

## БИОЭНЕРГЕТИК БИЛИМЛАР АСОСИДА ТАЛАБАЛАР ТАФАККУРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ ПСИХОФИЗИОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Махлиё Хайдарова

Низомий номли ТДПУ тадқиқотчиси

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10508014>

**Аннотация.** Мақолада тиббиёт олий таълим муассасалари талабаларининг ҳис-туйғуларини биоэнергетик тахлили ҳақида фикр билдирилди.

**Таянч тушунчалар:** қизиқиш, қувонч, ҳайратланиш, изтироб, газабланиш, нафратланиш, жирканиш, қўрқув, уялиш, виждон, ахлоқий ҳиссиётлар, агрессив ҳиссиётлар, муҳаббат.

### PSYCHOPHYSIOLOGICAL FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF STUDENTS' THINKING BASED ON BIOENERGETIC KNOWLEDGE

**Abstract.** the article expressed the opinion about the bioenergetic assessment of the feelings of students of medical higher education institutions.

**Base concepts:** interest, joy, admiration, anguish, anger, hatred, disgust, fear, shame, conscience, moral feelings, aggressive emotions, love.

### ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ МЫШЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ БИОЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ

**Аннотация.** в статье высказано мнение о биоэнергетической оценке ощущений студентов медицинских вузов.

**Базовые понятия:** интерес, радость, восхищение, страдание, гнев, ненависть, отвращение, страх, стыд, совесть, моральные чувства, агрессивные эмоции, любовь.

«Ҳис-туйғулар – кишининг ўз ҳаётида нималар юз бераётганига, нималарни билиб олаётганига ёки нима билан машғул бўлаётганига нисбатан ўзича турли хил шаклда билдирадиган муносабатидир» деб таъриф берилган умумий психология дарслигида<sup>1</sup>. Бирон-бир нарсани идрок этилаётган, тушуниб олинаётган, маълум ёки номаълум нарсаларга нисбатан шахсий муносабат билан биргаликда рўй беради. Ана шу ҳолларнинг барчасида ҳис-туйғуларнинг бошдан кечирилиши хусусида, кишининг алоҳида ҳиссий ҳолати хусусида гапирилади. Шу билан бирга ҳис-туйғуларнинг кечиши ўз ривожланишига эга бўлган, жорий ва ўзгариб турадиган психик жараёндр. Ҳис-туйғулар – шахсининг эмоционал соҳасини ташкил этадики, улар киши хулқ-атворини тартибга солиб туришда иштирок этади. Одамлар ўртасида мураккаб ва кўп қиррали муносабатлар ҳис-туйғулар иштирокида ташкил топади.

Ҳис-туйғулар – воқеликни акс эттиришнинг ўзига хос шаклларида биридир. Агар билиш жараёнида нарсалар ва воқеликдаги ҳодисалар акс этса, ҳис-туйғуларда эса субъектнинг ўзига хос эҳтиёжлари билан қўшилиб, ўзи

билиб олаётган ва ўзгартираётган нарсаларга ва воқелик ҳодисаларига нисбатан унинг муносабати акс этади. Барча психик жараёнлар каби

<sup>1</sup> Петровский А.В. в б. Умумий психология. – Т.: Ўқитувчи.–1992.– 400 б.

эмоционал ҳолатлар, ҳис-туйғунинг кечиши ҳам мия фаолиятининг натижаси ҳисобланади. Албатта, уларнинг кечишида шартли ва шартсиз рефлекслар ҳам иштирок этади.

Ҳис-туйғу кечинмалари ҳар доим ҳам бир хил тусда бўлавермайди. Ҳиссий ҳолатда, иккита бир-бирига зид ҳис-туйғуларнинг ўзига хос бирикмасини мужассамлаштириш ҳам мумкин; масалан: ишқ-муҳаббат ва нафрат рашқ ҳиссини бир-бирига қўшилиб кетиши (ҳис-туйғуларнинг амбивалентлиги ҳодисаси).

Кишининг ҳис-туйғулари рўй беришига кўра мураккаб шартсиз рефлексларга боғлиқ бўлгани ҳолда ижтимоий хусусиятга эгадир. Ҳис-туйғулар – киши шахсининг анча ёрқин кўринишларидан бири бўлиб, у билиш жараёнлари ва хулқ-атвор ҳамда фаолиятни продавий бошқариш билан биргаликда намоён бўлади.

Ҳис-туйғулар (тор маънода) киши шахсининг йўналтирилганлигида мужассамлашган барқарор эҳтиёжлари объектига нисбатан унинг муносабатини акс эттиради. Психологияда ҳис-туйғулар турларининг ягона таснифи йўқ. Кўпинча қуйидаги турлари алоҳида ажратиб кўрсатилади: маънавий (ахлоқий), интеллектуал (ақлий) ва эстетик (нафосат) ҳис-туйғулари. Маънавий (ахлоқий) ҳис-туйғуларга муҳаббат (кенг ва тор маънода), ҳамдардлик, инсонпарварлик, садоқат ва виждон киритилади.

Шу нарса эътиборга лойикки халқ табобати қадимги даврлардан бошлаб инсон саломатлигини сақлаш борасида тана софлиги ва қалб поклигига алоҳида эътибор бериб келган. Замонавий психология ва тиббиёт ҳам соғлиқни сақлаш борасида энг муҳим муаммолардан бири ички уйғунликка эришиш эканлигини таъкидлайди. Агар инсон ўз эътиқодига, ишончига нисбатан нотўғри хатти-ҳаракат қилса, виждон азобига учрайди. Айни ана шу виждонни қийналиши қилинган хатони тузатишга ундайди. Бунда ҳатто инсон ўзини расман оқласа ҳам виждони қийналиши давом этаверади. Бунда ички сиқилиш, таранглик, бесарамжонлик, хотиржамликни йўқолиши юзага келади. Буни стресс ҳолати деб ҳам аташ мумкин.

Демак, «Виждон» бекорчи насиҳатгўйлар ўйлаб топган абстракт тушунча эмас. У ҳаракатланувчи психик омилдир. У ҳар доим кундалик кайфиятимизга ва шу орқали соғлиғимизга ўз таъсирини кўрсатади. Шундай қилиб, психик стресслар юзага келтирадиган касалликларни олдини олишда инсоннинг ички поклиги, виждон поклиги катта аҳамиятга эга. Чунки айнан инсон ҳалоллиги қудратли ва сеҳрли таъсир кучига эга. Организмни ҳимояловчи ҳиссиётлар анланган ва анланмаган ҳолда амалга ошиб боради ва айнан шу ҳиссиётлар инсоннинг психик ҳолатини яхшилади.

Инсон эмоция механизмларини ўзининг олдинги аждодларидан мерос қилиб олган. Шунинг учун ҳам инсоннинг баъзи эмоциялари жониворларникига ўхшаш (ғазаб, очлик, чанқоқлик, кўркув), лекин булар организм талабларини қондиришдаги энг оддий эмоциялардир. Онг ва юксак инсоний талаблар ривожланиши билан инсонда янада мураккаброқ инсоний ҳиссиётлар ривожлана бошлади. Юқоридаги фикрлардан қуйидаги мантикий фикр вужудга келади. Эмоциялар ҳиссиётлардан фарқли ўлароқ узоқ эволюцион давр мобайнида вужудга келган ва у фақат инсонга эмас, балки жониворларга ҳам хосдир. Улар физиологик талабларни қондиришга хизмат қилади. Ҳиссиётлар эса эмоциялар

асосида идрок иштирокида фақатгина инсонга хос ижтимоий муносабатлар муҳтида ривожлангандир.

Инсон талабларининг эса кўпчилик қисми тарбия асосида шаклланади, улар жамият томонидан ривожлантирилиб борилади (масалан, гигиеник талаблар, маданий талаблар). Ушбу талаблар ҳиссиётларни ривожланишида бевосита иштирок этади. Кўпгина ҳиссиётлар ақлий фаолият билан шундай боғланганки, улар фаолиятсиз мавжуд ҳам бўла олмайди. Инсоннинг эмоционал ҳолатини ва ҳиссиётларини турли-туманлигини кўрсатишда ҳар қандай ҳисоб-китоб, мезонлар ва классификациялар ожиз эканини тан олиш лозим. Уларни куёш нурларининг рангларига ўхшатиш мумкин. Яъни асосий рангларни аниқлаб олишгина мумкин бўлади ана шу асосий ранглардан эса беҳисоб равишда турли-туман рангларни комбинациясини олиш мумкин. Ҳис-туйғулар ҳам худди шундай хусусиятга эга, биз уларнинг фақат баъзи асосийларини гуруҳлашимиз мумкин ҳалос. Бизнинг бу гуруҳлашимиз албатта турли хил мезонлар асосида бўлиши ҳам мумкин. Шунинг учун ҳам ҳозирда ҳис-туйғуларни гуруҳлаш бир-биридан фарқ қилувчи бир қанча йўналишларда бормоқда. Демак, инсон ҳиссиётларини танлаб олинган кўрсаткичларга қараб турлича гуруҳларга ажратиш мумкин. Масалан, уларни ёқимли ва ёқимсизлигига қараб гуруҳлаш ёки ижобий, салбий ҳисларга ажратиш ёки бошқа одамларга билдириладиган ва ўзига билдириладиган ҳиссиётлар гуруҳларини ажратиш мумкин. Бу ҳолда бошқа одамларга билдириладиган ҳиссиётларга муҳаббат, миннатдорчилик, ҳасад, нафрат кабилар кирса, ўзига билдириладиган ҳиссиётларга: ўзидан мамнун бўлиш, уялиш, афсусланиш кабилар киритилади. Атроф-оламдаги ҳодисаларга баҳо бериш билан боғлиқ бўлган ҳиссиётлар бор масалан: ачиниш, хафсаласи пир бўлиш, хурсандчилик. Бир қанча ҳиссиётлар ўзини сақлаш инстинкти билан боғлиқ масалан: кўрқув, хавотир, сергаклик ва бошқалар. Оралиқ ҳиссиётлар ҳам мавжуд, улар бир неча гуруҳларга ажратилиши мумкин: масалан, жаҳл ва алам ҳислари – улар инсоннинг ўзига ҳам, бошқаларга ҳам қаратилган бўлиши мумкин

Физиологлар ёқимли ҳиссиётлар кўпинча вегетатив асаб тизимининг парасимпатик бўлимини кўзғалиши билан, ёқимсизлари эса кўпинча симпатик бўлимини кўзғалиши билан боғлиқлигини аниқладилар. Айтиш жоизки, ижобий эмоциялар ҳам, салбий эмоциялар ҳам инсонда фаолият истагини уйғотади, инсонни ҳаракатга келтиради. Ушбу эмоцияларнинг йўқолиши инсондаги фаолиятга бўлган эҳтиёжни йўқолишига олиб келиши, апатия ҳолатини келиб чиқишига сабаб бўлиши мумкин. Бир тасаввур қилиб кўринг, агар инсон ҳаяжонланиш, муҳаббат, нафратланиш, шодланиш, хафа бўлиш кабилардан маҳрум бўлса, яхшилик ва ёмонликни ёлғиз совуқ идрок, ҳисоб-китоб йўли билан ажратиб, кибернетик ускуна сингари хатти-ҳаракат қилса, у қандай кўринишга эга бўлиб қолади?

Умуман биз уни тўлақонли шахс дея олармидик? Бу ҳолда инсон ўз қиёфасини, яъни инсонийлик хислатларини йўқотади. Бундан ташқари инсон ривожланиш, такомиллашиш эҳтиёжини ҳамда қобилиятини йўқотиб қўяди.

Инсоний ҳиссиётнинг, эмоционал қобилиятнинг йўқолиши инсонийликни йўқолишига олиб келади, физиологик эмоцияларни йўқолиши эса атроф-муҳит билан ҳар

қандай алоқани бузилишига олиб келади. Эмоция ҳаётга, бизнинг атрофимизда содир бўлаётган ҳодисаларга қизиқишлар-имизни сақлаб туради.

Психологларнинг айтишича: эмоциялар фақатгина фаолиятни таъминлаб, организм эҳтиёжларини «бажариб» қолмай, балки ўзлари (эмоциялар) ҳам эҳтиёж объектига айланади. Барча инсонларга эмоционал қониқиш истаги, турли туйғуларни ҳис этишга интилиш хосдир. Бу ҳодисани мушаклар ҳаракатига ўхшатиш мумкин. Бу организм учун керакли ҳаракатлар бўлиши билан бирга, ўз-ўзидан ҳаётий зарурат ҳамдир. Ҳаракат фаоллиги етарли бўлмаса «мушаклар бўшашишини» келтириб чиқаради. Инсонни мажбуран ҳаракат қилиш имкониятидан маҳрум қилиш жуда оғир қийноқ (синовдир). Худди шундай эмоционал очликдан кўра ўзгариб турувчи ҳиссиётлар маъқулроқ. Ҳеч қандай ҳиссиёт бўлмаганидан кўра ёқимсиз кечинмаларнинг бўлгани яхши. Инсоннинг қандай туйғулар спектрига интилиши унинг индивидуал характерини белгилайди. Маълум «кечинмаларни афзал билиш» комплекси шахс йўналганлигининг муҳим кўрсаткичидир. Б.И.Давидов ўнта шундай комплексни ажратади:

1. Ўзгаларга ёрдам бериш, қўллаб-қувватлаш билан боғлиқ альтуристтик ҳиссиётлар.
2. Жамиятдаги эҳтиёжлар асосида юзага келувчи коммуникатив ҳиссиётлар.
3. Глорик ҳиссиётлар (лотинча – gloria – шон-шуҳрат сўзидан), шон-шуҳрат, машҳурлик наъшасини топиш билан боғлиқ.
4. Амалий ҳиссиётлар – бу фаолият кечинмалари билан муваффақиятли ёки муваффақиятсиз чиқиши, қандай қийинчиликларга дуч келиши билан боғлиқ.
5. пугник ҳиссиётлар (лотинча пугра – кураш сўзидан олинган). Бу кечинмалар хавф-хатарни енгиш ва шунинг асосида аёвсиз синов ва курашларга қизиқиш уйғотади.
6. Романтик ҳиссиётлар. Барча инсон тақдирига таъсир этиши мумкин бўлган мўжизали, сирли, ғайритабиий нарсаларга интилиш билан боғлиқ.
7. Гностик ҳиссиётлар. (грекча гносис-билиш) уларни кўпинча интеллектуал туйғулар деб атайдилар. Улар фақат янги ахборот олиш эҳтиёжи билан эмас, балки уларни тартибга солиш, билимларни уйғунлаштириш билан боғлиқ.
8. Эстетик туйғулар, яъни инсоннинг олам уйғунлиги, шунингдек, шахс билан муҳит уйғунлигини акс эттириш эҳтиёжи.
9. Гедонистик туйғулар, яъни тана ва руҳ қулайлиги (камфорд) эҳтиёжини қондириш билан боғлиқ бўлган туйғулар.
10. Акезитив туйғулар (французча харид қилиш, эга бўлиш сўзидан). Бу туйғулар амалий, кундалик эҳтиёжлар чегарасидан чиқувчи нарсаларни йиғиш билан боғлиқ бўлган туйғулар.

Шахс учун энг қимматли, яъни энг исталган туйғулар комплекси (йиғиндиси) фаолликнинг қўшимча мотивига айланади. Бу туйғулар баъзи хотираларни бошқаларидан устун қўйишга таъсир этиб кундалик қизиқиш ва истакларни шакллантиришда қатнашади. Уларга ҳаёл ва орзуларнинг мазмуни, ижодий жараённинг ўзига хослиги, муносабат шакллари киради.

Инсон ўзининг мукамаллиги ва камолига интилиши билан аҳамиятли ва қадрлидир. Инсоннинг ҳиссиётлари ва идроки бир-бирини тўлдириб, бойитиб

боргандагина мукамалдир. Шунинг учун ҳам баркамол инсонни тарбиялаш қандайдир электрон машинани ихтиро қилишдан кўра анча мураккаброқдир.

Кўпинча адабиётларда стрессга, яъни стресс ҳолатига оид маълумотларни учратамиз. Уларнинг баъзиларида стресс ҳолатини ечимини топиш ва ижобий мақсадга эришишнинг психологияси кўрсатилади. Стресс ҳолатидан тўғри чиқиб кетиш ва бу ҳолатдан ривожланиш учун фойдаланиш учун йўл-йўриқлар кўрсатилади. Стресс ҳолатининг назорат қилинмаслиги эса нейробиологик етишмовчиликка олиб келади ва феъл-атворда ўзгаришлар ҳосил қилади. Назорат қилинган стресслар бундай етишмовчиликни ҳосил қилмайди. Стресс ҳолатини назорат қилишга интилиш келажақда бу ҳолатларни ўзини йўқотиб қўймасликка, стресс ҳолатидан чиқа олиш қобилиятини ривожлантиришга хизмат қилади.

Аммо шуни ҳам айтиб ўтиш лозимки, ҳар бир инсоннинг стресс ҳолатига бардошлилик даражаси турлича. Бу бардошлилик даражаси асаб тизимининг мустақамлиги, чидамлиги ва типлари билан белгиланади.

Қизиқарли ҳолат шундаки, инсон стресс ҳолатининг кўплигидан ҳам стресс ҳолатини умуман йўқолиб қолишдан ҳам руҳий изтиробга тушиб қолиши мумкин. Чунки стресс ҳолати маълум даражада организмни фаоллаштириб туришга ёрдам беради ва унинг бутунлай йўқолиб қолиши инсонда ҳаётий қизиқишни пасайтириб юбориши мумкин. Стресс ҳолатини бошдан кечириб, уни тўғри ечимини топиб, ана шу стресс ҳолатини енгиб чиққан одам эса кейинги ривожланиш учун маълум куч тўплайди, уни ҳаётий зарурат сифатида қабул қилиниши мақсадга мувофиқ, аммо ҳар бир одам ўзининг стресс меъёрини аниқлаб олиши керак.

Бу меъёр шундай даражада бўлиши лозимки, айнан шу ҳолатда инсон ўзини ички мухитини уйғунлаштира олсин. Бунинг учун эса ҳар бир талаба ўз шахсини яхшироқ ўрганиши ва ўз ички мухитида уйғунликни сақлашга ҳаракат қилиши лозим.

Талаба ўзининг стресс даражасини аниқлаб олганидагина у стресс ҳолатларини назорат қилиш имкониятига эга бўлади. Шу ҳолдагина талаба стрессни етишмовчилигидан ҳам (дистрессдан), стресснинг ортиқча юкидан ҳам қийналмайди. Шундай қилиб қуйидаги хулосаларни келтириш мумкин:

–зўриқишнинг йўқлиги деградация, атрофияни ва ўзини ҳимоя қилиш қобилиятини пасайишига олиб келади;

–зўриқишнинг кўплиги (ортиқчалиги) функционал ва адаптив (мослашиш) қобилиятини пасайтиради.

Биз биоэнергетик нуқтаи назардан инсоннинг турли-туман ҳис-туйғуларини икки гуруҳга ажратдик:

1. Ахлоқий-бириктирувчи ҳиссиётлар.
2. Агрессив ажратувчи ҳиссиётлар.

Агрессив ҳисларга нафрат, рашк, қасос, қасд, ғазаб, худбинлик кабиларни киритиш мумкин. Бу ҳисларнинг асосида инкор этиш, воз кечиш қабул қилмаслик ётади. Бу ҳислар ҳаётнинг бизга ёқмаган томонларини инкор этишга, яъни реал ҳаётни тан олмасликка ёки ундан юз ўгиришга ундайди. Бу ҳисларга берилган инсон маълум даражада реалликни (ҳақиқатни) инкор этади, қабул қилмайди. Ўз шахсини ана шу ҳаётнинг бир қисми бўлган

ҳолатдан ажратган ҳолда қабул қилишга интилади. Бу ҳолатда биоэнергетик майдонда ҳам энергия алмашинуви бузилади. Биоэнергетик майдонга худди шунга ўхшаш салбий энергиялар тортила бошлайди ва натижада ушбу майдон ана шундай кўрсатмаларга бойиб боради. Демак, биоэнергетик майдоннинг янада ифлосланиши юз бера бошлайди. Бундан ташқари ушбу ҳиссиётлар энергетик қувватнинг тарқалишига, яъни кўп қувватни бефойда сарфланишига сабаб бўлади. Натижада инсоннинг биоэнергетик майдони ўз қувватини камайтириб боради ва кучсизланиб қолади. Чунки салбий ҳислар қувватни атрофга ёйилиб кетишига ва кўшимча қувватнинг кириб келмаслигига хизмат қилади. Чунки биз бу ҳолда реал ҳаётни инкор этаяпмиз, яъни ўзимиз ҳаётини қувватдан воз кечаяпмиз. Бу ҳолатни узок муддатда давом этиши аввал биоэнергетик майдонни, сўнг эса жисмоний организмни емирилишига сабаб бўлади. Шу механизмдан келиб чиққан ҳолда биз бу салбий ҳиссиётларни ажратувчи ҳиссиётлар деб атадик. Улар инсоннинг яхлит биоэнергетик майдондан ажралиб қолишига ва кучсизланишига (муҳофазани кучсизланишига) олиб келади.

Албатта, биз юқорида айтиб ўтганимиздек стресс ҳолатлар ҳам организмни фаолиятини фаоллаштиришга хизмат қилади ва бу тўғри, аммо бу ҳолатни маълум чегаралари ва даражалари мавжуд. Ана шу даража ва меъёрларидан четга чиқиш ҳиссий зўриқишни салбий натижаларга, касалликларга олиб келади. Демак, ажратувчи ҳиссиётлар ҳам ҳаётнинг бир қисми сифатида қабул қилиниши лозим, лекин уларни бошдан кечириётган инсон маълум ахлоқ меъёрларига амал қилиши ва маълум назоратни кўлдан бермаслиги шарт. Инсон бирор шахсдан нафратланар экан бу нафрат қуввати (агрессия) нафақат бутун борлиққа, балки ўзига ҳам қаратилган бўлади. Чунки ҳар бир шахс ана шу борлиқнинг бир қисми ҳисобланади. У қандай инсон бўлишидан қатъий назар яхлит биологик дунёнинг маълум қисмини ташкил этади. Биологик борлиқни бирор қисмини ёмон кўраётган, нафрат ҳиссини кечириётган одам нафрат предмети бўлган шахс орқали бутун биологик борлиққа ўз нафратини қаратган бўлади.

Биз ўзимиз ана шу яхлит биологик ҳаётнинг бир қисми бўлганлигимиздан охир оқибатда ўзимизни ҳам ёмон кўра бошлаймиз. Чунки биологик сферага тарқалган агрессия (тажавузкорлик) биологик предметларни танламайди, у радиотўлқинлари сингари сферада ҳар томонга тарқала боради. Натижада, ўз агрессиямиз (тажавузкорлигимиз) маълум вақтдан сўнг ўзимизга қайтиб келади. Чунки биологик даражада ҳамма нарса ўзаро боғлиқ ва тенгдир. Инсон борлиқнинг бир қисми, борлиқ эса катта ва яхлит организмдир, у кўринмас энергетик ишлар билан чамбарчас боғлиқлик ҳосил қилади. Ҳаттоки, коинотнинг энергетик оқимлари ернинг биоэнергетик тизими билан алоқадор ва ўзаро таъсирга эга эканлиги маълум. Ер юзиде ва умуман коинотда энергиялар алмашинуви маълум қонуниятлар орқали амалга оширилади ва ўзаро уйғунлик ҳосил қилади. Ана шу уйғун энергия сферасида яшаш учун инсон ҳам ўз фикрлари ва ўз ҳис-туйғуларида уйғунликка эришиши лозим, акс ҳолда инсон ана шу уйғун борлиқ энергетикасига ҳамоҳанг ҳолда ҳаёт кечири олмайди. Бу ҳамоҳангликни бузилиши албатта энергия алмашинувини бузилишига олиб келади. Резонанс ҳолати, яъни бир-бирига мос тушиш ҳолати кучни икки баробар эмас, балки бир неча ўн баробар ошишига олиб келишини сиз яхши биласиз. Демак, инсон энергетикасининг тўлқинлари борлиқ

энергетикасининг тўлқинларига мос тушган ҳолда унинг биоэнергетик майдонининг куввати бир неча ўн баробар ошиб боради. Мустаҳкам иммунитетга эга инсон мустаҳкам соғлиқ эгаси эканлигини ҳаммамиз яхши биламиз.

#### REFERENCES

1. Sh.M.Mirziyoyev “O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi (keyingi o‘rinlarda — Konsepsiya)” O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 08.10.2019 yildagi PF-5847-sonli qarori.
2. Абу Али ибн Сино.Саломатлик сирлари:Тиббий рисоалар тўплами.-Тошкент: А.Қодирий номидаги халқ мероси нашириёти. 2000. –156 б.
3. Абдуллаев С.С. Ўзбекистонда эътиқод эркинлиги ва ислом.
4. Фалсафа фанлари номзоди илмий дараж. олиш учун тақдим этилган дисс. автореферати.– Т. :2002. –26 б.
5. Абу Али ибн Синонинг моғлиқни сақлашга доир рисоалари. /таржимон У.И.Каримов.–Т.: Фан .1978 . – 132 б.
6. Бойдедаев А.Табиат кучлари ва олам эволюцияси. –Т.:1996.-105 б.
7. Гапиров Б.Т. Талабаларда ахлоқий ўз-ўзини англашнинг ўқув жараёнидаги динамик тараққиёти. Психол.ф.н. илмий даражасини олиш учун ёзилган диссертация.–Т.: 1993.–133 б.
8. Туленов Ж. Ҳаёт фалсафаси.–Т.: Ўзбекистон. 1993 .– 319 б.
9. Қиличева Қ.Ю. Баҳоуддин Нақшбандийнинг таълимий–ахлоқий қарашлари. Пед.фан. ном. илмий дараж. олиш учун ёзилган дис.–Т.2004–18 б. ўсиши (Ўқитувчи учун қўлланма).–Т.:Ўқитувчи .1980.–88 б.
10. Ғозиев Э.Тафаккур психологияси.–Тошкент.: Ўқитувчи.1990.–184 б.
11. Янковская М.Г. Эмоциональные аспекты нравственного воспитания. – М.: Просвещение. 1986. – 160 с.