

МУТОЛААНИНГ ФОЙДАСИ ТАДҚИҚОТ ВА ФАКТЛАРДА

Айшахон Хушназарова

Ўзбекистон Журналистика ва оммавий
коммуникациялар университети Телерадио
журналистика факультети 3 курс талабаси

***Аннотация:** Ушбу мақола инсон ҳаёти, умуман олганда, китоб ўқишнинг
илмий ва амалий аҳамияти хусусида таҳлилий фикрлар ҳамда фактлардан
иборат.*

***Калит сўзлар:** АҚШ Конгресси, Эмори университети, Обафем Аволау,
Альцгеймер.*

THE BENEFITS OF READING ARE IN RESEARCH AND FACTS

Ayshahon Khushnazarova - 3rd year student of the Faculty of
Television and Radio Journalism,
Uzbek University of Journalism and Mass Communications

***Annotation:** This article contains analytical ideas and facts about the scientific and
practical significance of reading in human life in general.*

***Keywords:** U.S. Congress, Emory University, Obafemi Avolau, Alzheimer's.*

Дунё яралибдики, инсонларга моддий ва номоддий бойликлар тортиқ
этилган. Юксак маънавий хазиналардан бири саналмиш китоб чин маънода
яхшиликка етакловчи, бунёдкор ғоялар сари йўл бошловчи, эзгуликни
ёвузликдан устун эканлигини, катталарни ҳурмат, кичикларни иззат
қилишни, Ватанга муҳаббат, миллатлар аро тотувликни, бағрикенгликни
қолаверса, чин инсоний хислатларни ўзимизда мужассам этишни,

калбимизни тарбиялашни ўргатади. Беминнат устоз ва дўст сифатида кадрланувчи китоб барчамиз учун бирдек зарурдир.

Фактларга назар ташласак, аёллар эркакларга қараганда кўп (68 %) китоб сотиб олишар экан. Яна бир қизиқ маълумот, дунёда сотиладиган китобларнинг ярмини 45 ёшдан ошган кишилар харид қилади. Биз ёшлар дея 7 ёшдан катта ва 30 ёшга тўлмаганларни назарда тутамиз. Дунёнинг энг йирик кутубхоналари рўйхатига фондида 14 миллиондан ортиқ сақловлари мавжуд бўлган кутубхоналар киритилган. Маълумотлардан кўриниб турибдики, дунёдаги энг йирик кутубхона АҚШ Конгресси кутубхонаси саналади. Унинг фондида 150 миллион нусхадан ортиқ китоблар бор. У 1800 йилда АҚШ Президенти Жон Адамс томонидан ташкил этилган. Собиқ Президент конгрессга керакли китобларни харид қилиш учун 5 минг доллар ажратган. Ҳозирда кутубхонага бир миллион етти юз минг китобхон ташриф буюради. Китоб инсон камолоти учун қанчалик фойдали экани қуйидаги тадқиқот натижаларидан кўриш мумкин.

Асабингизни тинчлантириш учун сайр қилиш ёки мусиқа тинглашни афзал кўрасизми? Сассекс университети олимлари эса бунинг ўрнига китоб ўқишни тавсия қилишади. Китоб ўқиш асабни тинчлантиришда энг самарали усул экан. Атиги олти дақиқа китоб ўқиш асабийлашишга барҳам беради.

Хотиржам бўлиш ва ухлашга ёрдам берадиган энг яхши усул китоб ўқидир. Телевизор ёки телефондан тарқалаётган ёрқин нур мияга уйғониш кераклиги ҳақида сигнал юборади. Китоб ўқиш эса аксинча таъсир кўрсатади – мия ухлаш вақти бўлганлигини тушунади.

Китоб ўқиш жараёнида ўқувчи қаҳрамонлар билан бирга бўлади. Уларнинг қувонч ва ташвишларига шерик бўлади. Тадқиқотлардан маълум бўлишича, бадиий асар ўқиган одам ҳаётда ҳам бошқаларнинг ҳис-туйғуларини яхши тушунар экан.

Эмори университети олимлари китоб ўқиган инсоннинг ақлий салоҳияти бир неча кун давомида юқори ҳолатда бўлишини исботлашди.

Тадқиқот муаллифлари китоб ўқиш миядаги асаб толалари сонини оширишини таъкидлашмоқда.

Шотландиялик олимларнинг тадқиқотларига қараганда, китоб ўқиш тушкунликни даволашнинг энг самарали воситасидир. Тушкунликка чалинган беморлар китоб ўқишни бошлаганларидан сўнг уларнинг тушкунликка тушиш ҳолатлари камайган.

Юқори даражадаги ақлий салоҳият инсоннинг ташқи кўринишини ҳам гўзаллаштиради. Ҳар қандай мавзуда қизиқарли суҳбат кура олиш ва ўз билимини намоиш этиш суҳбатдошининг меҳрини қозонишга ёрдам беради. Огайо штати университети олимлари инсон қанча кўп китоб ўқиса, ҳаёт йўлини шунчалик аниқ танлашини таъкидлашмоқда. Китоб ўқиш ҳаётдаги тўсиқларни енгишга ҳам ёрдам беради, дейишмоқда улар.

Санъат миллий жамғармаси томонидан ўтказилган тадқиқотлар китоб ўқийдиган инсонлар маданий ва ижтимоий ҳаётда ҳам фаол бўлишларини исботлади.

Ҳар сафар китоб ўқилганида мия фаол ишлайди. У олинаётган маълумотни сақлаш учун янги толаларни яратади. Тадқиқотларда аниқланишича, доимий равишда китоб ўқийдиган инсонларда фикрлаш қобилияти бошқаларга нисбатан секинроқ пасаяр экан.

Китоб ўқиётган пайтда нотаниш сўзлар ҳам учраб қолади. Уларнинг маъносини умумий мазмуни орқали ҳам тушуниб олса бўлади. Китоб ўқиш нафақат сўз бойлигини кўпайтиради, балки умумий саводхонликни ҳам оширади.

Китоб ўқиш жараёнида муаллифнинг ёзиш услуби ҳам ўқувчига таъсир кўрсатади. Мусиқа тинглаш жараёнида мусиқачининг услуби тингловчига ўтгани сингари ёзувчининг услуби ҳам ўқувчининг ёзиш услубига таъсир ўтказади.

Доимий равишда китоб ўқиш бошқа тилларни ўрганишда янги сўзларни осон тушунишга ва ёдда сақлаб қолишга ёрдам беради.

Қанчалик ғалати туюлмасин, китоб ўқиш тинглаш қобилиятини оширади, бошқаларни осон тушунишга ёрдам беради. Бу айниқса, китобни овоз чиқариб ўқиганда янада самарали бўлади.

Обафеми Аволау университети педагоглари бошланғич синф ўқувчиларининг машғулотларига мавзули комиксларни киритишганида, суратлар ва сўзлар аралашмаси болаларнинг ижодкорлик қобилиятларини оширишини аниқлашди. Китоблар катталарга ҳам ана шундай таъсир кўрсатади.

Шунингдек, қатор тадқиқотлардан маълум бўлишича, кўп китоб ўқиган инсонлар Альцгеймер касаллигига камроқ чалинишар экан. Мия ҳам худди бошқа аъзолар сингари қўллаб-қувватлашга ва машқлар ёрдамида мустақамланишга муҳтож бўлади. Китоб ўқиш эса бу борада энг самарали усулдир.

Психологлар биргаликда китоб ўқиш жараёнида ота-оналар ва болалар ўртасида ўзига хос муносабат ўрнатади деб ҳисоблашади. Уларнинг айтишларича, бундай муносабат биргаликда телевизор кўрганда асло пайдо бўлмайди.

Статистика маълумотларига кўра, умуман китоб ўқимайдиган инсонларнинг 43 фоизи қашшоқликда яшайди. Саводли инсонлар орасида эса қашшоқликда яшайдиганлар 4 фоизни ташкил этади.

Тадқиқотларда аниқланишича, китоб ўқишни хуш кўрадиган болалар мактабда ҳам яхши ўқишади. Улар грамматикани ҳам, математикани ҳам яхши ўзлаштиришади.

Ўтказилган тадқиқотдан маълум бўлишича, панжара ортида саводхонлигини оширган жинойтчилар озодликка чиққанларидан сўнг бошқа жинойтчиларга нисбатан жинойтга 30 фоиз камроқ қўл урадилар.

Инсон китобни қанча кўп ўқиса, ҳикоя қилиш қобилияти шунчалик ошади. Кераксиз гапларни камроқ гапириб, кераклиларини яхшироқ етказадиган бўлади.

Фаол китобхонлар хайрия ишлари билан бошқаларга нисбатан уч марта кўпроқ шуғулланишади. Мутолаа муҳтож инсонларга ёрдам қўлини чўзишга ундайди.

Бугунги кунда дунёда ҳар йили қарийб бир миллион номда китоблар чоп этилади. Масалан, АҚШда киши бошига 10 та, Россияда 9,5 та, Францияда 5 та, Хитойда 3,5 та китоб босилмоқда.

Аввало, бадий, маърифий, илмий - оммабоп, тарбиявий, ёшларнинг интеллектуал салоҳиятини оширишга қаратилган адабиётларни чоп этиш, улар билан таълим муассасаларини таъминлаш, миллий ҳамда жаҳон адабиёти намояндаларининг асарларини саралаш, таржима қилиш ишларини пухта ўйланган тизим асосида ташкил этиш лозим. Бундан ташқари, ёш авлоднинг китобга бўлган қизиқишини рағбатлантириш керак.