



O'zbekiston Respublikasi
Maktabgacha va maktab
ta'limi vazirligi

ISSN: 2992-9008
UDK: 37

TA'LIM VA TARAQQIYOT

Ilmiy-uslubiy jurnali



2026-YIL 4-SON

www.journal.namspi.uz

Bosh muharrir: Namangan davlat pedagogika instituti rektori B.E.Xusanov

Mas'ul muharrir: Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo'yicha prorektor M.R.Qodirxonov

Mas'ul muharrir o'rinbosari: Ilmiy tadqiqotlar, innovatsiyalar va ilmiy-pedagogik kadrlar tayyorlash bo'limi boshlig'i J.A.Yuldashev

TAHRIR HAY'ATI

Aniq va tabiiy fanlar: k.f.d., prof. Sh.Abdullayev, f-m.f.d., dots. R.Xakimov, k.f.d., prof. N.Vohidova, k.f.d., dots. M.Qodirxonov, b.f.d., dots. A.Batashov, f-m.f.n., dots., T.Abdullayev, p.f.n., dots. M.Eshnazarova, p.f.n., dots. G'.Nafasov, p.f.n., dots. M.Boltayeva.

Texnika fanlari: t.f.d., prof. A.Umarov, t.f.d., prof. A.Qayumov, PhD, dots. Sh.Xudoyqulov, PhD, dots. Abdunazarov.

Ijtimoiy-gumanitar fanlar: s.f.d., prof. T.Fayzullayev, tar.f.d., prof. A.Rasulov. f.f.d., prof. M.Ismoilov, i.f.d., dots. N.Sotivoldiyev, t.f.n., dots. A.Isoqboyev, f.f.n., dots. O.Mamatov, t.f.n., dots. Z.Haydarov, PhD. J.Yuldashev, PhD. A.Abdullayev.

Pedagogika fanlari: p.f.d., prof. B.Xodjayev, p.f.d., prof. X.Najmiddinova, p.f.d., prof. T.Ismoilov, p.f.d., prof. S.Abdullayev. p.f.d., prof., M.Y.Sobirova, p.f.d., prof., R.Zamilova, p.f.d., prof. Sh.Xujamberdiyeva, p.f.d., dost. M.Asqarova, PhD, dots. M.Asranboyeva.

Filologiya fanlari: fil.f.d., prof. N.Uluqov, fil.f.d., prof. H.Usmanova, f.f.d., dots. X.Shokirova, p.f.n., dots. S.Misirov, p.f.n., dots. Sh.Ubaydullayev, PhD., dots. P.Lutfullayev, PhD., dots. M.Yakubbayev.

Texnik muharrir: R.Tursunov

Tahririyat manzili: Namangan shahri, Uychi ko'chasi, 316-uy.

Pochta indeksi: 160136, **Faks:** (0369) 227-27-21,

Email: Info@namspi.uz

Nashr sanasi: 30.08.2026

"Ta'lim va taraqqiyot" ilmiy-uslubiy jurnali elektron to'plam sifatida O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi **Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi (AOKA)ning 2022-yil 25-oktabrdagi № 045044 raqamli guvohnomasi** asosida chop etiladi. Jurnal **Oliy Attestatsiya komissiyasining 2024-yil 30-noyabrdagi (№ 364/5) yig'ilishi qaroriga asosan pedagogika fanlari bo'yicha falsafa fanlari doktori (PhD) va fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiya ishlari yuzasidan asosiy ilmiy natijalarini chop etish uchun tavsiya etilgan.** UDK: 37, Xalqaro standartlashtirish raqami (ISSN): 2992-9008.

Maqolalarning ilmiy saviyasi va keltirilgan ma'lumotlar uchun mualliflar javobgar hisoblanadi.

QIZIQISHDAN MAQSAD SARI: BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIDA YAPONLARNING IKIGAI YONDASHUVI ASOSIDA O'ZINI ANGLASHNI RIVOJLANTIRISH

Abduraxmanova Aziza Odiljonovna

Toshkent Kimyo xalqaro universiteti Samarqand filiali

ORCID ID: 0009-0002-6785-3377

E-mail.com: aziabduraxmonova2202@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida o'zini anglash jarayonini rivojlantirishda yapon madaniyatida shakllangan Ikigai yondashuvidan foydalanishning pedagogik imkoniyatlari yoritilgan. Tadqiqotda Ikigai tushunchasining mazmuni tahlil qilinib, uni boshlang'ich ta'lim sharoitiga moslashtirish masalalari ko'rib chiqilgan. O'quvchilarning o'z qiziqishlari, qobiliyatlari, ijtimoiy foydaliligi va shaxsiy maqsadlarini anglashiga yo'naltirilgan to'rt komponentli metodik model taklif etilgan. Mazkur model "Qiziqish – Qobiliyat – Foydalilik – Maqsad" ketma-ketligi asosida o'quvchilarning o'zini anglash, refleksiv fikrlash va maqsad qo'yish ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan. Tadqiqot natijalari Ikigai yondashuvini boshlang'ich ta'limga moslashtirish o'quvchilarning o'z imkoniyatlarini anglash va hayotiy maqsadlarini shakllantirish uchun istiqbolli metodik vosita bo'lishi mumkinligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: Ikigai, boshlang'ich ta'lim, o'zini anglash, qiziqish, qobiliyat, maqsad, motivatsiya, refleksiya, shaxsiy rivojlanish, pedagogik yondashuv.

ОТ ЛЮБОПЫТСТВА К ОСОЗНАНИЮ ЦЕЛИ: РАЗВИТИЕ САМОСОЗНАНИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ НА ОСНОВЕ ЯПОНСКОГО ПОДХОДА «ИКИГАЙ»

Аннотация. В статье рассматриваются педагогические возможности использования подхода «Икигай», сформировавшегося в японской культуре, в развитии самопознания учащихся начальных классов. Раскрывается содержание понятия «Икигай» и рассматриваются возможности его адаптации к условиям начального образования. Предлагается четырехкомпонентная методическая модель, направленная на осознание учащимися собственных интересов, способностей, социальной полезности и личных целей. Модель основана на последовательности «Интерес – Способность – Полезность – Цель» и направлена на развитие самопознания, рефлексивного мышления и навыков целеполагания у младших школьников. Результаты исследования показывают, что адаптация подхода «Икигай» к начальному образованию может рассматриваться как перспективное методическое средство формирования у учащихся представлений о собственных возможностях, интересах и жизненных целях.

Ключевые слова: Икигай, начальное образование, самопознание, интерес, способности, цель, мотивация, рефлексия, личностное развитие, педагогический подход.

FROM CURIOSITY TO PURPOSE: DEVELOPING SELF-AWARENESS IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS BASED ON THE JAPANESE *IKIGAI* APPROACH

Abstract. This article examines the pedagogical potential of applying the Ikigai approach, which originated in Japanese culture, to the development of self-awareness among primary school pupils. The study explores the concept of Ikigai and considers possibilities for adapting it to the context of primary education. A four-component methodological model is proposed to help pupils identify their interests, abilities, social usefulness, and personal goals. The model is based on the sequence "Interest – Ability – Usefulness – Goal" and aims to develop pupils' self-awareness, reflective thinking, and goal-setting skills. The findings suggest that adapting the Ikigai approach to primary education can serve as a promising methodological tool for helping pupils understand their individual potential, interests, and personal aspirations.

Keywords: Ikigai, primary education, self-awareness, interest, abilities, goal, motivation, reflection, personal development, pedagogical approach.

KIRISH

Zamonaviy ta'limning asosiy vazifalaridan biri o'quvchiga faqat tayyor bilimlarni berish emas, balki uning o'z imkoniyatlarini anglash, mustaqil fikrlash, maqsad belgilash va shaxsiy rivojlanish yo'nalishini aniqlashiga yordam berishdan iborat. Ayniqsa, boshlang'ich ta'lim davrida bolaning "Men kimman?", "Menga nima yoqadi?", "Men nimani yaxshi bajara olaman?" kabi savollar haqida fikrlay boshlashi uning keyingi ta'limiy va shaxsiy rivojlanishi uchun muhim ahamiyatga ega. An'anaviy boshlang'ich ta'limda o'quvchilarning bilim va ko'nikmalarini baholashga katta e'tibor beriladi. Biroq bolaning o'z qiziqishlarini anglash, kuchli tomonlarini aniqlash, o'z faoliyatiga baho berish va kelajakdagi maqsadini tasavvur qilish kabi metakognitiv jarayonlar har doim ham tizimli pedagogik faoliyatga aylantirilmaydi. Shu nuqtayi nazardan, Ikigai yondashuvi qiziqarli pedagogik imkoniyatlardan biri sifatida qaralishi mumkin. Ikigai yapon madaniyatida hayotning mazmuni, qadri va inson uchun yashashga arzigulik narsalar bilan bog'liq tushuncha sifatida shakllangan. Ilmiy adabiyotlarda uning yagona universal ta'rifi mavjud emas; ayrim tadqiqotlarda u hayot ma'nosi va maqsadi, boshqalarida esa shaxsiy qadriyatlar, mazmunli faoliyat va farovonlik bilan bog'lanadi.

METODOLOGIYA

Hayot mazmuni anglashda yaponcha yondashuv “ikigai”dan yordam olishga qaror qildim. “Ikigai” soʻzining yaponcha kanjilari, yaʼni hierogliflariga murojaat qiladigan boʻlsak, “iki” - “hayot” va “gai” - “qiymat” soʻzlari birlashmasidan hosil boʻlgan va “hayotdan, yashashdan maqsad, yashash uchun sabab” kabi tarjima qilinadi. u yaponcha soʻz boʻlib, toʻgʻridan-toʻgʻri tarjima qilinsa, xuddi logomulojadedek “hamisha band boʻlish baxti”, degan maʼnoni beradi. Lekin buning nozik tomonlari bor. Bu yana yaponcha uzoq umr koʻrishining gʻayrioddiylikini izohlashda, ayniqsa, global oʻrtacha koʻrsatkichdan ham xiyla baland boʻlgan Okinava orolidagi har 100.000 kishiga 24,55 nafar 100 yoshdan oshgan toʻgʻri kelishini tushuntirishda qoʻl keladi.[1.7 bet.] Ikigai tushunchasining mazmuni faqat uzoq umr koʻrish yoki doimo band boʻlish bilan cheklanmaydi. Uning mazmun-mohiyatida insonning oʻz hayotida muhim va qadrli deb bilgan faoliyatini anglash, kundalik faoliyatidan maʼno topish hamda oʻz imkoniyatlarini roʻyobga chiqarishga intilishi mujassamdir. Shu jihatdan Ikigai insonning “Nima uchun yashayapman?”, “Menga nima quvonch beradi?”, “Men nimani yaxshi bajara olaman?” va “Men boshqalarga qanday foyda keltira olaman?” kabi savollar ustida fikr yuritishiga undaydi.

Ayniqsa, ushbu yondashuvni bolalik davridan boshlab taʼlim jarayoniga kiritish oʻquvchining oʻzini anglash jarayonini tabiiy ravishda rivojlantirishga xizmat qilishi mumkin. Chunki bola maktabga kelgan dastlabki yillardan boshlab atrof-muhitni, oʻz imkoniyatlarini va boshqa insonlar bilan munosabatlarini anglay boshlaydi. U “Men nimani yaxshi koʻraman?”, “Nimani yaxshi bajara olaman?”, “Menga qaysi faoliyat qiziq?” kabi savollarga javob izlash orqali asta-sekin oʻzining individual xususiyatlarini kashf etadi. Shu nuqtayi nazardan, boshlangʻich taʼlimda Ikigai tushunchasidan foydalanishning asosiy maqsadi bolaga juda erta yoshdan muayyan kasbni tanlatish emas. Aksincha, uning qiziqishlari, qobiliyatlari, qadriyatlari va intilishlarini anglashiga yordam berishdan iborat boʻlishi lozim. Chunki boshlangʻich sinf oʻquvchisining kelajakdagi kasbiy tanlovi hali oʻzgaruvchan boʻlishi tabiiy. Bugun shifokor boʻlishni

istagan bola ertaga rassom, muhandis yoki o'qituvchi bo'lishni xohlashi mumkin. Shu sababli bu yoshda asosiy e'tibor yakuniy kasbiy tanlovga emas, balki bolaning o'zini kashf etish jarayoniga qaratilishi maqsadga muvofiq. Ikigai yondashuvining ta'limiy ahamiyati ham aynan mana shu jihatda namoyon bo'ladi. O'quvchi o'zining qiziqishlarini anglagan sari ta'lim jarayonida faolroq ishtirok etadi, o'z qobiliyatlarini namoyon qilish imkoniyatiga ega bo'ladi va o'z oldiga kichik maqsadlar qo'yishni o'rganadi. Bunday jarayon bolaning ichki motivatsiyasini qo'llab-quvvatlash bilan birga, uning o'ziga bo'lgan ishonchini ham mustahkamlashi mumkin. Biroq Ikigai tushunchasini boshlang'ich sinf o'quvchilariga kattalar uchun mo'ljallangan shaklda tushuntirish maqsadga muvofiq emas. "Hayot mazmuni", "kasbiy missiya" yoki "umr maqsadi" kabi tushunchalar kichik yoshdagi bolalar uchun haddan tashqari abstrakt bo'lishi mumkin. Shuning uchun mazkur yondashuvni bolaning yosh va psixologik xususiyatlariga moslashtirish zarur. Ikigai bilan bog'liq faoliyatlar o'quvchilarda o'zini ifodalash, o'ziga bo'lgan ishonch, o'zini anglash va o'z xatti-harakatlarini boshqarish kabi ko'nikmalarning rivojlanishiga yordam berishi mumkin. [2]



1-rasm. Ikigai yondashuvining to'rt komponentli modeli.

Qiziqish komponenti bolaning o'ziga yoqadigan faoliyat, fan, mashg'ulot va mavzularni aniqlashga qaratiladi. Bu bosqichda o'quvchi o'ziga quvonch va ichki qoniqish beradigan faoliyatlarni anglay boshlaydi. Masalan, ayrim bola rasm chizishga, boshqasi kitob o'qishga, yana biri matematika masalalarini yechishga yoki tabiatni kuzatishga qiziqishi mumkin. Boshlang'ich ta'limda qiziqishlarni aniqlash bolaning ichki motivatsiyasini kuchaytirish uchun muhimdir. Chunki o'quvchi o'ziga qiziqarli bo'lgan faoliyatga ko'proq e'tibor qaratadi va uni bajarish jarayonida faolroq ishtirok etadi. Qobiliyat komponenti bolaning o'z kuchli tomonlari va muayyan faoliyatlarni bajarishdagi imkoniyatlarini anglashiga xizmat qiladi. Bu faqat maktab fanlaridagi yuqori natijalarni anglatmaydi. Qobiliyatga ijodkorlik, muloqot qilish, muammolarni hal etish, jamoada ishlash, kuzatuvchanlik, tashkilotchilik, sport yoki san'atga moyillik kabi jihatlar ham kiradi. Masalan, bir o'quvchi matematik masalalarni tez yechishi, ikkinchisi chiroyli hikoya tuzishi, uchinchi esa tengdoshlari bilan yaxshi muloqot qilishi mumkin. Shu sababli metodikada bolaning qobiliyatlarini faqat baholar orqali emas, balki uning kundalik faoliyati va amaliy topshiriqlarini kuzatish orqali aniqlash maqsadga muvofiq. Foydalilik komponenti bolaning o'z qiziqish va qobiliyatlarini boshqa insonlar, maktab, oila va jamiyat ehtiyojlari bilan bog'lashini nazarda tutadi. Boshlang'ich sinf o'quvchisi uchun "Dunyo nimaga muhtoj?" kabi keng savolni bevosita berish o'rniga, uni yoshiga mos tarzda "Men oilamga, do'stlarimga yoki maktabimga qanday yordam bera olaman?" tarzida qo'yish maqsadga muvofiq.

Masalan, tabiatga qiziqadigan bola maktab hovlisini toza saqlashga hissa qo'shishi, kitob o'qishni yaxshi ko'radigan o'quvchi kichik sinfdoshlariga kitob o'qib berishi, rasm chizishga qobiliyatli bola esa sinf uchun ko'rgazmali materiallar tayyorlashi mumkin. Maqsad komponenti bolaning qiziqishi, qobiliyati va foydalilik haqidagi tasavvurlarini kelajakdagi intilishlari bilan bog'lashga xizmat qiladi. Bu bosqichda o'quvchi o'z oldiga kichik, aniq va amalga oshirilishi mumkin bo'lgan maqsadlarni qo'yishni o'rganadi. Masalan, rasm chizishga qiziqadigan va bu borada qobiliyatini

namoyon qiladigan o'quvchi "kelajakda rassom bo'laman" deyishi mumkin. Ammo pedagogik jihatdan undan ham samaraliroq maqsad – "har hafta bitta yangi rasm chizish texnikasini o'rganaman" kabi aniq qadamni belgilashdir. Shu sababli boshlang'ich ta'limda maqsadni uzoq kelajakdagi kasb bilan cheklamasdan, bolaning bugungi faoliyatidan kelib chiqadigan kichik va real qadamlar bilan bog'lash maqsadga muvofiq.

Komponentlar	Savollar
Qiziqish — "Men nimani yaxshi ko'raman?"	<i>"Men nimani yaxshi ko'raman va qaysi faoliyat bilan shug'ullanganimda o'zimni xursand his qilaman?"</i>
Qobiliyat — "Men nimani yaxshi bajara olaman?"	<i>"Men nimani yaxshi bajara olaman va mening kuchli tomonlarim nimalardan iborat?"</i>
Foydalilik — "Men boshqalarga qanday foyda keltira olaman?"	<i>"Men o'z qiziqishim va qobiliyatlarim orqali boshqalarga qanday foyda keltira olaman?"</i>
Maqsad — "Men nimaga intilaman?"	<i>"Men nimaga erishishni xohlayman va buning uchun hozir qanday kichik qadam tashlay olaman?"</i>

NATIJA VA MUHOKAMA

Tadqiqot davomida Ikigai yondashuvini boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'zini anglash jarayoniga moslashtirish imkoniyatlari aniqlandi. Taklif etilgan metodik model qiziqish, qobiliyat, foydalilik va maqsad kabi to'rtta o'zaro bog'liq komponentga asoslandi. Birinchi komponent — qiziqish bolaning "Men nimani yaxshi ko'raman?" degan savolga javob topishiga yordam beradi. O'quvchi o'ziga yoqadigan fan, o'yin,

ijodiy faoliyat yoki mashg'ulotlarni aniqlash orqali shaxsiy qiziqishlarini anglay boshlaydi. Ikkinchi komponent — qobiliyat "Men nimani yaxshi bajara olaman?" savoli orqali bolaning kuchli tomonlarini aniqlashga yo'naltiriladi. Bunda faqat akademik natijalar emas, balki ijodkorlik, muloqot, kuzatuvchanlik va jamoada ishlash kabi qobiliyatlar ham hisobga olinadi. Uchinchi komponent — foydalilik o'quvchining o'z qiziqish va qobiliyatlarini boshqalarga foyda keltirish bilan bog'lashini nazarda tutadi. Tadqiqotlar Ikigai va hayot maqsadi o'rtasida kuchli bog'liqlik mavjudligini ko'rsatadi; insonning hayotiy maqsadini anglash uning hayot sifatini yaxshilashda muhim omillardan biri hisoblanadi.[3] Masalan, rasm chizishga qiziqadigan bola o'z ijodiy qobiliyatidan sinf yoki maktab uchun foydali materiallar tayyorlashda foydalanishi mumkin. To'rtinchi komponent — maqsad esa avvalgi uch komponentni muayyan harakatga aylantiradi. O'quvchi o'z qiziqishi va imkoniyatlarini anglagan holda kichik, aniq va amalga oshiriladigan maqsad belgilaydi. Shunday qilib, tadqiqotda taklif etilgan "Qiziqish → Qobiliyat → Foydalilik → Maqsad" modeli bolaning o'zini anglash jarayonini bosqichma-bosqich tashkil etishga xizmat qiladi. Ikigai yondashuvi o'quvchilarga o'z hayotiy maqsadlarini shakllantirishga yordam beruvchi vosita sifatida qo'llanishi mumkin. Tadqiqotlarda u o'zini anglash, mustaqillik, o'z faoliyatini boshqarish va shaxsiy maqsadlarni aniqlash bilan bog'langan. [4] Bunda Ikigai boshlang'ich sinf o'quvchisi uchun tayyor kasbiy yo'nalish emas, balki o'z imkoniyatlarini anglash va kelajakdagi intilishlarini shakllantirishga yordam beruvchi pedagogik yondashuv sifatida talqin qilinadi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, bugungi kunda yosh avlodning o'z hayot yo'lini anglash, shaxsiy imkoniyatlarini to'g'ri baholash va aniq maqsadlar belgilash masalasi ta'lim oldidagi muhim vazifalardan biridir. Ayniqsa, insonning kelajakdagi hayotiy qarashlari va o'ziga bo'lgan munosabati shakllanadigan boshlang'ich ta'lim bosqichida bu jarayonga e'tibor qaratish muhim ahamiyat kasb etadi. Shu nuqtayi nazardan, yapon

madaniyatida shakllangan Ikigai yondashuvi o'quvchilarga o'z hayotidagi mazmunni anglash, nimaga qiziqishi, nimalarga qodirligi, boshqalarga qanday foyda keltirishi va kelajakda qanday maqsad sari intilishini tushunishga yordam beruvchi istiqbolli metodik vosita sifatida namoyon bo'ladi. Ikigaini bolalikdan boshlab o'rgatishning asosiy maqsadi bolaga erta yoshdan muayyan kasb tanlatish emas, balki o'zini izlash, o'z kuchini anglash va hayotida mazmunli yo'nalish topish ko'nikmasini shakllantirishdan iborat. Ikigai yondashuvi o'quvchilarga o'z hayotiy maqsadlarini shakllantirishga yordam beruvchi vosita sifatida qo'llanishi mumkin. Tadqiqotlarda u o'zini anglash, mustaqillik, o'z faoliyatini boshqarish va shaxsiy maqsadlarni aniqlash bilan bog'langan.[5] Bugungi kunda o'z qiziqishi, qobiliyati va hayotiy maqsadini aniqlashda qiynalayotgan yoshlar mavjud ekan, bunday muammolarning oldini olishni maktabgacha yoki boshlang'ich ta'lim bosqichidan boshlash maqsadga muvofiq. Bola o'zining kichik qiziqishlarini anglashdan boshlab, ularni qobiliyat, qadriyat va maqsad bilan bog'lashni o'rgansa, kelajakda ongliroq tanlovlarni qilish imkoniyatiga ega bo'ladi. Shuningdek, Ikigai yondashuvi insonning uzoq va mazmunli hayot kechirish g'oyasi bilan ham bog'liq bo'lib, unda maqsadga ega bo'lish, kundalik faoliyatdan ma'no topish va o'zini jamiyatning foydali a'zosi sifatida his qilish muhim o'rin tutadi. Demak, yosh avlodga Ikigai tamoyillarini yoshligidan anglatish nafaqat ularning ta'limiy va shaxsiy rivojlanishiga, balki kelajakda o'z hayot yo'lini ongli ravishda tanlashiga ham xizmat qilishi mumkin. Shu bois "Qiziqishdan maqsad sari" tamoyili asosida Ikigai yondashuvini boshlang'ich ta'limga moslashtirish bugungi ta'lim uchun dolzarb va istiqbolli yo'nalishlardan biri sifatida baholanishi mumkin. Har bir bola o'z Ikigaisini topishga qanchalik erta yo'l olsa, uning kelajakdagi hayoti shunchalik ongli, mazmunli va maqsadga yo'naltirilgan bo'lishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Garcia, H., & Miralles, F. (2016). Ikigai: The Japanese Secret to a Long and Happy Life. London: Hutchinson.

2. Suraswadi, P., Wichaidit, S., Polahan, S., & Brown, G. T. L. (2025). Building student agency in rural Thailand: Using the Ikigai framework and positive youth development. *Frontiers in Education*, 10.
3. Tsuzishita, S., & Wakui, T. (2021). The Effect of High and Low Life Purpose on Ikigai (a Meaning for Life) among Community-Dwelling Older People. *Geriatrics*, 6(3), 73
4. Taylor, L. B. T., Raman, N., Chong, J., & Chin, C. M. (2026). Crafting life purpose statements using ikigai framework among first-semester students in Malaysia. *Journal of University Teaching and Learning Practice*.
5. Ijeaku, et al. (2025). Exploring the Effects of Ikigai on Mental, Physical, and Social Health: A Scoping Review. *Lifestyle Medicine*, 6(2).