт говорит о том, что человек не может устранить эмоцию, если она есть. Он может лишь не выражать ее. Для здоровья же важно не просто подавлять негативные эмоции, необходимо добиться того, чтобы они не были сильными и не становились хроническими. Необходимо не запрещать себе думать, а научиться думать правильно» [5, с. 9].

В силу этих обстоятельств всесторонний анализ научных подходов к пониманию сущности формирования саногенного мышления личности, проявляемого в повседневной жизнедеятельности, и учет особой категории субъектов изучаемого процесса позволил выделить основные компоненты, характеризующие особенности развития саногенного мышления: мотивационный, рефлексивный, эмоциональный и операциональный, направленные на реализацию основных функций оздоравливающего мышления:

а) активизация деятельности по самоопределению, актуализация ценностей и мотивов, определяющих направленность, согласование индивидуальной системы ценностей, устанавливающих приоритеты жизненного пути и значение познавательной деятельности; побуждение к выбору стратегии достижения жизненных целей за счет актуализации личностного ресурса; оптимизация эмоционального модуса переживаний и стабилизация мотивационной сферы личности (*мотивационный компонент*);

б) осознание проблемной ситуации, выбор оснований для сравнения альтернатив, интеграция и структурирование представлений о своем будущем, построение Я-образа, выявление и оценка адекватности собственного психологического ресурса нормативным требованиям (*рефлексивный компонент*);

в) снятие или снижение уровня негативных эмоций, естественность в проявлениях чувств, сдержанность в психофизиологических ответах на стимулы социальной среды, эмоциональный контроль (*эмоциональный компонент*);

г) выбор и определение конкретных целей, способов, средств и условий достижения жизненных перспектив, реализация избранной стратегии поведения, отношения к себе, психогигиена (*операциональный компонент*).

Саногенное мышление играет важную роль в принятии человеком самостоятельного ответственного решения, в формулировании собственных идей и мнений, а также в реагировании на события в общественной жизни.

В заключение можно сказать что по мере того как у будущих учителей будут развиваться навыки саногенного мышления, в этом возрасте на основе таких компонентов самоуправления как творческое мышление определённый жизненный опыт, регулирование приобретённых знаний будут формироваться эмоции, мировоззрение, нравственные ценности, самосознание и устойчивые убеждения.

Когда студент делает решение и приходит к определённому выводу, он твёрдо отстаивает свои действия и защищаем их, он имеет возможность применять в практической деятельности умения и навыки, теоритические

знания, социально-психологические понятия различной степени по разным отраслям жизни.

### *Список литературы / References*

1. Национальная программа по обучению персонала Республики Узбекистан, 1997. 5 с.
2. Абдуллаева Ш.А. Общая педагогика. Учебник. Т., 2019. 153 с.
3. Бадалева А.А. Психология общения. Энциклопедический словарь Под общ. ред. Бадалева А.А. М.: Изд-ва «Когито-Центр». Саногенное мышление в общении, 2011.
4. Васильева Т.Н. Саногенное мышление учащегося, учителя. Калининград: ГИПП «Янтарный сказ», 2000. 152 с.
5. Орлов Ю.М. Саногенное мышление / сост. А.В. Ребенок. Серия: Исцеление размышлением. М.: Слайдинг, 2008. 9 с.
6. Гозиев Э.Г. Психология (Психология возраста). Учебное пособие. Т.: «Учитель», 1994. 176 с.
7. Кузьмина Н.В. Профессионализм личности преподавателя и мастера производственного обучения. М., 1990.
8. Лукьянова М.И. Психолого-педагогическая компетентность учителя: Диагностика и развитие. М.: ТЦ Сфера, 2004.
9. Маралов В.Г. Основы самопознания и саморазвития: Учебное пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2004. 256 с.
10. Морозюк С.Н. Саногенная рефлексия, акцентуации характера и эффективность учебной деятельности. М., 2000. 254 с.
11. Слостенин В.А. и др. Педагогика. Учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М., Издательский центр Академия, 2002. 576 с.
12. Гасанова Д.И. Саногенное мышление: вопросы теории и практики // Психолого-педагогические науки. Научный журнал, 2009. № 6. С. 21-22.