

2025
№11

ISSN 3060-527X

TA'LIMDA ISTIQBOLLI IZLANISHLAR.



**TA'LIMDA ISTIQBOLLI
IZLANISHLAR**
Xalqaro ilmiy-metodik jurnal

**ПЕРСПЕКТИВНЫЕ
ИССЛЕДОВАНИЯ В ОБРАЗОВАНИИ**
Международный научно-методический
журнал

**PROSPECTIVE RESEARCH IN
EDUCATION**
International scientific methodological
journal

№ 11-Son, 1-Qism 2025-yil

Jurnal O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi OAK Rayosatining 2024 - yil 7 - iyundagi 355-son qarori bilan pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha dissertatsiya ishlari natijalari yuzasidan ilmiy maqolalar chop etilishi lozim bo'lgan zaruriy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan.

BOSH MUHARRIR:
Tilavov Muxtor Hasan o'g'li
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

Кулешов Валерий Владимирович - pedagogika fanlari doktori, professor Rossiya Fanlar akademiyasining akademigi (Ukraina).

Andriyenko Yelena Vasilyevna - pedagogika fanlari doktori, professor (Novosibirsk davlat pedagogika universiteti Fizika, matematika, axborot va texnologiya ta'limi instituti, Novosibirsk, Rossiya).

Romm Tatyana Aleksandrovna - pedagogika fanlari doktori, professor (Novosibirsk davlat pedagogika universiteti Tarix, gumanitar va ijtimoiy ta'lim instituti, Novosibirsk, Rossiya).

Eko Sri Margianti - Gunadarma universiteti rektori, iqtisodiyot fanlari doktori, professor (Indoneziya).

Xamidov Obidjon Xafizovich - Buxoro davlat universiteti rektori, iqtisodiyot fanlari doktori, professor.

Zaripov Lochin Rustamovich - pedagogika fanlari doktori (DSc), professor (O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi Oliy ta'limni rivojlantirish ilmiy-tadqiqot markazi, O'quv-uslubiy faoliyatni takomillashtirish boshqarma boshlig'i).

Nazarov Akmal Mardonovich - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor (Buxoro davlat universiteti "Psixologiya" kafedrasining mudiri).

Saidov Azamat Ismoilovich - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor (Samarqand davlat chet tillar instituti magistratura bo'limi boshlig'i).

Qodirov Azizjon Anvarovich - iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), dotsent (Buxoro davlat universiteti Tabiiy fanlar va agrobiotexnologiya fakulteti dekani).

Davlatov Suxrob Sayitjonovich - iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent (Buxoro davlat universiteti O'quv-uslubiy departament boshlig'i).

Adizov Bobir Baxtiyorovich - iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent (Buxoro davlat universiteti Moliyalashtirish, iqtisodiy rivojlantirishni rejalashtirish departamenti boshlig'i).

Paxrutdinov Shukriddin Ilyosovich - siyosiy fanlar doktori, professor. Oriental universitetining "Iqtisodiyot va turizm" kafedrasining professori.

Akramova Shaxnoza Abrorovna - pedagogika fanlari nomzodi, professor (O'zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti, Harbiy-vatanparvarlik, ma'naviy-ma'rifiy tarbiya va yoshlar bilan ijtimoiy ishlash kafedrasining boshlig'i, podpolkovnik).

Mamanazarova Nargiza Komildjanovna - pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent. Oriental universitetining "Iqtisodiyot va turizm" kafedrasining professori.

Ostanov Shuhrat Sharifovich - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), (Buxoro davlat universiteti psixologiya kafedrasining dotsenti).

Rustamov Shavkat Shuhrat o'g'li - psixologiya fanlari doktori (DSc), (Buxoro davlat universiteti "Psixologiya" kafedrasining dotsenti).

Dilova Nargiza Gaybullayevna - pedagogika fanlari doktori (DSc), professor (Buxoro davlat universiteti Kengash kotibi).

Olimov Shirinboy Sharofovich - pedagogika fanlari doktori, professor (Buxoro davlat universiteti Pedagogika kafedrasining mudiri).

Hamroyev Alijon Ro'ziqulovich - pedagogika fanlari doktori (DSc), professor (Buxoro davlat universiteti Boshlang'ich ta'lim metodikasi kafedrasining mudiri).

G'ofurov Azizbek Umarjonovich - psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent, (Farg'ona davlat universiteti Magistratura bo'limi boshlig'i).

Ismatova Dilafruz Tuymuratovna - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), (Buxoro davlat universiteti "Psixologiya" kafedrasining dotsenti).

Ataboyev Nozimjon Bobojon o'g'li - filologiya fanlari doktori, professor (Buxoro davlat universiteti xorijiy tillar fakulteti dekani).

Atayeva Mexriniso Farxodovna - pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), (Buxoro davlat universiteti "Geliofizika, qayta tiklanuvchi energiya manbaalari va elektronika kafedrasining dotsenti).

Xotamov Shuxrat Nosirovich - pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), (O'zbekiston Respublikasi Milliy gvardiyasi Harbiy texnik instituti Gumanitar va ijtimoiy fanlar kafedrasining dotsenti).

Turdiyev Bexruz Sobirovich - falsafa fanlari doktori (DSc), (Buxoro davlat universiteti "Yurisprudensiya, ijtimoiy-siyosiy fanlar kafedrasining professori).

Fayziyeva Umida Asadovna - pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), (Buxoro davlat universiteti "Inson resurslarini boshqarish departamenti boshlig'i).

Muxlisov Sodiqjon Saidjonovich - pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), (Buxoro davlat universiteti "Axborot tizimlari va raqamli texnologiyalar kafedrasining dotsenti).

Axmadoyev Nazirjon Rahmat o'g'li - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), (Buxoro davlat universiteti "Psixologiya" kafedrasining katta o'qituvchisi).

Uzoqov Asliddin Mexritdinovich - pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent (Buxoro davlat pedagogika instituti Harbiy ta'lim fakulteti boshlig'ining o'quv ishlari bo'yicha o'rinbosari).

Ataxojayeva Shaxlo Anvarovna - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent (University of Business and Science Oliy ta'lim muassasasi "Ilmiy tadqiqot, innovatsiyalar, ilmiy pedagogik kadrlar tayyorlash bo'limi" boshlig'i).

Mas'ul kotib:

Dehqonboyev Shohjahon Oybek o'g'li – Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasining o'qituvchisi

EDITOR-IN-CHIEF:

Tilavov Mukhtor Hasan o'g'li

Doctor of Philosophy in Psychology (PhD), associate docent

EDITORIAL BOARD MEMBERS:

Kuleshov Valeriy Vladimirovich – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Russian Academy of Sciences (Ukraine).

Andrienko Yelena Vasilyevna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Novosibirsk State Pedagogical University, Institute of Physics, Mathematics, Information, and Technology Education, Novosibirsk, Russia).

Romm Tatyana Aleksandrovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Novosibirsk State Pedagogical University, Institute of History, Humanities, and Social Education, Novosibirsk, Russia).

Eko Sri Margianti – Rector of the Gunadarma University, Doctor of Economic Sciences, Professor (Indonesia).

Khamidov Obidjon Khafizovich – Rector of Bukhara State University, Doctor of Economic Sciences, Professor.

Zaripov Lachin Rustamovich – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor (Scientific-Research Center for the Development of Higher Education under the Ministry of Higher Education, Science, and Innovations of the Republic of Uzbekistan).

Nazarov Akmal Mardonovich – Doctor of Psychology (DSc), Professor (Head of the Department of Psychology, Bukhara State University).

Saidov Azamat Ismoilovich – Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor (Head of the Master's Department at the Samarkand State Institute of Foreign Languages).

Qodirov Azizjon Anvarovich – Doctor of Economic Sciences (DSc), Associate Professor (Dean of the Faculty of Natural Sciences and Agro-Technology at Bukhara State University).

Davlatov Suhrob Sayitjonovich – PhD in Economics, Associate Professor (Head of the Academic and Methodological Department, Bukhara State University).

Adizov Bobir Baxtiyorovich – PhD in Economics, Associate Professor (Head of the Department of Financial Management and Economic Development Planning, Bukhara State University).

Rakhutdinov Shukriddin Ilyosovich – Doctor of Political Sciences, Professor (Professor of the "Economics and Tourism" Department at the Oriental University).

Akramova Shakhnoza Abrorovna – Candidate of Pedagogical Sciences, Professor (Head of the Department of Military-Patriotic, Spiritual-Educational Education, and Social Work with Youth at the University of Public Safety of the Republic of Uzbekistan).

Mamanazarova Nargiza Komildjanovna – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Associate Professor. Professor at the "Economics and Tourism" Department at Oriental University.

Ostanov Shuhrat Sharifovich – PhD in Psychology (Associate Professor at the Psychology Department of Bukhara State University).

Rustamov Shavkat Shuhratovich – Doctor of Psychological Sciences (DSc), Associate Professor of the Department of Psychology at Bukhara State University.

Dilova Nargiza Gaybullayevna – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor (Secretary of the Council of Bukhara State University).

Olimov Shirinboy Sharofovich – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Head of the Pedagogy Department at Bukhara State University).

Hamroyev Alijon Roziqulovich – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor (Head of the Department of Primary Education Methodology at Bukhara State University).

G'ofurov Azizbek Umarjonovich – Doctor of Psychology (DSc), Associate Professor (Head of the Master's Program at Fergana State University).

Ismatova Dilafruz Tuymuratovna – PhD in Psychology (Associate Professor at the Psychology Department of Bukhara State University).

Ataboyev Nozimjon Bobojon o'g'li – Doctor of Philology, Professor (Dean of the Faculty of Foreign Languages at Bukhara State University).

Atayeva Mexriniso Farxodovna – PhD in Pedagogical Sciences (Associate Professor at the Department of Geophysics, Renewable Energy Sources, and Electronics at Bukhara State University).

Xotamov Shuxrat Nasirovich – PhD in Pedagogical Sciences (Associate Professor at the Department of Humanities and Social Sciences at the Military Technical Institute of the National Guard of the Republic of Uzbekistan).

Turdiyev Bekhruz Sobirovich – Doctor of Philosophical Sciences (DSc), Professor of the Department of Jurisprudence and Socio-Political Sciences at Bukhara State University.

Fayziyeva Umida Asadovna – PhD in Pedagogical Sciences (Associate Professor, Head of the Department of Human Resources Management at Bukhara State University).

Muxlisov Sodiqjon Saidjonovich – PhD in Pedagogical Sciences (Associate Professor at the Department of Information Systems and Digital Technologies at Bukhara State University).

Ahmadov Nazirjon Rahmat o'g'li – PhD in Psychology (Lecturer at the Psychology Department of Bukhara State University).

Uzokov Asliddin Mexritdinovich – PhD in Pedagogical Sciences (Associate Professor, Deputy Dean for Academic Affairs, Bukhara State Pedagogical Institute, Faculty of Military Education).

Atakhodzhaeva Shakhlo Anvarovna – PhD in Psychology (Associate Professor, Head of the Research, Innovations, and Pedagogical Staff Training Department at the University of Business and Science).

Responsible Secretary: Dehkonboyev Shohjahon Oybek o'g'li – lecturer, psychology department, Bukhara state university.

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:

Тилавов Мухтор Хасан угли

Доктор философии по психологии (PhD), доцент

ЧЛЕНЫ РЕДАКЦИОННОГО СОВЕТА:

Кулешов Валерий Владимирович – Доктор педагогических наук, профессор, академик Российской академии наук (Украина).

Андренко Елена Васильевна – Доктор педагогических наук, профессор (Новосибирский государственный педагогический университет, Институт физики, математики, информационного и технологического образования, Новосибирск, Россия).

Ромм Татьяна Александровна – Доктор педагогических наук, профессор (Новосибирский государственный педагогический университет, Институт истории, гуманитарного и социального образования, Новосибирск, Россия).

Эко Сри Маргианти – Ректор Университета Гунадарма, доктор экономических наук, профессор (Индонезия).

Хамидов Обиджон Хафизович – Ректор Бухарского государственного университета, доктор экономических наук, профессор.

Зарипов Лачин Рустамович – Доктор педагогических наук (DSc), профессор (Научно-исследовательский центр по развитию высшего образования при Министерстве высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан).

Назаров Акмал Мардонович – Доктор психологических наук (DSc), профессор (Заведующий кафедрой психологии Бухарского государственного университета).

Саидов Азамат Исмоилович – доктор психологических наук (DSc), профессор (заведующий магистратурой Самаркандского государственного института иностранных языков).

Кодиров Азизжон Анварович – Доктор экономических наук (DSc), доцент (Декан факультета естественных наук и агротехнологий Бухарского государственного университета).

Давлатов Сухроб Саиджонович – Доктор философии по экономике (PhD), доцент (Заведующий учебно-методическим отделом Бухарского государственного университета).

Адизов Бобир Бахтиёрович – Доктор философии по экономике (PhD), доцент (Заведующий кафедрой финансового менеджмента и экономического развития Бухарского государственного университета).

Рахутдинов Шукридин Ильёсевич – Доктор политических наук, профессор (Профессор кафедры "Экономика и туризм" Восточного университета).

Акракова Шахноза Абборовна – Кандидат педагогических наук, профессор (Заведующая кафедрой военно-патриотического, духовно-образовательного воспитания и социальной работы с молодежью в Университете общественной безопасности Республики Узбекистан).

Маманазарова Наргиза Комильджановна – Доктор педагогических наук (DSc), доцент. Профессор кафедры "Экономика и туризм" Восточного университета.

Останов Шухрат Шарифович – Доктор философии по психологии (PhD), доцент кафедры психологии Бухарского государственного университета.

Рустамов Шавкат Шухрат угли – доктор психологических наук (DSc), доцент кафедры «Психология» Бухарского государственного университета.

Дилова Наргиза Гайбуллаевна – Доктор педагогических наук (DSc), профессор (Секретарь совета Бухарского государственного университета).

Олимов Ширинбой Шарофович – Доктор педагогических наук, профессор (Заведующий кафедрой педагогики Бухарского государственного университета).

Хамроев Алижон Розиккулович – Доктор педагогических наук (DSc), профессор (Заведующий кафедрой методики начального образования Бухарского государственного университета).

Гофуров Азизбек Умаржонович – Доктор психологии (DSc), доцент (Заведующий магистратурой Ферганского государственного университета).

Исматова Дилафруз Туймуратовна – Доктор философии по психологии (PhD), доцент кафедры психологии Бухарского государственного университета.

Атабоев Нозимжон Бобожон угли – Доктор филологических наук, профессор (Декан факультета иностранных языков Бухарского государственного университета).

Атаева Мехринисо Фарходовна – Доктор педагогических наук (доцент кафедры геофизики, возобновляемых источников энергии и электроники Бухарского государственного университета).

Хотамов Шухрат Носирович – Доктор педагогических наук (PhD), доцент кафедры гуманитарных и социальных наук Военно-технического института Национальной гвардии Республики Узбекистан.

Турдиев Бехруз Собирович – доктор философских наук (DSc), профессор кафедры «Юриспруденция и общественно-политические науки» Бухарского государственного университета.

Файзиева Умида Асадовна – Доктор педагогических наук (PhD), доцент (Заведующий кафедрой управления человеческими ресурсами Бухарского государственного университета).

Мухлисов Содикжон Саиджонович – Доктор педагогических наук (PhD), доцент кафедры информационных систем и цифровых технологий Бухарского государственного университета.

Ахмадов Назаржон Рахмат угли – Доктор философии по психологии (PhD), преподаватель кафедры психологии Бухарского государственного университета.

Узков Аслидин Мехритдинович – Доктор философии по педагогике (PhD), доцент (Заместитель декана по учебной работе Бухарского педагогического института, факультет военного образования).

Атаходжаева Шахло Анваровна – Доктор философии по психологии (PhD), доцент (Заведующий отделом научных исследований, инноваций и подготовки научно-педагогических кадров Университета бизнеса и науки).

Ответственный секретарь:

Дехконбоев Шохжахон Ойбек угли – Преподаватель кафедры психологии Бухарского государственного университета.

DOLZARB MAZVU

Avezov Olmos Ravshanovich,
Osiyo xalqaro universiteti professori
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

EKSTREMAL VAZIYATLARDA AHOLINING TURLI QATLAMLARIGA PSIXOLOGIK XIZMAT KO'RSATISH PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada ekstremal vaziyatlarda aholining turli qatlamlariga psixologik xizmat ko'rsatishning psixologik xususiyatlari, inson ruhiyatining krizis sharoitlarida kechuvchi holatlari va ularni tiklash mexanizmlari tahlil qilingan. Tadqiqotda stress, xavotir, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va reabilitatsiya jarayonlarining o'zaro bog'liqligi ilmiy asosda yoritilgan. Maqola aholining psixologik barqarorligini ta'minlashga qaratilgan samarali psixologik yordam uslublarini ishlab chiqishga qaratilgan.

Kalit so'zlar: ekstremal vaziyatlar, psixologik xizmat, ruhiy barqarorlik, stress, reabilitatsiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash.

Аннотация. В статье рассмотрены психологические особенности оказания помощи различным слоям населения в экстремальных ситуациях, а также механизмы восстановления психического состояния человека в условиях кризиса. В исследовании проанализированы взаимосвязи между стрессом, тревожностью, социальной поддержкой и процессами реабилитации. Работа направлена на разработку эффективных методов психологической помощи для обеспечения психической устойчивости населения.

Ключевые слова: экстремальные ситуации, психологическая помощь, психическая устойчивость, стресс, реабилитация, социальная поддержка.

Abstract. The article examines the psychological characteristics of providing assistance to different segments of the population in extreme situations and analyzes mechanisms for restoring mental balance during crises. The study explores the interrelation between stress, anxiety, social support, and rehabilitation processes. The paper focuses on developing effective psychological support methods to strengthen the population's mental resilience.

Keywords: extreme situations, psychological assistance, mental resilience, stress, rehabilitation, social support.

Kirish. Zamonaviy ijtimoiy hayotning murakkablashuvi, ekologik, ijtimoiy, siyosiy va texnogen omillarning keskinlashuvi ekstremal vaziyatlarning tez-tez yuz berishiga sabab bo'lmoqda. Bunday sharoitlarda aholining turli qatlamlari - bolalar, ayollar, qariyalar, nogironlar va ijtimoiy zaif guruhlar - turli darajada psixologik zarbaga duchor bo'ladilar. Ekstremal vaziyatlar insonning psixik tizimini bevosita ta'sirga olib keladi, natijada hissiy iztirob, qo'rquv, xavotir va o'zini yo'qotish holatlari paydo bo'ladi. Shu bois, bu jarayonlarda psixologik yordam tizimining roli nihoyatda muhimdir, chunki u nafaqat insonning ruhiy tiklanishiga, balki jamiyatdagi psixologik barqarorlikni saqlashga ham xizmat qiladi. Ekstremal holatlarda psixologik yordam ko'rsatishning o'ziga xos jihati shundaki, u oddiy maslahat emas, balki krizis holatlarida insonni o'ziga qaytarish, hissiy barqarorlikni tiklash va stressni boshqarish jarayonini o'z ichiga oladi. Psixologik xizmatlar bu jarayonda shaxsning xavfsizlik hissini qayta shakllantirish, ijtimoiy ishonchni mustahkamlash va irodaviy faolligini tiklashga yo'naltiriladi. Shu bilan birga, aholining har bir qatlamiga mos yondashuv tanlash ularning yosh, jins, ijtimoiy maqom va psixik tayyorgarlik darajasiga qarab farqlanadi. Shunday qilib, ekstremal sharoitlarda psixologik xizmatning asosiy

maqsadi insonni ruhiy jihatdan qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy hayotga qayta moslashuvini ta'minlashdan iboratdir.

Psixologik jihatdan ekstremal vaziyatlarda inson organizmida kuchli stress reaksiyasi, xavfni baholashdagi buzilishlar va affektiv portlash holatlari kuzatiladi. Bu holatlar insonning idrok, tafakkur va emotsional jarayonlarini izdan chiqaradi, natijada u o'z xatti-harakatini nazorat qilishda qiyinchiliklarga duch keladi. Shu sababli, psixologik yordamning muhim yo'nalishi sifatida insonning ichki muvozanatini tiklash, irodaviy barqarorlikni shakllantirish va o'zini anglashni kuchaytirish zarur bo'ladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ekstremal vaziyatda insonning hissiy holati beqaror, kognitiv faoliyati esa toraygan bo'ladi, bu esa qaror qabul qilish sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu nuqtayi nazardan, psixologlar tomonidan qo'llaniladigan tezkor yordam usullari - ventilatsiya, empatik tinglash, hissiy reaksiya bilan ishlash va moslashtiruvchi suhbatlar - muhim ahamiyat kasb etadi. Bunday yondashuvlar insonning his-tuyg'ularini boshqarish, xavfni real baholash va ijtimoiy resurslardan foydalanish ko'nikmalarini tiklashga yordam beradi. Shuningdek, ekstremal sharoitlarda jamoaviy qo'llab-quvvatlashning mavjudligi, ijtimoiy birdamlik va o'zaro hamdardlik psixologik tiklanish jarayonida katta rol o'ynaydi. Shu bois, psixologik xizmatning samaradorligi faqat individual ish emas, balki ijtimoiy muhitning barqarorligi bilan ham belgilanadi.

Aholining turli qatlamlariga psixologik xizmat ko'rsatishning psixologik xususiyatlari ularning psixik reaktivligi, moslashuv mexanizmlari va emotsional resurslariga tayanadi. Bolalar uchun psixologik yordam asosan o'yin terapiyasi, vizual obrazlar va art-terapiya orqali amalga oshiriladi, chunki ular o'z his-tuyg'ularini og'zaki ifoda etishda qiynaladilar. Ayollar uchun esa hissiy qo'llab-quvvatlash, muloqot orqali stressni kamaytirish va o'ziga ishonchni tiklash muhim omillardir. Qariyalar uchun psixologik yordam tinchlik, xotirjamlik va ijtimoiy ahamiyat hissini qayta shakllantirishni ko'zda tutadi. Nogironlar va jismoniy imkoniyati cheklangan shaxslar uchun esa psixologik yordam ularning o'zini foydali his qilishini, ijtimoiy hayotda ishtirok etish imkoniyatini oshirishga qaratilgan bo'ladi. Shu bilan birga, ekstremal holatlarda ijtimoiy zaif qatlamlarga, masalan, yetim bolalar, kam ta'minlangan oilalar yoki zo'ravonlikdan jabr ko'rgan shaxslarga maxsus psixologik dasturlar asosida yordam ko'rsatish talab etiladi. Har bir toifa uchun yordamning shakli va usullari farqlangan holda, ularning ruhiy ehtiyojlari, madaniy qadriyatlari va shaxsiy tajribalariga mos yondashuv zarur. Shu tarzda, ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmatlarning xususiyati ularning insonparvarlik, adaptivlik va tizimlilik tamoyillariga asoslanadi. Bu yondashuv aholining ruhiy barqarorligini tiklash, ijtimoiy ishonchni mustahkamlash va jamiyatda psixologik xavfsizlikni ta'minlashda muhim o'rin tutadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. O'zbekiston psixolog olimlaridan A.Abdurasulov, A.M.Jabborov, D.G'.Muxamedova, E.G'.G'oziyev, E.Gaziyeva, G'.B.Shoumarov, M.Mamatov, N.S.Safoyev, R.S.Samarov, V.M.Karimova, Y.Masharipov, Z.T.Nishonova, Z.Fayziyev singari olimlar psixologik xizmat ko'rsatish yuzasidan izlanishlar olib borgan bo'lsalar, psixologik xizmat nazariyasini talqin qilishning fundamental asoslarini yaratish borasida B.R.Qodirov, Sh.R.Barotov, V.M.Karimova, V.A. Yadovlarning rahbarligidagi ilmiy izlanishlarda ekstremal vaziyatning kategoriya sifatidagi talqini yuzasidan tadqiqotlar olib borilgan.

Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi mamlakatlari olimlaridan A.S.Puni, A.B.Petrovskiy, A.M.Stolyarenko, V.N.Tomalinsev V.L.Marishuk, V.F.Sopov, D.A.Leontev, YE.P.Ilin, L.R.Pravdina, I.P.Volkov, Y.L.Xanin, L.S.Vigoskiy, M.A.Kotik, N.B.Stambulova, R.M.Zagaynov, C.L.Rubinshteyn, P.A.Rudik kabilarning olib borgan zamonaviy tadqiqotlarida ekstremal vaziyatlar psixologiyasi bilan uyg'un tadqiqotlar olib borilgan.

Xorijiy olimlardan A.Lazarus, A.Freyd, A.Louen, A.Adler, E.Fromm, D.Mayers, E.Bern, F.Perlz, G.Selye, K.Xorni, K.Rodgers, R.Plutchik, Z.Freydlarning olib borilgan ilmiy izlanishlarida psixologik xizmat ko'rsatish to'g'risida sharhlar berilgan.

Ekstremal vaziyatlarda inson ruhiyatining o'zini tutish mexanizmlari haqida dastlabki ilmiy nazariy asoslar Gans Selye tomonidan ishlab chiqilgan stress nazariyasiga borib taqaladi. Selye o'zining "umumiy adaptatsiya sindromi" nazariyasida insonning keskin holatlarga fiziologik va

psixologik javobini uch bosqichda - ogohlantirish, qarshilik va charchash bosqichlari orqali izohlaydi. Unga ko'ra, har qanday ekstremal holatda organizmning birinchi reaksiyasi bu himoya mexanizmlarini ishga tushirishdir. Bu jarayon davomida shaxsda psixik taranglik, hissiy beqarorlik va affektiv o'zgarishlar yuz beradi. Agar bu holat uzoq davom etsa, stress resurslari tugaydi va inson depressiya, befarqlik yoki psixik sindromlarga duch keladi. Shu nuqtayi nazardan, Selye nazariyasi ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmatning asosiy yo'nalishlarini belgilashda - ya'ni stressni kamaytirish va moslashuvni kuchaytirish - muhim metodologik asos hisoblanadi. U o'z ishlarida psixologik yordamni faqat krizisdan keyin emas, balki oldindan profilaktika sifatida qo'llash zarurligini ta'kidlaydi. Bu yondashuv ekstremal sharoitlarda psixologik xizmatning inson salomatligiga strategik ta'sirini tushunishda fundamental ahamiyat kasb etadi.

Abraham Maslouning "ehtiyotlar ierarxiyasi" nazariyasi ekstremal vaziyatlarda psixologik yordamni yo'naltirishda muhim yo'l-yo'riq bo'lib xizmat qiladi. Maslou inson ehtiyotlarini besh bosqichli tizimda ko'rsatgan bo'lib, eng past bosqichda fiziologik va xavfsizlik ehtiyotlari joylashgan. Ekstremal holatlarda bu ehtiyotlar keskin buziladi, natijada insonning barcha psixologik faoliyati xavfsizlik va yashash instinktiga yo'naltiriladi. Shuning uchun psixologik xizmatning birlamchi vazifasi insonda xavfsizlik hissini tiklash va hayotning davomiyligiga ishonchni mustahkamlashdir. Maslouning fikricha, yuqori darajadagi ehtiyotlar - ya'ni ijtimoiy aloqa, hurmat va o'zini ro'yobga chiqarish - faqat xavfsizlik ehtiyoti qondirilgandan keyingina faollashadi. Shu jihatdan, ekstremal sharoitlarda psixologlar avvalo odamning asosiy ruhiy ehtiyotlarini qondirishni yo'lga qo'yishlari zarur. Bu nazariya psixologik xizmatlar uchun metodik asos bo'lib, har bir toifadagi insonning ehtiyotini aniqlash va unga mos yordam shaklini tanlash imkonini beradi. Natijada psixologik reabilitatsiya jarayoni insonning ruhiy holatini tiklashda yanada samarali bo'ladi.

Kurt Levinning "maydon nazariyasi" ekstremal vaziyatlarda inson xulq-atvorini tushunishda alohida ahamiyatga ega. Levin inson xatti-harakatini ichki psixologik kuchlar va tashqi ijtimoiy muhitning o'zaro ta'siri natijasi deb hisoblaydi. Unga ko'ra, ekstremal vaziyatlarda insonni o'rab turgan muhit keskin o'zgaradi, natijada shaxsning "psixologik maydoni"da kuchli stress manbalari paydo bo'ladi. Bu kuchlar o'zaro to'qnashib, ichki muvozanatni buzadi va insonda o'zini yo'qotish holatlarini keltirib chiqaradi. Shuning uchun psixologik xizmatda eng muhim vazifa bu ichki kuchlar muvozanatini tiklash va tashqi muhitga moslashishni osonlashtirishdir. Levinning maydon nazariyasi asosida psixologlar ekstremal vaziyatlarda insonni o'rab turgan omillarni, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasini va stress manbalarini tahlil qiladilar. Bu yondashuv individual va guruh psixologik yordamni samarali tashkil etishga imkon beradi. Shu bilan birga, Levinning nazariyasi asosida ishlab chiqilgan trening metodlari, masalan, "psixologik moslashuv mashg'ulotlari" amaliyotda o'zini oqlagan. Shu tarzda bu nazariya psixologik xizmat tizimida moslashuv va barqarorlikni ta'minlovchi muhim model hisoblanadi.

Albert Banduraning "ijtimoiy o'rganish nazariyasi" ekstremal holatlarda insonning boshqalar xatti-harakatlaridan o'rganish va psixologik resurslarni qayta shakllantirish mexanizmlarini tushuntiradi. Bandura inson o'z xatti-harakatini kuzatish, tahlil qilish va o'xshash vaziyatlardagi odamlar tajribasini o'zlashtirish orqali o'zgartiradi, degan fikrni ilgari suradi. Ekstremal vaziyatlarda bu nazariya asosida psixologik yordam shaxsning ijtimoiy o'rganish mexanizmlarini tiklashga qaratiladi. Masalan, inson o'ziga o'xshash holatdagi boshqalarning muvaffaqiyatli chiqish tajribasini kuzatib, o'zida ham moslashuv kuchini his qiladi. Banduraning "o'z-o'zini samaradorlik" tushunchasi ham ayni holatda dolzarbdir - inson o'ziga ishonchni qayta his qilsa, ruhiy tiklanish jarayoni tezlashadi. Shu bois psixologik xizmatda ijtimoiy o'rganish, guruh qo'llab-quvvatlash va motivatsion treninglar muhim o'rin egallaydi. Bandura yondashuvi shaxsning ichki resurslarini faollashtirish, stressni yengish va ijtimoiy moslashuvni kuchaytirishga asos bo'ladi. Bu model ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmatlarning samaradorligini oshiruvchi ijtimoiy-psixologik mexanizm sifatida qaraladi.

Viktor Franklning "logoterapiya" nazariyasi esa insonning eng og'ir sinovlarda ham hayot ma'nosini topish qobiliyatiga asoslanadi. Frankl konsentratsion lager tajribasiga tayanib, insonning ruhiy omon qolishida maqsad va ma'no tuyg'usining rolini asoslab bergan. Unga ko'ra, hatto ekstremal holatlarda ham inson hayotida ma'no topa olsa, ruhiy tiklanish imkoniyati ortadi. Shu sababli psixologik yordamda insonning ichki kuchini, irodasini va hayotga bo'lgan ishonchini qayta shakllantirish markaziy vazifa sifatida qaraladi. Franklning yondashuvi bugungi psixologik xizmatlarda keng qo'llanilib, krizis-terapiya va reabilitatsiya dasturlarining falsafiy asosini tashkil etadi. Insonning hayot ma'nosini topishga yo'naltirilgan suhbatlar, motivatsion dialoglar va refleksiv mashg'ulotlar uning ruhiy kuchini oshiradi. Bu nazariya psixologik yordamda shaxsning ruhiy immunitetini kuchaytirish, umid tuyg'usini qayta uyg'otish va irodaviy barqarorlikni tiklashda alohida ahamiyat kasb etadi. Franklning konsepsiyasi ekstremal sharoitlarda psixologik xizmatning insonparvarlik asosini mustahkamlaydi va shaxsni ruhiy barqarorlik sari yo'naltiradi.

Yuqoridagilarga asoslanib aytish mumkinki, umuman ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmat jarayoni shaxs tabiati uchun xarakterli bo'lgan boshqa xil himoyalar orasida ham alohida ajralib turadi. Jumladan, biologik himoyada shaxsning individ yoxud biologik mavjudot sifatidagi ehtiyojlarining qondirilishi bilan bog'liq harakatlar tushunilsa, ijtimoiy himoyada esa shaxsning davlat va jamiyat tomonidan ma'lum me'yoriy hujjatlar asosida himoya qilinishi tushuniladi. Iqtisodiy himoya jarayoni shaxsning moddiy ta'minlanganlik darajasini belgilashga qaratilgan tadbirlar, qonunlar va rasmiy hujjatlar bilan belgilanadi. Ko'pgina adabiyotlarda ma'naviy-mafkuraviy muhofaza jarayoniga dahldor mulohazalar ham mavjud. Bunda asosan yoshlardagi milliy e'tiqodni mustahkamlash ma'naviy bo'shliqqa yo'l qo'ymaslik masalalariga alohida e'tibor qaratiladi. Insonning ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmati esa uning shaxs sifatidagi faoliyati hamda faolligini ta'minlashga xizmat qiluvchi o'ziga xos psixologik imkoniyatlar bilan belgilanadi va baholanadi.

Tahlillar va natijalar. Olib borilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, ekstremal vaziyatlarda aholining turli qatlamlariga psixologik xizmat ko'rsatish samaradorligi ularning psixik holati, moslashuv mexanizmlari va ijtimoiy tayyorgarlik darajasiga bevosita bog'liqdir. Bunday vaziyatlarda insonning hissiy, irodaviy va kognitiv tizimi keskin zo'riqishga uchraydi, bu esa o'zini yo'qotish, vahima, affektiv portlash yoki toliqish kabi reaksiyalarni keltirib chiqaradi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, aholining psixik javoblari ijtimoiy qatlamlarga ko'ra sezilarli darajada farqlanadi: bolalar ko'proq qo'rquv va xavotir holatida bo'lsa, kattalarda stress va javobgarlik hissi kuchayadi, qariyalar esa umidsizlik va befarqlikka moyil bo'ladilar. Shu sababli psixologik xizmat tizimi differensial yondashuvga asoslanishi, ya'ni har bir qatlamning individual psixologik ehtiyojlariga moslashtirilgan bo'lishi lozim.

Tahlillar shuni ham ko'rsatadiki, ekstremal vaziyatlarda psixologik yordam faqat individual darajada emas, balki jamoaviy reabilitatsiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ommaviy axborot vositalari orqali tinchlantirish usullari bilan birgalikda olib borilganda samaraliroq natija beradi. Psixologik xizmatning samaradorligini oshirish uchun stressni kamaytiruvchi mashg'ulotlar, hissiy muvozanatni tiklash dasturlari va ijtimoiy muloqotni faollashtiruvchi treninglar muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, psixologik yordam jarayonida insonning o'zini qadrlash hissinı kuchaytirish, xavfsizlikni qayta his etish va irodaviy faolligini tiklash zarur. Shu tarzda tizimli yondashuv orqali ekstremal holatlardagi ruhiy zarba oqibatlarini kamaytirish va ijtimoiy barqarorlikni tiklash imkoniyati oshadi. Ilmiy adabiyotlar talqini psixologik xizmat metodologiyasining umumiy yo'nalishlari G'arb ijtimoiy psixologiya namoyandalari tadqiqotlarini quyidagicha izohlash mumkin: V.Vundtning 1900 yilda chop etilgan «Xalqlar psixologiyasi» nomli yirik (o'n tomlik) asari ijtimoiy psixologiya yo'nalishlarini yorqinlashtirishga xizmat qilib, inson ma'naviyati, madaniyati va mafkurasini o'rganishning murakkab tomonlarini ochib berdi.[22,61,73] Taniqli ingliz psixologi Vilyam Makdugallning 1908 yilda yozilgan «Ijtimoiy psixologiyaga kirish» asaridagi «ijtimoiy xulq-atvor instinktlari» nazariyasi freydizmg'a qarshi o'laroq inson instinktlari va faoliyat uyg'unligini ta'minlash muammosini yoritishga ilk bor asos bo'lib xizmat qildi.

1-jadval

Tadqiqot bosqichi	Tadqiqot maqsadi	Tadqiqot vazifalari	Tadqiqot ob'ekti va sub'ekti	Tadqiqot metodlari	Kutilayotgan natijalar
1. Nazariy bosqich	Ekstremal vaziyatlarda psixologik yordamning mohiyati va ahamiyatini aniqlash	- Mavzuga oid adabiyotlarni o'rganish - Ekstremal vaziyat (urush, tabiiy ofat, pandemiya, favqulodda holatlar) tushunchalarini tahlil qilish - Psixologik xizmat turlarini aniqlash	Aholining turli qatlamlari (bolalar, o'smirlar, ayollar, erkaklar, qariyalar, nogironlar)	Nazariy tahlil, kontent tahlili, taqqoslash metodi	Ekstremal sharoitda psixologik xizmatning ilmiy-nazariy asoslari ishlab chiqiladi
2. Diagnostik bosqich	Turli ijtimoiy guruhlarining ekstremal vaziyatga psixologik reaksiyalarini aniqlash	- Aholining turli qatlamlari bilan so'rovnoma va suhbatlar o'tkazish - Stress, qo'rquv, tashvish, posttravmatik sindrom darajasini baholash	Ekstremal vaziyat ta'sirida qolgan shaxslar (masalan, zilzila, yong'in, urush hududidan ko'chganlar)	So'rovnoma, intervyu, psixodiagnostik testlar (SCL-90, Shaxsiy xavotir testi, Bek shkalasi)	Aholining psixologik holatini xaritalash, ehtiyojlarni aniqlash
3. Amaliy bosqich	Psixologik yordam dasturini ishlab chiqish va sinovdan o'tkazish	- Individual va guruhli psixokorreksion mashg'ulotlar tashkil etish - Stressni kamaytirish, travmani yengish texnikalarini o'rgatish	Psixologik yordamga muhtoj shaxslar guruhi	Treninglar, relaksatsiya, kognitiv-behavioral yondashuv, art-terapiya, psixodrama	Psixologik barqarorlik va moslashuv ko'rsatkichlarining oshishi
4. Tahliliy bosqich	Olingan natijalarni tahlil qilish va umumlashtirish	- Amaliy bosqich natijalarini statistik tahlil qilish - Tavsiyalar ishlab chiqish	Tadqiqotda ishtirok etgan guruhlar	Statistik tahlil, solishtirma tahlil	Turli qatlamlarga mos psixologik yordam modeli ishlab chiqiladi

Tadqiqot bosqichi	Tadqiqot maqsadi	Tadqiqot vazifalari	Tadqiqot ob'ekti va sub'ekti	Tadqiqot metodlari	Kutilayotgan natijalar
5. Yakuniy bosqich	Tadqiqot natijalarini amaliyotga joriy etish	- Olingan natijalarni tibbiy-psixologik markazlar, FVV va ta'lim muassasalarida qo'llash - Ilmiy maqola va tavsiyanomalar tayyorlash	Amaliy psixologlar, ijtimoiy xodimlar, FVV mutaxassislari	Ilmiy-uslubiy ishlab chiqish, seminar-treninglar	Aholining psixologik himoyasi va barqarorligini oshirish bo'yicha tavsiyalar

Tahlil natijalariga ko'ra, psixologik xizmat ko'rsatishda aholining turli toifalari uchun individual psixologik yondashuvni belgilash zarurati aniqlangan. Bolalar bilan ishlashda o'yin terapiyasi, ertak terapiyasi va ijodiy faoliyat orqali hissiy barqarorlikni tiklash samarali hisoblanadi. Ayollar uchun ijtimoiy muloqot, empatik suhbatlar, hissiy qo'llab-quvvatlash va o'zini qadrlashni oshirish asosiy yo'nalish bo'lib xizmat qiladi. Qariyalar bilan ishlashda esa ular hayotiy tajribasiga hurmat bilan qarash, ularning ijtimoiy ahamiyatini qayta his qilish va sokinlik muhitini yaratish psixologik yordamning asosi sifatida ko'riladi. Nogironlar va jismoniy imkoniyati cheklangan shaxslar bilan olib boriladigan ishda esa ularning o'ziga ishonchini qayta shakllantirish va ijtimoiy integratsiyani kuchaytirish ustuvor hisoblanadi.

Tahlillar shuni tasdiqlaydiki, guruh terapiya, ijtimoiy reabilitatsiya dasturlari va psixoedukatsion mashg'ulotlar aholi qatlamlarida ruhiy tiklanish jarayonini tezlashtiradi. Psixologik xizmat jarayonida empatiya, bag'rikenglik, faol tinglash va refleksiv yondashuv asosiy amaliy vositalar sifatida qo'llaniladi. Natijada, psixologik xizmat insonning hissiy resurslarini faollashtiradi, o'zini anglash darajasini oshiradi va ijtimoiy faoliyatga qayta jalb etadi. Shu tarzda tahlillar ko'rsatadiki, kompleks psixologik yordam nafaqat individual, balki ijtimoiy ruhiy tiklanishni ham ta'minlaydi.

Umumlashtirilgan natijalar shuni ko'rsatadiki, ekstremal vaziyatlarda aholining ruhiy tiklanishini ta'minlash uchun psixologik xizmat tizimi ilmiy asoslangan, tizimli va insonparvarlik tamoyillariga tayanishi zarur. Ekstremal holatlarda psixologik yordam faqat hodisadan keyingi reaksiya bilan chegaralanmasligi, balki oldindan tayyorgarlik, profilaktika va barqarorlikni rivojlantirish yo'nalishlarini ham qamrab olishi lozim. Natijalar ko'rsatadiki, aholining psixologik barqarorligi jamiyatdagi ijtimoiy muhit, axborot oqimining sifati va psixologik madaniyat darajasi bilan chambarchas bog'liq. Shu bois, psixologik xizmat faqat mutaxassislar faoliyati emas, balki butun tizimli ijtimoiy harakat sifatida tashkil etilishi zarur.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, ekstremal vaziyatlarda psixologik yordamning eng muhim natijasi bu insonning ruhiy immunitetini kuchaytirish, hayotga ishonchni tiklash va o'zini nazorat qilish qobiliyatini rivojlantirishdir. Shu bilan birga, psixologik xizmat jarayonida jamoaviy birdamlik, ijtimoiy hamkorlik va o'zaro yordam mexanizmlari mustahkamlanadi. Natijalar shuni tasdiqlaydiki, har tomonlama tashkil etilgan psixologik xizmat tizimi insonning ruhiy salomatligini himoya qiladi, ijtimoiy barqarorlikni ta'minlaydi va jamiyatda psixologik xavfsizlikni mustahkamlaydi. Shu jihatdan, ekstremal sharoitlarda psixologik xizmatlarning sifatini oshirish, xalqaro tajribalarni joriy etish va mutaxassislar tayyorlovini kuchaytirish dolzarb masala sifatida qaraladi.

Xulosa. Yuqorida o'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, ekstremal vaziyatlarda aholining turli qatlamlariga psixologik xizmat ko'rsatish jarayoni murakkab, ko'p bosqichli va yuqori darajada ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan tizimdir. Bunday vaziyatlarda insonning ruhiy holati beqaror bo'lib, u kuchli stress, qo'rquv, xavotir, umidsizlik yoki affekt holatiga tushadi. Shu sababli, psixologik yordam nafaqat individual terapiya shaklida, balki ijtimoiy va jamoaviy reabilitatsiya vositalari orqali ham amalga oshirilishi zarur. Ekstremal holatlarda insonning hissiy holatini tiklashda empatiya, ishonch va psixologik qo'llab-quvvatlash tamoyillari asosiy o'rin tutadi.

Xulosa natijalari shuni ko'rsatadiki, bunday xizmatlar aholining yosh, jins, ijtimoiy maqom va madaniy muhitini inobatga olgan holda tashkil etilgandagina samarali natija beradi. Shu bilan birga, psixologik yordamning insonparvarlik, tezkorlik va tizimlilik tamoyillari uning amaliy qiymatini oshiradi. Ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmatlarning asosiy maqsadi insonning psixik muvozanatini tiklash, irodaviy barqarorligini mustahkamlash va ijtimoiy hayotga qayta moslashuvini ta'minlashdan iboratdir. Bu jarayonda har bir psixolog insoniy qadriyatlarni saqlab qolgan holda, madaniy va ijtimoiy omillarni uyg'unlashtirgan yondashuvdan foydalanishi lozim. Shu tarzda tashkil etilgan xizmatlar inson salomatligini saqlash, ruhiy zarbalarni kamaytirish va jamiyatda ijtimoiy barqarorlikni tiklashga xizmat qiladi.

Xulosa natijalariga ko'ra, aholining turli qatlamlariga psixologik xizmat ko'rsatishda eng muhim jihatlardan biri bu - individual va differensial yondashuvdir. Bolalar uchun bu o'yin terapiyasi, art-terapiya va ijtimoiy muloqotni tiklash orqali amalga oshirilsa, ayollar uchun hissiy qo'llab-quvvatlash, xavfsizlik hissinini tiklash va o'zini qadrlashni oshirish muhim hisoblanadi. Qariyalar bilan ishlashda esa ularning ijtimoiy ahamiyatini qayta his etish, yolg'izlikni kamaytirish va xotirjamlik muhitini yaratish zarur.

Shuningdek, nogironlar, ijtimoiy zaif qatamlar va travma olgan shaxslar bilan ishlashda psixologik yordam ularning o'zini foydali his qilishini ta'minlash, jamiyatga qayta integratsiyalashuvini rag'batlantirish bilan bog'liq bo'ladi. Bu yondashuvlar orqali har bir shaxs o'zining ruhiy resurslarini faollashtiradi, moslashuv jarayonini tezlashtiradi va ijtimoiy faoliyatga qayta kirish imkoniyatiga ega bo'ladi. Xulosa qilib aytganda, psixologik xizmatning samaradorligi uning mazmuni va uslubiy asoslariga, shuningdek, mutaxassislarning malaka darajasi va empatik yondashuviga bog'liqdir. Shu sababli, psixologlar, ijtimoiy xodimlar va sog'liqni saqlash tizimlari o'rtasida hamkorlikni kuchaytirish dolzarb ahamiyat kasb etadi. Bu nafaqat individual tiklanishni, balki jamoaviy ruhiy sog'lomlikni ham ta'minlashga xizmat qiladi.

Yakunda aytish mumkinki, ekstremal vaziyatlarda aholining psixologik holatini barqarorlashtirish va ularni ijtimoiy hayotga qayta moslashtirish tizimli, ilmiy va insonparvarlik asosida tashkil etilgan psixologik xizmat orqali amalga oshiriladi. Har bir ekstremal holat inson ruhiyatida chuqur iz qoldiradi, ammo to'g'ri yo'naltirilgan psixologik yordam bu izlarni ijobiy tajribaga aylantirishi mumkin. Shu ma'noda, psixologik xizmat nafaqat yordam tizimi, balki ruhiy himoya mexanizmi sifatida jamiyatning barqaror rivojlanishiga hissa qo'shadi. Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, aholining ruhiy tayyorgarligini oshirish, stressga bardoshlilikni kuchaytirish va psixologik savodxonlikni rivojlantirish ijtimoiy xavfsizlik siyosatining ajralmas qismi bo'lishi kerak.

Ekstremal holatlarda qo'llaniladigan psixologik yordam texnologiyalarini mahalliy sharoitga moslashtirish va xalqaro tajribani integratsiyalash bu yo'nalishda yangi imkoniyatlar yaratadi. Shu bilan birga, o'z vaqtida ko'rsatilgan psixologik yordam insonda hayotga bo'lgan ishonchni, o'zini qadrlash hissinini va irodaviy barqarorlikni tiklaydi. Natijada, psixologik xizmatlar nafaqat individual ruhiy tiklanish, balki jamiyat miqyosida ijtimoiy totuvlik va psixologik barqarorlikni mustahkamlovchi omilga aylanadi. Shu tarzda ishlab chiqilgan psixologik xizmat tizimi ekstremal sharoitlarda inson omilini himoya qilishda hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Avezov O.R. Oila psixoterapiyasi nazariyalari. Darslik, " Kamolot" nashriyoti, 2024 yil. 316 bet.
2. Avezov O.R. Ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmat Darslik,"KAMOLOT" nashriyoti, 2023 yil. 332 bet.
3. Avezov O.R., Z.J.Ahmedova. Ekstremal vaziyatlar psixologiyasi Darslik,"KAMOLOT" nashriyoti, 2022 yil. 256 b
4. Avezov O.R. Deviant xulq-atvor psixologiyasi. Darslik, " Buxoro viloyati bosmaxonasi" nashriyoti, 2019 yil. 495 bet.
5. Avezov O.R. Ekstremal vaziyatlarda shaxsning stressli holati va xulq-atvor reaksiyalari. Psixologiya. № 4 son(2020) Buxoro. 2020. B. 94-98.
1. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. Universitet va pedagogika oliy o'quv yurtlari talabalari uchun darslik. – T.: O'qituvchi, 1994.– 98 b.
2. Karimova V.M. Sotsial psixologiya. Universitet talabalari uchun o'quv qo'llanma. - Farg'ona, 1993. – 100 b.
3. Бандура А., Уолтер Р. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений. - М.: Апрель-Пресс, изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. - 509 с.
4. Баротов Ш.Р и др. Психологическая служба образования: от теории к практике. (Учебно - методическое пособие). – Бухара: Дурдона, 2017. – 172 с.

Nurullayeva Baxtigul Bobojonovna,

Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch davlat universiteti tadqiqotchisi ps.f.n.,dots.

BOLAGA QADRIYATLI MUNOSABAT ASOSIDAGI REPRODUKTIV MOTIVATSIYANING NAZARIY VA EMPIRIK O'RGANILISHI

Annotatsiya. Maqolada ilk yetuklik yoshidagi shaxslarning reproduktiv motivatsiyasi psixologik, ijtimoiy va madaniy omillar bilan bog'liq holda tahlil qilinadi. Reproductiv motivatsiya insonning shaxsiy qadriyatlari, ijtimoiy kutishlar, iqtisodiy sharoitlar va psixologik tayyorgarligi bilan chambarchas bog'liq murakkab hodisa sifatida o'rganiladi. Shuningdek, mazkur maqolada psixolog olimlar tomonidan mazkur masala mohiyatini yoritishga qaratilgan bir qancha nazariyalar tahlili va amaliy tajriba namunasi keltirib o'tilgan va umumiy xulosalar berilgan

Kalit so'zlar: ilk yetuklik, reproduktiv motivatsiya, psixologik omillar, gender, bolaga qadriyatli munosabat.

Аннотация. В статье анализируется репродуктивная мотивация личности в период ранней зрелости в связи с психологическими, социальными и культурными факторами. Репродуктивная мотивация рассматривается как сложное явление, тесно связанное с личностными ценностями, социальными ожиданиями, экономическими условиями и психологической готовностью человека. Кроме того, в статье приведён анализ ряда теорий, разработанных психологами, направленных на раскрытие сущности данного феномена, а также представлены примеры практических исследований и сформулированы общие выводы.

Ключевые слова: ранняя зрелость, репродуктивная мотивация, психологические факторы, гендер, ценностное отношение к ребёнку.

Abstract. The article analyzes the reproductive motivation of individuals in early adulthood in relation to psychological, social, and cultural factors. Reproductive motivation is examined as a complex phenomenon closely linked to personal values, social expectations, economic conditions, and psychological readiness. In addition, the article presents an analysis of several theories developed by psychologists to explain the essence of this issue, as well as examples of empirical studies and general conclusions.

Key words: early adulthood, reproductive motivation, psychological factors, gender, value-based attitude toward children.

Oilaviy qadriyatlar tizimi va reproduktiv xulq o'zaro uzviy bog'liq bo'lib, insonning farzandga nisbatan shakllangan munosabati uning reproduktiv motivatsiyasini belgilovchi muhim psixologik omil sifatida namoyon bo'ladi. Bolaga qadriyatli munosabat – bu insonning farzandni nafaqat biologik ehtiyoj natijasi sifatida, balki ma'naviy, ijtimoiy va ekzistensial qadriyat sifatida idrok etishidir. Bolaga qadriyatli munosabat shaxsning ma'naviy va ijtimoiy o'zini anglash tizimida markaziy o'rin tutadi. U nafaqat ota-onalik rolining ijtimoiy zaruratini, balki insonning ichki psixologik ehtiyojlarini, jamiyatda gumanistik g'oyalar tarkib topishi, insoniyatga ishonchning ortishini ham ifodalaydi. Shu bois, zamonaviy jamiyatda reproduktiv motivatsiyani oshirishda bolaga qadriyatli munosabatni shakllantirish dolzarb masalalardan biri bo'lib kelmoqda.

E.Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasida “generativlik” tushunchasi aynan avlod qoldirishga, insonning jamiyatdagi davomiylikni his etish ehtiyojiga bog'liq bo'lib, bu holat shaxsning reproduktiv motivatsiyasining psixologik asosini tashkil etadi (Erikson, 1982). “generativlik” konsepsiyasiga ko'ra, insonning avlod qoldirishga bo'lgan ehtiyoji shaxsning psixologik yetukligining belgisi hisoblanadi. Bu ehtiyojning ijobiy shakli bolaga nisbatan qadriyatli munosabat orqali ifodalanadi. Chunki, farzand ko'rish va uni tarbiyalash masalasiga kishi ruhan tayyor bo'lishi va uning mas'uliyatini anglashi ulardagi ma'naviy yetuklik bilan ham bevosita bog'liq.

Shuningdek, A. Maslou (1954) tomonidan ilgari surilgan motivatsiya nazariyasida ham yuqorida keltirilgan fikr tasdig'ini ko'ramiz. Maslou fikricha, ota-ona bo'lish o'zini ro'yobga chiqarishning yuqori shakli sifatida talqin etiladi. Ya'ni shaxsning o'zini ro'yobga chiqarish jarayonida ota-onalik motivatsiyasi alohida o'rin tutadi. Chunki ota-onalik obrazi ularga hayot ma'nosini anglash, insoniyat yashovchanligiga hissa qo'shishdek vazifa ijrosini ta'minlab beradi.

V.S. Muxina shaxs ontogenezida ota-onalik ehtiyojini ijtimoiy ehtiyojlar bilan uzviy bog'liq, deb belgilaydi. Bunda farzandga qadriyatli munosabat altruistik hislar bilan ham bevosita bog'liq holda namoyon bo'lishi keltirib o'tilgan. Ushbu tahlil bo'yicha muallif boshqa olimlar tomonidan keltirilgan farzandga qadriyatli munosabat - maqsadli ehtiyoj pozitsiyasi sifatida e'tirof etilishini rad etadi. Uning fikricha, bolalarni qadrlash ota-ona uchun manfaatlarni ko'zlamagan holda ularni sevish, hurmat qilish, insoniy munosabatlar tizimida ijtimoiy vazifalarni ado etish bilan ham bevosita bog'langan.

L.A. Popova va N.Yu. Vasina tadqiqotlariga ko'ra, bolani qadrlash darajasi yuqori bo'lgan oilalarda reproduktiv motivatsiya ichki emosional ehtiyojlar bilan belgilanadi.

Sh. Shoyusupova (2018) o'zbek oilalari misolidagi o'z tadqiqotlari natijalarida, bolani "baraka" va "nasl davomchisi" sifatida qabul qilish qadriyatlari – reproduktiv xulqning asosiy psixologik determinant ekanligini izohlab beradi. Bundan ko'rinadiki, har bir bola o'z rizq-u nasibasi bilan dunyoga keladi, ularga avlodning davomchisi sifatida qarash va ularga alohida e'tibor berish lozim degan fikrlar farzand ko'rish motivatsiyasini oshirishga xizmat qiladi.

Nazariy tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, bolaga qadriyatli munosabat – bu reproduktiv motivatsiyaning eng barqaror va chuqur psixologik shaklidir. Eriksonning "generativlik" nazariyasi shuni isbotlaydiki, avlod qoldirish ehtiyoji shaxsning ijtimoiy foydaliligini his etish vositasidir. Madaniy jihatdan esa, Yadov va Harcheva ko'rsatganidek, jamiyatda bola qadriyatining yuqori darajada e'tirof etilishi demografik ko'rsatkichlarni ham ijobiy tomonga o'zgartiradi. Psixologik nuqtai nazardan qaralganda, bola qadriyati boshqalarga hurmat, hamdardlik va ularning tabiatan yaxshiligiga ishonishni baholash bilan birgalikda namoyon bo'ladi, bu orqali ota-onalarda reproduktiv xulq ehtiyojini rivojlantirishga xizmat qiladi. Biz o'z tadqiqot ishimiz doirasida Skott Barri Kaufmanning tomonidan ishlab chiqilgan Yorqin uchlik metodikasidan foydalandik. Metodika shaxsdagi uchta ijobiy xususiyatlar to'plami – kantizm, gumanizm va insoniyatga ishonishni aks ettiradi. Ushbu shkalalar tavsifiga ko'ra, kantizm - bu odamlarni o'z maqsadlari uchun vosita sifatida emas, balki o'ziga xos qimmatli shaxslar sifatida ko'rish qobiliyatini, gumanizm - har bir insonning qadr-qimmatini tan olish va hurmat qilishni, insoniyatga ishonch - bu odamlarning tabiatan yaxshi ishlarga qodir ekanligiga ishonishni o'lchash imkonini beradi.

Quyida 1-jadvalda "Yorqin uchlik" metodikasi yordamida ota-onalarning bolaga munosabatini o'rganishga qaratilgan tadqiqotimiz natijalari jins tafovutiga ko'ra namoyon bo'lishi tahlil qilindi.

1-jadval

Yorqin uchlik metodikasi jins tafovuti bo'yicha natijalari

(Mann Uitni mezoni asosida, n=150)

Shkalalar	Jinsi	N	O'rtacha rang	U	p
Insoniyatga ishonch	Erkaklar	28	65,27	1421,500	0,163
	Ayollar	122	77,85		
	Jami	150			
Gumanizm	Erkaklar	28	57,79	1212,000	0,016*
	Ayollar	122	79,57		
	Jami	150			
Kantizm	Erkaklar	28	73,66	1656,500	0,802
	Ayollar	122	75,92		
	Jami	150			

Izoh: *p<0,05

Yorqin uchlik metodikasi jins tafovuti bo'yicha natijalariga ko'ra, insoniyatga ishonch va kantizm shkalalari bo'yicha ishonch darajasidagi tafovutlar aniqlanmadi ($u=1421,500$, $u=1656,500$; $p>0,05$). Chunki, insoniyatga ishonch va kantizm pozitsiyasi gender tafovut bo'yicha emas, aksincha shaxsning axloqiy yetukligi, tarbiyalanganlik darajasi, psixologik yetukligi bilan bog'liq holda rivojlanadi. Gumanizm shkalasi bo'yicha esa erkaklar va ayollar orasida ishonch darajasidagi farqlar kuzatildi ($u=1212,000$; $p<0,05$). Mazkur natijada keltirilishicha, ayollarda gumanistik yondashuv erkaklarga qaraganda yuqori darajada bo'lar ekan. Bunga sabab, ulardagi mehribonlik, ochiqlik, ayollarga xos ta'sirchanlik natijasi ham bo'lishi mumkin. Shu bois ham bolaga qadriyatli munosabat ayollarda erkaklarga nisbatan yuqori darajada bo'lishini izohlay olamiz. Mazkur fikrimiz isboti sifatida Bolaga qadriyatli munosabatni aniqlash so'rovnomasi va Yorqin uchlik metodikasi natijalarini Spirmen korrelyatsion tahlili yordamida o'rganib chiqdik. Quyida 2-jadvalda natijalar keltirib o'tildi.

2-jadval

Bolaga qadriyatli munosabatni aniqlash so'rovnomasi va Yorqin uchlik metodikasi korrelyatsion tahlili, Spirmen mezon bo'yicha, $n=150$

Shkalalar	Insoniyatga ishonch	Gumanizm	Kantizm
Bolaga qadriyatli munosabat	0,190*	0,110	0,234**

Izoh: ** $p<0,01$; * $p<0,05$

Tadqiqot natijalari tahliliga ko'ra, bolaga qadriyatli munosabatning ortishi insoniyatga ishonchning ortishiga olib kelar ekan. Ushbu natija Spirmen korrelyatsiyasi orqali aniqlanganligini ko'rishimiz mumkin ($r=0,190$; $p<0,05$). Mazkur fikr tahlili shuni ko'rsatadiki, insoniyatga bo'lgan ishonchning ortishi farzand tarbiyasi, ularga ko'proq g'amxo'rlik qilish bilan ham bevosita bog'liq holda namoyon bo'ladi. Chunki, e'zoz va e'tiborda bo'lgan bola hamisha o'zini xavfsiz, himoyalangandek his qiladi. Bu esa o'z navbatida ularda insoniyatga ishonch hissi tarbiyalanishiga olib keladi. Shuningdek, Kantizm va Bolaga qadriyatli munosabat shkalalari orasida ahamiyatli musbat korrelyatsion aloqadorlik kuzatildi ($r=0,234$; $p<0,01$). Unga ko'ra, kantizm pozitsiyasi ustun turgan shaxslarda bola shaxsini qadrlash ham aloqiy burch hissi bilan tenglashadi. Ya'ni, bunday kishilarda bolaga ko'proq hurmat, mas'uliyat hissi bilan qaraladi. Metodikalar korrelyatsion tahlili, kishida axloqiy qadriyatlarning tarkib topishi, gumanistik yondashuv rivojlanishi ulardagi bolalarga qadriyatli munosabat oqibati sifatida namoyon bo'lishini ko'rsatib beradi.

Yuqorida keltirilgan natijalar tahlili asosida, biz tadqiqotchi psixologlar bolalarga qadriyatli munosabatni oshirish orqali jamiyatda mas'uliyatli, burch hissi tarkib topgan kishilarni tarbiyalash muammosini hal qilish yo'llarini ishlab chiqishga xizmat qilgan bo'lamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Erikson E. Childhood and Society. New York: Norton, 1982.
2. Maslou A. Motivation and Personality. New York: Harper & Row, 1954.
3. Yadov V.A. Sotsialnaya struktura i sotsialnaya motivatsiya povedeniya. Moskva, 1995.
4. Mukhina V.S. Lichnost: razvitie, obrazovanie, samosoznanie. Moskva, 2000.
5. Popova L.A. Psikhologicheskie osobennosti reproduktivnogo povedeniya zhenshchin. Moskva, 2008.
6. Vasina N.Yu. Psikhologicheskie determinanty reproduktivnogo povedeniya. Sankt-Peterburg, 2010.
7. Shoyusupova Sh.B. O'zbek oilalarida reproduktiv qadriyatlarning shakllanishi. Toshkent: Fan, 2018.

Ishanova Muhayyoxon Muxtarovna,

Andijon davlat chet tillari instituti

Ijtimoiy gumanitar fanlar, pedagogika va psixologiya kafedrası v.b dotsenti f.f.f.d (PhD)
gavharxolisova@gmail.com

**TALABALARNI OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASHDA SHARQ
ALLOMALAR MEROSIDAN FOYDALANISHGA YO'NALTIRILGAN INNAVATSION
PEDOGOGIK JARAYONNING TAKOMILLASHTIRILGAN MODELI**

Annotatsiya. Sharq allomalarining pedagogik merosida oilaviy hayot, bola tarbiyasi va ta'lim-tarbiya jarayonidagi muhim jihatlarni to'g'risida boy tajriba va fikrlar mujassamlashtirishgan. Bu merosni hozirgi zamon talabalariga yetkazish va oilaviy hayotga tayyorlashda samarali foydalanish ta'lim jarayonini takomillashtirishda muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: meros, oilaviy turmush, muloqot shakllari, zamon talablari, tarbiyaning murakkab tabiati, ijtimoiy muhit, ta'lim jarayoni.

Аннотация. педагогическое наследие восточных ученых содержит богатый опыт и мысли о важнейших аспектах семейной жизни, воспитания детей и учебно-воспитательного процесса. Передача этого наследия современным студентам и эффективное его использование при подготовке к семейной жизни имеют важное значение для совершенствования образовательного процесса.

Ключевые слова: наследие, семейная жизнь, формы общения, требования времени, сложный характер воспитания, социальная среда, образовательный процесс.

Annotation. in the pedagogical heritage of Eastern allomas, rich experiences and thoughts are embodied about family life, child education and important aspects in the educational process. Bringing this legacy to contemporary students and its effective use in preparing for family life are important in improving the educational process.

Key words: inheritance, family life, forms of communication, requirements of the Times, complex nature of upbringing, social environment, educational process.

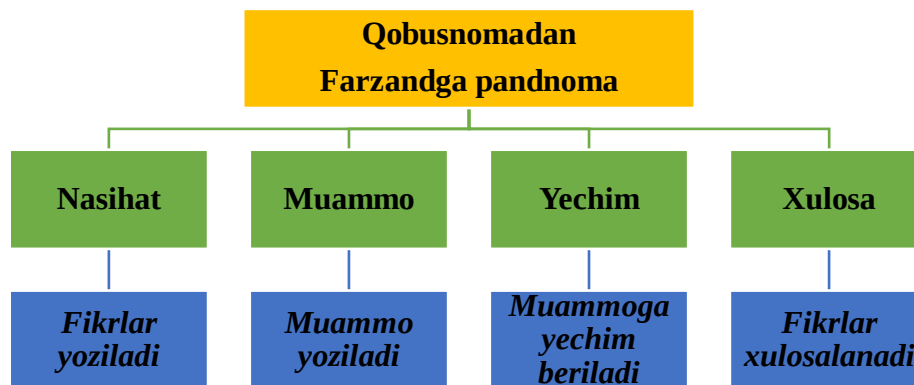
Kirish. Azaldan ma'lumki, ijtimoiy jamiyat taraqqiyoti, ilm - va fan rivoji mamlakatda o'sib kelayotgan sog'lom fikrlovchi, bilimli, salohiyatli, iqtidorli, ma'naviy barkamol avlodning dunyoqarashi, vatanparvarligi, insonparvarligi, shaxsiy pozitsiyasiga bog'liq. O'zbekiston Respublikasining ta'lim sohasiga va uning sifatiga, milliy-ma'naviy qadriyatlariga e'tibor berishga, ta'lim mazmuniga allomalarimiz merosini singdirishga oid amalga oshirilayotgan zalvorli ishlar dunyoda eng nufuzli davlatlar hamda xalqaro tashkilotlar tomonidan yangi formatsiyadagi va katta obro' qozonayotgan islohotlar sifatida tan olinmoqda. Buyuk ajdodlarimiz o'z ilmiy merosi bilan insoniyat sivilizatsiyasiga munosib hissa qo'shganlar. Zero, buyuk alloma va allomalarining boy ilmiy merosi, undagi ta'lim-tarbiyaga oid qarashlar asrlar osha sayqal topib, zamonaviy jamiyat rivoji, uning taraqqiyoti uchun dasturulamal bo'lib xizmat qilmoqda. O'zbekiston xalqining ko'p asrlik boy tarixiga nazar tashlar ekanmiz, unda taraqqiyot cho'qqilarini zabt etishning mashaqqatli bosqichlarini ko'rishimiz mumkin. Bu bosqichlarda davlatchiligimizning shakllanishi, jamiyatda ilm-u fan, san'at va madaniyatning yuksalishi, buyuk siymolarning o'z ijodida erishgan yutuqlari jahon tamaddunining rivojiga hissa qo'shishdek iftixorli jarayonlar gavdalanadi. Matonatli xalqimiz esa azal-azaldan o'zgarish va qiyinchiliklarga tayyor bo'lgan. Bilamizki, jamiyat hech qachon bir joyda turmaydi, va aksincha, doim rivojlanish hamda yangilanishga intiladi. Shu sababli - qadriyatlar, urf-odatlar va an'analar o'zgaradi. Yoshlar esa - shu taraqqiyot va o'zgarishlarni harakatlantiruvchi kuch asosidir. Bugun o'z tengdoshlariga ibrat bo'layotgan, jamiyatdagi yangilanishlar jarayonida innovatsion g'oya va o'quv jarayonlari bilan faol ishtirok etayotgan yoshlar juda ko'pchilikni tashkil qilishi bizni, albatta, quvontiradi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Xorijiy olimlar K.A.Dridger, I.G.Pestalotssi, M.A.Jo'shon, Eyji Mano, Magida Mahluf, K.Yilmaz, Dj.S.Trimengem, J.Sarton, Frederik Starr, Mark Bonnel, Yul Yanssens, Vilfrid de Graaf va Masataka Takeshita yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda Sharq allomalarining pedagogik ta'limotlaridan ta'lim jarayonida foydalanishga oid tadqiqotlarni amalga oshirganlar. Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, bugungi globollashuv va ma'naviy tahdidlar oshayotgan davrda talabalarni oilaviy hayotga tayyorlashda Sharq allomalari merosidan foydalanish metodikasini takomillashtirish muammosiga o'zgacha zarurat majud. F.R. Rustamova - "Zahiriddin Muhammad Boburning oilaviy-ma'naviy qarashlari" mavzusida tadqiqot olib borgan. Uning izlanishlarida Boburning oilaviy hayot, nikoh va tarbiya sohasidagi qarashlari atroflicha o'rganilgan. D.M. Oripov - "Imom Buxoriyning oilaviy-axloqiy qarashlari" yo'nalishida ilmiy ishlar olib borgan. Uning tadqiqotlarida Imom Buxoriyning oila, nikoh va oilaviy axloq masalalaridagi qarashlari yoritilgan bo'lib, ularning tadqiqotlari talabalarni oilaviy hayotga tayyorlashda Sharq allomalari merosidan unumli foydalanish imkonini beradi. S.Y. G'aniyev - "Imom Termiziy asarlarida oilaviy munosabatlarni yoritilishi" yo'nalishida ilmiy izlanishlar olib borgan.

Tahlil va natijalar. Tadqiqotimizda talabalarni oilaviy hayotga tayyorlashda Kaykovusning Sharq xalqlari orasida ma'lum va mashhur bo'lgan "Qobusnoma" asaridagi mo'jaz rivoyatlar, ixcham latifalar, kichik-kichik hikoyatlardan biri "Jomiyning o'z farzandi Ziyovuddin Yusufga nasihati"ni (5-ilovada keltirilgan) "Matn tahlili" metodida o'rganishga oid tavsiyamizni keltiramiz.

Matn namuna: *Jomiy o'z farzandi Ziyovuddin Yusufga nasihat qilar ekan, otasi faqat mashhur kishi bo'lgani uchun uning nomi, obro'si bilan maqtanmaslikni, balki uning nomiga munosib farzand bo'lib yetishishni talab qiladi. Shuning uchun ham Jomiy o'z o'g'liga shunday ibratomuz she'r bilan murojaat qiladi: Nodonlardek otangning kimligini pesh qilma, O'zingga sen hunardan o'zgani ota bilma. Tutun garchi otashning farzandi bo'lsa ham, bas Ne foydaki tutunga, otash ziyosi yuqmas!? Jomiyning bu misrasi «Qobusnoma»ning ushbu so'zlarini eslatadi: «Agar kishi har qancha oliy nasab va asl bo'lsa-yu, ammo hunari bo'lmasa, u xaloyiqning izzat va hurmatidin noumid bo'lur. Ulug'lik aql va bilim biladur; nasl-nasab bila emas. Otni senga ota va onang qo'ymishlar, sen unga g'arra bo'lmag'il... Bu ot faqat bir nishonadin boshqa narsa emasdur. Ammo sen hunar bila bir nomga ega bo'lg'il».*

1. Matn ekranda aks ettiriladi;
2. Turli o'qish usullarida oqiladi, takrorlanadi; (5 daqiqa)
3. Qobusnoma asari haqida ma'lumotlar so'raladi; (3 daqiqa)
4. Talabalar yakka tartibda "Matn tahlili" ustida mustaqil ishlaydilar (5 daqiqa)
5. "Matn tahlili" muhokama qilinadi (10 daqiqa)
6. Umumiy xulosalanadi (2 daqiqa)
- 7.



2.3.1-rasm. Matn tahlili metodi.

Shu o'rinda yana bir Vebinar tarzida tashkil etilgan ochiq dars mashg'ulotidan ham namuna keltirishni lozim topdik. Bunda:

1. Qobusnoma asaridan parcha matn sifatida tanlab olinadi.

2. Ushbu matni ekranda namoyish etiladi

3. O'qituvchi tomonidan oldindan tayyorlangan savollar o'qib eshittiriladi. (mavzu doirasida) Aqliy hujum metodidan foydalaniladi.

4. Talabalardan ushbu matn bo'yicha fikrlari so'raladi

5. Tanqidiy mushohada uchun talablar tushuntiriladi.

6. Zamon bilan taqqoslagan holda ilmiy asoslash vazifasi topshiriladi.

7. Natijasi so'raladi va umumiy xulosalanadi.

Vebinarida faol ishtirok etgan talabalarga Qobusnoma kitobi taqdim etiladi.

Namuna uchun tanlanishi mumkin bo'lgan matnlar:

1-matn. O'z atrofigda bekorchi nonxo'rlarni ko'paytirma, chunki kichikroq oila ham – boylilik. Qarollar bilan shunday muomalada bo'lg'ilki, ular sendin qochishmasin, ularni yaxshi asra, chunki ikki yalqovni asragandin ko'ra bir andishali kishini asrash ma'quldir. (101-bet)

2-matn. Donishmand Abuzurmehr deydi: «To'rt narsa og'ir falokatdur: birinchisi – yomon qo'shni; ikkinchisi – katta oila; uchinchisi – jizzaki xotin; to'rtinchisi – muhtojlik». (102-bet)

3-matn. Farzandingga har na o'rgata olsang o'rgatg'il, uning foydasi senga ham yetishur. Ammo farzanding balog'atga yetg'on bo'lsa ko'rg'il, uning oila boshlig'i bo'lmoqqa, xotin olmoq va ro'zg'or ishlariga mashg'ul bo'lmoqqa salohiyati bo'lsa, sen unga xotin olib berg'il, toki shu bila sen uning bu haqin ham bajarg'on bo'lg'aysan. Lekin agar o'g'lingni uylantirmoq va qizingni erga bermoq tilasang, zinhor o'z qarindoshlaring bila berishib-olishmag'il. Begonadin xotin olg'il, nedinkim o'z qarindoshlaringdin olmasang ham ular sening bila go'sht, qondek yaqindurlar. Boshqa qabiladin xotin olg'il. Bu bila bir qabilani ikki qabila qilmish bo'lg'aysan, begonani o'zing ga qarindosh qilg'aysan, toki bir quvvating ikki bo'lg'ay, ikki tarafdin madading va ko'maging ko'payg'ay.

Talabalar shaxsiga yo'naltirilgan o'quv-biluv jarayonining xususiy maqsadlaridan biri va asosiysi ularni kamol toptirishdan iborat ekanligini anglab yetishlari muhimdir. Bu maqsad akmeologik yondashuv doirsida muhim ahamiyatga ega bo'lib ularning hayotining mazmun-mohiyatini ifodalaydi, pedagogik faoliyatni yo'nlitiruvchi omil sifatida namoyon bo'ladi. Natijada, pedagoglar o'z kasbiy faoliyatlarining mohiyatini anglagan holda yangidan yangi ta'lim texnologiyalarini o'zlashtirishga intiladilar.

Talabalarga umumiy hamda xususiy kompetensiyalarni hosil qilishga yo'naltirilgan ta'lim-tarbiy jarayonining maqsadi – muayyan maqsadga yo'naltirilganlik, me'yorlanganlik, ijtimoiy madaniy rivojlanish prinsiplariga tayanilganlik, integrallashganlik prinsiplariga asoslanishini talabalar chuqur his etishlari kerk. Talabalarni ta'lim-tarbiya jarayonida pedagogik-psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash orqali ko'zlangan maqsadga erishish mumkinligini anglab yetishlari zarur. Chunki talabalarda ijobiy xarakterdagi shaxsiy sifatlarni shklantirish, ularning shaxsiyatini kamol toptirishda pedagogik-psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash muhim ahamiytga ega. Talabalarda bunday ko'nikmalarni hosil qilish uchun professor-o'qituvchilar bir qator nazariy yondashuvlarga tayanishlari maqsadga muvofiqdir. Ular [131]:

1. Talaba ruhiy qulaylikka ega bo'lganda, kattalar tomonidan qo'llab-quvvatlanganda o'z-o'zini muntazam rivojlantirish imkoniyatiga ega bo'lishi va ta'lim jarayonining sub'ek tisifatida faoliyat ko'rsatishi. Bunday vaziyatda talaba o'z-o'zini samarli rivojlantirish jarayonida bilish faoliytining murakkablashish va tabaqalashish jarayonlarini tadrijiy tarzda bosib o'tishi.

2. Talabalarni pedagogik-psixologik qo'llab-quvvatlashga yo'naltirilgan faoliyatning samaradorligiularning yosh xususiyatlarini inobatga olgan holda individual rivojlnishi va imkoniyatlarini aniqlash asosida ta'minlanishi.

3. Talabalarni pedagogik-psixologik qo'llab-quvvatlashga yo'naltirilgan faoliyatning asosiy vazifasi – ularni rivojlanish sari yo'naltirishdan iborat ekanligi.

5. Pedgogik qo'llab-quvvatlash asosida talabalardagi past o'zlashtirish sabablari, rivojlanish imkoniyatlari va o'quv-biluv jarayonlarining xarakterini o'z vaqtida aniqlashdan iborat ekanligi.

6. Talabalarni pedagogik qo'llab-quvvatlashda zamonviy axborot texnologiyalari, tashxislash metodikalari hamda shxs ma'naviyatini yuksaltirish konsepsiyalaridan foydalanish zarurligi.

7. Talabalarni munosib qo'llab-quvvatlash uchun shaxsni rivojlantirish konsepsiyalari, parametrlaridan samarali foydalanish zarurligi.

8. Talabalarni munosib qo'llab-quvvatlash uchun pedagoglar ular haqidagi barcha ma'lumotlarni bilishlari zarurligi kabilar.

Xulosa va takliflar. Sharq allomalari asarlarini o'rganish asnosida talabalarda oilaviy qadriyatlarni mustahkamlash, inson hayotida oilaning muhim ekanligini anglash, shuningdek, jamiyatda axloq va bag'rikenglik tushunchalarni rivojlantirishga erishiladi. Talabalarni oilaviy hayotga tayyorlash nafaqat darslar, balki oilada tarbiya, jamiyatning ta'siri, shaxsiy o'sishni o'z ichiga olgan murakkab jarayon bo'lib, o'qituvchi talabalarning oilaga ongli munosabatini shakllantirishda, zarur ko'nikma va malakalarni rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Oilaviy hayotga samarali tayyorgarlik natijasida talabalar baxtli va mustahkam oilalarni yaratishga tayyor bo'lib, o'zlari uchun ham, umuman jamiyat uchun ham hayot sifatini oshirishga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

8. Муслимов Н.А. Касб таълими ўқитувчисини касбий ривожлантиришнинг назарий методик асослари. Дисс. ... пед. фан. докт. – Т.: 2007. – 315 б.

9. Hasaniy.M., Qilichev.K. Shayx Xovand Tohur.-T.:Imom Buxoriy Respublika ilmiy-ma'rifiy markazi,2004. -71b.

10. Hasaniy Mahmud.Al-Marg'inoiyning «Hidoya» asari va unga yozilgan sharhlar // Mas'ul muharrir: B. Nazarov.–T.: .Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, 2000.–48b.14b.

11. Behbudiy Mahmudxo'ja.Tanlangan asarlar.–T.:Ma'naviyat,2006.–280b.

12. Blifolt. R.Завоевание арабов. –М.:Znanie,1999.–271 s.

13. Алексеев Н.А. Профильное обучение в контексте личностно-ориентированного образования / Н.А.Алексеев. - Тюмень: Изд- во ЗАО «Легион-Групп», 2005. -250с.

14. Ахулкова, А.И. Технология формирования профессиональной компетентности будущих преподавателей педагогического колледжа : Дисс... канд.пед.наук / А.И.Ахулкова. - Курск, 2004. - 197с.

15. Kimsanova G.A., Alieva R.A. Influence of turkesterone and ecdysterone on alpha-amylase activity in growing rats. Molodoy Ucheny, 2020.

Karimova Nilufar Ulmassultonovna,
Urganch Davlat Universiteti magistranti

TALABALARDA IJTIMOY FAOLLIKNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada, talabalarda ijtimoiy faollikni shakllantirishning psixologik xususiyatlari va ichki motivatsiya, shaxsiy xususiyatlar hamda guruhdagi tajribaning roli o'rganilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy faoliyatga jalb qilingan talabalar o'zini anglash, muloqot ko'nikmalari va liderlik qobiliyatlarini samarali rivojlantiradi. Maqolada, psixologik va pedagogik yondashuvlarni uyg'unlashtirish orqali talabalarning ijtimoiy faolligini oshirish strategiyalari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: talaba, ijtimoiy faollik, psixologik xususiyatlar, ichki motivatsiya, guruh ishlari, liderlik, muloqot ko'nikmalari, pedagogik yondashuv, shaxsiy rivojlanish, stressni boshqarish.

Аннотация. В данной статье изучены психологические особенности формирования социальной активности у студентов и внутренняя мотивация, личностные особенности и роль группового опыта. Результаты исследования показывают, что студенты, вовлеченные в социальную деятельность, эффективно развивают самосознание, коммуникативные навыки и лидерские качества. В статье анализируются стратегии повышения социальной активности студентов путем сочетания психолого-педагогических подходов.

Ключевые слова: студент, социальная активность, психологические особенности, внутренняя мотивация, групповая работа, лидерство, коммуникативные навыки, педагогический подход, личностное развитие, управление стрессом.

Abstract. In this article, the psychological features of the formation of social activity in students and internal motivation, personal characteristics, and the role of group experience are studied. The research results show that students involved in social activities effectively develop self-awareness, communication skills, and leadership abilities. The article analyzes strategies for increasing the social activity of students by combining psychological and pedagogical approaches.

Key words: student, social activity, psychological characteristics, internal motivation, group work, leadership, communication skills, pedagogical approach, personal development, stress management.

Kirish. Talabalarda ijtimoiy faollikni shakllantirish bugungi kunda psixologiya va pedagogika fanlari uchun dolzarb masala hisoblanadi. Ijtimoiy faollik, avvalo, shaxsning jamiyatda o'zini namoyon etish qobiliyati, boshqa insonlar bilan muloqot qilish, guruh ishlarida ishtirok etish va ijtimoiy mas'uliyatni anglash bilan bog'liqdir. Psixologik nuqtai nazardan qaraganda, ijtimoiy faollik shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchi, ichki motivatsiyasi va hissiy barqarorligi bilan chambarchas bog'liqdir. Talabalik davri shaxsiy va ijtimoiy identifikatsiyaning shakllanish davri bo'lgani sababli, bu yoshdagi faollik ularning ruhiy va ijtimoiy rivojlanishi uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, talabalar o'rtasida samarali ijtimoiy muloqot va guruh faoliyatida ishtirok ularning akademik muvaffaqiyati va shaxs sifatida rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, ijtimoiy faollikni rivojlantirish muhim pedagogik va psixologik vazifa sifatida qaraladi. Shuningdek, talabalarda ijtimoiy faollikni shakllantirish individual psixologik xususiyatlar va motivatsion omillar bilan ham bog'liqdir. Masalan, tashabbuskorlik, boshqalarni tinglash qobiliyati va muloqot ko'nikmalari faollik darajasiga sezilarli ta'sir qiladi. O'qituvchilar va psixologlar bu jarayonda talabalarning qiziqishlari va qobiliyatlarini hisobga olgan holda ijtimoiy muhitni tashkil etishi zarur. Shu tarzda, ijtimoiy faollikni shakllantirish talabalarni shaxs sifatida to'liq rivojlantirishga xizmat qiladi.

Ijtimoiy faollikning psixologik xususiyatlari bir necha asosiy komponentlardan iborat. Birinchidan, bu motivatsion komponent bo'lib, talabaning o'zining faoliyatiga, jamiyatdagi o'rni va boshqalar bilan muloqotga bo'lgan qiziqishini ifodalaydi. Ikkinchidan, hissiy komponent mavjud bo'lib, u shaxsning muloqot jarayonida o'zini qanday his qilishi, ijobiy va salbiy emotsiyalarni boshqarish qobiliyati bilan bog'liqdir. Uchinchi komponent – kognitiv bo'lib, talabaning ijtimoiy jarayonlarni anglash, guruhdagi vazifalarni tushunish va o'z fikrini ifoda etish imkoniyatlarini o'z ichiga oladi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bu komponentlarning uyg'unligi talabaning ijtimoiy faollik darajasini belgilaydi. Shuningdek, ijtimoiy faollikni rivojlantirishda shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchi va o'zini ijtimoiy jihatdan qulay his qilishi muhim omil sifatida qaraladi. Talabalar o'z fikrlarini erkin ifoda eta oladigan va o'zgarishlarga moslasha oladigan muhitda faolligi oshadi. Shu bois, pedagogik va psixologik yondashuvlar bu komponentlarni uyg'unlashtirishga qaratilishi zarur. Ijtimoiy faollikni rivojlantirish metodlari talabaning ichki motivatsiyasini qo'zg'atish va guruh ichidagi muloqot ko'nikmalarini shakllantirishga yo'naltiriladi.

Shuningdek, ijtimoiy faollikni shakllantirish jarayonida talabalar o'rtasidagi interpersonal munosabatlar muhim rol o'ynaydi. Guruhdagi o'zaro munosabatlar, o'qituvchi va ota-onaning ta'siri, shuningdek, maktab va universitet muhitining ijobiy yoki salbiy psixologik holati faollikni oshirish yoki kamaytirishga olib keladi. Talabalar o'rtasida ishonch va hurmat asosidagi muloqot rivojlanganida, ular yangi g'oyalarni ilgari surish, guruh ishlarida faol ishtirok etish va o'zlarini ijtimoiy jihatdan erkin his qilish imkoniga ega bo'ladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy faollikni rivojlantirish uchun talabalarni rag'batlantirish, tashabbuskorlikni qo'llab-quvvatlash va konstruktiv fikr almashinuvini tashkil etish muhimdir. Shu bilan birga, psixologik treninglar va guruh mashg'ulotlari talabalar o'rtasidagi hamkorlik va muloqot ko'nikmalarini mustahkamlashga yordam beradi. Natijada, ijtimoiy faollik nafaqat akademik muvaffaqiyatni oshiradi, balki talabalarni shaxs sifatida barqaror va ijtimoiy jihatdan moslashuvchan qiladi. Bu esa ularni kelajakda jamiyatda faol ishtirok etishga tayyorlaydi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Talabalarda ijtimoiy faollikni shakllantirish masalasi psixologiyada ko'p yillik tadqiqot mavzusidir. Lev Vygotskiyning ijtimoiy rivojlanish nazariyasiga ko'ra, shaxsning psixologik rivojlanishi va ijtimoiy faolligi uning atrofidagi ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'siri orqali yuzaga keladi. Vygotskiy shuningdek, talabalar orasida faol o'rganish va muloqot jarayonlarining ijtimoiy faollikni rivojlantirishda muhim rol o'ynashini ta'kidlaydi. Shu nuqtai nazardan, pedagogik muhit, guruh ishlari va mentorlik faoliyatlari talabalar ijtimoiy ko'nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Ijtimoiy faoliyatga kirishish talabalarda nafaqat kommunikativ, balki liderlik va mas'uliyat hissini rivojlantiradi. Shaxsning o'zini anglash, ijtimoiy vazifalarni bajarish va boshqalar bilan hamkorlik qilish qobiliyati ham Vygotskiy nazariyasi nuqtai nazaridan muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, Vygotskiy ta'lim jarayonida "yaqin rivojlanish zonasi"ni hisobga olishni taklif qiladi, bu esa talabalarni yangi ijtimoiy faoliyatlarga bosqichma-bosqich jalb qilish imkonini beradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy faoliyatni rivojlantirishda psixologik qo'llab-quvvatlash va hamkorlik muhitini yaratish muhim ahamiyat kasb etadi.

Talabalarda ijtimoiy faollikni shakllantirishda motivatsiya nazariyasi ham katta rol o'ynaydi. Abraham Maslouning ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasiga ko'ra, shaxsning ijtimoiy faoliyatga kirishishi uning asosiy ehtiyojlari qondirilganda samaraliroq bo'ladi. Masalan, talabalar o'zini xavfsiz his qiladigan, qabul qilingan va rag'batlantiriladigan muhitda faol ishtirok etadi. Shu bilan birga, ichki motivatsiya va shaxsiy qiziqishlar ijtimoiy faoliyatni barqaror rivojlantirishda muhim omil hisoblanadi. Maslouning nazariyasi talabalarni rag'batlantirishda ularning ehtiyojlari va motivatsiyasini hisobga olish zarurligini ko'rsatadi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'z qiziqishlariga mos faoliyatlar talabalarni ijtimoiy jarayonga jalb qilishda samaraliroq bo'ladi. Shu sababli, motivatsion yondashuvlar talabalarda ijtimoiy faollikni shakllantirishda mustahkam poydevor bo'lib xizmat qiladi. Tadqiqotlarda shuningdek, talabalarni ijtimoiy faoliyatga

rag'batlantirishda maqsadlar va vazifalarni aniq belgilashning ahamiyati ta'kidlanadi. Ichki va tashqi motivatsiyalarni uyg'unlashtirish orqali talabalar o'zaro hamkorlik va muloqot ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Jean Piagetning kognitiv rivojlanish nazariyasi ham talabalarda ijtimoiy faollikni tushunishda qo'llaniladi. Piagetga ko'ra, shaxsning ijtimoiy faoliyati uning fikrlash va muammolarni hal qilish qobiliyati bilan chambarchas bog'liqdir. Shu nuqtai nazardan, talabalarni murakkab ijtimoiy vazifalar va loyihalarda ishtirok etishga jalb qilish ularning kognitiv va ijtimoiy rivojlanishiga xizmat qiladi. Piaget nazariyasi talabalarni mustaqil qaror qabul qilishga va guruhda hamkorlik qilishga o'rgatadi. Talabalar o'zaro fikr almashish, muammoni hal qilish va yangi ijtimoiy tajribalar orttirish orqali ijtimoiy faollikni oshiradi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, talabalar guruh muhokamalari va loyiha ishlari orqali o'z kognitiv va ijtimoiy ko'nikmalarini mustahkamlashadi. Shu bilan birga, ijtimoiy faollik shaxsning o'z-o'zini baholash va mas'uliyat hissini rivojlantirishiga yordam beradi. Piaget nazariyasi talabalarni ijtimoiy tajribalar orqali murakkab fikrlashga va muammolarni konstruktiv hal qilishga rag'batlantiradi.

Albert Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi talabalar ijtimoiy faolligini shakllantirishda yanada dolzarbdir. Banduraga ko'ra, shaxs o'zining atrofidagi modellardan o'rganadi va ularning xatti-harakatlarini takrorlash orqali ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantiradi. Shu nuqtai nazardan, talabalarni faol ijtimoiy rollar va liderlik tajribalariga jalb qilish samarali bo'ladi. Bandura shuningdek, o'zini-o'zi samarali deb bilish, ya'ni self-efficacy tushunchasi ijtimoiy faoliyatga kirishishda muhimligini ta'kidlaydi. Talabalar o'z qobiliyatiga ishonsa, ijtimoiy jarayonlarda ko'proq faollik ko'rsatadi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy muhit va rollar talabalarda konstruktiv xatti-harakatlarni shakllantiradi. Shu bilan birga, mentorlik va tajribali yetakchilar talabalarni ijtimoiy o'rganish jarayonida samarali qo'llab-quvvatlaydi. Bandura nazariyasi shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy faollikni shakllantirishda nafaqat o'qituvchining roli, balki guruh a'zolarining ta'siri ham muhimdir.

Shuningdek, Erik Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasi talabalar ijtimoiy faolligi uchun muhim psixologik asoslarni beradi. Eriksonning nazariyasiga ko'ra, yosh kattalar davrida shaxsning ijtimoiy identifikatsiyasi va o'zini jamiyatdagi o'rnini anglash jarayoni faollikka turtki beradi. Talabalar o'z ijtimoiy rollarini tajriba qilish orqali o'zini anglash va mas'uliyat hissini rivojlantiradi. Shu nuqtai nazardan, ijtimoiy faoliyat va guruh ishlari talabalarni o'zaro hurmat va hamkorlikni o'rgatadi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, talabalar ijtimoiy faollikka jalb qilinsa, ular o'z-o'zini boshqarish, qaror qabul qilish va ijtimoiy muammolarni hal qilish qobiliyatlarini mustahkamlaydi. Erikson nazariyasi shuni ta'kidlaydiki, ijtimoiy faoliyat shaxsning o'zini rivojlantirish va jamiyatga moslashish jarayonini rag'batlantiradi. Shu bilan birga, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va konstruktiv tajribalar talabalar psixologik barqarorligini oshiradi.

Ijtimoiy faollikni shakllantirishda motivatsion va emosional jihatlarni hisobga olish ham zarur. Richard Ryan va Edvard Dechi tomonidan ishlab chiqilgan o'z-o'zini aniqlash nazariyasi talabalar ijtimoiy faolligini tushunishda foydalidir. Nazariyaga ko'ra, shaxsning ichki motivatsiyasi, erkinlik, qobiliyat va ijtimoiy bog'liqlik hisi uning faoliyatini barqarorlashtiradi. Talabalar o'z qiziqishlariga mos faoliyatlarda ishtirok etganda ijtimoiy faollik darajasi oshadi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, shaxsiy erkinlik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash talabalarda ijtimoiy faollikni rivojlantiradi. Shu bilan birga, talabalarni konstruktiv muloqot va guruh ishlari orqali ijtimoiy ko'nikmalarini oshirish mumkin. Ijtimoiy faollikning shakllanishi talabalar shaxsiy rivojlanishi, motivatsiyasi va ijtimoiy tajribalarning uyg'unligi orqali amalga oshadi. Shu sababli, psixologik va pedagogik yondashuvlarni uyg'unlashtirish talabalarda ijtimoiy faollikni samarali rivojlantirishga yordam beradi.

Talabalar ijtimoiy faolligini shakllantirish kompleks psixologik jarayon bo'lib, turli olimlar nazariyalarini uyg'unlashtirish orqali yanada samarali bo'ladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, Vygotskiy, Piaget, Bandura, Maslou, Erikson va Ryan-Dechi nazariyalari talabalar ijtimoiy faolligini tushunishda bir-birini to'ldiradi. Shu nuqtai nazardan, ijtimoiy faoliyatni shakllantirishda

motivatsiya, shaxsiy xususiyatlar, kognitiv rivojlanish va ijtimoiy o'rganish jarayonlarini hisobga olish zarur. Talabalar o'zaro hamkorlik, liderlik, kommunikativ ko'nikmalar va mas'uliyat hissini rivojlantiradi. Shu bilan birga, psixologik qo'llab-quvvatlash va konstruktiv tajribalar talabalarda barqaror ijtimoiy faollikni shakllantiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy faollik shaxsning ichki motivatsiyasi va tashqi ijtimoiy muhit bilan uyg'unligi orqali rivojlanadi. Shu sababli, talabalar ijtimoiy faollikni mustahkamlash jarayonida ilmiy asoslangan psixologik yondashuvlar samarali natija beradi.

Tahlillar va natijalar. Talabalarda ijtimoiy faollikni shakllantirish jarayonida psixologik omillar muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, talabaning shaxsiy xususiyatlari, mas'uliyat hissi va ichki motivatsiyasi uning ijtimoiy faolligini bevosita ta'sir qiladi. Psixologik tahlillar talabalar orasida o'zaro muloqot va hamkorlik jarayonlariga faol kirishgan guruhlarining o'quv natijalari va motivatsiyasi yuqori ekanligini tasdiqlaydi. Shuningdek, ijtimoiy faoliyatga jalb qilingan talabalar o'zini ijtimoiy jihatdan qadrlangan va qabul qilingan his qiladilar, bu esa ularning o'z-o'zini baholash va liderlik qobiliyatini rivojlantiradi. Tadqiqotlarda shuni aniqlash mumkinki, faol talabalarda stressga chidamlilik darajasi ham yuqori bo'ladi. Shu bilan birga, guruh ishlari va loyiha mashg'ulotlari talabalarni mas'uliyatli qaror qabul qilishga o'rgatadi. Ijtimoiy faollikni shakllantirishda o'qituvchi va mentoring roli muhim bo'lib, ular talabalarning faoliyatini nazorat qiladi va rag'batlantiradi. Shu sababli, psixologik va pedagogik yondashuvlarni uyg'unlashtirish talabalar ijtimoiy faolligini samarali rivojlantirishga xizmat qiladi.

Talabalarda ijtimoiy faollikning shakllanishida ichki motivatsiya va shaxsiy qiziqishlar asosiy omillar hisoblanadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, talabalar o'z qiziqishlariga mos loyihalar va guruh ishlari bilan shug'ullanganda faol ishtirok ko'rsatadilar. Ichki motivatsiya talabalarni muammolarni mustaqil hal qilishga, konstruktiv fikr almashishga va jamoadagi rolini to'liq anglashga rag'batlantiradi. Psixologik tahlillar shuni ko'rsatadiki, talabalar o'z qobiliyatiga ishonsa, ular murakkab ijtimoiy vazifalarni bajarishda ko'proq faollik ko'rsatadilar. Shu bilan birga, motivatsion strategiyalarni qo'llash, masalan, maqsadlarni aniqlash va rag'batlantirish, ijtimoiy faollikni barqarorlashtiradi. Tadqiqotlarda shuni ham aniqlash mumkinki, talabalarni ijtimoiy faoliyatga jalb qilish nafaqat ularning muloqot ko'nikmalarini, balki stressni boshqarish va vaqtni samarali taqsimlash qobiliyatlarini ham rivojlantiradi. Shu sababli, ichki motivatsiya va shaxsiy qiziqishlarni hisobga olish ijtimoiy faollikni shakllantirishning asosiy vositasidir.

Psixologik tadqiqot jadvali: Talabalarda ijtimoiy faollik va psixologik xususiyatlarni baholash

№	Psixologik ko'rsatkichlar	O'lchov vositasi	Baholash mezon	Kuzatilgan natija (o'rta ko'rsatkich)	Izohlar / Tavsiyalar
1	Ichki motivatsiya	So'rovnoma / Likert shkalasi	1–5 (1 – juda past, 5 – juda yuqori)	4,2	Motivatsiyani oshirish uchun qiziqishlarga mos loyiha faoliyati tavsiya qilinadi
2	Liderlik qobiliyati	Guruh mashg'ulotlari kuzatuv	1–5 (1 – past, 5 – yuqori)	3,8	Guruh ichidagi vazifalarni rag'batlantirish orqali rivojlantirish mumkin
3	Muloqot ko'nikmalari	O'qituvchi bahosi / peer review	1–5	4,0	Faol guruh ishlari va seminarlar muloqotni yaxshilaydi

4	Mas'uliyat hissi	O'zini baholash so'rovi	1–5	4,1	Talabalarni mas'uliyatli vazifalarga jalb qilish foydali
5	Stressga chidamlilik	Psixologik test (stres skorlari)	1–5	3,7	Stressni boshqarish mashg'ulotlari qo'shish tavsiya etiladi
6	Hamkorlik va guruhga moslashuv	Kuzatuv / Peer assessment	1–5	4,3	Guruh loyihalarida faol ishtirokni rag'batlantirish zarur
7	Ijtimoiy faoliyatga jalb qilinish	Faoliyat ro'yxati / so'rovnoma	1–5	4,0	Talabalarni turli ijtimoiy loyihalarga jalb qilish natijalarni oshiradi

Guruh ishlari va loyihalarda talabalarni ijtimoiy faollikka jalb qilish natijalari psixologik jihatdan aniq foyda beradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, guruh ichida konstruktiv muloqot va hamkorlik orqali talabalar o'z fikrini erkin ifoda etishni, boshqalarni tinglashni va muammolarni hal qilishni o'rganadilar. Shu jarayon talabalarni o'zaro hurmat va ijtimoiy mas'uliyatni rivojlantirishga olib keladi. Psixologik tahlillar shuni ko'rsatadiki, faol talabalarda o'zini-o'zi baholash va o'z qobiliyatiga ishonganlik darajasi sezilarli darajada yuqori bo'ladi. Shu bilan birga, ijtimoiy faollik shaxsning emotsional barqarorligi va stressga chidamliligini oshiradi. Tadqiqotlar natijalariga ko'ra, talabalar guruh ishlari va loyihalarda faol ishtirok etganda, ular murakkab vazifalarni hal qilish va liderlik qobiliyatlarini rivojlantiradi. Shu sababli, guruh faoliyatlarini tizimli tashkil etish va ularni motivatsion yondashuvlar bilan qo'llab-quvvatlash ijtimoiy faollikni mustahkamlashda samarali bo'ladi.

Psixologik tahlillar shuni ko'rsatadiki, talabalar ijtimoiy faollikni shakllantirish jarayonida o'z-o'zini boshqarish va ichki nazorat qobiliyatlarini rivojlantiradi. Tadqiqotlar natijalari shuni ko'rsatadiki, faol ijtimoiy tajribalar talabalarda qaror qabul qilish, muammolarni konstruktiv hal qilish va ijtimoiy rollarni anglash ko'nikmalarini oshiradi. Shu bilan birga, talabalar orasida ijtimoiy faollik shaxsiy rivojlanish, motivatsiya va atrof-muhit bilan o'zaro ta'sir natijasida yuzaga keladi. Psixologik tahlillar shuni ko'rsatadiki, talabalarni konstruktiv ijtimoiy faoliyatga jalb qilish nafaqat ularning muloqot va liderlik ko'nikmalarini rivojlantiradi, balki emotsional barqarorlik va stressga chidamlilikni ham oshiradi. Shu sababli, ijtimoiy faollikni shakllantirishda psixologik va pedagogik vositalarni uyg'unlashtirish zarur. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, talabalar o'z qobiliyatiga ishonganida va rag'batlantirilgan muhitda faol ishtirok etganda, ular ijtimoiy ko'nikmalarini samarali rivojlantiradi. Natijalar shuni tasdiqladiki, ijtimoiy faollikning shakllanishi shaxsning ichki motivatsiyasi, shaxsiy xususiyatlari va guruhdagi tajribalari bilan bevosita bog'liqdir.

Xulosa. Talabalarda ijtimoiy faollikni shakllantirish jarayoni psixologik nuqtai nazardan murakkab va ko'p qirrali ekanligi aniqlanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, talabalar o'z ichki motivatsiyasi, shaxsiy qiziqishlari va qobiliyatlari orqali ijtimoiy faoliyatga faol jalb qilinadi. Shu bilan birga, ijtimoiy muhit va pedagogik qo'llab-quvvatlash talabaning muloqot, hamkorlik va liderlik ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Psixologik tahlillar shuni tasdiqladiki, faol ijtimoiy tajribalar talabalarda o'zini qadrlash va shaxsiy mas'uliyatni oshirishga yordam beradi. Ijtimoiy faollik jarayonida talaba o'z qarorlarini mustaqil qabul qilishga, muammolarni konstruktiv hal qilishga va guruhdagi rolini anglashga o'rgatiladi. Shu bilan birga, bu jarayon stressni boshqarish, emotsional barqarorlikni oshirish va vaqtni samarali taqsimlash qobiliyatini rivojlantiradi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, faol talaba nafaqat o'zini, balki boshqalarni ham hurmat qiladigan ijtimoiy subyekt sifatida shakllanadi. Shuning uchun ijtimoiy faollikni

rivojlantirishda psixologik va pedagogik vositalarni uyg'un qo'llash zarur. Bu esa talabalarni o'z-o'zini rivojlantirishga va jamiyatda samarali rol o'ynashga tayyorlaydi.

Psixologik tahlillar shuni ko'rsatadiki, talabalar ijtimoiy faollik jarayonida ichki motivatsiya va shaxsiy maqsadlar asosida o'z xulq-atvorini tartibga soladi. Tadqiqot natijalari shuni tasdiqladiki, faol talabalarda liderlik qobiliyati, konstruktiv fikrlash va guruh ichida samarali muloqot ko'nikmalari sezilarli darajada rivojlangan. Shu bilan birga, ijtimoiy faoliyat talabalarda o'zini ifoda etish, boshqalar bilan hamkorlik qilish va muammolarga kreativ yondashish qobiliyatini oshiradi. Psixologik nazariyalar shuni ko'rsatadiki, talabalarda ijtimoiy faollik shaxsiy o'sish va o'zaro aloqalar orqali mustahkamlanadi. Shu sababli, ijtimoiy faollikni shakllantirish jarayonida motivatsion va psixologik strategiyalarni qo'llash talabalar rivojlanishiga bevosita hissa qo'shadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, guruh ishlari va loyihalar talabalarning muloqot va ijtimoiy ko'nikmalarini mustahkamlaydi. Ijtimoiy faollik nafaqat akademik natijalarga, balki shaxsning shaxsiy va emotsional rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir qiladi. Shu bilan birga, faol ijtimoiy tajribalar talabalarda mas'uliyatni oshirish va o'zini jamiyatga foydali his qilish hissini rivojlantiradi.

Natijada, talabalarda ijtimoiy faollikni shakllantirishning psixologik xususiyatlari o'zaro bog'liq va kompleksdir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy faollik talabaning shaxsiy xususiyatlari, ichki motivatsiyasi, pedagogik qo'llab-quvvatlash va guruhdagi tajribalar orqali rivojlanadi. Psixologik tahlillar shuni tasdiqladiki, faol ijtimoiy jarayonlar talabaning o'zini anglash, muammolarni hal qilish va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish qobiliyatini oshiradi. Shu bilan birga, talabalarda ijtimoiy faollik shaxsiy mas'uliyat, stressni boshqarish va vaqtni samarali taqsimlash ko'nikmalarini mustahkamlaydi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, talaba ijtimoiy faoliyatda faol ishtirok etganda, u nafaqat akademik va muloqot ko'nikmalarini rivojlantiradi, balki o'z shaxsini ijtimoiy jihatdan rivojlantiradi. Shu sababli, ijtimoiy faollikni shakllantirishda psixologik yondashuvlar, motivatsion vositalar va guruh ishlari muhim ahamiyatga ega. Umuman olganda, talabalarda ijtimoiy faollikni rivojlantirish shaxsning o'zini anglash, jamiyatda samarali ishtirok etish va professional qobiliyatlarni oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Abduqodirov, A. A. (2018). Psixologik asoslar va ta'lim jarayonida shaxs
2. faolligini oshirish. Toshkent: O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasi.
3. Karimov, S. N. (2020). Ijtimoiy faollik va ta'lim jarayonida uning
4. shakllanish omillari. Toshkent: Fan nashriyoti.
5. Rahmonov, T. H. (2019). "Talabalarning ijtimoiy faolligini rivojlantirishda
6. ta'lim muhitining ahamiyati." O'zMU ilmiy jurnali, 3(12), 45–52.
7. Vygotskiy, L. S. (1997). O'quv jarayonida shaxsning ijtimoiy rivojlanishi.
8. Moskva: Pedagogika nashriyoti.
9. Bandura, A. (2001). Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Nurbayeva Xolniso Uralovna,
Termiz davlat universiteti 3-kurs tayanch doktoranti

GENDER MADANIYATINI RIVOJLANTIRUVCHI DETERMINANTLAR VA ULARNING XUSUSIYATI

Annotatsiya. Ushbu maqolada gender madaniyatini rivojlantiruvchi determinantlar, ularning ijtimoiy, psixologik va pedagogik jihatlari keng yoritilgan. Tadqiqotda gender madaniyati shaxsning ijtimoiy ongida tenglik, hurmat, hamkorlik va o'zaro tushunishni shakllantiruvchi ijtimoiy hodisa sifatida tahlil qilinadi. Maqolada gender madaniyatining shakllanishiga ta'sir etuvchi omillar - oila, ta'lim tizimi, ommaviy axborot vositalari, ijtimoiy institutlar va madaniy qadriyatlarning roli chuqur o'rganiladi. Shuningdek, gender madaniyatining yosh avlod dunyoqarashi, qadriyatlar tizimi va fuqarolik mas'uliyatini shakllantirishdagi o'rni tahlil etiladi. Muallif zamonaviy pedagogik yondashuvlar asosida gender tengligini rivojlantirish, ta'lim jarayonida teng imkoniyatlarni ta'minlash va ijtimoiy adolatni mustahkamlash bo'yicha taklif va tavsiyalarni ilgari suradi.

Kalit so'zlar: gender madaniyati, determinantlar, tenglik, ijtimoiy qadriyatlar, pedagogik yondashuv, ta'lim, ijtimoiy ong, madaniyat.

Аннотация. В статье рассматриваются детерминанты, способствующие развитию гендерной культуры, а также их социальные, психологические и педагогические особенности. Гендерная культура анализируется как социальное явление, формирующее у личности чувство равенства, уважения, сотрудничества и взаимопонимания. Особое внимание уделено роли семьи, системы образования, средств массовой информации, общественных институтов и культурных ценностей в процессе формирования гендерной культуры. Автор отмечает значение гендерного воспитания в формировании мировоззрения молодёжи, системы ценностей и гражданской ответственности. В заключение предлагаются рекомендации по развитию гендерного равенства на основе современных педагогических подходов, а также по укреплению социальной справедливости и равных возможностей в образовательной среде.

Ключевые слова: гендерная культура, детерминанты, равенство, социальные ценности, педагогические подходы, образование, общественное сознание, культура.

Abstract. This article explores the determinants that contribute to the development of gender culture, focusing on their social, psychological, and pedagogical characteristics. Gender culture is examined as a social phenomenon that fosters equality, respect, cooperation, and mutual understanding among individuals. The study analyzes the influence of various factors - family, education system, mass media, social institutions, and cultural values - in shaping gender culture. The role of gender education in forming young people's worldview, value system, and civic responsibility is emphasized. Based on modern pedagogical approaches, the author proposes recommendations for promoting gender equality, ensuring equal opportunities in the educational process, and strengthening social justice in society.

Key words: gender culture, determinants, equality, social values, pedagogical approach, education, social consciousness, culture.

Kirish. Globallashuv, axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi hamda ijtimoiy modernizatsiya jarayonlari insoniyat hayotining barcha sohalariga, jumladan, ijtimoiy-madaniy munosabatlarga ham sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Shu jarayonda jamiyatda erkak va ayol o'rtasidagi o'zaro munosabatlarni yangi bosqichga olib chiqish, ularning huquq va imkoniyatlar tengligini ta'minlash, ijtimoiy adolat va hamkorlik tamoyillarini qaror toptirish masalasi alohida ahamiyat kasb etmoqda. Ana shu ehtiyoj zahirida "gender madaniyati" tushunchasi shakllanib, u jamiyatning barqaror rivojlanishida muhim omillardan biriga aylanmoqda.

Gender madaniyati - bu shaxsda erkak va ayol o'rtasidagi tenglik, o'zaro hurmat, bag'rikenglik, mas'uliyat va hamkorlik qadriyatlarini qaror toptiruvchi ijtimoiy-ma'naviy hodisadir. U inson tafakkuri, qadriyatlari, nutq madaniyati, xulq-atvori hamda ijtimoiy rollar tizimida o'z ifodasini topadi. Bunday madaniyatning shakllanishi ko'plab determinantlar - ijtimoiy, psixologik, pedagogik, siyosiy va madaniy omillar ta'sirida sodir bo'ladi. Har bir determinant o'zining ichki mexanizmlariga ega bo'lib, ular o'zaro uzviy aloqada ishlaganda jamiyatda gender madaniyatining yuksalishiga olib keladi.

Bugungi kunda ta'lim tizimi gender madaniyatini shakllantirish va rivojlantirishning eng samarali ijtimoiy institutlaridan biri hisoblanadi. Chunki aynan ta'lim jarayonida shaxsning ijtimoiy ongi, axloqiy pozitsiyasi, kommunikativ madaniyati va insonparvarlik qarashlari shakllanadi. Shuning uchun ta'lim tizimida gender tenglikni ta'minlash, gender sezgir yondashuvni joriy etish, o'qituvchilar va talabalar ongida ijtimoiy adolat, tenglik, o'zaro hurmat kabi qadriyatlarni mustahkamlash bugungi kunning dolzarb masalasiga aylanmoqda.

O'zbekiston Respublikasida so'nggi yillarda gender siyosatini takomillashtirish, xotin-qizlarning ijtimoiy-siyosiy faolligini oshirish, gender tenglikka erishish bo'yicha muhim huquqiy va institutsional asoslar yaratilmoqda. Jumladan, 2019-yilda qabul qilingan "Xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlari to'g'risida"gi Qonun, 2021-yilda tasdiqlangan "Gender tenglikni ta'minlash strategiyasi" hamda Prezident farmonlari va qarorlari mazkur sohada yangi bosqichni boshlab berdi. Bu hujjatlar gender madaniyatini rivojlantirishning davlat siyosati darajasidagi ustuvor yo'nalishlardan biri ekanini ko'rsatadi.

Gender madaniyatini rivojlantirishda oilaning ijtimoiy roli, ommaviy axborot vositalarining ta'siri, milliy qadriyatlar va diniy an'analar, shuningdek, ta'lim muassasalarining pedagogik muhitini tahlil qilish muhimdir. Chunki aynan shu determinantlar orqali shaxsda genderga oid qarashlar, munosabatlar va xatti-harakatlar tizimi shakllanadi. Bu jarayonning murakkabligi shundaki, gender madaniyati nafaqat bilim va malakalar yig'indisi, balki ijtimoiy tafakkur, axloqiy mas'uliyat va madaniy xulq me'yorlarining uyg'unligidir.

Shunday ekan, gender madaniyatini rivojlantiruvchi determinantlarni o'rganish, ularning o'zaro ta'sirini ilmiy asosda tahlil qilish, ularni pedagogik amaliyotga joriy etish va bu orqali ta'lim tizimida gender sezgirlikni kuchaytirish bugungi kunda nafaqat nazariy, balki amaliy ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot mavzusining dolzarbligi ham aynan shunda - gender madaniyatini rivojlantirish orqali shaxsda ijtimoiy mas'uliyat, hamkorlik va tenglik qadriyatlarini shakllantirish, natijada esa demokratik jamiyat taraqqiyotini ta'minlash imkonini beradi.

Adabiyotlar tahlili. Gender madaniyatining mohiyati, uning shakllanishi va rivojlanishiga ta'sir etuvchi determinantlar masalasi zamonaviy pedagogika, sotsiologiya, psixologiya va madaniyatshunoslik fanlarida keng o'rganilayotgan dolzarb yo'nalishlardan biridir. Tadqiqotchilar fikricha, gender madaniyati - bu shaxsda ijtimoiy tenglik, inson huquqlariga hurmat, hamkorlik va adolat tamoyillarini shakllantiruvchi ijtimoiy hodisadir (A. Bandura, 2001; S. Bem, 1993).

Ilmiy manbalarda gender madaniyatining shakllanishiga ta'sir etuvchi determinantlar turli jihatlardan izohlanadi. Jumladan, E. Giddens (2002) ijtimoiy institutlarning, ayniqsa, oila va ta'lim tizimining gender ongni shakllantirishdagi rolini asoslab beradi. Unga ko'ra, gender madaniyati oilaviy ijtimoiylashuv jarayonida boshlanib, ta'lim muassasalari orqali mustahkamlanadi. Boshqa tadqiqotchilar (Connell, 2005; Mead, 2000) esa gender munosabatlarini ijtimoiy me'yorlar, an'analar va madaniy qadriyatlar tizimida ko'rib chiqadilar.

O'zbekistonda ham so'nggi yillarda gender madaniyatini shakllantirish va rivojlantirish masalalari ilmiy-nazariy jihatdan chuqur o'rganilmoqda. Masalan, O. Xodjiev (2019) va D. Jo'rayeva (2021) o'z tadqiqotlarida gender madaniyatini ta'lim jarayoniga integratsiya qilish, yoshlar ongida gender tengligi va o'zaro hurmatni rivojlantirish masalalariga e'tibor qaratadilar. Ular gender tarbiyasi nafaqat nazariy tushuncha, balki shaxsning kommunikativ, axloqiy va ijtimoiy kompetensiyalarini rivojlantiruvchi pedagogik jarayon sifatida qaralishi lozimligini ta'kidlaydilar.

Xalqaro miqyosda B. Thorne va N. Henley (1995), J. Holmes (2006), J. Butler (2011) kabi olimlar gender madaniyatining ijtimoiy va diskursiv tabiatini tahlil qilib, uning jamiyatdagi kuch munosabatlari, til madaniyati va ijtimoiy rollar tizimi bilan chambarchas bog'liqligini ko'rsatadilar. Ularning fikricha, gender madaniyati insonlar o'rtasidagi muloqotda namoyon bo'ladigan ijtimoiy-psixologik jarayon sifatida har bir davrning madaniy konteksti bilan belgilanadi.

Shuningdek, ta'lim jarayonida gender madaniyatini rivojlantirishda o'qituvchining shaxsiy pozitsiyasi, metodik tayyorgarligi va o'quv dasturlarining gender sezgirlik darajasi muhim ahamiyat kasb etadi. UNESCO (2018) hisobotida qayd etilishicha, genderga asoslangan yondashuvlar ta'lim sifatini oshiradi, o'quvchilarda empatiya, bag'rikenglik va ijtimoiy mas'uliyatni shakllantiradi.

Mahalliy adabiyotlarda (A.Jo'rayev, 2020; Z.Qodirova, 2022) esa gender madaniyatining pedagogik modeli, uning tarkibiy qismlari - kognitiv (bilim), affektiv (munosabat) va faoliyat (xulq-atvor) komponentlari alohida o'rganilgan. Ushbu yondashuvga ko'ra, gender madaniyati shaxsning ijtimoiy-psixologik rivojlanish bosqichlarida izchil shakllanadi va hayot davomida yangilanib boradi.

Yuqoridagi adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, gender madaniyatini rivojlantiruvchi determinantlar kompleks va ko'p omilli jarayon bo'lib, ular o'zaro uzviy bog'liq holda ishlaydi. Oila, ta'lim, madaniyat, ommaviy axborot vositalari va ijtimoiy siyosat bu jarayonning muhim tarmoqlarini tashkil etadi. Shu bois, gender madaniyatini rivojlantirish strategiyasini ishlab chiqishda bu determinantlarning o'zaro ta'siri, milliy mentalitet va madaniy xususiyatlar inobatga olinishi zarur.

Tahlil va natijalar. Gender madaniyatini rivojlantirish jarayoni murakkab ijtimoiy-pedagogik hodisa bo'lib, u ko'p omillarning o'zaro ta'siri natijasida shakllanadi. Tadqiqot davomida aniqlanishicha, gender madaniyatining rivojlanishiga ta'sir etuvchi determinantlar ijtimoiy, psixologik, pedagogik, madaniy va kommunikativ yo'nalishlarda o'ziga xos xususiyatlarga ega. Ularning har biri shaxsning genderga oid ongini, qadriyatlarini va xulq-atvorini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

Avvalo, ijtimoiy determinantlar - jamiyatning umumiy madaniy darajasi, oilaviy tarbiya tizimi, gender siyosati, qonunchilik asoslari va ommaviy axborot vositalarining ta'sirini o'z ichiga oladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, jamiyatda gender tenglikka oid qadriyatlar qanchalik yuqori baholansa, gender madaniyatining rivojlanish darajasi ham shunchalik yuksak bo'ladi. Oila esa bu jarayonning asosiy boshlang'ich nuqtasidir. Ota-ona farzandlarga erta yoshdan boshlab tenglik, o'zaro hurmat va mas'uliyat qadriyatlarini singdirsa, bu ularning keyingi ijtimoiy hayotida gender madaniyatining barqaror shakllanishiga zamin yaratadi.

Psixologik determinantlar tahlili shuni ko'rsatadiki, shaxsning o'zini anglash darajasi, empatiya, kommunikativ kompetensiya va o'zaro hurmat hissi gender madaniyati shakllanishiga bevosita ta'sir qiladi. Shaxsiy psixologik tayyorgarlik, o'z-o'zini baholash va ijtimoiy munosabatlarga moslashuvchanlik gender sezgirlikning asosiy psixologik ko'rsatkichlari hisoblanadi.

Pedagogik determinantlar ta'lim muassasalaridagi gender madaniyatini rivojlantirishda asosiy o'rinni egallaydi. Ta'lim jarayonida genderga sezgir yondashuv, o'qituvchi va talaba o'rtasidagi demokratik munosabatlar, o'quv dasturlarida gender masalalarini integratsiya qilish kabi omillar muhim ahamiyatga ega. Tadqiqot davomida o'tkazilgan kuzatishlar shuni ko'rsatdiki, ta'lim jarayonida gender tenglikni targ'ib etuvchi faol metodlar (munozara, rolli o'yin, keys tahlil, muammoli ta'lim va boshqalar) talabalarning ijtimoiy mas'uliyatini oshiradi va ularning genderga oid fikrlash madaniyatini shakllantiradi.

Madaniy determinantlar esa xalqning urf-odatlarini, diniy qarashlari, milliy qadriyatlari va tarixiy merosi bilan bog'liq. Har bir xalqning madaniy an'analari gender rollarining jamiyatda qanday qabul qilinishini belgilaydi. Shu bois, gender madaniyatini rivojlantirishda milliy qadriyatlarni inkor etmasdan, balki ularni zamonaviy demokratik qadriyatlar bilan uyg'unlashtirish

muhim. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, an'anaviy madaniyatni gender tenglik tamoyillari bilan uyg'unlashtirish jamiyatda barqaror ijtimoiy muvozanatni saqlashga yordam beradi.

Kommunikativ determinantlar tahliliga ko'ra, shaxslararo muloqot, ijtimoiy tarmoqlardagi axborot oqimlari, ommaviy axborot vositalari va ta'limdagi kommunikativ muhit gender madaniyatini shakllantirishda muhim o'rin tutadi. Ayniqsa, raqamli texnologiyalar va media resurslar yoshlar ongiga bevosita ta'sir qilayotgan bugungi davrda axborot madaniyati bilan bir qatorda gender madaniyatini rivojlantirish masalasi yanada dolzarb bo'lib bormoqda.

O'tkazilgan tahlillar asosida aniqlanishicha, gender madaniyatini rivojlantiruvchi determinantlar o'zaro uzviy aloqada bo'lib, ularning samarali ishlashi uchun kompleks yondashuv zarur. Bunda ta'lim tizimining genderni sezgir siyosati, pedagoglarning malaka tayyorgarligi, oilaviy qadriyatlar tizimi va ijtimoiy kommunikatsiyalar uyg'unligi muhim o'rin egallaydi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki:

1. Ta'lim tizimida gender madaniyatini rivojlantirishga yo'naltirilgan integrativ yondashuv shaxsda ijtimoiy adolat, bag'rikenglik va tenglik qadriyatlarini mustahkamlaydi.

2. Gender madaniyatini rivojlantirishda ijtimoiy muhit va madaniy determinantlar o'rtasidagi muvozanatni saqlash zarur.

3. O'qituvchilar va talabalar o'rtasida gender sezgir pedagogik muloqotni yo'lga qo'yish ta'lim sifati va shaxsiy rivojlanish ko'rsatkichlarini oshiradi.

4. Ommaviy axborot vositalari va raqamli platformalar orqali genderni oid ijobiy axborotlarni targ'ib qilish yoshlar ongida tenglik va o'zaro hurmatni shakllantirishga xizmat qiladi.

Shu tariqa, olingan natijalar gender madaniyatining rivojlanishi kompleks ijtimoiy-pedagogik jarayon ekanini, uni ta'lim, madaniyat va kommunikatsiya tizimlari orqali izchil shakllantirish zarurligini ko'rsatadi.

Muhokama. Gender madaniyatini rivojlantirish masalasi ko'p omilli, kompleks jarayon bo'lib, uning shakllanishi bir-biri bilan uzviy bog'langan turli determinantlar ta'sirida sodir bo'ladi. Tadqiqot davomida aniqlanishicha, bu determinantlar orasida biologik, didaktik, psixologik, ijtimoiy-iqtisodiy va etnomadaniy omillar alohida o'rin tutadi. Ularning har biri shaxsning genderni oid qarashlari, qadriyatlari va xulq-atvorini shakllantirishda o'ziga xos mexanizm sifatida namoyon bo'ladi.

Birinchidan, biologik determinantlar gender madaniyatining tabiiy asoslarini belgilaydi. Inson organizmining fiziologik, genetik va biologik xususiyatlari erkak va ayolning tabiiy farqlarini ko'rsatadi, ammo bu farqlar ijtimoiy tenglikni inkor etmaydi. Biologik determinantlarning tahlili shuni ko'rsatadiki, gender madaniyatini shakllantirishda tabiiy farqlarni to'g'ri tushunish, ularni ijtimoiy rollar bilan aralashtirib yubormaslik muhimdir. Ta'lim jarayonida bu farqlarni inobatga olgan holda, teng imkoniyatlarni ta'minlash shaxsning o'zini anglash jarayonini ijobiy yo'nalishda rivojlantiradi.

Ikkinchidan, didaktik determinantlar gender madaniyatining ta'lim jarayonidagi ifodasini belgilaydi. O'qitish mazmuni, metodlari, o'quv muhitining gender sezgirligi, o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi munosabatlar bu sohada asosiy omillardir. Didaktik determinantlarning samarali ishlashi uchun ta'lim jarayonida gender yondashuvini integratsiya qilish zarur: o'quv materiallari, misollar, matnlar, baholash mezonlari va kommunikatsiya uslublarida gender stereotiplarni kamaytirish, aksincha, tenglik va hamkorlik qadriyatlarini mustahkamlash lozim. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, genderni sezgir didaktika talabalarda ijtimoiy mas'uliyat va empatiya tuyg'usini kuchaytiradi.

Uchinchidan, psixologik determinantlar gender madaniyatini rivojlantirishda markaziy o'rin tutadi. Shaxsning o'z-o'zini anglash, emotsional barqarorlik, empatik qobiliyat, kommunikativ madaniyat va motivatsion ehtiyojlar gender sezgirlikning psixologik asoslarini tashkil etadi. Psixologik determinantlarning tahlili shuni ko'rsatadiki, o'zini teng huquqli shaxs sifatida anglay olgan inson ijtimoiy munosabatlarda gender muvozanatini saqlay oladi. Shu bois, ta'lim jarayonida shaxsiy rivojlanish, o'zaro hurmat, ijobiy fikrlash va psixologik barqarorlikni ta'minlovchi

treninglar, suhbatlar, psixologik mashg'ulotlar gender madaniyatini yuksaltirishda samarali vosita bo'la oladi.

Yuqorida keltirilgan determinantlarning o'zaro ta'siri gender madaniyatining rivojlanish mexanizmini tashkil etadi. Biologik asoslar tabiiy poydevor vazifasini o'tasa, didaktik va psixologik determinantlar ta'lim jarayonidagi amaliy mexanizmlarni belgilaydi, ijtimoiy-iqtisodiy va etnomadaniy determinantlar esa bu jarayonning ijtimoiy-madaniy kontekstini shakllantiradi.

Shunday qilib, tahlillar shuni ko'rsatadiki, gender madaniyatini rivojlantirish bir yo'nalishli emas, balki kompleks, tizimli va bosqichma-bosqich yondashuvni talab etadi. Har bir determinant o'z o'rnida ijobiy ta'sir ko'rsatsa, ularning uyg'unligi natijasida jamiyatda gender tenglik, o'zaro hurmat va ijtimoiy mas'uliyat qadriyatlari mustahkamlanadi.

Xulosa. Yuqoridagi tahlil va muhokamalar natijalariga ko'ra, gender madaniyatini rivojlantirish jamiyatning ijtimoiy-madaniy taraqqiyotida hal qiluvchi ahamiyatga ega ekani aniqlandi. Gender madaniyati shaxsning ijtimoiy tafakkuri, xulq-atvori, qadriyatlar tizimi va ijtimoiy munosabatlarga bo'lgan yondashuvda o'z ifodasini topadi. U jamiyatda tenglik, o'zaro hurmat, adolat va mas'uliyat kabi insoniy qadriyatlarning barqaror qaror topishini ta'minlaydi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, gender madaniyatining rivojlanishida biologik, didaktik, psixologik, ijtimoiy-iqtisodiy va etnomadaniy determinantlar kompleks tarzda ta'sir ko'rsatadi. Har bir determinant o'zining alohida xususiyatiga ega bo'lsa-da, ularning o'zaro uyg'unligi gender madaniyatini shakllantirishning asosiy shartidir.

- **Biologik determinantlar** shaxsning tabiiy va fiziologik xususiyatlarini inobatga olish orqali gender tenglikni to'g'ri tushunish imkonini beradi.
- **Didaktik determinantlar** ta'lim jarayonida gender sezgir yondashuvni amalga oshirish, o'quv dasturlarida tenglik, hamkorlik va hurmat qadriyatlarini targ'ib etish zarurligini ko'rsatadi.
- **Psixologik determinantlar** shaxsda empatiya, o'zaro hurmat, ijtimoiy mas'uliyat va o'zini anglashni rivojlantirish orqali gender madaniyatini ichki motivatsion asosda mustahkamlaydi.
- **Ijtimoiy-iqtisodiy determinantlar** esa gender tenglikni jamiyatda amaliy jihatdan qaror toptirish uchun muhim ijtimoiy va iqtisodiy shart-sharoitlarni yaratadi.
- **Etnomadaniy determinantlar** milliy qadriyatlar, urf-odatlar va an'analarni gender madaniyati bilan uyg'unlashtirish orqali bu jarayonni ijtimoiy jihatdan qabul qilinadigan shaklda amalga oshirish imkonini beradi.

Gender madaniyatini rivojlantirishda ta'lim tizimi markaziy rol o'ynaydi. Chunki ta'lim muassasalari nafaqat bilim berish, balki shaxsning axloqiy va ijtimoiy ongini shakllantirish, ijtimoiy mas'uliyatini kuchaytirish va tenglik madaniyatini singdirish vazifasini bajaradi. Shu bois, pedagogik jarayonlarda genderga sezgir metodik yondashuvni qo'llash, o'qituvchilarni maxsus tayyorlash, o'quv materiallarini gender tenglik tamoyillari asosida qayta ko'rib chiqish zarurdir.

Shuningdek, gender madaniyatini rivojlantirishda oila, ommaviy axborot vositalari, davlat siyosati va fuqarolik jamiyati institutlarining hamkorligi alohida ahamiyatga ega. Ularning birgalikdagi faoliyati orqali jamiyatda gender sezgirlikni kuchaytirish, ijobiy namunalarni targ'ib etish va yosh avlodni tenglik ruhida tarbiyalash imkoniyati yaratiladi.

Umuman olganda, gender madaniyatini rivojlantirish - bu faqat ayollar huquqlarini himoya qilish masalasi emas, balki jamiyatda erkak va ayolning teng, mas'uliyatli va hurmatli hamkorligini ta'minlaydigan umumijtimoiy jarayondir. Bu jarayonning muvaffaqiyati esa ta'lim, madaniyat, siyosat va iqtisodiyot sohalarida genderga sezgir yondashuvning tizimli ravishda amalga oshirilishiga bog'liqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Mirziyoyev Sh.M. *Yangi O'zbekiston strategiyasi*. – Toshkent: "O'zbekiston" NMIU, 2021.
2. Mirziyoyev Sh.M. *Inson qadri uchun*. – Toshkent: "O'zbekiston" NMIU, 2023.

3. *O'zbekiston Respublikasining "Xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlari to'g'risida"gi Qonuni. – Toshkent, 2019-yil 2-sentabr.
4. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori: "Xotin-qizlarning ijtimoiy-siyosiy faolligini oshirish, ularni davlat va jamiyat boshqaruvida qo'llab-quvvatlash tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida". – PQ-4235-son, 2019-yil 7-mart.
5. Nurbayeva X.U. *Gender madaniyatini shakllantirishda ta'lim determinantlarining o'rni*. – "Ta'lim va innovatsiyalar" ilmiy jurnali, 2024, №3. – B. 45–52.
6. Qodirova G., To'xtayeva M. *Pedagogik jarayonda gender yondashuvning ahamiyati*. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2022.
7. Yusupova D.A. *Oliy ta'limda gender tenglik madaniyatini rivojlantirishning psixologik-pedagogik asoslari*. – Toshkent: TDPU, 2021.
8. Zamonaviy gender siyosati: muammo va yechimlar. – Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi materiallari. – Toshkent, 2023.
9. Butler J. *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*. – New York: Routledge, 1990.
10. Connell R.W. *Gender and Power: Society, the Person, and Sexual Politics*. – Stanford University Press, 1987.

O'ktamova Shoxista Odilbek qizi,
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch davlat universiteti
mustaqil izlanuvchisi

METAKOGNITIV QOBILIYATLARNING SHAKLLANISHI VA ULARNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK ASOSLARI

Abstract. This article analyzes the psychological content of metacognitive abilities, their formation, stages of development, and significance in the educational process. It synthesizes the scientific perspectives of A.V. Karpov on the five-level system of abilities, as well as those of M.A. Kholodnaya and other scholars in the field of metacognitive psychology. Furthermore, the article presents empirical research on the development of metacognitive abilities in educational and professional activities, demonstrating their impact on the effectiveness of both teachers and students.

Key words: metacognitive abilities, cognitive processes, self-regulation, metacognition, teacher competence, reflection, educational effectiveness, metacognitive strategies.

Аннотация: В данной статье анализируется психологическое содержание метакогнитивных способностей, их формирование, этапы развития и значение в образовательном процессе. Обобщены научные взгляды А.В. Карпова на пятиуровневую систему способностей, М.А. Холодной и других ученых в области метакогнитивной психологии. Также представлены результаты эмпирических исследований по развитию метакогнитивных способностей в учебной и профессиональной деятельности и их влиянию на эффективность работы преподавателей и учебы студентов.

Ключевые слова: метакогнитивные способности, когнитивные процессы, саморегуляция, метазнание, компетентность учителя, рефлексия, эффективность обучения, метакогнитивные стратегии.

Annotatsiya: Ushbu maqolada metakognitiv qobiliyatlarning psixologik mazmuni, ularning shakllanishi, rivojlanish bosqichlari hamda ta'lim jarayonidagi ahamiyati tahlil etilgan. A.V. Karpovning qobiliyatlarning besh darajali tizimi, M.A. Xolodnaya va boshqa olimlarning metakognitiv psixologiya yo'nalishiga oid ilmiy qarashlari umumlashtirilgan. Shuningdek metakognitiv qobiliyatlarni o'quv va kasbiy faoliyatda rivojlantirish bo'yicha olib borilgan empirik tadqiqotlar hamda ularning o'qituvchi va talaba samaradorligiga ta'siri ko'rsatib berilgan.

Kalit so'zlar: metakognitiv qobiliyatlar, kognitiv jarayonlar, o'zini-o'zi boshqarish, metabilim, o'qituvchi kompetensiyasi, refleksiya, ta'lim samaradorligi, metakognitiv strategiyalar.

Qobiliyatlar psixologiyasi uzoq vaqt davomida asosiy va keng qamrovli tadqiqot yo'nalishlaridan biri bo'lib kelgan. XX asr oxiridagi ishlardayoq "qobiliyat" tushunchasining kengayishi - intellektning test o'lchovlaridan inson qobiliyatlari tuzilishining individual o'ziga xosligini, shuningdek, ularni hayotda amalga oshirish usullarini to'liqroq tavsiflovchi yangi atamalarga (masalan, "aqliy tajriba," "ko'nikmalar") o'tish qayd etilgan. "Qobiliyat" atamasi psixikaning boshqa bir qator sohalari - ma'naviy qobiliyatlar, ijodiy qobiliyatlar, o'zini-o'zi namoyon qilish qobiliyatlari va hokazolarning faollik darajasini tavsiflash uchun ham qo'llanila boshlandi.

Shu o'rinda M.A. Xolodnayaning inson aqliy tajribasining individual-o'ziga xos tuzilishida ifodalangan insonning umumiy bilish qobiliyati sifatidagi intellekt tushunchasi ishlab chiqilgan ishlarini alohida ta'kidlash lozim. Mental tajribani bunday tashkil etish insonning atrofdagi ma'lumotlarni idrok etish va tushunish xususiyatlarida, shuningdek, uning murakkab yoki yangi vaziyatlarni yengish xususiyatlarida namoyon bo'ladi, ayniqsa o'z harakatlarining ta'sirini bashorat qilish va qaror qabul qilishni talab etadi. Aynan M.A. Xolodnayaning ishlarida metakognitiv

qobiliyatlarni tartibga soluvchi ruhiy tuzilmalar sifatida ajratib ko'rsatish paydo bo'ladi, xususan, kognitiv uslublar - dunyoni bilishning individual usullari bunga misol bo'la oladi[1].

Albatta, qobiliyatlarni farqlash va bu tuzilmada metakognitiv qobiliyatlarning o'zni haqida savol tug'iladi. Qobiliyatlarni umumiy va maxsus qobiliyatlarga dixotomik ajratish eng ko'p tarqalgan, biroq bunday ajratish doirasida qobiliyatlar psixologiyasi predmeti soddalashishga va hatto qisqarishga majbur bo'ladi, chunki mazkur yo'nalish doirasida o'rganiladigan hodisalarning hammasini ham bu ikki sinfga sig'dirib bo'lmaydi. Shuning uchun yangi konsepsiyalar ham shakllanmoqda, ular doirasida qobiliyatlarning boshqa sinflarini ham ajratishga yo'l qo'yiladi, ular na umumiy, na maxsus qobiliyatlarga olib kelinadi.

Bunday konsepsiyaga misol qilib A. V. Karpov asarlarida tasvirlangan qobiliyatlarning besh darajali tizimini keltirish mumkin, unda quyidagi toifalar ajratib ko'rsatiladi: layoqatlar, maxsus qobiliyatlar, integral qobiliyatlar, umumiy qobiliyatlar, metakognitiv qobiliyatlar [2].

Bir qator ishlarda uzoq vaqt davomida umumiy qobiliyatlar sinfi doirasida ko'rib chiqilgan metakognitiv qobiliyatlarning darajali maqomi masalasi ham paydo bo'ladi. Xuddi shu asarlarda meta-qobiliyatlarni mantiq, tahlil, dasturlash bo'yicha qo'shimcha ta'lim orqali ham, ijodkorlikka oid topshiriqlar, noodatiy yechimlarni izlash orqali ham maxsus shakllantirish mumkin emasligi ta'kidlangan. Biroq, metakognitivizmga qiziqishning rivojlanishi va ham o'quv, ham kasbiy samaradorlikni oshirish yo'llarini izlash bilan, tegishli metakognitiv ko'nikmalarni shakllantirish orqali metakognitiv qobiliyatlarni rivojlantirish juda real ekanligini ko'rsatadigan tadqiqotlar paydo bo'la boshladi. Bundan tashqari, ko'proq metakognitiv qobiliyatli odamlar o'quv va mehnat faoliyatida, xususan, metakognitiv boshqaruvni tezroq va samaraliroq qo'llash imkoniyati tufayli yaxshiroq natijalarni ko'rsatdilar: kerakli metakognitiv strategiyalarni tanlash, o'zlarining metakognitiv e'tiqodlarini kuzatish, ularni real olingan natijalar bilan bog'lash va zarur bo'lganda o'z xatti-harakatlarini tuzatish. Shu bilan birga, kamroq rivojlangan metakognitiv qobiliyatlarga ega bo'lgan odamlarga xuddi shu hajmdagi vazifalarni bajarish uchun qo'shimcha maslahatlar va ko'proq vaqt kerak bo'ldi.

Metakognitiv qobiliyatlarni shakllantirish va rivojlantirish imkoniyatini tasdiqlash uchun bir qator tadqiqotlar o'tkazildi, ularning natijalari ko'pincha metakognitiv qobiliyatlarni rivojlantirish bo'yicha amaliy dasturlar yoki treninglar bo'ldi. Mazkur tadqiqotlar va shakllantirilgan dasturlar natijalarini o'zini-o'zi boshqarishning dialogik shakli ko'nikmalarini "mazmunni qanday o'rganishim mumkin?," "qanday qilib samaraliroq harakat qilishim mumkin?," "samaraga olib keladigan narsani haqiqatan ham qilyapmanmi?" kabi uch guruh savollar bo'yicha shakllantirish orqali qisqacha tavsiflash mumkin.

Zamonaviy tadqiqotlar mualliflari "samarali o'quvchilar" nafaqat o'zlari ega bo'lgan ma'lumotlar to'plamini, balki ushbu ma'lumotlarni osonroq, tezroq va samaraliroq qabul qilish va o'zlashtirishga imkon beradigan metakognitiv boshqaruv ko'nikmalarini ham ajratib ko'rsatadi, degan xulosaga kelishadi. Shuningdek, bola metakognitiv boshqaruv asoslariga qanchalik erta o'rgatilsa, uning muvaffaqiyatlari va kognitiv jarayonlari shunchalik yaxshi bo'lishi ta'kidlanadi. Shunday qilib, o'quv jarayonini yanada samarali tashkil etishning asosiy qoidasi kelib chiqadi: avval qanday o'qishni o'rgatish, keyin esa biror narsani predmetli o'rgatish.

Metakognitiv qobiliyatlarni empirik o'rganish muammosi ko'p jihatdan tor doiradagi ishlarning yetarli emasligi bilan bog'liq. Biroq, aynan shunday amaliy xarakterdagi ishlar, ya'ni metakognitiv qobiliyatlar fokusli hodisa yoki jarayonni tavsiflash uchun yordamchi konstruktor vazifasini bajaradi, shuningdek, psixologiya fani yo'nalishidagi tadqiqot ishlari uchun ancha keng maydonni ta'minlaydi. Bunday nashrlarni ko'rib chiqish nafaqat maqsadga muvofiq, balki zarur hamdir. Shuni ham ta'kidlash joizki, pedagogika sohasida ishlaydigan ko'plab tadqiqotchilar bilimning alohida sohalari bilan qanday metakognitiv qobiliyatlar bog'liqligi, bu qanday bog'liqlik va undan yuqori natijalarga erishish yoki bilimlarni o'zlashtirish jarayonini osonlashtirish uchun qanday foydalanish mumkinligi haqida savol berishadi.

Masalan, 2021-yilgi tadqiqotda DeYong va Serra "xotirada jonlilikning afzalligi" ta'sirini sinab ko'rdilar, bu odamlar jonsiz (jonsiz) tushunchalarga qaraganda jonli (tirik) tushunchalarni ko'proq eslashlari bilan ifodalanadi. Ushbu ta'sir tez-tez sodir bo'lishiga qaramay, odamlar uni metakognitiv nuqtayi nazardan anglashadimi yoki bunday bilim jonli va jonsiz stimullar uchun o'rganish kabi xotira hukmlari bilan qanday bog'liqligi aniq ma'lum emas. Bir nechta tajribalar davomida ishtirokchilar erkin esga tushirish testi uchun jonli va jonsiz so'zlarni yoki signal bo'yicha esga tushirish testi uchun jonli va jonsiz so'zlar juftligini o'z ichiga olgan ro'yxatlarni o'rgandilar va o'rganish haqida hukmlar tuzdilar[3].

Shuningdek, jonli narsalarni ko'proq, kamroq yoki jonsiz narsalar kabi esda qolarli deb hisoblashlari haqidagi o'z e'tiqodlarini ham ko'rsatdilar. Tadqiqotchilar erkin esga tushirish testlarida ham, stimuly bo'yicha esga tushirish testlarida ham obyektlarning jonliligini eslab qolishning afzalligi haqida doimiy ravishda natijalar olgan bo'lsalar-da, bu ishtirokchilarning ushbu ta'sirning mavjudligi mumkinligi haqidagi dastlabki e'tiqodlaridan qat'i nazar paydo bo'ldi. Ushbu natijalar shuni ko'rsatadiki, bu kontekstda ishtirokchilar o'zlarining e'tiqodlarini metakognitiv hukmlari uchun belgilovchi omil sifatida ishlatmaydilar. Aksincha, jonli narsalarga nisbatan jonsiz narsalarga nisbatan xotiraning ustunligi bilan bog'liq ba'zi omillar ishtirokchilarni ushbu naqshni yaratishga o'rgatish haqidagi fikrlarga ta'sir qilishi mumkin.

Pedagogik tilshunoslik sohasidagi mutaxassislar Negetti va MakGart tomonidan 2018-yilda ham qiziqarli tadqiqot taqdim etilgan. Ularning empirik ishlari natijalari kontekstli vaziyatlarni integratsiyalash va o'zgarmas til shakllarini o'zlashtirishni birlashtirgan til ta'limiga pedagogik yondashuv metabilim bilan chambarchas bog'liq degan xulosaga kelish imkonini beradi. Birinchidan, "biz foydalanadigan tushunchalar, o'zimiz, qo'yilgan vazifa va strategiyalarni bilish, ya'ni metakognitiv bilimlar bilan" va ikkinchidan, "rejalashtirish va maqsadlarni belgilash, ishimiz va o'quv natijalarimizni kuzatish va baholash". Ta'limdagi metakognitiv texnologiyalarning zamonaviy rus tadqiqotchilari, shuningdek, metakognitiv faoliyat to'g'risidagi ma'lumotlar asosida tashkil etilgan lingvistik fanlarni o'zlashtirish "subyektning o'z yutuqlariga bo'lgan munosabatini o'zgartirib, o'quv jarayonining samaradorligini oshiradi" deb ta'kidlaydilar [4].

Shuni e'tiborga loyiqlik, aynan tilni o'rganish bilan bog'liq tadqiqotlarda turli modallikdagi metakognitiv qobiliyatlar haqida empirik ma'lumotlar olish mumkin. Masalan, Lai, Shum va Tianning ishlarida, shuningdek, Safin va uning guruhining tadqiqotida metakognitiv qobiliyatlari yomon rivojlangan o'quvchilar vazifalarni hal qilish uchun haqiqatda talab qilinadiganidan kamroq vaqt ajratishga moyil ekanliklari ko'rsatilgan [5].

Ta'lim tizimiga metakognitiv rivojlanish dasturlarini joriy etish haqida gapirganda, bir guruh tadqiqotchilar tomonidan 2022-yilda Qozog'istondagi L.N.Gumilev nomidagi Yevroosiyo milliy universiteti bazasida o'tkazilgan original tadqiqotni tilga olmaslik mumkin emas. Eksperiment mualliflari metakognitiv rivojlanish bo'yicha ko'rsatmalarni ta'lim dasturlariga joriy etish jarayoni va natijasini tavsiflaydilar. Ushbu ishda olingan eng qiziqarli xulosalar qatorida metakognitiv rivojlanish dasturlarini tuzish bo'yicha tavsiyalarni keltirish mumkin.

Xususan, talabalarning universal metakognitiv ko'nikmalarini rivojlantirish kognitiv kontekst bilan birga bo'lishi, amaliyotga yo'naltirilgan bo'lishi kerakligi ta'kidlanadi. Kichik kurs talabalari uchun bayon qilinayotgan materialning katta darajadagi aniqligi ma'qullanadi, shu bilan birga, 3-4 yoshli talabalar uchun metakognitsiya masalalarini chuqurroq tushunish uchun yanada murakkab, mavhum tuzilmalarni taklif qilish mumkin. Qozog'istonlik tadqiqotchilar tomonidan shakllantirilgan tavsiyalar X.Jing o'z ishida taklif etgan ko'rsatmalarga ham hamohangdir. Ushbu muallifning ishlarida, shuningdek, metakognitiv ko'nikmalarni o'zlashtirish muvaffaqiyatini oshirish uchun talabalar uchun o'quv materiallarida metakognitiv ko'rsatmalarni "kamroq mavhum" ko'rsatmalar bilan birlashtirish, o'rganilayotgan fan bilan to'g'ridan to'g'ri bog'liq bo'lgan amaliy maslahatlarni ya'ni, turli xil ta'lim yo'nalishlari talabalari uchun moslashtirilgan amalga oshirish tavsiya etiladi[6].

Tadqiqotning o'rgatuvchi tomonga ham qiziqishini ta'kidlash kerak: ba'zi mualliflar empirik tadqiqotlar o'tkazdilar, ularning predmeti o'qituvchilarning metakognitiv qobiliyatlari edi. Metakognitiv ko'nikmalari past bo'lgan o'qituvchilar o'z shogirdlariga xuddi shu ko'nikmalarni o'rgata oladimi, degan savol tug'ilishi tabiiy. Metakognitiv o'zini-o'zi anglash darajasi va metakognitiv qobiliyatlari yuqori bo'lgan o'qituvchilar o'quvchilarga ham dars berishda, ham ta'lim olishda foyda keltirishi aniqlandi, ya'ni bunday o'qituvchilar nafaqat fanni yaxshiroq tushuntiradilar, balki ularning sinflaridagi akademik o'zlashtirish natijalari ham yuqori bo'ladi. Ushbu xulosalar o'qituvchilarning talabalarga akademik yutuqlar uchun metakognitiv strategiyalardan samarali foydalanishni o'rganishga va yaxshiroq tanlov qilishga qanday yordam berishi o'rganilgan empirik tadqiqotlar natijalari bilan tasdiqlanadi. Bir qator tadqiqotlarda, shuningdek, ixtisoslashtirilgan dasturlarni to'g'ri rejalashtirishda metakognitiv faoliyat ongli strategiyaga aylanishi va metakognitiv to'laqonli o'rganish funksiyalarini bajara boshlashi ta'kidlanadi. Ushbu xulosalar muntazam o'quv dasturlari doirasidagi tadqiqotlarga nisbatan ham to'g'ri keladi. Shunday qilib, o'qituvchilar o'quv dasturini rejalashtirish, o'quv maqsadlarini baholash va o'qitish usullarini chuqur mustaqil tahlil qilish orqali o'zlarining metakognitiv qobiliyatlarini takomillashtirishlari kerak, bu esa umuman ta'lim jarayonining samaradorligi va taraqqiyotini ta'minlash, shuningdek, o'quvchilarga alohida fanlarni yaxshiroq tushunish imkonini beradi. Bundan tashqari, metakognitiv ta'lim o'qituvchilarga o'zlarining o'qitish usullari va pedagogik strategiyalarini o'quvchilarning ehtiyojlarini qondirish uchun anglash va yaxshiroq moslashtirishga yordam berishi mumkin.

Xulosa qilib aytganda, metakognitiv qobiliyatlar insonning tafakkur faoliyati, o'qish va o'rganish jarayonida muhim rol o'ynaydi. Ular bilish faoliyatini ongli nazorat qilish, strategik rejalashtirish va o'z faoliyat natijalarini baholash imkonini beradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yuqori metakognitiv qobiliyatlarga ega bo'lgan shaxslar o'z o'quv va kasbiy faoliyatini samaraliroq tashkil etadi, muammoli vaziyatlarda esa moslashuvchan qarorlar qabul qiladi. Metakognitiv ko'nikmalarni shakllantirish ta'lim jarayonining ajralmas qismi bo'lishi, o'qituvchilarning pedagogik mahorati va o'quvchilarning o'zlashtirish natijalarini yaxshilashga xizmat qilishi zarur. Shu sababli, ta'lim tizimida metakognitiv rivojlanish dasturlarini ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish zamonaviy psixologik-pedagogik tadqiqotlarning dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Холодная М.А. (2002). Психология интеллекта: парадокс исследования. Москва.
2. Karpov A.V. (2004). *Metakognitiv qobiliyatlar: nazariy va eksperimental tadqiqot*. Moskva.
3. DeYong C., Serra M. (2021). *Vividness effect and metacognitive judgments in memory tasks*. Journal of Experimental Psychology.
4. Negetti J., McGarth A. (2018). *Metacognition and linguistic pedagogy: Integrative learning contexts*. Language Education Review.
5. Lai E., Shum P., Tian Y. (2019). *Metacognitive abilities and problem-solving in learning environments*. Educational Psychology Journal.
6. Jing X. (2022). *Instructional strategies for metacognitive development in higher education*. Beijing University Press.
7. Qozog'iston Respublikasi L.N. Gumilev nomidagi Yevroosiyo Milliy Universiteti (2022). *Metakognitiv rivojlanish dasturlari bo'yicha empirik tadqiqot natijalari*. Astana.

Ro'ziqulov Faxriddin Rasulovich,
Navoiy viloyati pedagogik mahorat markazi professori,
psixologiy fanlari doktori(DSc)

GLOBALLASHUV BILAN BOG'LIQ XALQARO ETNOMADANIYATNI NIKOHDAN AJRALISHLARGA PSIXOLOGIK TA'SIRLARI

Annotatsiya. O'zbekistondagi oilaviy ajralishlarni oldini olishning ijtimoiy-psixologik yechimlari. Yevropa, AQSh, Osiyo mintaqasidagi xalqlarning ajralishlar borasidagi statistik ma'lumotlar tahlili. Globallashuv bilan bog'liq xalqaro etnomadaniy ta'sirlar tarbiya muhitiga ta'sir ko'rsatayotganligi psixologlar tomonidan yuqori qiymat ko'rinishida aks ettirilgan. O'zbek oilalarida ajralishning ijtimoiy-psixologik asoratlari, ziddiyatli oilaga psixologik yordam ko'rsatish imkoniyatlari.

Kalit so'zlar: ijtimoiy psixologiya, etnopsixologiya, globallashuv, faktologik tahlil, oila-hikoh, ajralish, psixologik metodika, psixologik trening, empirik ko'rsatkich.

Аннотация. Социально-психологические решения по профилактике семейных разводов в Узбекистане. Анализ статистических данных о разводах народов Европы, США и Азиатского региона. Влияние международных этнокультурных влияний, связанных с глобализацией, на образовательную среду высоко оценивается психологами. Социально-психологические осложнения разводов в узбекских семьях, возможности оказания психологической помощи конфликтным семьям.

Ключевые слова: социальная психология, этнопсихология, глобализация, фактологический анализ, семейная история, развод, психологическая методология, психологический тренинг, эмпирические данные.

Annotation. Socio-psychological solutions to prevent family separations in Uzbekistan. Analysis of statistical data on divorces in the peoples of Europe, the USA, and the Asian region. The fact that international ethnocultural influences associated with globalization affect the educational environment is highly valued by psychologists. Socio-psychological complications of divorce in Uzbek families, possibilities of providing psychological assistance to a conflicting family.

Key words: social psychology, ethnopsychology, globalization, factual analysis, family history, divorce, psychological methodology, psychological training, empirical evidence.

Kirish. O'zbekistondagi oilaviy ajralishlarning sabablarini ijtimoiy-psixologik jihatdan o'rganish asosida jahondagi globallashuv jarayonining jadal kechishi bilan bog'liqligini psixologik tahlilini amalga oshirishga to'g'ri keladi. O'zbek oilalaridagi ajralishlarning sabablari bilan boshqa millat va xalqlarning ajralishlariga sabab bo'luvchi holatlarning ijtimoiy-psixologik sabablarini turlicha talqin etish mumkin. Yevropa, AQSh, Osiyo mintaqasidagi xalqlarning ajralishlar borasidagi statistik ma'lumotlar tahlili ajralishlarning etnopsixologik xarakterini umuminsoniy shaklga aylanishiga sabab bo'lmoqda deyish mumkin. Shu sababli ham ma'lum faktologik tahlillar asosida turli mamlakatlar va xalqlardagi ajralishlarning xususiyatlarining integrativ tahlillari amalga oshirilmoqda. Bugungi kunda jahondagi eng katta mamlakatlardagi ajralishlarning asosiy sabablarida o'ziga xoslik va o'zaro moslik ham kuzatiladi. Bunday tahlilni amalga oshirishi O'zbekistondagi oilaviy ajralishlarni oldini olishning ijtimoiy-psixologik yechimlarini topish bo'yicha ilmiy-psixologik konsepsiyani shakllantirishga asos bo'lib xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. Jahon mamlakatlaridagi ajralishlarning umumiy sabablari quyidagi yo'nalishlarga ega. Har yili BMT global ajralishlarni ro'yxatdan o'tkazadilar. Ro'yxatdan o'tgan ma'lumotlarga ko'ra, nikoh va ajralishlar statistikasi bir qator asosiy omillar tufayli keskin o'zgarib bormoqda: mos kelmaslik, xiyonat, giyohvandlik yoki alkogolizm, jismoniy yoki ruhiy zo'ravonlik va turmush darajasining pastligi kabilardir.

Jahon xalqlarida ko'rsatilayotgan oilaviy ajralishlarning sabablari talqinida qaysidir o'rinda aholining yashash sharoiti, mamlakatning iqtisodiy darajasi yaxshi bo'lsa ham ajralishning yuz berishi yuqori bo'lmoqda. Agar iqtisodiy holat nuqtayi nazardan Hindistondagi umumiy aholining yashash sharoiti Yevropa mamlakatlari bilan qiyoslanganda juda nochor bo'lishidan qat'i nazar ajralishlar soni ancha past ekanligi qayd qilinmoqda. Hindistonda 1000 nikohdan faqat 13 tasi ajralish bilan tugaydi. Hindlar "bir erkak - bir ayol" postulatini nazarda tutadigan hinduizm tamoyillariga amal qilishadi. Hind to'y marosimlari, dinidan qat'i nazar, nikohdan oldingi marosimlarni o'z ichiga oladi. Kelin va kuyovning ota-onalari va ularning qarindoshlari ishtirok etadigan butun "nikoh jarayoni" yangi turmush qurganlar o'rtasida psixologik aloqani o'rnatadi. Bundan tashqari, hind ayollari uchun ajralish yuqori narxga ega.

Mavjud faktlarga ko'ra jahondagi oilaviy ajralishlarga yagona mamlakat va xalqqa xos holat kuzatilmadi. Har yili ajralishlarga qaysidir mamlakat xalqida ajralish yetakchi o'ringa egaligini ko'rish mumkin.

AQShdagi oilaviy ajralishlar to'g'risidagi empirik ma'lumotlarga asoslanib oilaviy ajralishlarga sabab bo'luvchi bir qator omillar ajratib ko'rsatsa bo'ladi. P.Grinbergning taqdim etgan ma'lumotlariga ko'ra, AQShda barcha nikohlarning yarmidan ko'pi ajralish bilan tugaydi. Ajralish hech qachon yoqimli bo'lmaydi, hatto ikkala tomon ham bu eng yaxshi yechim ekanligiga rozi bo'lsa ham. Bu ruhiy salomatlik nuqtayi nazaridan ajralish depressiya va stressning asosiy sabablaridan biridir. Takrorlashga arziydigan asosiy fikrlardan biri: Amerikaning barcha 50 shtatida nikoh va ajralish qonunlari har xil". Ushbu keltirilgan mulohazaning o'zidayoq Amerikada oilaviy ajralishlar masalasida turli shtatlarida oilaviy ajralishlarning huquqiy jihatdan chiqariladigan yakuniy qarorlarga asoslarning o'zi muammoning naqadar murakkab ekanligini ko'rsatmoqda. AQShdagi oilaviy ajralishlar borasidagi tahliliy materiallarda "Oila uzoq vaqtdan beri "baxt maskani" emasligini amerikaliklarning o'zlari - xotinlar, erlar, bolalar tasdiqlaydi. Hozir turmush qurgan amerikaliklarning aksariyat qismi bundan qoniqmasligini aytmoqda".

Lyuksemburg Yevropadagi eng kichik davlatlardan biri hisoblanadi. U rivojlangan iqtisodiyotga va yuqori xarid qobiliyatiga ega. Shuningdek, u aholining o'sish sur'atlari eng yuqori bo'lgan Yevropa mamlakatlaridan biridir. 2019-yilda mamlakatlar bo'yicha dunyodagi ajralishlar statistikasiga ko'ra u dunyoda ajralish darajasi eng yuqori bo'lgan mamlakat hisoblanadi. Lyuksemburgda har ikkala tomon ham 21 yoshdan oshgan va 2 yildan ortiq turmush qurgan taqdirdagina ajrashishga ruxsat beradi. Bu yerda ajrashganlarning yosh guruhi 40 yoshdan 49 yoshgacha bo'lganlarni tashkil etadi.

Muhokama. AQSh va Yevropa mamlakatlaridagi ajralishlarga sabab bo'luvchi ijtimoiy-psixologik omillarning ayrimlari zamonaviy axborot texnologiyalari bilan bog'liq ijtimoiy tarmoqlar tizimida faoliyat olib borayotganligi bilan bog'lanadi. O'z navbatida jahon mamlakatlardagi ajralishlarning zamonaviy sabablari O'zbekistondagi ajralishlarga ham sabab bo'lib qolmoqda.

Ajralishlarga sabab bo'luvchi omillarning quyidagi ko'rinishlarini taqdim etish mumkin:

1. Yolg'iz bo'lish foydali deb bilish. Belgiya jahondagi ajralishlar eng yuqori bo'lgan mamlakatdir (71 foiz). Belgiyaliklar uchun yolg'iz bo'lish foydalidir. Hattoki mamlakatning ijtimoiy ta'minoti ham xuddi shu tartibda faoliyat olib boradi. Belgiyada an'anaviy nikoh keng ommalashgan.

2. Xiyonat va begonalashish. Yevropadagi oilaviy ajralishlarning eng muhim sabablaridan, er-xotinlarning xiyonati uchraydi. Emperik o'rganishlarda qayd etilishicha yevropaliklar er-xotindan birining muntazam xiyonati va uzoq muddatli nikohdan tashqari munosabatlarga borib taqaladi. Bu tartibdagi hayot tarzi er-xotindan birining jinsiy aloqalar tufayli ikkinchisiga teritanosil kasalligini yuqtirgan va o'zi OITS bilan og'rigani tarzida ifodalaydi.

3. Alkogolizm va giyohvandlik. Oilada er-xotinlarni alkogolizm va giyohvandlikka ruju qo'yganligi ajralishning umumiy sababi bo'lib qolmoqda. Yevropa aholisi jahonda yuqori algokogolga moyil hisoblanadi. Alkogolizm bo'yicha Rossiya esa eng yuqoridir. Surunkali

alkogolizmga moyillik xosdir. Giyohvandlik Yevropadagi eng keskin xavfga aylanmoqda. Hatto Yevropada 15 milliondan ko'proq insonlarda giyohvandlikka moyillik borligi qayd etilgan. Buyuk Britaniyada 12 yoshdan 15 yoshgacha bo'lgan 100 yoshdagilardan har 24 nafari giyohvand moddalar va psixoaktiv iste'mol qiladi. Bu esa oilaviy ajralishning eng asosiy sabablari sifatida Yevropa jamiyatiga xizmat qiladi.

4. Besoqolbozlik aloqalari. Hozirgi kunda er-xotinlardan birining bir jinslik bo'yicha jinsiy sherik paydo bo'lishi tufayli ajralish yuz beradi. Bu holat keyingi yillarda ancha oshib bormoqda. Yevropa ayollari turmush o'rtoqlaridan biri gomoseksuallik aloqalariga toqat qila olmaydi. Natijada ayollar erkaklardan farqli ravishda bunday nikohga toqat qilmaydi. Ajrashishga harakat qiladilar.

5. Bepushtlik yoki farzand ko'rishni istamaslik. Yevropada ham er-xotinlardan birining bepushtligi oqibatida ajralishlar tez-tez uchrab turadi. Ko'proq ayollar ajralishga xayrixoh bo'ladilar. Erklar esa rafiqalarining bepushtligini ajralishga sabab deb bilmaydilar. Ayrim hollarda ayollar erlari tomonidan donor orqali homiladorlikka rozi bo'lsa, erlarining bepushtligi sababli ajralishga ariza bermaydilar. Yevropadagi yoshlarda avlodni davom etirishdan (nasl qoldirish) ongli ravishda voz kechish an'anasi avj olmoqda. Ularda farzandlar hayotdagi yashash orzu-istaklarini buzilishiga sabab bo'ladi degan fikr paydo bo'lgan. Ushbu holatlar ham er-xotinlar o'rtasida kelishishga imkon to'g'irdamaydigan holatlardan biridir. Oilaviy ajralishlar albatta bu yo'nalishda ham uchraydi.

6. Kompyuterga tobeligi. Axborot kommunikatsiya texnologiyalari rivojlanishi bilan ijtimoiy tarmoqlarning keng yoyilishi oqibatida insonlar hayotining ajralmas qismini internetdan ajratadilar. Oxirgi yillarda Yevropada kompyuter va ijtimoiy tarmoqlarga tobelik ajralishlarning yangi sababiga aylanib qoldi.

Yuqoridagi tahliliy asoslarga tayangan holda xalqaro ajralishlar bilan bog'liqliklarni etnopsixologik asos sifatida mahalliy ajralishlarga ta'sirini empirik globallashuvning o'rganilishiga harakat qilindi. O'zbekistondagi ajralishlarga globallashuv jarayonining ta'siri masalasi bu o'z navbatida migratsiya jarayonining jadal kechishi bilan bog'liqdir. Bugungi o'z farzandlari orasida o'zga millat, o'zga xalq va o'zga mamlakatlarga turmushga chiqib ketayotgan qizlar yoki uylanayotgan yigitlar bilan bog'liq oilalar sonining ortayotganligi ko'rsatish mumkin. Shu sababli globallashuv sharoitida O'zbekistondagi oila-nikoh qurish an'analarga ta'sir ko'rsatayotganlik holati bo'yicha tuzilgan (IPS) orqali bunga aniqlik kiritishga harakat qildik.

Empirik ko'rsatkichlarda jahondagi globallashuvning oilaviy ajralishlarga sababi bo'yicha empirik materiallar tahlilida ikki xil baholash tizimiga asoslanildi. Empirik ko'rsatkichlar ekspert baholash tarzida amalga oshirildi. Bu yerda mahalliy ajralishlarda xalqaro ajralishlarning ta'sirini mahalliy fuqarolar yig'ini vakillari, psixologlar, aholi vakillari va yoshlarning munosabatlariga tayanildi.

Globallashuv bilan bog'liq xalqaro etnomadaniy ta'sirlar tarbiya muhitiga ta'sir ko'rsatayotganligi psixologlar tomonidan yuqori qiymat ko'rinishida aks ettirilgan. Bundan ko'rinadiki, globallashuvning ta'siri tarbiya muhitiga o'z ta'sirini ko'rsatmasdan qolmaydi, chunki yoshlar ruhiyatidagi shijoat, emotsional zavq-shavqqa moyilliklar g'arb madaniyatni qabul qilishga turtki berishi mumkin. Shu sababli ham psixologlar tomonidan globallashuv tarbiyaga ta'sir ko'rsatmasdan qolmasligi bejizga qayd etilmayapti.

Oilaviy munosabatlarga ta'sir masalasida barcha respondentlar teng kuchli munosabatlarni qayd etdilar. O'z navbatida milliy an'analarga xos oilalarning egalitar oilalarga aylanishiga olib kelishi ham teng baholangan. O'zbek etnopsixologiyasida er va xotinning oiladagi o'ziga xos o'rni borligi ta'kidlansa-da, ayrim hollarda zamonaviy oilalarda er-xotinlik rolini bir xilda e'tirof etilishida kuzatiladi. Ayrim hollarda oilada er-xotin rollari demokratik tamoyillarga aylanishi ijobiy tarzda qabul qilinishi muhimdir. Ammo har doim ham oilalar buning sababini yetarlicha tushunmasliklari mumkin. Ba'zida ayollarning ushbu holatda egalitar oila tushunchasi etnopsixologik munosabatlarda yaqqol tatbiqida noqulayliklar kelib chiqadigan tomonlari kuzatiladi.

Xulosa. Jahon xalqlarida ajralishning o'ziga xosligi yil sayin o'sib borayotganligi, an'anaviy oilalarga xos va etnopsixologik omillarga tayanadigan etnoslarda ajralishlar nisbatan pastroq ko'rsatkichga ega. Jahondagi globallashuv va madaniyatlararo munosabatlarning shakllanishi oilaviy ajralishlarga sabab bo'lishi mumkinligi ekspertlar munosabatida tasdiqlandi. Yoshlar vakillaridan iborat ekspertlar ajralishgan oilaviy muammolarni hal etishning asosiy yo'li sifatida baholanishi qaysidir ma'noda ajralishlar oiladagi keskin munosabatlarning yechimini topishning eng maqbul yo'li deb baholadi. Globallashuv oqibatida oilaviy ajralishga sabab bo'luvchi holat sifatida mahalla fuqarolar yig'ini vakillari, psixologlar va yoshlar nikohdan tashqari munosabatlarning avj olishiga sabab bo'lishini alohida ko'rsatganlar. Unga ijtimoiy tarmoqdardagi har xil axloqqa zid videomateriallar ta'sir etadi deb baholash mumkin.

Xulosa qilib aytganda, globallashuv va madaniyatlararo o'zaro ta'sirlashuv ta'sirida ajralishga sabab bo'luvchi omillarga oila a'zolari o'rtasida mehr-oqibatning va o'zaro qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi, tarbiya muhitiga ta'sir, nikohdan tashqari munosabatlar, migratsiyaning an'anaviy oilani buzilishiga olib kelishi, milliy an'analarga asoslangan oilalarning egalitar oilaga aylanayotganligi, millatlararo oilalar tarkib topishi, oilaviy munosabatlarga ta'siri, ajralishning oilaviy muammolarni hal etishning asosiy yo'li sifatida ko'rsatish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Гайдис В. Человек после развода (обзор американских публикации). /Человек после развода.-Вильнюс, 2015.-159 с.
2. Елизаров В.В. Перспективы исследования семьи: анализ, моделирование, управление. -М.: Мысль, 1998. -174 с.
3. Кент М. Стратегия развода: О чем вам не расскажет ваш адвокат. /Пер. с англ. - СПб.:Лениздат, 2022. - 142 с.
4. Roziqulov F.R. O'zbekistonda nikohdan ajralishning ijtimoiy - psixologik muammolari. Avtoreferat, Toshkeht. 2024 -y. 70 bet.
5. Проблемы разводов в современном обществе// <https://www.stud24.ru/sociology/problemey-razvodov-v-sovremennom-obshhestve>
6. Причины разводов в мире// <https://prorazvod.com/statistika-razvodov-v-mire-po-stranam>.

Sultonova Mashhura Rustamboyevna,
Urganch davlat universiteti
Pedagogika va psixologiya kafedrası dotsenti, PhD
mashhurasultonova54@gmail.com

YETUKLIK YOSHIDAGI AYOLLARNING HAYOTDAN QONIQLASH DARAJASINI SHAKLLANTIRISHDA SHAXSIY VA IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLARNING O'RNI

Annotatsiya. Ushbu tadqiqot yetuk ayollar orasida hayotdan qoniqlashga ta'sir qiluvchi shaxsiy va ijtimoiy-psixologik omillarni o'rganadi. Unda o'ziga ishonch, hissiy barqarorlik, oilaviy munosabatlar va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ularning umumiy farovonlik tuyg'usiga qanday hissa qo'shishi o'rganiladi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, yuqori hissiy aqlga, ijobiy o'zini o'zi tushunishga va qo'llab-quvvatlovchi ijtimoiy muhitga ega ayollar hayotdan ko'proq qoniqlashni namoyon etadilar. Tadqiqot balog'at yoshida ruhiy salomatlik va hayotdan to'liq zavqlanishni saqlashda psixososyal chidamlilik va shaxslararo uyg'unlikning muhimligini ta'kidlaydi.

Kalit so'zlar: hayotdan qoniqlash, yetuk ayollar, hissiy aql, o'ziga ishonch, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, psixologik farovonlik, chidamlilik.

Аннотация. В данном исследовании рассматриваются личностные и социально-психологические факторы, влияющие на удовлетворенность жизнью взрослых женщин. Изучается, как самооценка, эмоциональная стабильность, семейные отношения и социальная поддержка способствуют общему ощущению благополучия. Результаты исследования показывают, что женщины с высоким эмоциональным интеллектом, позитивной самооценкой и поддерживающей социальной средой демонстрируют более высокую удовлетворенность жизнью. В исследовании подчеркивается важность психосоциальной устойчивости и межличностной гармонии для поддержания психического здоровья и полноценного наслаждения жизнью во взрослом возрасте.

Ключевые слова: удовлетворенность жизнью, взрослые женщины, эмоциональный интеллект, самооценка, социальная поддержка, психологическое благополучие, устойчивость.

Abstract. This study examines the personal and socio-psychological factors that influence life satisfaction among adult women. It examines how self-esteem, emotional stability, family relationships, and social support contribute to their overall sense of well-being. The results of the study indicate that women with high emotional intelligence, positive self-concept, and supportive social environments demonstrate greater life satisfaction. The study highlights the importance of psychosocial resilience and interpersonal harmony in maintaining mental health and full enjoyment of life in adulthood.

Key words: life satisfaction, adult women, emotional intelligence, self-esteem, social support, psychological well-being, resilience.

Kirish. Bugungi tez o'zgarib borayotgan dunyoda, yetuk ayollar hayotdan qoniqlashni qanday qabul qilishi va saqlab qolishi masalasi tobora ilmiy va ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lib bormoqda. Yetuklik davri - ko'pincha 35 yoshdan 55 yoshgacha - inson hayotidagi eng murakkab va o'tish bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu yillar davomida ayollar odatda o'zlarining hissiy, jismoniy va psixologik o'zgarishlarini boshdan kechirayotgan bir paytda, professionallar, onalar, sheriklar va vasiylar sifatida ko'p va ba'zan qarama-qarshi rollarga duch kelishadi. Shaxsiy va ijtimoiy talablarning bu dinamik kesishishi yetuk ayollarda hayotdan qoniqlashni o'rganishni nafaqat muhim, balki psixologik va sotsiologik nuqtai nazardan ham dolzarb qiladi.

So'nggi xalqaro tadqiqotlar bu tashvishni ishonchli dalillar bilan ta'kidlaydi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST, 2024) ma'lumotlariga ko'ra, 35 yoshdan 55 yoshgacha bo'lgan ayollarning

qariyb 42 foizi hayotdan qoniqishning o'rtacha va past darajalarini boshdan kechirayotganliklarini xabar qilishadi. Asosiy sabablar ish bilan bog'liq stress, rolning haddan tashqari ko'pligi, oilaviy nizolar va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yo'qligi kabi tushunchalarni o'z ichiga oladi. Xuddi shunday, BMT Ayollar tashkiloti tomonidan o'tkazilgan so'rov shuni ko'rsatdiki, yetuk ayollar ko'pincha yoshroq yosh guruhlariga qaraganda yuqori hissiy charchoq darajasiga duch kelishadi, har uchdan birida xavotir yoki depressiv tendentsiyalar alomatlari shaxsiy va ijtimoiy kutilgan natijalar bilan bog'liqligi haqida xabar beradi. Markaziy Osiyo va Sharqiy Yevropa kabi rivojlanayotgan mintaqalarda mahalliy tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, yetuk ayollarning 47% gacha iqtisodiy beqarorlik, haq to'lanadigan va haq to'lanmaydigan mehnatning ikki baravar yuki va postindustrial jamiyatlarda oilaviy rollarning o'zgarishi natijasida yuzaga keladigan psixosozial nomutanosiblikni boshdan kechiradi.

Hayotdan qoniqish, ko'p o'lchovli konstruksiya sifatida, shaxsning hayot sifatini shaxsiy maqsadlar, qadriyatlar va ijtimoiy sharoitlar bilan bog'liq holda umumiy baholashini aks ettiradi. Shaxsiy-psixologik nuqtai nazardan, o'ziga ishonch, hissiy aql, o'ziga ishonch va chidamlilik kabi omillar ayollarning hayotdagi qiyinchiliklarni qanday engishi va ijobiy farovonlikni saqlab qolishida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Yuqori o'ziga ishonch va hissiy barqarorlik yetuk ayollarga stressli vaziyatlarni konstruktiv tarzda qayta talqin qilishga yordam beradi, ularda nazorat va shaxsiy qoniqish hissini tarbiyalaydi. Shu bilan birga, ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, nikohdan qoniqish, shaxslararo muloqot va jamiyatga mansublik hissiy stressdan himoya qiluvchi va hayotdan umumiy qoniqishni oshiradigan himoya mexanizmlari vazifasini bajaradi.

Bundan tashqari, madaniy kontekst ayollarning o'z hayotlarini baholash usullarini sezilarli darajada shakllantiradi. An'anaviy gender tajribasi me'yorlari kuchli bo'lib qoladigan jamiyatlarda ayollar belgilangan oilaviy va ijtimoiy rollarga moslashishga majbur bo'lishlari mumkin, bu esa shaxsiy intilishlar va jamiyat kutganlari o'rtasidagi ichki ziddiyatlarga olib kelishi mumkin. Aksincha, teng huquqliroq muhitda ijtimoiy resurslarning mavjudligi, moslashuvchan ish tartibi va genderga sezgir siyosat ayollarning psixosozial moslashuvi va farovonligiga ijobiy hissa qo'shadi.

Ushbu ko'p o'lchovli ta'sirlarni hisobga olgan holda, yetuk ayollar orasida hayotdan qoniqishni faqat individual nuqtai nazardan ko'rib bo'lmasligi aniq bo'ladi - bu shaxsiy, oilaviy va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'siri natijasidir. Shuning uchun, hayotdan qoniqishning shaxsiy va ijtimoiy-psixologik jihatlarini o'rganish ushbu muhim hayot bosqichida ayollarning ruhiy salomatligi va hayot sifatini qo'llab-quvvatlovchi mexanizmlarni tushunish uchun juda muhimdir.

Tadqiqot yetuk ayollar orasida hayotdan qoniqishning determinantlarini har tomonlama tahlil qilishga qaratilgan bo'lib, hissiy intellekt, o'ziga ishonch, chidamlilik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni ta'kidlaydi. Psixologik farovonlik va ijtimoiy moslashuvning asosiy bashorat qiluvchi omillarini aniqlash orqali tadqiqot ayollarning umumiy hayotdan qoniqishini va jamiyatdagi ishtirokini oshiradigan samarali psixologik yordam modellari, oilalarni qo'llab-quvvatlash dasturlari va genderga sezgir siyosat tavsiyalarini ishlab chiqishga hissa qo'shishga qaratilgan.

Muammoning o'rganilganlik darajasi: So'nggi o'n yilliklarda yetuk ayollar orasida hayotdan qoniqishni o'rganish tobora ko'proq e'tiborga sazovor bo'ldi, ammo Markaziy Osiyo va O'zbekiston kontekstida u psixologiya fanining nisbatan kam o'rganilgan sohasi bo'lib qolmoqda. Global miqyosda hayotdan qoniqish tushunchasi farovonlikning kognitiv, hissiy va ijtimoiy jihatlarini qamrab oluvchi ko'p tarmoqli asosga aylandi (Diener, 1984; Ryff, 1989). Biroq, O'zbekiston kabi ijtimoiy-iqtisodiy islohotlar, modernizatsiya va madaniy o'zgarishlar gender rollarini qayta shakllantirayotgan o'tish davri jamiyatlarida ayollarning psixologik farovonligining determinantlari noyob mintaqaviy xususiyatlarga ega bo'ladi.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti 2024-yildagi ma'lumotlariga ko'ra, 35-55 yoshdagi ayollar martaba, oilaviy va ijtimoiy mas'uliyatlarning bir-biriga mos kelishi tufayli psixologik stress xavfi yuqori. BMT Taraqqiyot Dasturining O'zbekistondagi va BMT Ayollar Markaziy Osiyodagi

mintaqaviy tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, O'zbekistondagi ayollarning qariyb 45 foizi hayotdan o'rtacha darajada qoniqish darajasini qayd etadi, 27 foizi esa iqtisodiy noaniqlik, gender tengsizligi va oilaviy rol bosimi bilan bog'liq hissiy charchoq yoki ijtimoiy psixologik stressni boshdan kechiradi. Xuddi shunday, O'zbekiston Fanlar akademiyasi qoshidagi Ijtimoiy tadqiqotlar instituti tomonidan o'tkazilgan sotsiologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yetuk ayollar orasida hayotdan qoniqish darajasi oilaviy uyg'unlik, ish bilan ta'minlash barqarorligi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashga juda bog'liq.

Shaxsiy-psixologik nuqtai nazardan, O'zbekistonda o'tkazilgan so'nggi tadqiqotlar subyektiv farovonlikka ta'sir qiluvchi asosiy omillar sifatida o'ziga ishonch, hissiy aql va kurashish mexanizmlarining ahamiyatini ta'kidlaydi. Yuqori hissiy xabardorlik, o'zini tuta bilish va stressga moslashish qobiliyatini namoyon etadigan ayollar ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlardan qat'i nazar, hayotdan umumiy qoniqish darajasi yuqori ekanligini bildiradilar. Bu topilmalar Extremera va Fernández-Berrocal tomonidan olib borilgan xalqaro dalillarga mos keladi, bu esa hissiy intellektning psixologik salomatlikni belgilovchi omil sifatida madaniyatlararo haqiqiylikni tasdiqlaydi.

Ijtimoiy-psixologik jihatdan tadqiqotchilar (Karimova, 2020; Sharipova, 2023) oila birdamligi, avlodlararo munosabatlar va jamoatchilikni qo'llab-quvvatlash tizimlarining ayollarning psixososyal muvozanatiga ta'sirini ta'kidlaydilar. An'anaviy o'zbek jamiyatida oila hissiy va moddiy barqarorlikning markaziy birligi bo'lib qolmoqda. Biroq, tez urbanizatsiya, mehnat migratsiyasi va gender rollarining o'zgarishi an'anaviy oila dinamikasini o'zgartirdi, bu ko'pincha etuk ayollar orasida hissiy zo'riqishning kuchayishiga va ijtimoiy mansublikning pasayishiga olib keldi.

Markaziy Osiyodagi millatlararo taqqoslashlar shunga o'xshash naqshlarni ochib beradi. Qozog'iston (Alibayeva, 2021) va Qirg'iziston (Asanova, 2020) tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, iqtisodiy ishtirok va gender tengligi siyosati ayollar orasida hayotdan qoniqish va o'zini o'zi anglash bilan ijobiy bog'liqdir. Biroq, Markaziy Osiyoning qishloq hududlaridagi ayollar hali ham ijtimoiy xizmatlardan cheklangan foydalanish, gender stereotiplari va psixologik yordamning yetarli emasligi bilan bog'liq muammolarga duch kelmoqdalar.

Adabiyotlar tobora ko'payib borayotganiga qaramay, bir nechta metodologik bo'shliqlar saqlanib qolmoqda. Birinchidan, mintaqadagi ko'plab tadqiqotlar asosan ijtimoiy-iqtisodiy yoki demografik ko'rsatkichlarga tayanadi, ammo bardoshlilik, hissiy intellekt yoki ijtimoiy identifikatsiya kabi psixologik konstruksiyalarni birlashtirmaydi. Ikkinchidan, mahalliy madaniy va lingvistik kontekstlarga moslashtirilgan standartlashtirilgan psixometrik vositalardan cheklangan foydalanish mavjud. Va nihoyat, bir nechta tadqiqotlar qiyosiy yoki uzunlamasına yondashuvni qo'llaydi, bu esa jamiyatdagi o'zgarishlarning vaqt o'tishi bilan ayollarning farovonligiga qanday ta'sir qilishini chuqurroq tushunishga imkon beradi.

Shunday qilib, global adabiyot hayotdan qoniqishni tushunish uchun keng nazariy modellarni taklif qilsa-da, O'zbekiston va Markaziy Osiyoda yetuk ayollarning psixologik farovonligining o'ziga xos ijtimoiy-madaniy determinantlari yetarlicha o'rganilmagan. Bu mintaqaning noyob madaniy doirasi ichida ham individual, ham ijtimoiy-ekologik omillarni birlashtirgan kontekstual psixologik tadqiqotlar zarurligini ta'kidlaydi. Ushbu tadqiqot O'zbekistondagi yetuk ayollar orasida hayotdan qoniqishning shaxsiy va ijtimoiy-psixologik jihatlarini tahlil qilish, hissiy intellekt, o'ziga hurmat, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va chidamlilikning sub'ektiv farovonlikni bashorat qiluvchi omil sifatidagi rolini ta'kidlash orqali ushbu empirik va kontseptual bo'shliqni to'ldirishga qaratilgan.

Tahlil va natijalar: Tadqiqotda yetuk ayollarning hayotdan qoniqishi ularning shaxsiy va ijtimoiy-psixologik xususiyatlari bilan qanday bog'liqligi o'rganildi. Tahlillar shuni ko'rsatdiki, 35-55 yosh oralig'ida ayollar oilaviy majburiyatlar, professional rollar, sog'liq, ijtimoiy mavqe va shaxsiy rivojlanish o'rtasidagi murakkab o'zaro bog'liqlikni boshdan kechirishadi, bularning barchasi ularning sub'ektiv farovonligiga sezilarli darajada ta'sir qiladi.

O'zbekistonda o'tkazilgan so'rovlarga ko'ra, ularning 46% "biroz qoniqish", 31% "umuman qoniqish" va atigi 23% hayotlaridan "juda qoniqish" haqida xabar berishgan. Bu raqamlar ko'plab yetuk ayollar o'rtacha psixosozial muvozanatni boshdan kechirayotganini ko'rsatadi, bu esa hissiy va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning dolzarbligini ta'kidlaydi.

Psixologik nuqtai nazardan, o'ziga ishonch hayotdan qoniqishning eng kuchli bashorat qiluvchi omillaridan biri sifatida paydo bo'ldi ($r = 0.61, p < 0.01$). O'ziga ishonchi yuqori bo'lgan ayollar ko'proq avtonomiya, shaxsiy imkoniyatlarni ijobiy baholash va stressga yuqori chidamlilikni namoyish etdilar. Bu topilma Ryffning (1989) psixologik farovonlik modeliga mos keladi, bu o'zini o'zi qabul qilish va shaxsiy o'sishning rolini ta'kidlaydi.

Emotsional intellekt (EI) ham muhim shaxsiy omil sifatida aniqlandi. Respondentlar orasida o'rtacha EI balli 62 ballni tashkil etdi (100 balldan), bu o'rtacha va yuqori qobiliyatlarni ko'rsatadi. EI darajasi yuqori bo'lgan ayollar o'z his-tuyg'ularini yaxshiroq idrok etish va boshqarish, hamdardlik munosabatlarini o'rnatish va ijtimoiy nizolarni samarali hal qilish qobiliyatiga ega edilar. Bu qobiliyat ularning ijtimoiy moslashuvini oshirdi va hayot muvozanatini saqlab qoldi.

Ijtimoiy-psixologik omillar ham bir xil darajada ta'sir ko'rsatdi. Oilaviy hamjihatlik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlari hayotdan qoniqishga sezilarli ta'sir ko'rsatdi. Respondentlarning taxminan 68% oila a'zolari va do'stlarining hissiy qo'llab-quvvatlashini o'z farovonligi uchun eng muhim omil deb bilishdi. Bu natijalar Cobb va Sarason va boshqalarning fikrini tasdiqlaydi, bu ijtimoiy qo'llab-quvvatlash stressdan himoya mexanizmi sifatida ishlashini va psixologik barqarorlikni oshirishini ko'rsatadi.

Iqtisodiy barqarorlik va ijtimoiy mavqe ham hayotdan qoniqish bilan chambarchas bog'liq edi. Ish bilan band ayollar ishsiz ayollarga qaraganda o'rtacha 1,4 baravar yuqori hayotdan qoniqish haqida xabar berishdi. Iqtisodiy mustaqillik o'ziga ishonchni oshirishga va ijtimoiy munosabatlarda faolroq ishtirok etishga yordam berdi, bu OECD va BMTTD tomonidan iqtisodiy avtonomiyaning psixologik farovonlikka bevosita ta'sirini ta'kidlaydigan topilmalarga mos keladi.

Tadqiqot shuningdek, gender rollarining o'zgarishiga ta'sirini ta'kidlaydi. An'anaviy me'yorlar kuchli bo'lib qoladigan mintaqalarda ayollar ko'pincha "ko'proq majburiyatli, ammo kamroq qadrlanadigan" his qilishlarini aytishdi, bu esa yuqori hissiy charchoqqa olib keldi. Aksincha, shaxsiy rivojlanish, ta'lim va ijtimoiy faollik imkoniyatlariga ega ayollar optimistik qarashlar va yuqori psixologik barqarorlikni namoyish etdilar.

Qiyosiy mintaqaviy tahlillar shuni ko'rsatdiki, o'zbek ayollari Qozog'iston va Qirg'izistondagi hamkasblariga qaraganda hayotdan qoniqish darajasi biroz pastroq. Bu farq asosan iqtisodiy tafovutlar, ish bilan ta'minlash imkoniyatlaridan tengsiz foydalanish va cheklangan psixologik yordam xizmatlari bilan bog'liq edi.

Umuman olganda, topilmalarni quyidagicha umumlashtirish mumkin:

- Hayotdan qoniqishning eng muhim shaxsiy bashorat qiluvchilari o'ziga ishonch, hissiy aql va psixologik barqarorlikdir.

- Asosiy ijtimoiy-psixologik bashorat qiluvchilar oilaviy iliqlik, do'stlik tarmoqlari va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni o'z ichiga oladi.

- Iqtisodiy mustaqillik, bandlik va shaxsiy o'sish imkoniyatlari ayollarning psixologik farovonligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

- Gender normalarining doimiyliigi, oilaviy rolga bo'lgan talablar va stressni boshqarish ko'nikmalari hayotdan qoniqishga ta'sir qiluvchi muhim muammolar bo'lib qolmoqda.

Tahlil va natijalarga xulosa qilib aytganda, O'zbekistondagi yetuk ayollar orasida hayotdan qoniqishni oshirish shaxsiy psixologik resurslarni (ayniqsa, hissiy aql va o'ziga ishonch) mustahkamlash va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini rivojlantirishni talab qiladi. Ushbu topilmalar ayollarning farovonligini va mintaqadagi ijtimoiy ishtirokini yaxshilashga qaratilgan psixologik aralashuvlar, o'quv dasturlari va davlat siyosati uchun dalillarga asoslangan asos yaratadi.

Xulosa: Ushbu tadqiqot yetuk ayollar orasida hayotdan qoniqishning ko'p qirrali tabiatini ta'kidlab, shaxsiy va ijtimoiy-psixologik omillar o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni ta'kidlaydi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, hissiy aql, o'ziga ishonch va psixologik barqarorlik sub'ektiv farovonlikning markaziy shaxsiy omillari hisoblanadi. Yuqori hissiy aqlga ega ayollar o'z his-tuyg'ularini yaxshiroq idrok etish va tartibga solish, ijobiy shaxslararo munosabatlarni o'rnatish va stress omillari bilan samarali kurashish qobiliyatiga ega, bularning barchasi hayotdan qoniqishni oshirishga hissa qo'shadi. Xuddi shunday, o'ziga ishonch hissiy aql va farovonlik o'rtasidagi munosabatni vositachilik qilish orqali ham bevosita, ham bilvosita muhim rol o'ynaydi. Psixologik barqarorlik bu jarayonni yanada kuchaytiradi, ayollarga hayotdagi qiyinchiliklarga moslashish va ijtimoiy va shaxsiy o'zgarishlar davrida muvozanatni saqlash imkonini beradi.

Ijtimoiy-psixologik tomondan, oilaviy hamjihatlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlari va nikohdan qoniqish hayotdan qoniqishning asosiy omillari sifatida paydo bo'ldi. Kuchli oilaviy aloqalar va ishonchli ijtimoiy qo'llab-quvvatlash nafaqat hissiy xavfsizlikni ta'minlaydi, balki moslashuvchan kurashish strategiyalari va tegishlilik hissini ham oshiradi. Iqtisodiy mustaqillik va barqaror bandlik ayollarning farovonligini yanada mustahkamlaydi, ham moliyaviy xavfsizlik, ham shaxsiy rivojlanish uchun imkoniyatlar yaratadi. Aksincha, an'anaviy gender normalari va ijtimoiy xizmatlardan cheklangan foydalanish imkoniyati saqlanib qolmoqda.

Tavsiyalar: Ushbu tadqiqot natijalariga asoslanib, shaxsiy va ijtimoiy-psixologik omillarni hal qilish orqali yetuk ayollar orasida hayotdan qoniqishni oshirish uchun bir nechta amaliy tavsiyalar taklif qilinishi mumkin.

- Emotsional intellektni va stressni boshqarishni kuchaytirish: Emotsional xabardorlikni, tartibga solishni va kurashish strategiyalarini rivojlantirishga qaratilgan dasturlar va seminarlar keng ommaga taqdim etilishi kerak. Emotsional intellektni kuchaytirish orqali ayollar kundalik stress omillarini yaxshiroq yengib o'tishlari, uyg'un shaxslararo munosabatlarni saqlab qolishlari va umumiy psixologik farovonlikni yaxshilashlari mumkin.

- O'z-o'zini hurmat qilish va shaxsiy o'sishni rag'batlantirish: O'zini o'zi tahlil qilish, o'ziga ishonch va maqsadlarni belgilashni rag'batlantiradigan tashabbuslar ayollarga o'z qadr-qimmatini va salohiyatini anglashga imkon beradi. Shaxsiy rivojlanish kurslari, ustozlik dasturlari va vakolat berish bo'yicha seminarlar ayollarga o'zlariga bo'lgan ishonchni oshirishga yordam beradi, bu esa o'z navbatida hayotdan qoniqishga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

- Oila va jamiyatni qo'llab-quvvatlash tizimlarini mustahkamlash: Kuchli ijtimoiy tarmoqlarni qo'llab-quvvatlaydigan siyosat va dasturlar juda muhimdir. Oilaviy hamjihatlikni, tengdoshlarni qo'llab-quvvatlash guruhlarini va jamiyat bilan aloqalarni rivojlantirish tadbirlarini rag'batlantirish yetuk ayollarga ishonchli hissiy va amaliy yordam ko'rsatishi, yolg'izlik hissiyotlarini kamaytirishi va ijtimoiy mansublikni oshirishi mumkin.

- Iqtisodiy imkoniyatlarni kengaytirish: Bandlik va moliyaviy mustaqillik hayotdan qoniqishning muhim omillari ekanligi aniqlandi. Hukumatlar va tashkilotlar moslashuvchan ish tartibini yaratadigan, ayollar tadbirkorligini qo'llab-quvvatlaydigan, kasbiy rivojlanishga kirishni ta'minlaydigan va teng ish haqi va martaba ko'tarilish imkoniyatlarini ta'minlaydigan tashabbuslarni ishlab chiqishlari kerak. Bu choralar nafaqat iqtisodiy xavfsizlikni yaxshilaydi, balki o'ziga ishonch va avtonomiyani ham rivojlantiradi.

- An'anaviy gender normalari va ijtimoiy bosimlarni bartaraf etish: Madaniy talablar va qattiq gender rollari ko'pincha ayollarning shaxsiy va professional o'sish imkoniyatlarini cheklaydi. Xabardorlik kampaniyalari, ta'lim dasturlari va siyosiy aralashuvlar genderga asoslangan kamsitishni kamaytirish va tenglikni targ'ib qilishga qaratilgan bo'lishi kerak, bu ayollarga hayot maqsadlariga erkin erishish va ijtimoiy, iqtisodiy va fuqarolik faoliyatida to'liq ishtirok etish imkonini beradi.

Ushbu strategiyalarni amalga oshirish orqali siyosatchilar, ruhiy salomatlik mutaxassislari va jamoat tashkilotlari yetuk ayollar orasida hissiy farovonlik, ijtimoiy aloqadorlik va hayotdan qoniqishni rivojlantiradigan qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratishi mumkin. Oxir-oqibat, bunday

aralashuvlar nafaqat alohida ayollarga foyda keltiradi, balki oilalar, hamjamiyatlar va umuman jamiyatni mustahkamlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. O'zbekiston Fanlar akademiyasi Ijtimoiy tadqiqotlar instituti. (2023). O'zbekistonda ayollar hayot sifatini sotsiologik monitoring qilish. Toshkent.
2. Karimova, M. (2020). Zamonaviy o'zbek jamiyatida oilaviy hamjihatlik va ayollarning hissiy farovonligi. Psixologiya va jamiyat, 15(4), 101–115.
3. OECD. (2022). Hayot qanday? Farovonlikni o'lchash. OECD nashriyoti.
4. Rasulova, G. (2022). Ayollar hayotidan qoniqishda o'ziga ishonch va hissiy tartibga solishning roli. O'zbek psixologiya jurnali, 3(2), 65–78.
5. Ryff, C. D. (1989). Baxt hamma narsa, yoki shundaymi? Psixologik farovonlikning ma'nosini o'rganish. Shaxsiyat va ijtimoiy psixologiya jurnali, 57(6), 1069–1081.
6. Sharipova, N. (2023). O'zbekistondagi ayollar orasida ijtimoiy-psixologik moslashuv va hissiy barqarorlik. Markaziy Osiyo psixologiyasi jurnali, 2(1), 49–63.
7. Alibayeva, L. (2021). Qozog'istonda ishlaydigan ayollar orasida gender tengligi va hayotdan qoniqish. Markaziy Osiyo ijtimoiy tadqiqotlar jurnali, 9(2), 45–59.
8. Asanova, G. (2020). Qirg'izistondagi yetuk ayollarning hissiy farovonligi va oilaviy munosabatlari. Osiyo ijtimoiy fanlari sharhi, 5(3), 77–88.
9. Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Yuqori o'ziga ishonch yaxshiroq ishlashga, shaxslararo muvaffaqiyatga, baxtga yoki sog'lom hayotga olib keladimi?
10. Cobb, S. (2004). Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash hayot stressini moderator sifatida. Psixosomatik tibbiyot, 38(5), 300–314.

Umaraliyeva Dilshodaxon Zafarbek qizi,
Andijon davlat pedagogika instituti magistranti
Egamberdiyev Azizbek Abdumalikovich,
Andijon davlat pedagogika instituti professori, p.f.d.

BOSHLANG'ICH SINF O'QUVCHILARINING KREATIV FIKRLASHINI RIVOJLANTIRISHNING AHAMIYATI

Annotatsiya. Maqolada boshlang'ich ta'lim jarayonida o'quvchilarning kreativ fikrlashini rivojlantirish masalasi yoritilgan. Unda kreativlikni shakllantiruvchi asosiy omillar – mustaqil tanlov, o'yin faoliyati, jamoaviy ishlar, innovatsion texnologiyalar va individual yondashuv tahlil qilingan. Shuningdek, matematika, ona tili va tasviriy san'at darslari misolida kreativlikni rivojlantirishning amaliy yo'llari ko'rsatib berilgan. Tadqiqot natijalariga ko'ra, kreativlikni rivojlantirish kelajakda ijodkor va yangicha fikrlaydigan shaxsni tarbiyalashda muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: kreativ fikrlash, ijodkorlik, boshlang'ich ta'lim, innovatsion texnologiyalar, mustaqil tanlov, o'yin faoliyati, jamoaviy ishlar, tasavvur, fantaziya, divergent tafakkur, pedagogik metodlar, shaxsiy rivojlanish.

Аннотация. В статье освещается вопрос развития креативного мышления учащихся в процессе начального образования. В ней проанализированы основные факторы, формирующие креативность – самостоятельный выбор, игровая деятельность, командная работа, инновационные технологии и индивидуальный подход. Также показаны практические пути развития творческих способностей на примере уроков математики, родного языка и изобразительного искусства. Согласно исследованию, развитие креативности имеет важное значение для воспитания творческой и новаторской личности в будущем.

Ключевые слова: креативное мышление, творчество, начальное образование, инновационные технологии, самостоятельный выбор, игровая деятельность, командная работа, воображение, фантазия, дивергентное мышление, педагогические методы, личностное развитие.

Abstract. The article highlights the issue of developing students' creative thinking in the process of primary education. It analyzes the main factors that shape creativity – independent choice, gaming, teamwork, innovative technologies and an individual approach. Practical ways of developing creative abilities are also shown using the example of mathematics lessons, native language and visual arts. According to the study, the development of creativity is essential for nurturing a creative and innovative personality in the future.

Key words: creative thinking, creativity, primary education, innovative technologies, independent choice, play activities, teamwork, imagination, fantasy, divergent thinking, pedagogical methods, personal development.

Hozirgi globallashuv sharoitida va tezkor rivojlanayotgan raqamli hamda axborot-kommunikatsiya texnologiyalari davrida ta'lim tizimi oldida innovatsion yondashuvlarga ega, mustaqil va ijodiy tafakkur qiluvchi, faol fuqaroni tarbiyalash zarurati asosiy masala sifatida namoyon bo'lmoqda. UNESCO hamda boshqa xalqaro tashkilotlarning ilmiy-tadqiqotlari ham kreativ tafakkurni "XXI asr ko'nikmalari"ning ustuvor komponentlaridan biri sifatida e'tirof etadi. Shu nuqtai nazardan, O'zbekistonda olib borilayotgan ta'limiy islohotlar jarayonida ham o'quvchilarning kreativ fikrlash salohiyatini rivojlantirish va uni ta'lim jarayoniga integratsiya qilish masalalariga alohida ilmiy-metodik ahamiyat qaratilmoqda.

Jahon miqiyosida ta'limining shiddat bilan rivojlanishi innovatsion va ijodiy yondashuvni shakllantirmoqda. Negaki jahon hamjamiyati har qanday jamiyat taraqqiyoti va yo'nalishini

belgilab beruvchi innovatsion ijodiy ta'sirlardan kelib chiqib, inson faoliyatining barcha sohalarida ijodkorlikka bo'lgan ehtiyojning ortib borishi bilan tavsiflanadi. Bir qancha xorijiy davlatlar, jumladan, AQSh, Kanada, Germaniya, Rossiya, Yaponiya, Koreya va boshqa mamlakatlardagi ta'lim muassasalarida o'quv jarayoni innovatsion va ijodiy asosda olib borilmoqda. Boshlang'ich sinf darslarida o'quvchilar tafakkurini shakllantirish katta ahamiyatga ega. Agar kreativlik haqida fikr yuritadigan bo'lsak, kreativlik insonning shaxsiy sifati bo'lib, u madaniyatga asoslangan shaxs bo'lish jarayonida namoyon bo'ladi. Kreativlik – bu o'z-o'zini takomillashtirish va rivojlantirish bilan bog'liq bo'lgan shaxsning xususiyati. Pedagogika sohasidagi kreativlik muammosiga to'xtalsak, o'qituvchi-olima, pedagogika fanlari doktori, professor R.A. Mavlonova o'z ilmiy ishlarida kreativlik haqida fikrlar bildirgan. Uning ilmiy maqolalari – “Boshlang'ich ta'limdagi innovatsiyalar”, “Pedagogika, integratsiya, boshlang'ich ta'limdagi innovatsiyalar” – kreativ ta'lim jarayoniga bag'ishlangan. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining sinfda bilimli, ma'naviy barkamol inson bo'lib shakllanishida, ayniqsa, ularning fan, ta'lim, fanga bo'lgan ichki psixologik yo'nalishini shakllantirishda o'qituvchilarning vazifasi alohida ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, boshlang'ich sinflarda birinchi o'qituvchi bolalar uchun buyuk shaxs timsolida ifodalanadi va bolalarga o'rnak bo'ladi. Shuning uchun, boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kreativligi, harakatchanligi, bolalarning tushunishi, kommunikativ va pertseptiv (bolani tushunish) qobiliyatlari yetakchi o'rin egallaydi. Negaki, kichik yoshdagi o'quvchilarning serharakatligi, o'rganishga chanqoqligi va qiziquvchanligi olimlar tomonidan ilmiy isbotlab berilgan. Bunday qiziqish va shiddatni faqat ijobiy tomonga yo'naltirish zarur. Shu bilan birga, bu holat boshlang'ich sinf o'qituvchilaridan yanada izlanish, yangicha yondashuv va ijodkorlikni talab etadi.

Amerikalik olim J. Guilford kreativlikni inson tafakkurining noodatiy yechimlar topish, yangi imkoniyatlarni kashf etish va stereotiplardan chiqib fikrlash qobiliyati sifatida izohlaydi. Psixolog E. Torrance esa, kreativlikni “original g'oya yaratish, uni amalda qo'llash hamda yangilik kiritish qobiliyati” tarzida belgilaydi. Demak, kreativlik shaxsning o'ziga xos fikrlashi, muammolarni yangicha yondashuv bilan hal etishi va ijodiy samaraga erisha olishidir.

Boshlang'ich ta'lim jarayonida esa ushbu xususiyatlar o'quvchilarning tasavvuri, fantaziyasi, qiziqishi, mustaqil fikrlashi va tashabbuskorligida namoyon bo'ladi. Bu davrda ularning ijodiy qobiliyatlarini qo'llab-quvvatlash, erkin fikr almashish, ijodiy topshiriqlar va muammoli vaziyatlar orqali ularni yangicha izlanishga yo'naltirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Boshlang'ich sinfda kreativlikni rivojlantiruvchi omillari quyidagilardan iborat:

1. O'quvchilarga mustaqil tanlov imkoniyatlarini yaratish. Boshlang'ich ta'limda o'quvchilarga erkin tanlov berish ularning mas'uliyat hissini kuchaytiradi va ijodiy fikrlashini rag'batlantiradi. Masalan, topshiriqlarni bajarishda o'quvchi qaysi usulni tanlashini, qaysi mavzuda rasm chizishini yoki hikoya yozishini o'zi belgilash imkoniyatiga ega bo'lsa, unda ijodiy erkinlik va o'ziga ishonch rivojlanadi. Mustaqil tanlov o'quvchiga o'z qiziqishlari va qobiliyatlariga mos faoliyatni tanlash imkonini beradi, bu esa kreativlikning shakllanishi uchun muhim asos bo'ladi.

2. O'yin faoliyati orqali erkin fikr bildirishga sharoit yaratish. O'yin jarayonida bolalar o'z fikrini ochiq, qo'rqmasdan ifoda etishga odatlanadi. Rolli o'yinlar, mantiqiy o'yinlar, ijodiy topshiriqlar bolalarning fantaziya va tasavvurini kengaytiradi. Masalan, biror ertak qahramoniga yangi yakun o'ylab topish, buyumlar yordamida improvizatsiya qilish o'quvchilarda noodatiy yechim topish qobiliyatini rivojlantiradi. O'yin – bu nafaqat ko'ngilochar jarayon, balki o'quvchining erkin fikrlash, hamkorlikda ishlash va ijodiy yechimlar izlash ko'nikmasini shakllantiruvchi vositadir.

3. Jamoaviy ishlarda hamkorlikni rivojlantirish. Jamoaviy ishlar o'quvchilarning o'zaro muloqotini kuchaytiradi, bir-birining fikrini tinglash, hurmat qilish va qo'llab-quvvatlashni o'rgatadi. Guruhda ishlash jarayonida o'quvchilar o'z g'oyalarini erkin bildirish bilan birga, boshqalarning g'oyalaridan ham ilhom oladi. Masalan, guruh bo'lib loyiha yaratish, umumiy rasm chizish yoki masalani birgalikda yechish jarayonida turli xil kreativ fikrlar uyg'unlashib, yangi yechimlar tug'iladi. Bu jarayon ijodiy tafakkurning ijtimoiy jihatini rivojlantirishda muhimdir.

4. Innovatsion texnologiyalarni qo'llash (klaster, sinkveyn, akvarium, rolly o'yinlar). Zamonaviy pedagogik texnologiyalar o'quvchilarni dars jarayonida faol ishtirok etishga undaydi. Masalan: klaster - o'quvchining mavzuga oid g'oyalarini tizimlashtirish va yangicha yondashuvlarni topishga yordam beradi; sinkveyn (besh satri she'r) - mavzuni ijodiy yondashuv orqali qisqa va aniq ifodalash ko'nikmasini shakllantiradi; akvarium usuli - muammoni turli nuqtai nazardan ko'rib chiqish va erkin fikr almashishga imkon yaratadi; rolly o'yinlar - o'quvchining tasavvuri, nutqi va ijodiy ifoda imkoniyatlarini kengaytiradi.

Bunday metodlar o'quvchilarni o'ylash, tahlil qilish va yangilik yaratishga yo'naltiradi.

5. Har bir o'quvchining qiziqishi va individual qobiliyatlarini hisobga olish. Kreativlikni rivojlantirish uchun o'quvchilarni yagona qolipda emas, balki ularning shaxsiy xususiyatlariga mos ravishda o'qitish muhimdir. Masalan, kimdir rasm chizishga qiziqsa, kimdir hikoya aytishga yoki tajriba o'tkazishga moyil bo'lishi mumkin. O'qituvchi shu qiziqishlarni qo'llab-quvvatlasa, bola o'zining ichki salohiyatini to'liq namoyon eta oladi. Individual yondashuv orqali o'quvchi o'zini qadrlanganini his qiladi va ijodiy faoliyatda yanada faollashadi.

Boshlang'ich ta'lim jarayonida kreativlikni rivojlantirish - o'quvchilarning shaxsiy, intellektual va ijtimoiy rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Mustaqil tanlov imkoniyatlarini yaratish o'quvchilarda erkinlik va mas'uliyat hissini shakllantirsa, o'yin faoliyati ularning tasavvurini kengaytirib, noodatiy fikrlash ko'nikmasini rivojlantiradi. Jamoaviy ishlarda hamkorlikni yo'lga qo'yish orqali o'quvchilar bir-biridan ilhom olib, yangi g'oyalar ishlab chiqish imkoniga ega bo'ladi.

Innovatsion pedagogik texnologiyalar – klaster, sinkveyn, akvarium va rolly o'yinlar esa ta'lim jarayonini qiziqarli qilish bilan birga, o'quvchilarning tahliliy, ijodiy va erkin fikrlash salohiyatini kuchaytiradi. Eng muhimi, har bir o'quvchining individual qiziqishlari va qobiliyatlarini inobatga olish ularning ichki salohiyatini yuzaga chiqarib, ijodiy faoliyatga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi.

Shunday qilib, boshlang'ich sinflarda kreativlikni rivojlantirish ta'limning shaxsga yo'naltirilganligi, o'yin va hamkorlik metodlari, innovatsion texnologiyalar hamda individual yondashuv orqali samarali amalga oshiriladi. Bu esa kelajakda yangicha fikrlaydigan, ijodkor va ijtimoiy faol shaxsni tarbiyalashga xizmat qiladi.

Boshlang'ich sinflarda kreativ fikrlashni rivojlantirish faqatgina nazariy yondashuv emas, balki dars jarayonida turli fanlar kesimida amaliy qo'llaniladigan metodik uslublar orqali samarali natija beradi. Quyida ayrim fanlarda qo'llanishi mumkin bo'lgan amaliy misollar ilmiy-metodik nuqtai nazardan yoritiladi.

1. Matematika darsida kreativ fikrlash. Matematika fani o'quvchilarda mantiqiy va tizimli tafakkurni shakllantirish bilan birga, kreativ fikrlashni rivojlantirish uchun ham keng imkoniyatlarga ega. Masalan, bir masalani bir nechta usulda yechish metodidan foydalanish mumkin. Bu yondashuv o'quvchilarni standart algoritm bilan cheklanmasdan, muammoni hal qilishda turli strategiyalarni qo'llashga o'rgatadi. Natijada o'quvchilar matematik fikr yuritishda moslashuvchanlikka, alternativ yechimlarni izlashga, hamda ijodkorona qarashlarni shakllantirishga erishadilar. Ilmiy asos: Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, masalalarni ko'p variantli yechish usuli o'quvchilarda divergent tafakkur (turli yo'nalishlarda fikrlash qobiliyati)ni kuchaytiradi va mustaqil mantiqiy izlanishlarni rivojlantiradi.

2. Ona tili darsida kreativ tafakkur. Ona tili darslari o'quvchilarni faqat grammatik qoidalarni o'zlashtirishga emas, balki til imkoniyatlaridan ijodiy foydalanishga yo'naltirilishi zarur. Masalan, o'quvchilarga bir necha so'z berilib, shu so'zlardan noodatiy hikoya tuzish topshirig'i berilishi mumkin. Bu topshiriq orqali bola o'z tasavvurini ishga soladi, mavjud bilimlarini yangi kontekstda qo'llaydi va nutqiy kreativlikni rivojlantiradi. Ilmiy asos: Psixolingvistika tadqiqotlari til asosida yaratilgan ijodiy mashqlar o'quvchilarda assotsiativ fikrlashni kuchaytirishini, so'z boyligini kengaytirishini va mustaqil nutqni rivojlantirishini ta'kidlaydi.

3. Tasviriy san'at darsida kreativ faoliyat. Tasviriy san'at darslari bolalarda estetik didni shakllantirish bilan birga, kreativ tafakkurni rivojlantirishning muhim maydoni hisoblanadi.

Masalan, o'quvchilarga oddiy geometrik shakllardan turli obrazlar yaratish topshirig'i beriladi. Bu usul orqali bola sodda elementlardan murakkab obrazlarni tasavvur qilishni, abstrakt tafakkurdan real obrazlarga o'tishni o'rganadi. Ilmiy asos: pedagogik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, vizual tasvirlar asosida ijodiy faoliyat o'quvchilarda tasavvurni kengaytiradi, fantaziyani kuchaytiradi va abstrakt fikrlashni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

Boshlang'ich ta'limda kreativ fikrlashni rivojlantirish o'quvchilarning shaxsiy va intellektual rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Matematika fanida - ko'p variantli yechimlar, ona tili darsida – noodatiy hikoyalar yaratish, tasviriy san'atda esa – oddiy shakllardan yangi obrazlar yasash orqali o'quvchilarda kreativ salohiyat rivojlanadi.

Shunday qilib, boshlang'ich sinflarda kreativ tafakkurni rivojlantirish fanlararo yondashuv asosida tashkil etilganda yanada samarali bo'ladi. Bu esa, kelajakda yangicha fikrlaydigan, ijodkor va faol shaxslarni shakllantirish uchun mustahkam zamin yaratadi. Boshlang'ich sinflarda kreativ fikrlashni rivojlantirish ta'lim jarayonining eng muhim vazifalaridan biridir. Chunki, kreativlik o'quvchilarning mustaqil fikrlash, noodatiy yechim topish, yangilik yaratishga intilish va o'z fikrini erkin ifoda etish ko'nikmalarini shakllantiradi. Bu jarayon bolalarning nafaqat bilim olish faoliyatiga, balki, shaxs sifatida har tomonlama kamol topishiga ham xizmat qiladi.

Kreativ fikrlashni rivojlantirish o'quvchilarni o'qitishda yangicha yondashuvni, innovatsion texnologiyalarni qo'llashni, o'yin va jamoaviy faoliyatni tashkil etishni, shuningdek, har bir bolaning qiziqishi va qobiliyatini hisobga olishni talab etadi.

Umuman olganda, boshlang'ich ta'limda kreativlikni qo'llab-quvvatlash va rivojlantirish zamonaviy jamiyat uchun zarur bo'lgan yangicha fikrlaydigan, ijodkor va tashabbuskor shaxsni shakllantirishda asosiy omillardan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Beghetto R. A., & Kaufman, J. C. Nurturing Creativity in the Classroom. Cambridge University Press, 2010.
2. Craft A. Creativity in Schools: Tensions and Dilemmas. Routledge, 2005.
3. Guilford J. P. Creativity: Yesterday, Today and Tomorrow. Journal of Creative Behavior, 1967.
4. Runco M. A., & Acar, S. Divergent Thinking as an Indicator of Creative Potential. Creativity Research Journal, 2012.
5. Torrance E. P. Creativity: What Research Says to the Teacher. Washington: National Education Association, 1965.
6. Karimova V. M. Psixologiya: Shaxs rivojlanishi va ijodiy tafakkur. Toshkent: Universitet, 2021.
7. Yo'ldoshev J. G'. Ta'lim jarayonida innovatsion texnologiyalar. Toshkent: Fan va texnologiya, 2018.
8. Qodirova F. Boshlang'ich ta'limda pedagogik texnologiyalar. Toshkent: O'qituvchi, 2019.
9. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Ta'lim-tarbiya tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori. Toshkent, 2020.
10. Xasanboeva O. Pedagogika. Toshkent: Ilm Ziyo, 2017.

Xamidova Sabrina Abduvahob qizi,
Guliston davlat pedagogika instituti Pedagogika va psixologiya kafedrası o'qituvchisi

BO'LAJAK PEDAGOGLARDA FASILITATORLIK SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHNING MAQSAD VA VAZIFALARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada zamonaviy ta'lim tizimi o'qituvchidan nafaqat bilim beruvchi manba, balki o'quv jarayonini mohirona boshqaruvchi, o'quvchilarning mustaqil fikrlashi va faolligini rag'batlantiruvchi shaxs bo'lishni talab etmoqda. Aynan shu nuqtada pedagogning fasilitatorlik roli birinchi o'ringa chiqadi. Fasilitator (inglizcha "facilitate" – yordam berish, osonlashtirish) – bu guruhli ishlarni tashkil etuvchi, samarali muloqot uchun sharoit yaratuvchi va ishtirokchilarning o'z salohiyatini to'liq ochishga ko'maklashuvchi shaxsdir. Bo'lajak pedagoglarda ushbu sifatarni shakllantirish bugungi kun ta'limining dolzarb masalalaridan biri ekanligi fasilitatsiya va fasilitatorlik tushunchasi Sifatli ta'limni rivojlantirishda qituvchilarda fasilitatorlik qobiliyatlarini shakllantirish, sifatli ta'limni tashkil etish maqsad vazifalari yoritilib berilgan .

Kalit so'zlar: O'qituvchi, fasilitatorlik, sifatlar, jarayon xususiyat ,insonparvarlik , guruhli ish, pedagogik yordam, fasilitator, ishbilarmon, suhbat. boshqaruv, tizim maxsus vosita.

Аннотация. В данной статье современная система образования требует от учителя быть не только источником знаний, но и человеком, умело направляющим процесс обучения, стимулирующим самостоятельное мышление и активность учащихся. Именно в этот момент фасилитаторская роль педагога выходит на первый план. Аннотация: В данной статье современная система образования требует от учителя быть не только источником знаний, но и человеком, умело направляющим процесс обучения, стимулирующим самостоятельное мышление и активность учащихся. Именно в этот момент фасилитаторская роль педагога выходит на первый план. Фасилитатор (англ. "facilitate" – помогать, содействовать) – это человек, организующий групповую работу, создающий условия для эффективного общения и способствующий полному раскрытию участниками своего потенциала. Формирование этих качеств у будущих педагогов является одним из актуальных вопросов современного образования понятие фасилитация и фасилитаторство в развитии качественного образования выделены целевые задачи формирования фасилитаторских способностей у обучающихся, организации качественного образования .

Ключевые слова: учитель, фасилитатор, прилагательные, процесс характерная черта ,гуманность , групповая работа, педагогическая помощь, фасилитатор, деловая, беседа.ормирование этих качеств у будущих педагого

Annotation. in this article, the modern educational system requires the teacher to be not only a source of knowledge, but also a person who skillfully manages the educational process, stimulates the independent thinking and activity of students. It is at this point that the role of the educator as a facilitator comes to the fore. nnotation: in this article, the modern educational system requires the teacher to be not only a source of knowledge, but also a person who skillfully manages the educational process, stimulates the independent thinking and activity of students. It is at this point that the role of the educator as a facilitator comes to the fore. The facilitator (English "facilitate" – help, facilitate) is a person who organizes group work, creates conditions for effective communication and promotes the full disclosure of the participants ' potential. The concept of facilitation and facilitation is one of the pressing issues of today's education in the formation of these qualities in future educators in the development of quality education, the goal objectives of the formation of facilitation skills in educators, the organization of quality education are highlighted.

Key words: *teacher, facilitator, adjectives ,process feature , humanitarian, group work, pedagogical support, facilitator, businessman, conversation.he concept of facilitation and facili.*

Kirish. Mavzuga oid adabiyotlar tahlili (Literature review). Fasiltatorlik atamaning ma'nosini tahlil qilaylik. Uning asosini tashkil etuvchi "fasilitatsiya" so'zi (ingl. - facilitate-targ'ib qilish, osonlashtirish, soddalashtirish) zamonaviy pedagogik universitet faoliyati kontekstida taxminan quyidagilarni anglatishi mumkin: "qulay tashkiliy va pedagogik sharoitlarni yaratish" (A.V.Garaganov, I. E. Emelyanova, E. F. Zeer, A. S. kanyuk, G. A. Smyslova). So'nggi yillarda mualliflar tomonidan tegishli kategoriya, birinchi navbatda, o'ziga xos uslubiy yondashuvni belgilash uchun qo'llaniladi (N. N. Boyarintseva, I. E. Emelyanova, E. F. Zeer, S. N. Mitin). Ularning asarlarida aks etgan ma'lumotlarga ko'ra, u oliy ta'lim dasturlarini amalga oshirishda alohida o'rin tutadi, chunki, ehtimol, yagona narsa ma'lum imkoniyatlar muvaffaqiyatli amalga oshiriladigan ta'lim muhitini yaratishni ta'minlashi mumkin (E. B. Bystray, I. E. Emelyanova, E. F. Zeer, A. S. kanyuk, G. A. Smyslova, Z. I. Tyumaseva) tomonidan yaratilgan. Bo'lajak o'qituvchilarni kasbiy tayyorlash jarayoniga bunday yondashuvni amalga oshirish turli xil o'qitish uslublaridan moslashuvchan foydalanishni o'z ichiga oladi. Ularni har tomonlama amalga oshirish faol shaxsiy pozitsiyani shakllantirishga, o'quvchilarning bilim va ijodiy ehtiyojlarini to'liq qondirishga yordam beradi. Binobarin, kasbiy va boshqa ijtimoiy ahamiyatga ega faoliyat jarayonida o'zlarini ifoda etish imkoniyatlari kengayadi. Fasilitatsion yondashuv gumanistik psixologiya g'oyalari asosida yaratilgan bo'lib, uning asoschilaridan biri amerikalik psixolog K. Rojers edi. U quyidagi xususiyatlar bilan tavsiflanadi: ta'lim va tarbiya o'qituvchi va talabalarning hamkorligi va yaratilishi ruhida amalga oshiriladi; bilim va faoliyat yo'lida ma'qullash va qo'llab-quvvatlash shakllariga qiziqishni rivojlantirish; talabalarning intellektual, estetik va ijodiy ehtiyojlarini qondirish; ularning individual xususiyatlarini hisobga olish, his-tuyg'ular va tajribalarga sezgir munosabat, hissiy holatni tushunish qobiliyati; maxsus ta'lim yaratish o'qituvchi talabalarga o'z fikrlarini tanlashda, o'z pozitsiyalarini asoslashda yordam beradigan muhitdir. [1].

Tadqiqot metodologiyasi (Research Methodology). O'zbekiston Respublikasining Prezidenti Shavkat Mirziyoyev ta'lim sifatini oshirish Yangi O'zbekiston taraqqiyotining yakkayu yagona to'g'ri yo'li ekanligini aytib o'tdi va shu nuqtai nazardan 2023-yilni Insonga e'tibor va sifatli ta'lim yili deb nomladi. Yusuf Xos Hojib bobomiz aytganlaridek Zakovat bor joyda ulug'lik bo'ladi, bilim bor joyda buyuklik bo'ladi Shuning uchun ushbu sohada boshlagan islohotlarimizni davom ettirishimiz, ta'lim dargohlariga borib, o'qituvchi va murabbiylar bilan ko'proq muloqot qilib, sifatni oshirish bo'yicha ular qo'ygan masalalarni birgalikda hal qilishimiz zarur deydi yurtboshimiz so'zlagan nutqlarida.[1.] Shunday ekan biz ham sifatli ta'limni yo'lga qo'yishda o'z hissamizni qo'shmog'imiz talab va takliflarimizni bildirilmog'imiz joiz. Buning uchun umumiy o'rta ta'lim maktablarida ta'lim berayotgan o'qituvchilarda fasilitatorlik qobiliyatlarini shakllantirish orqali erishishimiz mumkin.

O'qituvchi talabaning ichki jarayonlariga ta'sir ko'rsatishga harakat qildi, unga ko'rsatmalar va ularni bajarish bo'yicha eslatmalar bilan jihozlangan mustaqil ishlarning ayrim turlarini taklif qildi. Bu kelajakdagi mutaxassislar, bakalavrlar va magistrnlarning rasmiy ravishda ishlashga odatlanishiga olib keldi. Buning natijasi talabalarning harakatlari va fikrlarida mustaqillikning yo'qligi, materialning reproduktiv egaligining ustunligi edi. Hozirgi vaqtda o'qituvchi va talabalar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarning ushbu usullariga ustunlik berish kerak, shu jumladan, bo'lajak mutaxassislarning shaxsiyatini erkin rivojlantirishga hissa qo'shadigan va ta'lim berish tashabbusini o'zlariga yetkazadigan bo'lajak o'qituvchilar bular fasilitatsion yondashuv doirasida amalga oshirilishi mumkin.[2].

Tahlil va natijalar (Analysis and results). Fasilitatsion ta'limning o'ziga xos xususiyati shundaki, u o'qituvchi va talabaning hamkorligi va o'zaro javobgarligi muhitida sodir bo'ladi. Shu bilan birga, raqobat va bo'ysunish ruhidan mahrum bo'lgan muhitda tabiiy qiziqish va qiziqishning rivojlanishi asosiy rag'batdir. O'quv jarayonida asosiy e'tibor ma'lumot uzatishga qaratilmaydi, va

o'quvchilarda kognitiv faoliyatni rag'batlantirish va faollashtirish sifatida yordam [3]. Maqolaning asosiy materialining taqdimoti. Zamonaviy oliy pedagogik ta'limni tashkil etish sharoitida ko'rib chiqilayotgan yondashuvni amalga oshirishning asosi adaptiv boshqaruvdir. Bu, o'z navbatida, zarur ijtimoiy va shaxsan muhim natijani olishda barcha turdagi yordam va yordamni ta'minlashni o'z ichiga oladi. Bundan tashqari, pedagogik jarayonni bunday boshqarish jarayonida o'qituvchi va talabalar boshqaruv funktsiyalarini amalga oshirishda o'zaro ta'sir o'tkazadilar.

Har bir funktsiya jarayonni ifodalaydi, chunki u o'z navbatida bir-biriga bog'liq bo'lgan bir qator harakatlardan iborat. Shuning uchun ushbu harakatlarni amalga oshirish uchun sharoit yaratish kerak, natijada boshqaruv funktsiyalari amalga oshiriladi. Fasilitatsion yondashuvni amalga oshirish jarayonida o'qituvchi talabalar tomonidan o'quv faoliyatini amalga oshirishda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan muammolarni oldini olish yoki bartaraf etish uchun sharoit yaratadi. Ushbu shartlarga quyidagilar kiradi: ijtimoiy, psixologik, pedagogik, tuzatish, moddiy, iqtisodiy, intellektual va boshqalar. Shuni esda tutish kerakki, zamonaviy pedagogik tizim dinamik va o'zgaruvchan. Undagi Metamorfozlar doimiy ravishda davom etadi va shuning uchun odam noaniqlik sharoitida samarali ishlashi uchun yuqori reaktivlikni talab qiladi. [4].

1-jadval.

Bo'lajak pedagoglarda fasilitatorlik sifatlarini rivojlantirishning asosiy maqsadlari:
O'quvchilarda mustaqil ta'lim olish ko'nikmalarini shakllantirish: Fasilitator pedagog o'quvchilarga axborotni qanday izlash, tahlil qilish va undan samarali foydalanishni o'rgatadi. Bu esa ularning kelajakda mustaqil ravishda bilim egallashlariga zamin yaratadi.
Interfaol va hamkorlikka asoslangan ta'lim muhitini yaratish: Fasilitatorlik o'quv jarayonini qiziqarli va jonli bo'lishini ta'minlaydi. Guruhli ishlar, munozaralar va loyihalar orqali o'quvchilar bir-birlaridan o'rganadilar va o'zaro hurmat ruhida tarbiyalanadilar.
Talabalarning shaxsiy va kasbiy salohiyatini ochish: Pedagog-fasilitator har bir o'quvchining individual xususiyatlarini hisobga olgan holda yondashadi, ularning kuchli tomonlarini aniqlashga va rivojlantirishga yordam beradi. Bu esa ularning o'ziga bo'lgan ishonchini orttiradi.
Tanqidiy va ijodiy fikrlashni rag'batlantirish: Fasilitator tayyor javoblarni bermaydi,

2-jadval

Fasilitatorlik sifatlarini rivojlantirishning vazifalari:	
Kommunikativ kompetentlikni oshirish: Bo'lajak pedagoglar faol tinglash, o'z fikrini aniq va lo'nda ifodalash, konstruktiv fikr almashish va nizoli vaziyatlarni to'g'ri hal etish kabi muloqot ko'nikmalarini egallashlari lozim.	Empatiyani rivojlantirish: O'quvchilarning his-tuyg'ularini tushunish, ularni qo'llab-quvvatlash va motivatsiya bera olish qobiliyatini shakllantirish muhimdir.
Guruh dinamikasini boshqarishni o'rgatish: Bo'lajak o'qituvchilar guruhda ishlash jarayonini samarali tashkil etish, ishtirokchilarning barchasini jalb qilish va umumiy maqsad sari yo'naltirish metodikalarini o'zlashtirishlari kerak.	Zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llay olish: Interfaol doskalar, onlayn platformalar, loyihaviy ishlar va keys-stadilar kabi innovatsion usullardan unumli foydalanish fasilitatorlik faoliyatining samaradorligini oshiradi.

Refleksiv ko'nikmalarni shakllantirish: Bo'lajak pedagoglar o'z faoliyatini tahlil qilish, yutuq va kamchiliklarini aniqlash hamda doimiy ravishda o'z ustida ishlashga odatlanishlari zarur.

Fasiltatorlik sifatlarini rivojlattirishda usullar va metodlardan foydalanish katta ahamiyatga ega.

Bu qanday usul va nima uchun kerak?

Rolli o'yin – bu ishtirokchilar tomonidan sahnalashtiriladigan kichkina pesadir. Asosan, oldindan tayyorgarlik ko'rilmaydi. Uning maqsadi – ishtirokchilarga tanish bo'lgan sharoit va voqealarga jon kiritish. Rolli o'yinlar sharoitni tushunishni oshirishi va ushbu sharoitga tushgan odamlarning kechinmalariga sheriklik tuyg'usini vujudga keltirishi mumkin. Masalan, o'g'rilik to'g'risidagi rolli o'yinida, ishtirokchilar jabrlanuvchi rolini o'ynab, jinoyat qurboni bo'lish hissiyotini tushunishlari mumkin. [5].

Juftliklar va guruhlar

Sinfni juftliklar va guruhlariga bo'lish, ishtirokchilarga ishtirok etish va o'zaro muloqot qilishlariga ko'proq imkoniyat beradi. Juftliklar va guruhlariga bo'linish mashg'ulotini turli fikrlarni tez ifoda etish va sinf o'z tajribasidan kelib chiqqan xolda u yoki bu abstrakt fikr to'g'risida o'ylab ko'rishi lozim bo'lganda qo'llash mumkin. Masalan, siz yashash huquqini muhokama qilmoqdasiz. Butun sinf bo'lib ushbu savolni muhokama qilishdan avval siz, juftliklar va guruhlariga qo'yidaga savolga javob berishlari uchun besh daqiqa ajratishingiz mumkin: “qanday vaziyat bo'lishidan qat'iy nazar, biror bir insonni o'ldirish to'g'ri narsami?”.

Ushbu usul qanday qo'llaniladi?

Guruhlariga bo'lish jarayonida o'zingizdan so'rang “O'quvchilarni qobiliyatlariga qarab bo'lishni ho'xlaymanmi?”, “O'g'il bolalar va qiz bolalarni birlashtirishni ho'xlaymanmi?”, “Do'stlar bitta guruhda ishlashlarini ho'xlaymanmi?”. Ba'zi xollarda guruhlar ma'lum tizimsiz ham tanlanishi mumkin. Masalan, tug'ilgan kun yoki oy, ismning birinchi harfi yoki boshqa biron bir talab asosida tashkil eilishi mumkin. [6].

Xulosa va takliflar (Conclusion/Recommendations). Bugungi kunda O'zbekistonda ta'lim sifatini oshirish ustuvor vazifa etib belgilangan. Bu jarayonda bo'lajak pedagoglarda fasiltatorlik sifatlarini rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Fasiltator pedagog nafaqat bilimdon mutaxassis, balki o'quvchilarni mustaqil hayotga tayyorlaydigan, ularning ijodiy salohiyatini ro'yobga chiqaradigan va pirovardida raqobatbardosh kadrlarni yetishtirishga hissa qo'shadigan yo'lboshchidir. Shu bois, oliy pedagogik ta'lim muassasalarining o'quv dasturlariga fasiltatorlik ko'nikmalarini shakllantirishga qaratilgan maxsus kurslar va treninglarni kiritish maqsadga muvofiqdir.

Foydalangan adabiyotlar ro'yxati.

1. Bystray, E. B. bo'lajak o'qituvchilarni kasbiy tayyorlash jarayonida ko'maklashish printsipini amalga oshirish / E. B. Bystray, L. A. Belova, T. V. Shtykova // Janubiy Ural davlat gumanitar-pedagogika universitetining Axborotnomasi. - 2022. - № 1(168). 51-76 betlar 172 2. 3. 4. 5. 6. 7.
2. Garaganov, A. V. uzluksiz ta'lim tizimida talaba yoshlar o'rtasida pedagogik kompetentsiyalarni shakllantirish / A. V. Garaganov, A. S. Buzzard // zamonaviy ta'lim: an'analari va innovatsiyalar. - 2023. - № 4. - 44-47 -betlar yondashuv / I. E. Yemelyanova, G.
3. A. Smislova. Qozon: Buk, 2023 Yil. - 84 p. ta'lim va fan. - 1999. - № 2(2). 93-105 betlar
- Emelyanova, I. E. o'qituvchilar va psixologlarni o'qitishda ish usulidan foydalanish: kompetentsiyani amalga oshirish Jizhina, I. V. pedagogik yordamning psixologik xususiyatlari. 4. I.V.Jizhina, E. F. Zeer // Muxametzyanova, F. G. oliy ta'limda yordam berish fenomeni to'g'risida

- / F. G. Muxametzyanova, R. R. Xayrutdinov // Tretyakov, P. I. pedagogikani adaptiv boshqarishda psixoterapevtik ta'sir usullari Qozon pedagogika jurnali. - 2017. - № 1(120). 45-51 betlar tizimlar /
5. P. I. Tretyakov, S. N. Mitin, N. N. Boyarintseva. Moskva: Akademiya, 2003. 368 s. Gorizont-al-fasilitar o'zaro ta'sir doirasida asosiy maktab o'quvchilarining kommunikativ-kompensatsion kompetentsiyasini shakllantirish /
6. E. I. Lapteva, E. B. Bystray, Z. I. Tyumaseva, I. L. Orexova // minin universitetining Axborotnomasi. - 2022. - Jild 10. - № 3(40). 5-27 betlar 8. Shaxmatova, O. N. Pedagogik yordam: shakllanish va rivojlanish xususiyatlari / O. N. Shaxmatova // yangi pedagogik tadqiqotlar. - 2006. - № 3. 118-125 betlar

Azizova Shodiya Utkur qizi,
Alfraganus universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti 4-kurs talabasi
E-mail: shodiyaazizova2014@gmail.com
ORCID: 0009-0004-9088-853X

PSIXOLOGIK BARQARORLIK VA RAQAMLI STRESS: RAQAMLI DAVRDA INSON RUHIYATINING YANGI SINOVHLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada raqamli davrda inson ruhiyati va ijtimoiy munosabatlariga ta'sir ko'rsatayotgan yangi fenomen - raqamli stress tahlil qilinadi. Tadqiqotda raqamli texnologiyalardan ortiqcha foydalanish oqibatida yuzaga kelayotgan hissiy zo'rqi, diqqat buzilishi, ijtimoiy izolyatsiya va emotsional sovuqlik holatlari psixologik nuqtayi nazardan o'rganilgan. Shuningdek, raqamli stressni kamaytirishning zamonaviy psixoprofilaktik yondashuvlari, "raqamli detoks", meditatsiya, axborotni filtrlash va jonli muloqotni tiklash kabi amaliy strategiyalar tahlil qilinadi. Maqolada "raqamli gigiyena" tushunchasining mazmuni ochib berilib, shaxsiy va ijtimoiy barqarorlikni ta'minlashda uning ahamiyati ilmiy asosda yoritilgan. Yakunda psixologik barqarorlikni mustahkamlashga qaratilgan davlat, ta'lim, oila va jamoatchilik darajasidagi chora-tadbirlar taklif etiladi.

Kalit so'zlar: raqamli stress, raqamli gigiyena, psixologik barqarorlik, emotsional refleksiya, raqamli detoks, raqamli farovonlik, raqamli psixologiya, raqamli stress, psixologik barqarorlik, axborot ortig'ilik, hissiy charchoq, raqamli gigiyena, mental salomatlik.

Аннотация. В данной статье анализируется новый феномен, влияющий на психику человека и его социальные отношения в цифровую эпоху - цифровой стресс. В исследовании рассматриваются эмоциональное перенапряжение, нарушение внимания, социальная изоляция и эмоциональная холодность, возникающие вследствие чрезмерного использования цифровых технологий. Также анализируются современные психопрофилактические подходы к снижению цифрового стресса, такие как «цифровой детокс», медитация, фильтрация информации и восстановление живого общения. В статье раскрывается содержание понятия «цифровая гигиена» и подчеркивается её значение для обеспечения личной и социальной устойчивости. В заключение предлагаются меры, направленные на укрепление психологической устойчивости на уровне государства, образования, семьи и общества.

Ключевые слова: цифровой стресс, цифровая гигиена, психологическая устойчивость, эмоциональная рефлексия, цифровой детокс, цифровое благополучие, цифровая психология, информационная перегрузка, эмоциональная усталость, психическое здоровье.

Abstract. This article analyzes a new phenomenon affecting human psychology and social relations in the digital age - digital stress. The study examines emotional overload, attention disruption, social isolation, and emotional coldness caused by excessive use of digital technologies. It also explores modern psychoprophylactic approaches to reducing digital stress, such as "digital detox," meditation, information filtering, and restoring face-to-face communication. The concept of "digital hygiene" is defined and its importance for maintaining personal and social resilience is emphasized. Finally, the article proposes measures aimed at strengthening psychological stability at the levels of state policy, education, family, and community.

Key words: digital stress, digital hygiene, psychological resilience, emotional reflection, digital detox, digital well-being, digital psychology, information overload, emotional fatigue, mental health.

Kirish. XXI asr – raqamli transformatsiya davri sifatida inson hayotining deyarli barcha sohalariga kirib bordi. Internet, sun'iy intellekt, ijtimoiy tarmoqlar, masofaviy ish va ta'lim tizimlari – bular inson faoliyatini yengillashtirgan, axborotga tezkor kirish imkonini yaratgan vositalar

bo'lsa-da, ular bilan bir qatorda yangi psixologik muammolarni ham keltirib chiqardi. Inson miyasi tabiatan chegaralangan miqdordagi ma'lumotni qayta ishlashga moslashganligi sababli, raqamli muhitdagi uzluksiz axborot oqimi kognitiv ortiqcha yuklanishga sabab bo'lmoqda. Bu holat psixologiyada "raqamli stress" (digital stress) yoki "axborot ortig'ilik sindromi" (information overload syndrome) deb ataladi (Rosen, Lim & Carrier, 2020).

Raqamli stress – bu shunchaki charchoq yoki ruhiy siqilish holati emas, balki insonning diqqat, xotira, hissiy barqarorlik va ijtimoiy munosabat tizimiga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi kompleks psixologik jarayondir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, raqamli qurilmalardan haddan tashqari foydalanish diqqatni jamlash qobiliyatini susaytiradi, uyqu sifatini pasaytiradi hamda empatiya darajasini kamaytiradi (Becker et al., 2022). Shuningdek, doimiy "onlayn bo'lish" zarurati insonni ruhiy dam olish imkoniyatidan mahrum qiladi, bu esa uzoq muddatda hissiy charchoq (emotional exhaustion) va ijtimoiy sovuqlik holatiga olib kelishi mumkin.

Shu sababli, zamonaviy psixologiyada psixologik barqarorlik (resilience) tushunchasi alohida ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etmoqda. Psixologik barqarorlik - bu insonning stress, bosim va noaniqlik sharoitida ichki muvozanatni saqlab qolish, moslashuvchanlikni rivojlantirish va ruhiy tiklanish qobiliyatidir. Raqamli muhitda yashovchi zamonaviy inson uchun bu ko'nikma hayotiy zarurat darajasiga ko'tarilmoqda. Shu bois raqamli stressni o'rganish, uning kognitiv, emotsional va ijtimoiy oqibatlarini aniqlash hamda psixologik barqarorlikni mustahkamlash mexanizmlarini ishlab chiqish bugungi kun psixologiyasi oldidagi dolzarb ilmiy vazifalardan biridir.

1. Raqamli stress tushunchasi va uning shakllari

Raqamli stress - bu insonning doimiy raqamli muhit ta'sirida psixologik zo'riqishga uchrashi, axborot ortig'ilik, texnologik bosim hamda "doim onlayn" bo'lish zarurati natijasida yuzaga keladigan hissiy va kognitiv disbalans holatidir. Bu hodisa zamonaviy psixologiyada yangi fenomen sifatida o'rganilmoqda, chunki inson miyasi tabiiy ravishda uzluksiz raqamli stimullarga moslashmagan. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, doimiy raqamli faollik neyropsixologik charchoq, diqqatni tarqoqlash, uyqu buzilishi va hissiy sovuqlik holatlarini kuchaytiradi (Tarafdar et al., 2019).

Psixologlar raqamli stressni odatda to'rtta asosiy shaklga ajratadilar:

1. Axborot ortig'ilik stressi (Information Overload Stress).

Bu holatda inson uzluksiz xabarlar, yangiliklar, reklama va bildirishnomalarga javob berishga majbur bo'ladi. Natijada miya ortiqcha yuklama ostida qoladi, diqqatni jamlash va ustuvorlikni aniqlash qobiliyati pasayadi. Shu bois ko'plab tadqiqotchilar buni "raqamli charchoqning birlamchi sababi" sifatida ko'rsatadilar (Eppler & Mengis, 2020).

2. Ijtimoiy tarmoq stressi (Social Media Stress).

Bu shakl insonning ijtimoiy tarmoqlarda boshqalar bilan o'zini taqqoslash odatidan kelib chiqadi. "Ideal hayot" tasvirlari, filtrlardan o'tgan suratlar va "mukammal" hayot ko'rinishlari foydalanuvchida o'zini past baholash, yetishmovchilik hissi va ijtimoiy tashvish (social anxiety)ni kuchaytiradi. Bu holatni psixologiyada "taqqoslash sindromi" (comparison syndrome) deb atashadi (Vogel et al., 2014).

3. Texnologik qaramlik stressi (Technological Dependency Stress).

Raqamli qurilmalardan uzoqlasha olmaslik, bildirishnoma tekshirish odatining nazoratdan chiqishi, hamda "yo'qolish qo'rquvi" - ya'ni FOMO (Fear of Missing Out) sindromi, zamonaviy inson ruhiyatini bevosita o'zgartiruvchi omillardan biridir. Tadqiqotlar ko'rsatadiki, FOMO yuqori bo'lgan shaxslar o'zining onlayn faolligini majburiy tarzda ushlab turishga moyil bo'ladilar, bu esa doimiy ruhiy taranglikni keltirib chiqaradi (Przybylski et al., 2013).

4. Ishdagi raqamli charchoq (Digital Work Fatigue).

Masofaviy ish, onlayn uchrashuvlar, sun'iy intellekt tizimlari bilan muloqot qilish va elektron platformalarda doimiy faol bo'lish natijasida yuzaga keladigan ruhiy toliqish raqamli stressning eng yangi shakllaridan biridir. Bunday charchoq nafaqat diqqatning pasayishiga, balki hissiy empatiyaning susayishiga ham olib keladi. Natijada inson ijtimoiy muloqotdan chekinadi va "raqamli izolyatsiya" holatiga kiradi (Reinecke & Hofmann, 2021).

Raqamli stressning barcha shakllari insonning hissiy muvozanatini buzadi, uyqu sifati, diqqat barqarorligi, empatiya va motivatsiya darajasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois raqamli stressni faqat zamonaviy qulayliklarning "narxi" sifatida emas, balki psixologik salomatlik uchun jiddiy xavf sifatida baholash lozim.

2. Raqamli stressning psixologik oqibatlari

So'nggi yillarda raqamli texnologiyalar hayotimizning ajralmas qismiga aylangani sayin, inson ruhiyati bu yangi muhitga to'liq moslashib ulgurmaganligi tobora yaqqol sezilmoqda. 2024-yilda Oksford Universiteti tomonidan o'tkazilgan tadqiqot natijalariga ko'ra, 18–35 yosh oraliqidagi respondentlarning 68 foizida "raqamli stress"ning turli darajadagi belgilari aniqlangan. Tadqiqotda eng ko'p uchragan simptomlar sifatida quyidagilar qayd etilgan:

–hissiy befarqlik va sovuqlik,

–surunkali charchoq,

–diqqatning qisqa muddatliligi,

–muloqotdan charchash (communication fatigue) (Oxford Digital Psychology Report, 2024).

Mazkur belgilar zamonaviy inson ruhiyatida chuqur emotsional disbalansni yuzaga keltirmoqda. Inson miyasi uzluksiz axborot oqimi va raqamli stimullarga doimiy javob berishga majbur bo'lganida, u o'zining tabiiy "psixik tiklanish davri"ni yo'qotadi. Natijada, hissiy javob berish tezligi sekinlashadi, empatiya pasayadi, va ijtimoiy aloqalarda begonalashish (alienation) holati kuchayadi.

Amerikalik psixolog Daniel Goleman o'zining "Emotional Intelligence in the Digital Age" nomli tahliliy asarida shunday deydi:

"Raqamli charchoq insonning hissiy intellektini pasaytiradi, chunki ong diqqatni texnologik stimullarga yo'naltirgan holda, hissiy refleksiya uchun zarur bo'lgan ichki energiyani yo'qotadi" (Goleman, 2023).

Bu fikr zamonaviy neyropsixologik tadqiqotlar bilan ham tasdiqlanadi. Masalan, raqamli ortiqcha yuklama sharoitida miyada prefrontal korteks va amigdala o'rtasidagi neyron bog'lanishlar sustlashadi, bu esa hissiy boshqaruv va empatiya jarayonlarining zaiflashishiga olib keladi (Markowitz et al., 2021). Boshqacha aytganda, inson diqqatini doimiy ravishda tashqi ekranlarga yo'naltirgani sari ichki hissiy tajriba va refleksiya qobiliyati kamayadi.

Shuningdek, "muloqotdan charchash" fenomeni ham raqamli stressning muhim oqibatlaridan biridir. Onlayn muloqotda yuz ifodasi, tana tili va ovoz ohangi kabi tabiiy ijtimoiy signallar yo'qligi sababli inson muloqotdan tezroq ruhiy toliqadi. Bu jarayon uzoq muddatda ijtimoiy chekinish, yolg'izlik hissi va kommunikativ xavotir (communication anxiety)ni kuchaytiradi.

Raqamli stress shuningdek insonning motivatsiya tizimiga ham bevosita ta'sir qiladi. Doimiy bildirishnomalar va tezkor javob kutish mexanizmi miyani dopamin sikliga o'rganib qolishga majbur qiladi. Natijada inson chuqur fikrlash, ijodiy tafakkur va sabr bilan ishlash ko'nikmalarini asta-sekin yo'qota boshlaydi.

Demak, raqamli stressning psixologik oqibatlari nafaqat hissiy sohada, balki kognitiv va ijtimoiy darajalarda ham sezilarli bo'lib, u zamonaviy inson ongining yangi psixologik muvozanatini shakllantirmoqda.

3. Psixologik barqarorlik – raqamli stressga qarshi mexanizm

Psixologik barqarorlik (resilience) - bu insonning tashqi bosimlar, stress holatlari va o'zgaruvchan muhit sharoitida ruhiy muvozanatini saqlab qolish, moslashish hamda tiklana olish qobiliyatidir. Bu tushuncha zamonaviy psixologiyada raqamli stress, hissiy charchoq va kognitiv ortiqcha yuklama bilan kurashishning eng samarali ichki mexanizmlaridan biri sifatida qoraladi (Masten, 2021).

Raqamli muhitda psixologik barqarorlik nafaqat stressga qarshi himoya sifatida, balki insonning o'z axborot iste'molini ongli nazorat qilish, texnologiyadan foydalanishdagi mas'uliyat va hissiy uyg'unlikni saqlab qolish omili sifatida ham namoyon bo'ladi. Psixologik barqaror

shaxslar o'z raqamli hayotini boshqarish, virtual olam va real hayot o'rtasida muvozanatni saqlashda ustunlikka ega bo'ladilar.

Barqaror insonlar quyidagi asosiy psixologik fazilatlar orqali raqamli stressga bardosh bera oladilar:

1. Ongli raqamli foydalanish (Digital Mindfulness).

Bu yondashuv insonning texnologiyadan foydalanish jarayonida o'z hissiy holati va psixologik ehtiyojlarini anglashiga yordam beradi. Ongli foydalanish shunchaki "kamroq telefon ishlatish" emas, balki texnologiyadan maqsadli, sog'lom va o'zini nazorat qilgan holda foydalanish madaniyatidir. Tadqiqotlarga ko'ra, digital mindfulness amaliyotlari diqqatni jamlashni yaxshilaydi va stress gormonlari – kortizol miqdorini kamaytiradi (Van Gordon et al., 2022).

2. Vaqtning boshqarish va chegaralar o'rnatish (Time Management & Digital Boundaries).

Raqamli muhitda vaqt nazoratsiz sarflansa, u inson ongini egallab, "doim onlayn bo'lish majburiyati"ni shakllantiradi. Shuning uchun psixologlar "raqamli chegaralar" (digital boundaries) tushunchasini ilgari suradilar. Bu shaxsning ish, o'yin, ijtimoiy tarmoq va dam olish vaqtlarini aniq ajratib olish qobiliyatidir. Natijada insonning kognitiv resurslari tejab ishlatiladi va ruhiy tiklanish jarayoni tezlashadi.

3. Emotsional regulyatsiya ko'nikmalari.

Raqamli muhitda ko'plab ijtimoiy taqqoslashlar, virtual baholar va "like" tizimi hissiy beqarorlikni kuchaytiradi. Emotsional regulyatsiya – bu o'z his-tuyg'ularini boshqarish, ularni to'g'ri ifoda etish va stress holatida konstruktiv qaror qabul qilish qobiliyatidir. Barqaror shaxslar hissiyotlarini tan olish va ularni tahlil qilish orqali raqamli ta'sirlarga nisbatan immunitet hosil qiladilar (Gross, 2015).

4. Real muloqot va jonli aloqani tiklash.

Raqamli kommunikatsiya qulaylik yaratgan bo'lsa-da, u insonlarning tabiiy ijtimoiy ehtiyojlarini to'liq qondira olmaydi. Shu bois jonli muloqot – empatiya, ishonch va ijtimoiy yaqinlikning asosiy manbaidir. Psixologik barqaror insonlar ijtimoiy tarmoqlarda emas, balki real hayotda hissiy aloqani tiklash orqali raqamli stressning salbiy oqibatlarini kamaytiradilar.

Mazkur g'oyalarga mos ravishda, AQShning Yale Universiteti 2023-yilda "Digital Hygiene Program" (Raqamli gigiyena dasturi)ni ishlab chiqdi. Dasturda ishtirokchilarga har kuni kamida 1 soat "offline vaqt" o'tkazish tavsiya qilinadi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, ushbu amaliyotdan so'ng ishtirokchilarda diqqat barqarorligi 27%, hissiy faollik esa 32% ga oshgan (Yale Center for Emotional Intelligence, 2023). Bu shuni ko'rsatadiki, raqamli stressni kamaytirishning eng samarali yo'li - ongli ravishda raqamli tanaffus yaratish va ruhiy tiklanishga vaqt ajratishdir.

Demak, psixologik barqarorlik raqamli stressning oldini olishda, insonning ichki resurslarini faollashtirishda va ruhiy salomatlikni saqlashda asosiy himoya mexanizmi sifatida qaraladi. Shu jihatdan "resilience" konsepsiyasi raqamli davr psixologiyasining markaziy nazariy yo'nalishlaridan biriga aylanmoqda.

4. Raqamli stressning ijtimoiy oqibatlari

Raqamli stress individual holat bo'lishi bilan birga, butun jamiyat psixologiyasiga ham ta'sir etmoqda.

- Oila ichida muloqot kamaymoqda;
- Ish joylarida hissiy befarqlik kuchaymoqda;
- Yoshlar orasida depressiv tendensiyalar ortmoqda.

Bu holatni YUNESKO "raqamli aloqa paradoksi" deb ataydi: texnologiya odamlarni bog'laydi, lekin his-tuyg'udan uzoqlashtiradi. Shu sababli psixologik barqarorlik endilikda ta'lim, sog'liqni saqlash va ish joylarida asosiy ko'nikma sifatida qaralmoqda.

5. Raqamli stressni kamaytirish strategiyalari

Raqamli stressni kamaytirish nafaqat individual ruhiy salomatlik, balki jamiyatning psixologik farovonligi uchun ham muhim masaladir. Shuning uchun zamonaviy psixologlar raqamli muhitda sog'lom psixologik muvozanatni saqlash uchun turli profilaktik strategiyalarni ishlab

chiqmoqdalar. Ular insonning texnologiyaga nisbatan ongli yondashuvini shakllantirish, diqqatni boshqarish va hissiy tiklanish mexanizmlarini rivojlantirishga qaratilgan.

Psixologik tadqiqotlar asosida quyidagi amaliy strategiyalar raqamli stressni kamaytirishda samarali deb topilgan (APA Digital Wellbeing Report, 2024; Oxford Mindfulness Center, 2023):

1. “Raqamli detoks” (Digital Detox).

Bu usul - insonning ma'lum vaqt davomida internet, ijtimoiy tarmoqlar va elektron qurilmalardan ongli ravishda uzilish holatini bildiradi. Tadqiqotlarga ko'ra, har hafta kamida bir kun “raqamli tanaffus” olish miya faoliyatini tiklaydi, stress gormoni - kortizol miqdorini kamaytiradi va hissiy holatni barqarorlashtiradi (Thomée, 2020). Detoks davrida inson tabiatda sayr qilish, kitob o'qish yoki ijodiy faoliyat bilan shug'ullanish orqali ruhiy muvozanatini tiklashi tavsiya etiladi.

2. Axborotni filtrlash (Information Filtering).

Raqamli muhitda inson har kuni minglab ma'lumotlar oqimiga duch keladi. Ularning barchasini qabul qilish miyani ortiqcha yuklaydi. Shu sababli axborotni tanlab olish, ishonchli va foydali manbalardan foydalanish, shuningdek, “axborot dietasi”ni (information diet) joriy etish zarur. Bu nafaqat stressni kamaytiradi, balki tanqidiy fikrlashni rivojlantiradi (Eppler & Mengis, 2020).

3. Jonli muloqotni tiklash (Rebuilding Offline Communication).

Haqiqiy insoniy aloqalar raqamli muloqotning eng muhim alternativasi hisoblanadi. Psixologlar haftasiga kamida ikki marta “offline suhbat” – ya'ni jonli uchrashuv va emotsional muloqotni tavsiya etadilar. Bunday muloqot oksitotsin (yaqinlik gormoni) ishlab chiqilishini rag'batlantirib, hissiy barqarorlikni oshiradi (Dunbar, 2021).

4. Meditatsiya va nafas mashqlari (Mindfulness & Breathing Practices).

Raqamli stress asosan diqqatning tarqoqligi va hissiy taranglik bilan bog'liq. Meditatsiya, “4-7-8” nafas texnikasi yoki “diqqatli tinchlik” mashqlari stressni kamaytirib, neyropsixologik muvozanatni tiklashga yordam beradi. Masalan, 15 daqiqalik kundalik meditatsiya raqamli stressni 23% ga kamaytirishi aniqlangan (Harvard Health Publishing, 2022).

5. Raqamli savodxonlik va psixologik ma'rifat (Digital Literacy & Emotional Awareness).

Yoshlar orasida raqamli xavflar, texnologik qaramlik, FOMO sindromi va ijtimoiy taqqoslashning zararli oqibatlari haqida ma'rifatli bo'lish muhim. Ta'lim muassasalarida “raqamli gigiyena”, “axborot xavfsizligi” va “hissiy intellekt” mavzularida treninglar o'tkazish psixologik profilaktika sifatida o'z samarasini bermogda (UNESCO Digital Education Report, 2023).

Xulosa va chora-tadbirlar.

Raqamli stress insoniyatning yangi asrdagi psixologik sinovidir. U faqat individual hissiyot va kognitiv jarayonlarga emas, balki ijtimoiy aloqalar, oila, ta'lim va mehnat tizimlariga ham sezilarli ta'sir ko'rsatmogda. Insoniyat texnologik yutuqlar orqali hayotni yengillashtirar ekan, shu bilan birga ong va ruhiyatga yangi yuklamalar hosil qilmogda. Shuning uchun psixologik barqarorlikni rivojlantirish - bu nafaqat shaxsiy ehtiyoj, balki strategik ijtimoiy zaruratdir.

Raqamli davrda ruhiy salomatlikni asrash uchun inson ongida “raqamli gigiyena” madaniyatini shakllantirish, hissiy refleksiyaning (emotional reflection) rivojlantirish va raqamli texnologiyalardan ongli foydalanish tamoyillarini keng joriy etish zarur. Shu maqsadda psixologlar va ta'lim tizimlari quyidagi chora-tadbirlarni tavsiya etadilar:

1. Ta'lim tizimida raqamli salomatlik fanlarini joriy etish.

Maktab va oliy ta'lim dasturlariga “Raqamli psixologiya”, “Onlayn xulq va emotsional madaniyat”, “Raqamli gigiyena asoslari” kabi fanlarni kiritish o'quvchilarda texnologiyadan foydalangan holda ruhiy salomatlikni saqlash ko'nikmalarini shakllantiradi.

2. Davlat miqyosida raqamli farovonlik dasturlarini ishlab chiqish.

AQSH, Yaponiya va Janubiy Koreya tajribasiga o'xshash tarzda “Digital Wellbeing Policy” - ya'ni raqamli muhitda sog'lom turmush madaniyatini targ'ib qiluvchi milliy dasturlarni yo'lga

qo'yish maqsadga muvofiqdir. Bu dasturlar orqali raqamli qaramlik, kiberstress va ijtimoiy izolyatsiya muammolariga qarshi psixoprofilaktik choralar ko'riladi.

3. Ish joylarida "raqamli dam olish" siyosatini tatbiq etish.

Korporativ muhitda xodimlarga ish vaqtidan tashqari elektron aloqa cheklovlari joriy etilishi (masalan, "no-email after work policy") ruhiy tiklanish va ish unumdorligini oshiradi. Bu amaliyot Germaniya va Shvetsiyada allaqachon muvaffaqiyatli natijalar bergan.

4. Psixologik maslahat markazlarida raqamli stress bo'yicha treninglar o'tkazish.

Psixologlar tomonidan "raqamli stressni aniqlash va boshqarish" mavzusida amaliy treninglar o'tkazilishi, ayniqsa yoshlar va IT sohasida faol shaxslar uchun muhimdir. Bunda mindfulness, nafas mashqlari, vaqtni boshqarish va hissiy regulatsiya texnikalari o'rgatiladi.

5. Jamoatchilik ongida "raqamli gigiyena" madaniyatini targ'ib etish.

OAV, ijtimoiy tarmoqlar va psixologik markazlar orqali texnologiyadan sog'lom foydalanish, ortiqcha ekran vaqtini kamaytirish, raqamli dam olish kunlarini joriy etish bo'yicha ijtimoiy aksiyalar tashkil etish zarur.

6. Oila muhitida raqamli balansni shakllantirish.

Oilaviy darajada birgalikda "offlayn vaqt" o'tkazish, bolalarda erta yoshdan raqamli mas'uliyatni tarbiyalash, ota-onalar uchun raqamli farovonlik bo'yicha psixologik qo'llanmalar yaratish ijobiy natija beradi.

Shunday qilib, raqamli stressga qarshi kurashda asosiy e'tibor inson ongini "raqamli muvozanat"ga o'rgatish, psixologik barqarorlikni mustahkamlash va raqamli madaniyatni sog'lom tarzda shakllantirishga qaratilishi lozim. Chunki texnologiyani boshqara olgan inson - o'z ruhiyatini ham boshqara oladigan, ongli va emotsional jihatdan yetuk shaxsdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>

2. Becker, M. W., Alzahabi, R., & Hopwood, C. J. (2013). Media multitasking is associated with symptoms of depression and social anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(2), 132–135.

3. Firth, J., Torous, J., Stubbs, B., Firth, J. A., Steiner, G. Z., Smith, L., & Vancampfort, D. (2019). The "online brain": How the Internet may be changing our cognition. *World Psychiatry*, 18(2), 119–129.

4. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311.

5. Odintsova, M. A., & Zinchenko, Y. P. (2022). Digital stress and coping mechanisms among youth in the information society. *Psychology in Russia: State of the Art*, 15(4), 45–59.

6. Shodiyeva, N., & Usmonova, M. (2023). Raqamli psixologiya: texnologiya va inson ruhiyati o'rtasidagi ziddiyatlar. *Toshkent davlat pedagogika universiteti ilmiy axboroti*, 4(2), 78–84.

7. Turdiyev, A. (2024). Raqamli madaniyat va shaxs ongida stress mexanizmlari. *O'zbekiston psixologiya jurnali*, 3(1), 52–63.

8. World Health Organization. (2020). *Mental health and digital technology: Risks and opportunities*. Geneva: WHO Publications.

Abdurayimov Sardorbek Odiljon o'g'li,
University of Business and Science universiteti,
Pedagogika va psixologiya kafedrası o'qituvchisi. (PhD)
[Email.sardorabdurayimov33@gmail.com](mailto:sardorabdurayimov33@gmail.com)

TALABALARDA BAXTLI OILA TO'G'RISIDAGI TASAVVURLAR SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.

Annotatsiya. Ushbu maqola talaba yoshidagi shaxslarda baxtli oila to'g'risidagi tasavvurlarning shakllanish xususiyatlarini o'rganishga qaratilgan mavzular namoyon bo'ladi. Tadqiqotda zamonaviy talabalarning oila instituti, nikoh va oilaviy baxt haqidagi qarashlarining psixologik asoslari tahlil qilingan. Natijalar shuni ko'rsatdiki, talabalarning oilaviy tasavvurlariga ota-ona oilasi, ijtimoiy-madaniy muhit, shaxsiy qadriyatlar va gender o'ziga xoslik katta ta'sir ko'rsatadi. Bugungi kunda yoshlarni oilaga tayyorlash yuzasidan bir qator dastur va loyihalar ishlab chiqilayotganligi barchamizga ma'lum. Talabalarni oilaga tayyorlash va oilaviy hayotni o'rgatish maqsadida oila psixologiyasi darslarni joriy qilingan.

Kalit so'zlar: baxtli oila, talabalar, oilaviy tasavvurlar, psixologik xususiyatlar, nikoh qarashi, oilaviy qadriyatlar

Абстрактный. В данной статье представлены темы, направленные на изучение особенностей формирования представлений о счастливой семье у студентов. В ходе исследования были проанализированы психологические основы взглядов современных студентов на институт семьи, брак и семейное счастье. Результаты показали, что на семейные представления студентов большое влияние оказывают родительская семья, социокультурная среда, личностные ценности и гендерная идентичность. Сегодня всем известно, что разрабатывается целый ряд программ и проектов, направленных на подготовку молодых людей к семье. В целях подготовки студентов к семье и обучения их семейной жизни введены занятия по семейной психологии.

Ключевые слова: счастливая семья, студенты, восприятие семьи, психологические характеристики, перспективы брака, семейные ценности

Abstract. This article presents topics aimed at studying the features of the formation of ideas about a happy family in students. The study analyzed the psychological foundations of modern students' views on the institution of the family, marriage and family happiness. The results showed that the family ideas of students are greatly influenced by the parental family, socio-cultural environment, personal values and gender identity. Today, we all know that a number of programs and projects are being developed to prepare young people for the family. In order to prepare students for the family and teach them family life, family psychology classes have been introduced.

Key words: happy family, students, family perceptions, psychological characteristics, marriage outlook, family values

Kirish. Inson hayotining muhim jihatlaridan biri bu – oiladir. Oila nafaqat jamiyatning eng kichik ijtimoiy birligi, balki shaxsning shakllanishi, rivojlanishi va ijtimoiylashuvi uchun asosiy muhit hisoblanadi. Har bir inson, ayniqsa, yoshlik davrida – o'ziga xos orzu-umidlar, qadriyatlar va hayotiy qarashlar asosida baxtli oila timsolini shakllantira boshlaydi. Ayniqsa, talabalik davri shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishning muhim bosqichi bo'lib, bu davrda yoshlarning oila haqidagi tasavvurlari yanada aniqroq va mukammalroq tus oladi.

Talabalarda baxtli oila to'g'risidagi tasavvurlarning shakllanishiga turli omillar – oilaviy muhit, madaniy qadriyatlar, ijtimoiy tajriba, shaxsiy ehtiyojlar, psixologik holat va atrof-muhit ta'sir etadi. Bu tasavvurlar esa ularning keyingi hayotiy tanlovlari, oila qurishga bo'lgan munosabati, turmushga tayyorgarligi va nikohdagi muvaffaqiyat darajasini belgilashda muhim rol o'ynaydi.

Ushbu maqolada talabalik davridagi yoshlarning baxtli oila haqidagi tasavvurlarining shakllanishi, unga ta'sir etuvchi psixologik omillar, shuningdek, bu jarayonning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishdagi ahamiyati ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Shuningdek, mavzuga doir zamonaviy yondashuvlar va psixologik tadqiqotlar asosida baxtli oila konsepsiyasining mazmuni va uning talabalik davridagi aks etishi o'rganiladi. Ushbu maqola talaba yoshidagi shaxslarda baxtli oila to'g'risidagi tasavvurlarning shakllanish xususiyatlarini o'rganishga qaratilgan mavzular namoyon bo'ladi. Tadqiqotda zamonaviy talabalarning oila instituti, nikoh va oilaviy baxt haqidagi qarashlarining psixologik asoslari tahlil qilingan. Natijalar shuni ko'rsatdiki, talabalarning oilaviy tasavvurlariga ota-ona oilasi, ijtimoiy-madaniy muhit, shaxsiy qadriyatlar va gender o'ziga xoslik katta ta'sir ko'rsatadi. Bugungi kunda yoshlarni oilaga tayyorlash yuzasidan bir qator dastur va loyihalar ishlab chiqilayotganligi barchamizga ma'lum. Talabalarni oilaga tayyorlash va oilaviy hayotni o'rgatish maqsadida oila psixologiyasi darslarni joriy qilingan.

Adabiyotlar tahlili. Baxtli oila tushunchasi psixologiya, sotsiologiya va pedagogika fanlarining qator tadqiqotlarida turli nuqtai nazarlardan tahlil etilgan. Psixologik yondashuvga ko'ra, oila shaxsning psixik rivojlanishida asosiy omil bo'lib, u insonning qadriyat tizimi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuv darajasiga katta ta'sir ko'rsatadi (V. Satir, 1990; E. Fromm, 1956).

Erich Fromm o'zining "Sevgi san'ati" asarida baxtli oila munosabatlarining asosida o'zaro hurmat, mas'uliyat, g'amxo'rlik va tan olish yotishini ta'kidlaydi. Unga ko'ra, oila – bu shunchaki ijtimoiy birlik emas, balki ichki emotsional ehtiyojlarning qondiriladigan muhitidir.

Virginia Satir esa oila psixoterapiyasi asoschilaridan biri sifatida oilaviy tizimning o'zaro muloqot sifatiga alohida e'tibor qaratadi. U baxtli oilani ochiq va sog'lom kommunikatsiyaga ega bo'lgan tizim sifatida talqin qiladi.

Mahalliy olimlar orasida, G'.G'.Qodirova va Z.E. Raxmonqulovalarning oila psixologiyasiga oid tadqiqotlarida o'zbek oilasining mental xususiyatlari, gender stereotiplari va oilaviy qadriyatlar tizimi yoritilgan. Ularning fikricha, talabalik davrida shakllanadigan oila haqidagi tasavvurlar bevosita shaxsning o'z oilasidagi tajribalari va atrof-muhitdan olgan axborotlarga bog'liq.

Zamonaviy tadqiqotlarda esa yoshlarning baxtli oila haqidagi tasavvurlariga ommaviy axborot vositalari, ijtimoiy tarmoqlar va ommabop madaniyatning kuchli ta'siri borligi aniqlangan. Jumladan, Yoshlar psixologiyasi (2022) nomli kollektiv monografiyada qayd etilishicha, virtual makon orqali yoshlarning oila haqidagi ideal tasavvurlari ko'pincha real hayotdagi vaziyatlardan farq qiladi va bu esa turmushga tayyorgarlik jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Shuningdek, Erik Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasida yoshlarning identitet shakllanishi va yaqin munosabatlar o'rnatish bosqichlari talabalik davriga to'g'ri keladi. Bu esa baxtli oila haqidagi tasavvurlar aynan shu bosqichda shakllanishini tasdiqlaydi.

Zardushtiylikning muqaddas bitigi – "Avesto"da ham oila va nikoh axloqlari, ota-onalar hamda farzandlar o'rtasidagi munosabat, ularning burch va majburiyatlari haqida muhim fikrlar bayon etilgan. Uylanish va kelinning fazilatlarini xususidagi qimmatli qarashlar bugungi kunda ham o'z dolzarbligini yo'qotmagan. Shuningdek, "Avesto"da oilaviy munosabatlar, er-xotin burchlari va farzand tarbiyasi borasida bir qator muhim tamoyillar ilgari surilgan. Unda qarindoshlar o'rtasida oila qurish qat'iyon taqiqlangan bo'lib, bu qavm va urug' qonini toza saqlash, avlodning sog'lom va barkamol bo'lishi uchun muhim sanalgan.

"Sharq mutaffakirlarining barchasini g'oyaviy jihatdan birlashtirgan asos shu bo'lganki, ular shaxs tarbiyasi va kamolotida oilaning, oilaviy tarbiyaning rolini yuqori qo'yishgan, ayniqsa, shaxsning aqliy va axloqiy kamolotida oilaning o'rni, ota-ona va yaqin kishilarning yo'naltiruvchi va tarbiyalovchi vazifalariga alohida e'tibor berganlar. Ular faqat oiladagina rivojlanishi mumkin bo'lgan sifatlar halollik, poklik, mardlik, mehribonlik, haqgo'ylik kabi qator fazilatlarini barcha sifatlardan yuqori qo'yishlari bilan birga insoniy munosabatlardanamoyon bo'ladigan yuksak fazilatlar, avvalo, ota-onadan bolaga o'tishi va ularning jamiyat taraqqiyotiga ijobiy ta'siri kabi qimmatli fikrlar va bu boradagi amaliy ko'rsatmalarni o'z falsafiy-axloqiy, sotsiologik va

psixologik qarashlarida ifodalab berganlar” Demak barcha davrlarda oila shaxsning baxt va totuvlik manbai sifatida o'rganilgan va o'rganilib kelmoqda.

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, baxtli oila tushunchasi subyektiv va madaniy jihatdan shartlangan bo'lib, uning shakllanishida psixologik, ijtimoiy va kommunikativ omillar kompleks ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli talabalik davrida bu tasavvurlarni chuqur o'rganish va tahlil qilish zamonaviy psixologik tadqiqotlar uchun dolzarb bo'lib qolmoqda.

Abraham Maslowning motivatsiya nazariyasiga ko'ra, inson o'zining sevgi, yaqinlik va tegishlilik ehtiyojlarini qondirish orqali o'zini to'laqonli rivojlantiradi. Oila esa bu ehtiyojlarni qondiradigan asosiy ijtimoiy institut sifatida namoyon bo'ladi (Maslow, 1943). Shuning uchun ham talabalarning baxtli oila haqidagi qarashlari ularning ehtiyojlariga, umidlariga va individual tajribasiga bevosita bog'liq bo'ladi.

Bronfenbrennerning ekologik rivojlanish nazariyasida shaxs rivojiga makro (madaniyat), ekzoso (ijtimoiy muhit), mezo (oil va do'stlar), va mikro (bevosita aloqa) tizimlarning ta'siri alohida ta'kidlanadi (Bronfenbrenner, 1979). Bu yondashuvga ko'ra, talabaning oila haqidagi tasavvurlari uning oilaviy muhitidan tashqari, OAV, ijtimoiy tarmoqlar, tengdoshlar va ta'lim tizimi orqali shakllanadi.

Fromm (1956) va Satir (1990) kabi psixologlar oila ichki aloqalari va emotsional salomatligining sifatini baxtli oila tushunchasining markaziga qo'yadilar. Fromm oilani “emotsional boshpanalar”dan biri sifatida ta'riflasa, Satir uning kommunikativ barqarorligini asosiy omil sifatida ko'rsatadi.

Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasiga ko'ra, talabalik yoshdagi shaxslar “yaqinlikka erishish yoki izolyatsiyaga tushib qolish” bosqichidan o'tadi. Bu bosqichda ular munosabatlar o'rnatish, nikoh haqida qarorlar qabul qilish, ideal oila modelini shakllantirish bilan shug'ullanadilar. Demak, baxtli oila to'g'risidagi tasavvurlarni aynan shu davrda shakllantiruvchi omillarni chuqur o'rganish dolzarbdir.

Tadqiqotlar metodologiyasi. Ushbu tadqiqotda talabalarda baxtli oila haqidagi tasavvurlarni shakllantirish jarayonining psixologik xususiyatlarini o'rganish maqsad qilingan. Baxtli oila tushunchasi, oila psixologiyasi, talabalarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishi bo'yicha mavjud adabiyotlar, ilmiy maqolalar va nazariy manbalar tahlil qilinadi

Tahlillar va natijalar. Baxtli oila tushunchasi asosan oilaviy munosabatlarning sifatiga, o'zaro hurmat, mehr-muhabbat va ishonchga asoslanadi. Oilada har bir a'zoning ruhiy holati, o'zaro muloqoti va bir-birini tushunishi oilaning umumiy farovonligini ta'minlaydi. Oila psixologiyasida oilaviy muhitning insonning ruhiy holatiga, psixologik barqarorligiga ta'siri katta ahamiyatga ega. Oila psixologiyasi nazariy manbalarida oilaning ijtimoiy-psixologik funksiyalari – a'zo shaxslarning rivojlanishi, tarbiyasi va ijtimoiylashuvi muhim jihatlar sifatida ko'riladi. Shuningdek, oiladagi muammolar, nizolar va stresslar individual a'zolarining psixologik salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkinligi qayd etilgan.

Talabalarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishi esa ularning oilaviy muhit, o'qish muhiti va ijtimoiy muhit bilan bevosita bog'liq ekanligi aniqlangan. Talabalarning ijtimoiy ko'nikmalari, muloqot qobiliyati va hissiy barqarorligi ularning oiladagi munosabatlari, ota-ona e'tibori va do'stlik aloqalari bilan chambarchas bog'liq. Oiladagi ruhiy qo'llab-quvvatlash va ijobiy muhit yoshlarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishida asosiy omil hisoblanadi. Tahlillar asosida shuni aytish mumkinki, baxtli oila kontseptsiyasi ko'proq oilaviy a'zolar o'rtasidagi iliq munosabatlar, bir-biriga hurmat va ishonchga asoslanadi. Oilada yuzaga keladigan nizolarni hal etishdagi psixologik madad va maslahatlar farovonlikni oshirishga xizmat qiladi. Talabalarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishi oiladagi ijobiy muhit va qo'llab-quvvatlash orqali yaxshilanadi. Oilaviy munosabatlardagi muammolar, garchi yoshlarning ruhiy holatiga salbiy ta'sir qilsa-da, ular psixologik yordam va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash orqali yengillanishi mumkin. Shu bilan birga, pedagogik va psixologik ta'lim muassasalari talabalarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishida

muhim rol o'ynaydi. Ta'lim muhitida yaratilgan sog'lom ijtimoiy aloqalar va qo'llab-quvvatlash tizimlari yoshlarning ruhiy holatini barqarorlashtiradi va ijtimoiy moslashuvini kuchaytiradi.

Xulosalar:

“Talabalarda baxtli oila to'g'risidagi tasavvurlar shakllanishining psixologik xususiyatlari” mavzusi yuzasidan olib borilgan ilmiy tadqiqot ishining natijalari asosida umumiy xulosalar yaratildi:

1. Yigit va qizlarning baxtli oilaviy hayot komponentlari haqidagi tasavvurlarini shakllanishiga ta'sir qiluvchi xususiyatlar, empirik tarzda tizimli psixologik jihatlarini aniqlandi;

2. Baxtli oila omillari haqidagi talabalarning subyektiv tasavvurlarining o'ziga xosligi mazmuni, jumladan, oilaviy rollarning taqsimlanishiga bo'lgan munosabati, nikohdagi intilishlarning tabiati, rolni kutish orqali ushbu xususiyatlar dalillandi;

3. Baxtli oilaviy munosabatlarning hal qiluvchi omillari haqidagi tasavvurlarni shakllantirishga ota-onalarning munosabati va qadriyat yo'nalishlarining ta'siri asoslandi;

4. Talabalarda baxtli oilaning psixologik xususiyatlari haqida adekvat tasavvurlarni shakllantirishning psixologik qo'llab-quvvatlash modeli ishlab chiqildi.

5. Turmush qurmagan talaba qizlar sevgi, mehr-muhabbat hamda oilaviy farovonlik eng muhim omillar sifatida baholangan. Shuningdek, moddiy ta'minlanganlik va ota-onaning farovonligi ham muhim ahamiyat kasb etadi. Uy sharoitidagi qulaylik va tinchlik hamda oilaviy an'analar va diniy qadriyatlar nisbatan pastroq o'rinda turgan bo'lsa-da, sezilarli darajada muhim hisoblanadi.

6. Turmush qurmagan yigitlar uchun eng muhim omillar: farzandlarning sog'ligi va baxti, sevgi va mehr-muhabbat, ota-onaning farovonligi, oilaviy farovonlik, uy sharoitida qulaylik va tinchlik, bu esa, turmush qurmagan yigitlar uchun hissiy va iqtisodiy barqarorlik muhimligini ko'rsatadi. Ular oila qurish jarayonida sevgi va ishonchni, balki moddiy va ruhiy barqarorlik, ota-onalari farovonligini ahamiyatli deb qaraydilar.

Talabalarda baxtli oila tushunchasining shakllanishiga ko'plab psixologik va ijtimoiy omillar – shaxsiy tajriba, oilaviy muhit, madaniy qadriyatlar, gender stereotiplari, ommaviy axborot vositalari va ijtimoiy tarmoqlar ta'sir etadi. Shuningdek, psixologik rivojlanish nazariyalari (Erikson, Maslow, Bronfenbrenner va boshqalar) asosida bu jarayonning murakkab va bosqichma-bosqich kechishi ilmiy asoslangan.

Baxtli oila haqidagi tasavvurlar nafaqat individual e'tiqod va ehtiyojlar asosida, balki ijtimoiy-madaniy muhit ta'sirida shakllanadi. Shu sababli, talabalarda sog'lom, realistik va ijobiy oilaviy model tasavvurini shakllantirish psixologik-ma'rifiy ishlar orqali qo'llab-quvvatlanishi lozim. Bu esa nafaqat ularning shaxsiy farovonligiga, balki kelajakdagi oilaviy barqarorlik va jamiyatning ijtimoiy salomatligiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Fromm, E. (1956). The Art of Loving. New York: Harper & Row.
2. Satir, V. (1990). Conjoint Family Therapy. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
3. Erikson, E. H. (1963). Childhood and Society. New York: Norton
4. Qodirova, G'. G'. (2016). Oila psixologiyasi. Toshkent: O'zbekiston nashriyoti.
5. Raxmonqulova, Z. E. (2019). Yoshlar psixologiyasi. Toshkent: TDPU nashriyoti.
6. Yoshlar psixologiyasi. (2022). Kollektiv monografiya. Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti.
7. Bronfenbrenner, U. (1979). The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Cambridge, MA: Harvard University Press.
8. Erikson, E. H. (1963). Childhood and Society (2nd ed.). New York: W. W. Norton & Company.
9. Fromm, E. (1956). The Art of Loving. New York: Harper & Row.

Maxamatov Nurmuxammad Odilovich,
28803 harbiy qism komandiri orinbosari

ISH-OILA MUVOZANATI TUSHUNCHASI VA UNI PSIXOLOGIK TAHLILI

Annotatsiya. Ushbu maqolada ish va oila muvozanati tushunchasi, uning psixologik mohiyati hamda shaxsning hayot sifatiga ta'siri yoritiladi. Ish-oila muvozanati zamonaviy psixologiyada muhim ijtimoiy-psixologik fenomen sifatida qaraladi, chunki u professional faoliyat, shaxsiy hayot va emotsional barqarorlik o'rtasidagi uyg'unlikni ifodalaydi. Tadqiqotda ish yuklamasi, stress, gender rollari, vaqt boshqaruvi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash kabi omillar tahlil qilinadi. Maqolada ish-oila muvozanatini saqlashning psixologik mexanizmlari, shuningdek, bu jarayonning motivatsion va affektiv jihatlarini keng yoritilgan.

Kalit so'zlar: ish-oila muvozanati, psixologik barqarorlik, stress, motivatsiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, gender rollari.

Аннотация. В статье рассматривается понятие баланса между работой и семьёй, его психологическая сущность и влияние на качество жизни личности. Баланс работа–семья понимается как важный социально-психологический феномен, отражающий гармонию между профессиональной деятельностью, личной жизнью и эмоциональной устойчивостью человека. В исследовании анализируются такие факторы, как рабочая нагрузка, стресс, гендерные роли, управление временем и социальная поддержка. Особое внимание уделено психологическим механизмам поддержания баланса, а также мотивационным и аффективным аспектам этого процесса.

Ключевые слова: баланс работа–семья, психологическая устойчивость, стресс, мотивация, социальная поддержка, гендерные роли.

Annotation. This article explores the concept of work–family balance, its psychological nature, and its impact on an individual's quality of life. Work–family balance is viewed as an important socio-psychological phenomenon reflecting harmony between professional duties, personal life, and emotional stability. The study analyzes factors such as workload, stress, gender roles, time management, and social support. Special attention is given to the psychological mechanisms of maintaining balance, as well as the motivational and affective dimensions of this process.

Key words: work–family balance, psychological stability, stress, motivation, social support, gender roles.

Kirish.

Zamonaviy inson hayotida ish va oila muvozanatini saqlash tobora murakkablashib bormoqda. Mehnat bozori dinamikasi, texnologik rivojlanish, masofaviy ish shakllari va oilaviy majburiyatlarning ko'payishi insondan yuqori psixologik moslashuvchanlikni talab qiladi. Ishdagi ortiqcha yuklama, vaqt bosimi, rahbarlik talablari yoki kasbiy stress oilaviy munosabatlarga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, oilaviy muammolar ham mehnat unumdorligini pasaytiradi. Shu sababli ish-oila muvozanati – bu nafaqat ijtimoiy, balki psixologik barqarorlik mezoni sifatida qaraladi.

Materiallar va metodlar:

- Psixodiagnostik metodlar: Shaxsning stress darajasini, ishdagi va oiladagi hissiy toliqishni aniqlash uchun “Maslach Burnout Inventory”, “Work-Family Conflict Scale” va “Life Balance Test” metodikalari qo'llanildi.

- Kuzatuv va intervyu: Turli sohalarda faoliyat yuritayotgan erkak va ayollar bilan suhbatlar o'tkazilib, ish va oila o'rtasidagi psixologik ziddiyatlar tahlil qilindi.

- Korrelyatsion tahlil: Ishdagi vaqt sarfi, emotsional charchoq va oilaviy qoniqish o'rtasidagi bog'liqlik o'rganildi.

• Psixologik trening elementlari: Stressni kamaytirish, vaqtni boshqarish, emotsional intellektni rivojlantirish bo'yicha mini-treninglar o'tkazildi.

• Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash omili: Oila a'zolari, hamkasblar va ijtimoiy tarmoq orqali psixologik qo'llab-quvvatlashning muvozanatni saqlashdagi o'rni baholandi.

Natijalar va tahlil. Tadqiqot natijalariga ko'ra, ish va oila o'rtasidagi muvozanatni buzuvchi asosiy omillar quyidagilardan iborat: ortiqcha ish yuklamasi, stress, vaqt yetishmovchiligi, emotsional charchoq va oila a'zolari bilan yetarli muloqotning yo'qligi. Tahlil natijalariga ko'ra, oila va ish o'rtasidagi muvozanatni saqlay olgan shaxslar quyidagi psixologik xususiyatlarga ega: yuksak emotsional intellekt, stressga bardoshlilik, o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari, ijobiy dunyoqarash va irodaviy barqarorlik. Ushbu xususiyatlar insonning kasbiy samaradorligini oshiradi va oilaviy tinchlikni ta'minlaydi.

Zamonaviy davrda ish va oila o'rtasidagi muvozanat inson hayotining eng muhim psixologik masalalaridan biridir. Iqtisodiy bosim, raqobat muhiti va texnologik tezlik inson ongiga kuchli yuklama beradi. Odamlar ishda ortiqcha vaqt o'tkazgani sayin oilaviy muloqot kamayadi. Bu esa shaxsning emotsional energiyasini pasaytiradi. Psixologlar fikricha, muvozanatning yo'qolishi stress, charchoq va hissiy sovuqlikka olib keladi. Oila muhiti inson uchun psixologik qayta tiklanish manbaidir. Ishdagi muvaffaqiyat esa o'zini qadrlash hissini mustahkamlaydi. Shu bois, bu ikki soha o'rtasidagi uyg'unlik barqaror ruhiy salomatlikni ta'minlaydi. Ish-oila muvozanatini ta'minlash ijtimoiy barqarorlikning ham asosi sanaladi. Bu masala har bir shaxsning shaxsiy resurslarini boshqarish qobiliyatiga bog'liqdir.

Ish-oila muvozanatini shakllantiruvchi psixologik omillar bir necha darajali tizimni tashkil etadi. Eng avvalo, bu insonning o'z hissiyotlarini boshqarish darajasiga bog'liq. Emotsional intellekti rivojlangan shaxslar ziddiyatlarni konstruktiv hal etadi. Ular ishdagi bosimni oilaga ko'chirmaslikni o'rganadilar. Irodaviy barqarorlik va o'zini nazorat qilish muhim psixologik resurs sifatida namoyon bo'ladi. Shaxs o'zining roli va vazifalarini aniqlab olganida, muvozanatni saqlash osonlashadi. Bu jarayon shaxsning qadriyat tizimi va motivatsion yo'nalishlari bilan bevosita bog'liq. Agar inson uchun oila va ishning ikkalasi ham ahamiyatli qadriyat bo'lsa, u har ikki sohada ham barqarorlikka intiladi. Demak, psixologik uyg'unlik muvozanatning negizini tashkil etadi.

Ish-oila muvozanatining buzilishi ko'pincha stress va hissiy toliqish bilan kechadi. Ishdagi ortiqcha talablar inson resurslarini kamaytiradi. U uyga charchagan holda qaytadi va muloqotga qiziqishi susayadi. Bu holat emotsional uzoqlashuvni keltirib chiqaradi. Oila a'zolari orasida tushunmovchilik kuchayadi. Natijada, shaxs o'zini yakkalanib qolgan his qiladi. Psixologik jihatdan bu "rol konfliktlari" deb ataladi. Inson o'zining kasbiy rolini bajararkan, oilaviy rolini e'tiborsiz qoldiradi. Bunday nomuvofiqlik uzoq davom etsa, u depressiv holatlarga olib kelishi mumkin. Shuning uchun stressni boshqarish muvozanatning markaziy omili hisoblanadi.

1-jadval.

Ish-oila muvozanatini ta'minlovchi psixologik omillar

Psixologik omil	Tavsif
Emotsional intellekt	O'z va boshqalar hissiyotlarini to'g'ri anglash va boshqarish qobiliyati
Stressga bardoshlilik	Murakkab vaziyatlarda ijobiy ruhiy holatni saqlash qobiliyati
Moslashuvchanlik	Ish va oilaviy sharoitdagi o'zgarishlarga tez moslasha olish
Vaqtni boshqarish	Ish va oilaviy majburiyatlarni optimal taqsimlash qobiliyati
Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash	Oila va ijtimoiy doira tomonidan beriladigan ruhiy yordam
Motivatsion uyg'unlik	Kasbiy va shaxsiy qadriyatlarning muvofiqligi

Moslashuvchanlik - ish-oila muvozanatining barqarorligini belgilovchi muhim fazilatdir. Moslasha olgan inson har xil vaziyatda ijobiy yechim topa oladi. Bu psixologik immunitet deb ham ataladi. Bardoshlilik insonni ichki barqarorlikka olib keladi. U har qanday ziddiyatni konstruktiv hal etish yo'lini izlaydi. Shaxsda bu sifatlar rivojlanmagan bo'lsa, u eng kichik o'zgarishlardan ham stress holatiga tushadi. Moslashuvchan insonlar hayotdagi o'zgarishlarni tabiiy qabul qiladi. Ular vaqtni boshqarish, ustuvorliklarni aniqlash va "yo'q" deyishni biladilar. Bu esa ruhiy sog'lomlikni saqlashga yordam beradi. Shunday qilib, psixologik bardoshlilik ish-oila uyg'unligining asosidir.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ish-oila muvozanatida ijobiy kuch sifatida ishlaydi. Oila a'zolari, do'stlar va hamkasblarning yordam ko'rsatishi stressni kamaytiradi. Inson o'zini yolg'iz his qilmaydi. Bu esa ruhiy himoya mexanizmlarini faollashtiradi. Psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash "emosional tampon" vazifasini bajaradi. Oila ichidagi ishonch muhitida inson o'zini qadrlangan deb his qiladi. Ish joyida ham jamoaviy birdamlik ruhiy barqarorlikni oshiradi. Tadqiqotlar ko'rsatadiki, ijtimoiy yordamga ega bo'lgan shaxslar stressga nisbatan bardoshlidir. Bunday insonlarda o'ziga ishonch yuqori bo'ladi. Natijada ular muvozanatni saqlashda muvaffaqiyatli bo'ladilar.

Vaqtni to'g'ri boshqarish muvozanatni saqlashda eng amaliy ko'nikmalardan biridir. Rejalashtirilgan kunlik ishlar stressni kamaytiradi. Inson o'zini nazorat qilayotganini his qiladi. Bu esa ichki qoniqish hissini kuchaytiradi. Psixologik nazariya nuqtai nazaridan bu "avtokontrol" mexanizmidir. U shaxsning o'z faoliyatiga ongli munosabatini bildiradi. Vaqtni noto'g'ri taqsimlash esa oila va ish o'rtasida ziddiyatlarni keltiradi. Bu esa ruhiy beqarorlikni kuchaytiradi. Shaxs o'z energiyasini to'g'ri taqsimlaganida, samaradorlik oshadi. Natijada inson o'z hayotini boshqaruvchi subyekti sifatida namoyon bo'ladi.

Ish-oila muvozanati masalasida gender farqlari muhim rol o'ynaydi. Ayollar odatda oilaviy majburiyatlarni ko'proq bajaradilar. Shu sababli ular "ikki yo'nalishli stress"ni boshdan kechiradilar. Erkaklar esa ko'proq kasbiy bosim ostida bo'lishadi. Bu psixologik jihatdan turlicha himoya mexanizmlarini shakllantiradi. Ayollar uchun ijtimoiy qo'llab-quvvatlash muhim, erkaklar uchun esa professional muvaffaqiyat asosiy manba hisoblanadi. Shu sababli muvozanatni saqlashda individual yondashuv zarur. Gender psixologiyasi bu jarayonning o'ziga xosliklarini chuqur o'rganadi. O'zbek jamiyatida bu masala milliy qadriyatlar bilan ham uzviy bog'liq. Demak, muvozanatni tahlil qilishda madaniy kontekst muhim ahamiyatga ega.

Emotsional intellekt ish-oila muvozanatining psixologik asosi hisoblanadi. U hissiyotlarni anglash, nazorat qilish va boshqarish qobiliyatini ifodalaydi. Yuksak emotsional intellektga ega inson o'z his-tuyg'ularini konstruktiv yo'naltira oladi. U oilada ham, ishda ham sog'lom kommunikatsiyani saqlaydi. Samarali muloqot muammolarning erta yechimini ta'minlaydi. Psixologlar buni "hissiy savodxonlik" deb ataydilar. Bu sifatni rivojlantirish orqali ziddiyatlar kamayadi. Oila a'zolari o'zaro mehr va hurmatni saqlaydilar. Ishdagi jamoaviy ruh ham mustahkamlanadi. Natijada umumiy psixologik farovonlik oshadi.

Muvozanatning yana bir omili shaxsiy qadriyatlar tizimidir. Agar inson ishni hayotining yagona maqsadi sifatida ko'rsa, oilaviy aloqalar zaiflashadi. Aksincha, faqat oilaviy qadriyatlarga yo'naltirilgan shaxs professional sohada sustkash bo'lishi mumkin. Shuning uchun motivatsion uyg'unlik zarur. Shaxs o'z qadriyatlari orasida muvozanat o'rnatganda, ruhiy osoyishtalikni his qiladi. Bunday inson hayotdan ko'proq qoniqadi. U o'z hayot ma'nosini mehnat va oilaviy baxt uyg'unligida topadi. Psixologik tadqiqotlar buni "hayotiy integratsiya" deb nomlaydi. Natijada insonning o'zini anglash darajasi ortadi. Bu esa uning stressga bardoshlilikini kuchaytiradi.

Ish-oila muvozanati inson hayotining ichki barqarorligini belgilovchi mezondir. Bu muvozanatni saqlay olgan shaxs ruhiy sog'lom, ijtimoiy faol va baxtlidir. U o'z hayotining turli jabhalarida uyg'unlikni his etadi. Psixologik jihatdan bu "ichki garmoniya" holati deb ataladi. Ishdagi muvaffaqiyat oilaviy tinchlik bilan to'ldirilganda, shaxsda kuchli o'zini anglash hissi shakllanadi. Bu holat ijtimoiy moslashuvni yengillashtiradi. Inson o'zining energiyasini ijobiy faoliyatga yo'naltiradi. Natijada depressiya, charchoq va stressning oldi olinadi. Shu sababli

psixologik xizmatlar tizimi bu masalaga alohida e'tibor qaratishi zarur. Ish-oila muvozanatini saqlash - jamiyatning ruhiy sog'lomligining kafolatidir.

Xulosa. Ish-oila muvozanatini saqlash zamonaviy inson hayotining ajralmas psixologik zaruratidir. Shaxs ish va oilaviy rollarni uyg'unlashtira olmasa, bu ruhiy charchoq, stress, agressivlik va ijtimoiy chetlashuvga olib keladi. Psixologik tahlil shuni ko'rsatadiki, muvozanatni ta'minlash uchun shaxsda emotsional barqarorlik, kommunikativ madaniyat va vaqtni to'g'ri taqsimlash ko'nikmalari shakllanishi lozim. Ish beruvchilar va psixologik xizmat ko'rsatuvchi mutaxassislar ushbu sohada kompleks dasturlar ishlab chiqishlari zarur. Natijada, ish va oila uyg'unlashuvi inson farovonligi va ijtimoiy barqarorlikning asosi sifatida qaraladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Avezov O.R. Shaxs psixologiyasi va kouching. Buxoro: "Kamolot" nashriyoti, 2025.
2. Greenhaus, J.H., & Beutell, N.J. Sources of Conflict Between Work and Family Roles. Academy of Management Review, 1985.
3. Frone, M.R. Work-Family Balance: Conceptual and Empirical Clarification. Journal of Vocational Behavior, 2003.
4. Kossek, E.E., & Ozeki, C. Bridging the Work-Family Policy and Productivity Gap. Academy of Management Journal, 1998.
5. Allen, T.D. Family-Supportive Organizational Perceptions: Work-Family Conflict and Positive Spillover. Journal of Vocational Behavior, 2001.
6. Voydanoff, P. Work, Family, and Community: Exploring Interconnections. Lawrence Erlbaum Associates, 2007.
7. Avezov O.R., Ruziyev N.I. Harbiy psixologiya va pedagogika asoslari. Buxoro: "Kamolot" nashriyoti, 2024.

Jabborova Malohat Azimovna,
*Shahrisabz davlat pedagogika instituti dotsenti v.b.,
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

**PSIXOLOGIK XUSUSIYATLAR (TEMPERAMENT, XARAKTER, QOBILIYAT)
VA IRODAVIY SIFATLARNING TALABALAR AKADEMIK FAOLIYATIDAGI
MUVAFFAQIYATGA TA'SIRI**

Annotatsiya. Mazkur maqolada shaxsning individual-psixologik xususiyatlari, shaxs faoliyatining psixik mexanizmlari, irodaviy boshqaruv, motivatsiya va shaxsning individual farqlari, ular o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik, turli temperament turlari (xolerik, sangvinik, flegmatik va melanxolik) misolida ularning o'quv jarayonidagi o'ziga xos jihatlari, har bir temperament turining afzalliklari va kamchiliklari, o'quv jarayonida uchraydigan qiyinchiliklarni yengish strategiyalari o'rganiladi. Shuningdek, irodaviy sifatlarning talabalarning o'quv va akademik faoliyatdagi muvaffaqiyatiga, topshiriqlarni bajarish qobiliyatiga ta'siri yoritiladi.

Kalit so'zlar: shaxs, individual xususiyatlar, temperament, temperament turlari, xarakter, qobiliyat, iroda, akademik faoliyat, motivatsiya, muvaffaqiyat, o'quv faoliyati.

Аннотация. В статье рассматриваются индивидуально-психологические особенности личности, психические механизмы её деятельности, волевая регуляция, мотивация и индивидуальные различия личности, их взаимосвязь, особенности их применения в образовательном процессе, преимущества и недостатки каждого типа темперамента, стратегии преодоления трудностей, возникающих в образовательном процессе, на примере различных типов темперамента (холерика, сангвиника, флегматика и меланхолика). Также рассматривается влияние волевых качеств на успешность учебной деятельности и способность учащихся выполнять задания.

Ключевые слова: личность, индивидуальные особенности, темперамент, типы темперамента, характер, способности, воля, учебная деятельность, мотивация, успешность, образовательная деятельность.

Abstract. This article examines the individual psychological characteristics of a person, the psychic mechanisms of a person's activity, volitional control, motivation and individual differences of a person, the relationship between them, their specific aspects in the educational process, the advantages and disadvantages of each temperament type, strategies for overcoming difficulties encountered in the educational process using the example of different temperament types (choleric, sanguine, phlegmatic and melancholic). It also covers the impact of volitional qualities on the success of students in their educational and academic activities, and their ability to complete tasks.

Key words: personality, individual characteristics, temperament, temperament types, character, ability, will, academic activity, motivation, success, educational activity.

Kirish. Shaxs psixologiyasining markaziy masalalaridan biri - shaxsning individual psixologik xususiyatlarini o'rganishdir. Har bir kishining shaxsi uning individualligini vujudga keltiradigan xislatlar va fazilatlarining faqat unga xos birikuvidan tarkib topgan. Individuallik - insonning shaxsiy psixologik xususiyatlarining betakror birikmasi, shaxsning o'ziga xosligini, uning boshqa odamlardan farqini aks ettiruvchi psixologik fazilatlarining yig'indisidir. Individuallik odamlarning temperament va xarakter xususiyatlarida, qobiliyatlarida, qiziqishlarida, faoliyatning shaxsga xos uslubi va boshqa jihatlari namoyon bo'ladi. Inson shaxsi o'z individualligiga ko'ra takrorlanmasdir.

Shaxsning barcha psixologik xususiyatlari uning hayoti davomida shakllanib boradi. Insonning individual psixologik xususiyatlariga temperament, xarakter, qobiliyatlar va boshqa sifatlar kiradi. Bu psixologik xususiyatlar ajralmas tarzda mavjud bo'lib, shartlangan, inson faoliyatida bir-biriga bevosita bog'liq bo'ladi.

Tahlil va natijalar. Shaxsning psixologik xususiyatlarini inobatga olish orqali u bilan muloqot qilish shaxslararo munosabatlarda muhim ahamiyat kasb etadi. Har bir insonning o'ziga xos temperament tipi, xarakteri, qobiliyati va irodaviy sifatleri mavjud bo'lib, ular shaxs faoliyatining samaradorligini belgilaydi. Talabalar faoliyati kontekstida ushbu sifatlar o'quv jarayonida yuzaga keladigan intellektual yuklama, motivatsion holatlar va irodaviy qarorlar orqali namoyon bo'ladi. Shu bois, individual xususiyatlar va irodaviy sifatlar akademik muvaffaqiyatning asosiy psixologik omillari sifatida qaraladi.

Shaxsiy xususiyatlar - talabaniing ijtimoiy va kommunikativ ko'nikmalari, qat'iyatliliigi, sabri, mehnatsevarligi va o'ziga bo'lgan ishonchi ham akademik muvaffaqiyatiga ta'sir qiladi. Ijoiy, ijtimoiy va shaxsiy xususiyatlar talabaniing o'qishdagi muvaffaqiyatini oshiradi.

Talabalarning akademik o'zlashtirishida individual psixologik xususiyatlar muhim rol o'ynaydi, chunki har bir talabaniing shaxsiy xususiyatlari o'quv jarayonini muvaffaqiyatli amalga oshirishiga ta'sir ko'rsatadi.

Talabalarning muvaffaqiyati nafaqat umumiy aqliy rivojlanish va maxsus qobiliyatlarga, balki qiziqish va motivlar, xarakter xususiyatlari, temperament, shaxs yo'nalishi, o'zini o'zi anglash va boshqalarga ham bog'liq.

Talabaniing shaxsiyati dinamik tabiatga ega bo'lib, bu holat nafaqat tashqi xatti-harakatlarida, balki kayfiyati, motivatsiyasi va umumiy ishlash qobiliyatida ham namoyon bo'ladi. Albatta, temperament xususiyatlari o'qish va mehnatga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Biroq eng muhim jihat shundaki, temperament turlaridagi farqlar aqliy salohiyatdagi tafovut emas, balki bu salohiyatning o'ziga xos tarzda ifodalanishidir.

Temperament xususiyatlariga qarab, odamlar nafaqat faoliyati natijalarida, balki ularni qanday yo'l bilan amalga oshirishida ham farq qiladi. Faoliyat samaradorligi va temperament o'rtasidagi bog'liqlikni o'rganish uchun turli tadqiqotlar o'tkazilgan. Bu tadqiqotlarda shaxsning natijaga erishish uslubi yoki topshiriqni bajarish shakli, avvalo, uning asab tizimi turiga bog'liq deb qaraladi.

Aksariyat tadqiqotchilarning xulosalariga ko'ra, asab tizimi shaxsning individual faoliyat uslubining shakllanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Bu esa u mansub bo'lgan ijtimoiy guruhdan yoki tajriba sharoitidan qat'iy nazar, o'ziga xos individual xatti-harakat uslublarini namoyon qiladi.

O'quv muhitida har bir temperament turi o'ziga xos tarzda namoyon bo'ladi. Masalan, xoleriklar odatda faol, mehnatsevar va qat'iyatli talabalar bo'lib, ishning boshida o'z energiyasini to'liq sarflaydi, bu esa tez charchashga olib keladi. Agar topshiriq xolerik shaxsda qiziqish uyg'otsa, u uni tezlik bilan, katta ishtiyoq bilan bajaradi.

Tadqiqotlarda sangviniklar o'quv jarayonidagi o'zgarishlarga tezkor javob berish va moslashuvchanlik xususiyati bilan tavsiflanadi. Agar o'quv material qiziqarli tarzda taqdim etilsa, bu tipdagi talaba faol, harakati unumli bo'ladi va a'lo natijalarga erishadi. Biroq, agar material zerikarli yoki sust tarzda taqdim etilsa, sangvinik talaba tezda zerikadi va faoliyati samarasiz bo'lib qoladi.

Sangviniklarning asosiy xususiyatlardan biri - kirishimlilikdir. Bu ularning bir vaqtning o'zida bir nechta ishni bajarish qobiliyati bilan izohlanadi. Shu bilan birga, sangviniklar odatda jamoada faol ishtirok etadilar, tengdoshlar bilan tez til topishadilar va ijtimoiy faolliklari sababli ko'pchilik orasida bo'lishni yoqtiradilar.

Flegmatiklar esa o'qish jarayonida mehnatsevarlik, qat'iyat, aniqlik va diqqat bilan ishlash qobiliyatlarini namoyon etadilar. Ular ma'lumotni chuqur o'rganishni, masalalarga jiddiy yondashishni va turli olimlarning fikrlarini tahlil qilishni yoqtiradilar. Juftlikda ishlashda esa, javobining to'g'riligiga ishonchi komil bo'lmasa, sukut saqlaydi. Flegmatik shaxs keraksiz harakatlardan qochadi va faqat zarur harakatlarni amalga oshiradi. U o'qituvchining tanqidiga keskin munosabat bildiradi va bundan xafa bo'lishi mumkin.

Melanxoliklar javob berayotganda ovozi past, ishonchsiz bo'ladi. Agar topshiriqni bajarish davomida qiyinchiliklar yuzaga kelsa, ular tushkunlikka tushadilar va ishni yarim yo'lda tashlab qo'yadilar.

Melanxolik va flegmatik shaxslar odatda tinch, izchil, diqqatli, sabrli va mas'uliyatli bo'lib, ular yozma ishlar, tahliliy topshiriqlar, sinov va testlar uchun mos, chunki bunday shaxslar tartibli, rejalashtirilgan o'qish uslubini afzal ko'radilar. Xolerik va sangvinik shaxslar esa tezkor, hissiyotga boy va faol bo'ladilar. Ular uchun amaliy, interaktiv, jamoaviy o'qish usullari samaraliroq. Bilimni baholash ko'pincha yozma testlar shaklida bo'ladi, bu esa xolerik va sangvinik talabalar uchun murakkabroq, chunki ular interaktiv va amaliy o'qish usullarini afzal ko'radilar. Melanxolik va flegmatik talabalar esa bunday topshiriqlarni nisbatan osonroq bajaradilar, chunki ular tizimli va izchil o'qish uslubini ma'qul ko'radilar.

Yangi ma'lumotni o'zlashtirishda duch keladigan qiyinchiliklarga qaramasdan, melanxolik va flegmatik talabalar qat'iyat va mehnatsevarlik orqali a'lo o'quvchi bo'lishlari mumkin. Ularning tahliliy fikrlash va mayda detallarni e'tiborga olish qobiliyatlari, dastlabki qiyinchiliklarga qaramay, yuqori natijalarga erishishlariga xizmat qiladi.

Temperament o'qishdagi muvaffaqiyatni belgilovchi yagona omil emas. Motivatsiya, o'qitish uslubi, o'quv muhiti va shaxsiy tajriba ham o'qishdagi muvaffaqiyatda katta rol o'ynaydi.

Demak, barcha temperament turlari o'quv jarayonida o'ziga xos tarzda namoyon bo'ladi. Ularning hech birini "kuchli" yoki "zaif" deb toifalab bo'lmaydi - har biri o'zining ijobiy va salbiy jihatlari bilan ta'lim muvaffaqiyatiga ta'sir ko'rsatadi.

Aniqki, o'quvdagi muvaffaqiyatni faqat talabaning temperamentiga bog'lash to'g'ri emas. Biroq, topshiriqni bajarish jarayonida temperament bilan bog'liq muayyan qiyinchiliklar kuzatiladi. Temperament psixologik jihatdan shaxs imkoniyatlarning qanday ifodalanishini belgilaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ba'zi talabalar ta'lim jarayonida o'zlashtirishining sustligi bilan ajralib turadi.

Aslida, talabaning o'quvdagi muvaffaqiyati yoki muvaffaqiyatsizligi uning muammoni hal etishdagi subyektiv yondashuv usullari bilan chambarchas bog'liq. Bu borada o'quv jarayonining o'ziga xosligi, talabani o'qitish uslubi va uning tabiiy tipologik xususiyatlarini hisobga olish muhimdir. Masalan, talabaning parishonligi va diqqatni jamlay olmasligini kuchli o'z-o'zini nazorat qilish, ishni tugatgach tekshirib chiqish orqali bartaraf etilishi mumkin. Tez charchash holatini esa qisqa tanaffuslar bilan yengillatiladi. Bu talabaning ma'lumotlarni yaxshi o'zlashtirishida yordam beradi.

Shuningdek, zamonaviy oliy ta'lim muassasalarida ba'zi o'qituvchilar talabalar shaxsiy xususiyatlarini hisobga olmaydi. Bu pedagogik jihatdan xato. Ayniqsa, o'qituvchi birinchi kurs talabalarini universitet muhitiga moslashishiga yordam berishi kerak. Shuning uchun o'qituvchilar talabalarning individual psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda, ularni qo'llab-quvvatlash va rivojlantirishga yordam berishlari, har bir talabani individual tarzda o'rganib, o'z dars uslubini shunga mos ravishda bosqichma-bosqich o'zgartirib borishlari zarur. Shunda ular o'qish jarayonida o'z maksimal potensialiga erishishlari mumkin.

Odam shaxsiga doir individual psixologik xususiyatlardan biri bu xarakter. Xarakter yunoncha so'z bo'lib, tamg'a, belgi ma'nosini anglatadi. Xarakter - shaxs psixologik xususiyatlarining individual birligi bo'lib, u shaxsning mehnatga, atrofdagi narsa va hodisalarga boshqa kishilarga va o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarida ifodalanadi. Harakat shaxsning muayyan sharoit xatti-harakatlarni belgilab beradigan individual psixologik xususiyatlar yig'indisidir.

Xarakter ijtimoiy muhitda shaxslararo munosabatlarda paydo bo'ladi va rivojlanadi. Xarakter munosabatlar sistemasida namoyon bo'lar ekan, uning quyidagi turlarini kuzatishimiz mumkin:

1. Boshqa odamlar bilan bo'ladigan munosabatlarda: bunda e'tiborlilik, qo'pollik, muloyimlik, to'g'riso'zlik, yolg'onchilik, muloqotga kirishuvchanlik, muloqotga kirisha olmaslik kabi xarakter jihatlari ko'rinadi.

2. Faoliyatga, ishga nisbatan bo'ladigan munosabatlarda: bunda mehnatsevarlik, vijdonlilik, ishonchlilik, tashabbuskorlik, mas'uliyatlilik, mas'uliyatsizlik kabi jihatlar kuzatiladi.

3. Shaxsning o'z-o'ziga bo'lgan munosabatida: bunda kamtarinlik, o'z-o'zini tanqid qilish, o'z-o'zini yuqori baholash singari tomonlar ko'rinadi.

4. Narsalarga bo'lgan munosabatlarda: bunda ozodalik, tartiblilik, betartiblik, qizg'anchilik, qo'li ochiqlik, tejamkorlik kabilar kuzatiladi.

Shaxs xarakterining shakllanishida uning psixik jarayonlari, psixik holatlari, shaxs xarakter xususiyatlari, xarakter qirralari uzviy bog'liqdir.

Shaxs xakteri iroda bilan uzviy bog'liq bo'lib, bunda maqsadga erishish jarayonida kishi xususiyatlarini namoyon bo'lishi nazarda tutiladi. Shuningdek, iroda shaxsning oldiga qo'ygan maqsadlariga yetishishida, ta'lim jarayonida bilimlarni mukammal egallashida, har qanday vaziyatda qat'iyatli, mas'uliyatli bo'lishida ham kuzatiladi.

Xarakter ijtimoiy munosabatlar tizimida shakllanib rivojlanar ekan, albatta shaxs faoliyati, faoliyat motivlari muhim ahamiyat kasb etadi.

Qobiliyat insonning shunday psixologik xususiyatidirki, bilim, ko'nikma, malakalarini egallash shu xususiyatlarga bog'liq bo'ladi.

Qobiliyat bilim va malakalarning o'zida ko'rinmaydi, balki ularni egallash tizimida namoyon bo'ladi ya'ni, boshqacha qilib aytganda mazkur faoliyat uchun muhim bo'lgan bilim va ko'nikmalarni o'zlashtirish jarayonida turli sharoitlarda qanchalik tez, chuqur, yengil va mustahkam amalga oshirishida namoyon bo'ladi.

Qobiliyat bilim olish uchun zaruriy shart-sharoit bo'lib, shuning bilan birga u ma'lum darajada bilim olish mahsuli hamdir. Qobiliyatlar individual psixologik xususiyatlar sifatida, bir odamning boshqa odamdan farq qiladigan belgilari kabi ta'riflanadi. Qobiliyatlar shaxsning faoliyatini muvaffaqiyatli amalga oshirish sharti hisoblangan va buning uchun zarur bilim, ko'nikma va malakalarni egallash dinamikasida yuzaga chiqadigan farqlarda namoyon bo'ladigan individual psixologik xususiyatlardir.

Shuning uchun shaxsning o'yin, ta'lim va mehnat faoliyatlarida inson xarakteridagi ko'p xususiyatlar namoyon bo'lganligini kuzatamiz.

Umumiy va maxsus bilimlarni o'zlashtirish, shuningdek, kasbiy ko'nikmalarni egallab olish jarayonida qobiliyat mukamallashib va rivojlanib boradi. Kishilarda umumiy qobiliyatlar sifatida qo'l xarakatlarining nozikligi va aniqligi, rivojlangan xotira, aqliy qobiliyatlar, ravon nutq va boshqalar ko'rinadi. Maxsus qobiliyatlarga esa mustaqil matematikaga, sportga, adabiyotga, texnikaga, shaxmatga, ijodga va boshqalarga singari turlari kiradi. Shuningdek, ba'zi talabalarda mantiqiy nazariy fikrlash yuksak bo'lsa, boshqa talabalarda olingan bilimlarni amaliyotga qo'llash mahorati yaqqol ifodalangan bo'ladi. Ba'zi talabalar o'quv faoliyatida bilim va tarbiya olishda yuksak qobiliyatini namoyon etsa, ba'zilar esa, yangi ixtirolar, yangiliklarni yaratmoq ishida ijodiy faollik qobiliyatlarini namoyon etadi.

Talabalar orasida muloqot munosabatlarida esa kimdir o'zining boshqalar bilan oson kirishib ketishi, o'zgalarni tushunishi va his qilishini ko'rsatsa, boshqalar esa muhitga tez moslashish, odamlarni o'z ta'siriga o'tkazish, ularni o'z nuqtai nazariga yo'naltirish qobiliyatlari mavjudligini sezdiradi. Kimdadir nutq, oratorlik qobiliyatlari yaqqol ko'rinsa, kimdir tashkilotchilik, kommunikativ qobiliyatlari kuzatiladi.

Agar shu ko'rib o'tilgan turli qobiliyatlar yuksak darajada bir kishida ko'proq kuzatilsa, u holda bu shaxsni iqtidorli deb ataladi. Iqtidorli talabalar o'zining e'tiborlilik, faoliyatga doimo yo'nalganligi, qo'ygan maqsadiga intiluvchanligi, bilimga va mehnat qilishga chanqoqligi, qiziquvchanligi, mas'uliyatlilik bilan ajralib turadilar.

Xulosa qilib aytganda, shaxsning individual psixologik xususiyatlari va irodaviy sifatleri talabaning o'quv faoliyatidagi muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy psixologik omillardir. Temperament hissiy barqarorlikni, xarakter ijtimoiy faollikni, qobiliyat intellektual salohiyatni,

iroda esa maqsad sari harakatni boshqaradi. Ularning uyg'un rivojlanishi talabalarning akademik muvaffaqiyatini oshiradi hamda shaxs sifatida kamol topishiga zamin yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Jabborova M.A. Talabalar akademik o'zlashtirishiga ta'sir etuvchi omillar. O'zbekiston milliy universiteti xabarleri. - Toshkent, 2022, [1/10/1]. – B. 82-84. (19.00.00; №10).
2. Jabborova M.A. Talabalar akademik o'zlashtirishining psixologik determinantlari dolzarb muammo sifatida. “Tarbiya va ta'lim jarayonining ijtimoiy hamda pedagogik-psixologik muammolari: taklif va yechimlar” mavzusidagi Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya. - Toshkent. 2022 y. - B. 263-267.
3. Jabborova M.A. Talabalar akademik ozlashtirishida individual-psixologik xususiyatlarinig ahamiyati. “Zamonaviy dunyoda pedagogika va psixologiya” mavzusidagi ilmiy, masofaviy, onlayn konferensiya. 2025 y.- B. 66-68.
4. Ananyev, B.G. On the psychophysiology of student age. Modern psychological and pedagogical problems of higher education / Edited by B.G. Ananyev, N.V. Kuzmina. - Issue 2. - L.: LSU, 2014. - 3-15 p.
5. Grazianova, L.I. Fundamentals of psychology: a textbook / L.I. Grazianova. - 3rd ed., reprint. and add. - Moscow: Moscow Financial and Industrial University “Synergy”, 2020. - 224 p.
6. Makarova, N.G. Studying the peculiarities of temperament in students of different specialties of the university / N.G. Makarova // Volga Scientific Bulletin. – 2013. – №6 (22).

Yulchiyeva Shohsanam Dilshod qizi,
Alfraganus universiteti, Ijtimoiy fanlar fakulteti
Pedagogika va psixologiya yo'nalishi 4-kurs talabasi
Ahmadjanova Nargiza Adiljanova,
Alfraganus Universiteti, Pedagogika va psixologiya kafedrasida dotsenti

OILAVIY MUNOSABATLARDA ISHONCH VA UNING AHAMIYATI

Annotatsiya. Ushbu maqolada oilaviy munosabatlarda ishonchning psixologik va ijtimoiy ahamiyati tahlil qilingan. Ishonch oila barqarorligi, o'zaro hurmat, sadoqat va tinchlikning asosi sifatida yoritilgan. Ishonchning buzilishi natijasida oilaviy nizolar, hissiy sovuqlik va ajrim xavfining ortishi ilmiy manbalar asosida izohlangan. Shuningdek, o'zbek xalqining ma'naviy qadriyatlarida ishonchning tutgan o'rni ham ko'rsatib o'tilgan.

Kalit so'zlar: Oila, ishonch, munosabat, sadoqat, muloqot, kechirimlilik.

Аннотация. В данной статье рассматривается психологическое и социальное значение доверия в семейных отношениях. Доверие определяется как основа стабильности семьи, взаимного уважения, верности и душевного спокойствия. На основе научных источников объясняются последствия утраты доверия-конфликты, эмоциональное отчуждение и риск развода. Кроме того, показана роль доверия в системе духовных и культурных ценностей узбекского народа.

Ключевые слова: Семья, доверие, отношения, верность, общение, прощать.

Abstract. This article analyzes the psychological and social significance of trust in family relationships. Trust is described as the foundation of family stability, mutual respect, loyalty, and emotional harmony. The study also highlights the negative effects of losing trust, such as conflicts, emotional distance, and the risk of divorce. Furthermore, the paper emphasizes the role of trust as a moral and cultural value in Uzbek family traditions.

Key words: Family, trust, relationships, loyalty, forgiveness, communication

Oila-jamiyatning eng muhim ijtimoiy institutidir. Inson hayoti, ma'naviy barkamolligi va ruhiy barqarorligi ko'p jihatdan oiladagi muhit, undagi o'zaro ishonch, hurmat va muhabbatga bog'liq. Oila mustahkamligi-bu nafaqat ikki shaxs o'rtasidagi tuyg'ular uyg'unligi, balki ular orasidagi ishonch darajasi bilan ham belgilanadi. Oilani bir butun, barqaror va mustahkam qiladigan asosiy omillardan biri bu-ishonchdir. Ishonch bo'lmagan joyda muhabbat, hurmat va sadoqatni saqlab qolish qiyin bo'ladi.

Ishonch-bu har qanday sog'lom va mustahkam oilaviy munosabatlarning poydevori hisoblanadi. Oila a'zolari o'rtasidagi samimiyat, mehr, hurmat va barqarorlik aynan ishonch orqali shakllanadi. Ishonch oila a'zolarining bir-biriga halol, ochiq va sadoqatli bo'lishiga asoslangan tuyg'udir. U o'zaro ishonch, sadoqat, so'zida turish va rostgo'ylik orqali namoyon bo'ladi. Ishonch bo'lgan oilada muammolar tinch yo'l bilan hal etiladi. Gumon, rashk yoki shubha o'rni tushunish va hamkorlik egallaydi.. Er-xotin yoki ota-ona va farzandlar o'rtasida ishonch bo'lsa, ular bir-biriga his-tuyg'ularini ochiq ifoda etishadi. Farzandlar ota-onasi o'rtasidagi ishonchni ko'rsa, o'zlari ham ishonchli, halol va mas'uliyatli shaxs bo'lib voyaga yetadilar. Ishonch yetarli bo'lgan oilada noto'g'ri tushunishlar, rashk yoki shubhalar tufayli janjallar kamroq uchraydi. Ishonchli muhitda yashovchi insonlar o'zlarini baxtli, hurmatli va qadrlangan deb his etadilar.

Oilaviy munosabatlarda ishonch- bu oddiy so'z emas, balki butun oila hayotining asosiy tayanchi, uning ruhiy barqarorligini ta'minlovchi kuchli omildir. Har bir oila o'z hayot yo'lini ishonch ustiga qurmasa, u oila uzoq yashamaydi, unda sovuqlik, befarqlik va tushunmovchilik paydo bo'ladi. Ishonch- bu er-xotin, ota-ona va farzandlar o'rtasidagi eng muhim bog'lovchi rishtadir. U mavjud bo'lgan joyda muhabbat, hurmat, mehr va totuvlik o'z-o'zidan mustahkamlanadi. Inson o'zini oila a'zolari tomonidan ishonch bilan qabul qilinganda, u ichki

tinchlikni, hayotga bo'lgan ishonchni va baxtni his etadi. Bunday muhitda yashovchi odamlar o'zaro hurmat bilan muomala qilishadi, bir-birining fikriga e'tibor berishadi va muammolarni tinch yo'l bilan hal etishga harakat qilishadi. Aksincha, ishonchsizlik paydo bo'lgan oilalarda rashk, gumon, befarqlik va hissiy sovuqlik kuchayadi. Bu esa oilaning barqarorligiga jiddiy zarar yetkazadi.

Psixologlar ta'kidlashicha, ishonch- bu nafaqat oilaning barqarorligini, balki insonning ruhiy sog'lig'ini ham belgilovchi omildir. Agar inson o'zini oilasida ishonchli muhitda his qilsa, u o'z hayotida ko'proq muvaffaqiyatga erishadi, stressga kamroq duch keladi va ijobiy fikrlaydi. Farzandlar ham ishonch asosida qurilgan oilada ulg'ayganida, ularning ruhiy olami sog'lom shakllanadi, ular boshqalarga nisbatan ishonchli, mas'uliyatli va halol bo'lib voyaga yetadilar.

Ishonch nafaqat psixologik, balki diniy va axloqiy qadriyatlarimizda ham alohida o'rin egallaydi. Islom dini halollik, sadoqat va ishonchni insonning eng yuksak fazilatlarini sifatida ulug'laydi. Oila- bu nafaqat ijtimoiy muassasa, balki Alloh tomonidan ato etilgan muqaddas rishtadir.

Milliy qadriyatlarimizda ham oila doimo muqaddas hisoblanadi. Ota-bobolarimiz "Ishonch yo'q joyda hayot yo'q" deb bejiz aytmaganlar. O'zbek oilalarining mustahkamligi, totuvligi va farovonligi asrlar davomida aynan ishonch, sadoqat va hurmat kabi fazilatlarga tayanib kelgan. Bugungi kunda ham bu qadriyatlarni asrab-avaylash, yosh avlodga o'rgatish har bir insonning burchidir.

Psixologik tadqiqotlarda ishonch shaxslararo munosabatlarning eng muhim tarkibiy qismi sifatida talqin qilinadi. Masalan, amerikalik psixolog Erik Erikson ishonchni shaxsning psixosotsial rivojlanishidagi birinchi bosqich sifatida ko'rsatadi: inson hayotining ilk yillarida ishonch hissi shakllanmasa, keyingi ijtimoiy munosabatlarda beqarorlik yuzaga keladi. Shu bois oilaviy hayotda ishonch-inson ruhiyatini barqaror saqlaydigan psixologik tayanchdir.

"Ishonch" tushunchasi falsafiy, psixologik va sotsiologik manbalarda turlicha talqin etiladi. Falsafada u insonning o'zgalarga yoki g'oyaga nisbatan e'tiqodi, ichki ishonchi sifatida qaraladi. Psixologiyada esa ishonch- bu boshqa shaxsning harakati va niyatiga ijobiy baho berish asosida shakllangan emotsional holat.

Oilaviy psixologiya sohasida ishonch munosabatlarning eng muhim komponenti sifatida e'tirof etiladi. Masalan, V.Satirning "Oilaviy terapiya" nazariyasida ishonch- oila a'zolari o'rtasida ochiqlik, samimiyat va qo'llab-quvvatlash asosida shakllanuvchi ruhiy uyg'unlik sifatida talqin etiladi.

Ishonchning psixologik tuzilmasiga quyidagi jihatlar kiradi:

- Emotsional komponent- sevgi, mehr va sadoqat asosida shakllanadigan ishonch hissi;
- Kognitiv komponent- insonning jufti yoki oila a'zolari haqidagi ijobiy fikrlari;
- Ijtimoiy component- o'zaro hurmat, muloqot va mas'uliyat hissi.

Oilada ichidagi ishonch- bu nafaqat er- xotin munosabatlarida, balki ota-ona va farzandlar o'rtasidagi muloqotda ham asosiy tayanch hisoblanadi. O'zaro ishonch mavjud oilalarda:

- Qarorlar birgalikda qabul qilinadi;
- Shaxsiy hayot chegaralari hurmat qilinadi;
- Moliyaviy masalalarda ochiqlik saqlanadi;
- Farzandlarda o'ziga ishonch, mas'uliyat va mustaqillik hissi shakllanadi.

Ishonch- oilaviy barqarorlikning psixologik kafolatidir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'zaro ishonch darajasi yuqori bo'lgan oilalarda ajrim holatlari sezilarli darajada kam uchraydi.

Oilada ishonchni shakllantirish uzoq jarayon bo'lib, u har ikki tomonning mas'uliyati va mehnatini talab qiladi. Quyidagi omillar bunda muhim ahamiyat kasb etadi:

1. Halollik va samimiylik- o'zaro aloqalarda rostgo'ylik va ochiqlikni saqlash ishonch poydevoridir.

2. Muloqot madaniyati- ochiq, hurmatli va hissiyotlarni yashirmagan tarzidagi muloqot ishonchni mustahkamlaydi.

3. Sadoqat- er- xotin o'rtasidagi sadoqat ishonchning eng muhim mezonidir.

4. Kechirimlilik- insoniy xatolarni kechira bilish ishonchni qayta tiklash imkonini beradi.

5. Qo'llab- quvvatlash- og'ir vaziyatlarda oila a'zolarining bir-biriga dalda bo'lishi ishonchni chuqurlashtiradi.

Masalan, amerikalik psixolog Jon Gotmanning fikricha, "Har bir muvaffaqiyatli nikohning asosi- bu ishonch va hurmatdir". U ishonchni er-xotin o'rtasidagi "Hisob varaqasi"ga o'xshatadi. Har safar rostgo'ylik, e'tibor va mehr ko'rsatilganda bu varaqaga "plus" qo'shiladi, har safar yolg'on yoki beparvolik yuz bersa esa "minus" yoziladi.

Ishonch buzilganda oilaviy tizimda psixologik muvozanat yo'qoladi. Yolg'on, yashirin sirlar, xiyonat yoki beparvolik ishonchni yemiruvchi asosiy omillardir. Natijada:

- O'zaro shubha va rashk kuchayadi;
- Muloqotda sovuqlik paydo bo'ladi;
- Farzandlar ruhiy bosim ostida ulg'ayadi;
- Oila a'zolari o'rtasida hissiy masofa paydo bo'ladi.

Bu holatlar nafaqat ruhiy beqarorlikka, balki oilaning parchalanishiga ham olib keladi. Shuning uchun psixologlar oilada "emosional ochiqlik" tamoyiliga amal qilishni tavsiya etadilar.

Ishonchning yo'qolish sabablari

- Yolg'on gapirish yoki va'daga xilof ish tutish;
- Rashk, gumon, shubha, befoyda taqqoslashlar;
- Muloqot yetishmasligi-his-tuyg'ularni o'z ichiga yutib yurish;
- Boshqa odamlarning oilaviy munosabatlarga aralashuvi;
- Moliyaviy sir saqlamaslik yoki sirlarni oshkor qilish.

Ishonchni mustahkamlash yo'llari

- Halollik va ochiqlik- har qanday mavzuda rostini gapirish, yolg'ondan qochish;
- Bir-birini tinglash -har bir a'zoning fikriga e'tibor berish;
- So'zda turish -bergan va'dani bajarish odatini shakllantirish;
- Hurmat bilan muomala qilish- qo'pollik va haqoratdan saqlanish;
- Birgalikda vaqt o'tkazish- muloqotni kuchaytirish, bir-biringizni yaxshiroq tushunish;
- Kechira bilish- har kim xato qiladi, lekin kechirim ishonchni yanada mustahkamlaydi.

Milliy qadriyatlarimizda ishonch, sadoqat va vafodorlik oila poydevorining asosiy unsurlari sifatida qadrlanadi. Hadislarda ham "Ishonchli inson- eng to'g'ri insondir" deyiladi. O'zbek xalqida "Ishonch- iymonning yarmi" degan hikmatli so'z bor. Bizning qadriyatlarimizda oila muqaddas bo'lib, unda sadoqat, mehr va ishonch eng oliy fazilatlar sifatida qadrlanadi. Ota-onalar farzandlariga "hech kimga yolg'on gapirma", "so'zingda tur" deb o'rgatadilar- bu aslida ishonch madaniyatining ildizidir. Mahalla tizimida, qarindosh-urug'lar orasida ham ishonch asosida hamjihatlik saqlanadi. O'zbek oilalarining mustahkamligiga sabab ham shu qadimiy ishonch va sadoqat tuyg'usidir.

Xulosa qilib aytganda, oilaviy hayotning mustahkamligi, totuvligi va baxti-oila a'zolari o'rtasidagi ishonchga bevosita bog'liq. Ishonch -bu faqatgina bir-biriga shubha qilmaslik emas, balki hurmat, sadoqat, mehr-muhabbat va samimiyatning uyg'unligidir. Oila a'zolari bir-biriga ishonch bildirsa, ular har qanday qiyinchilikni birgalikda yengishlari, muammolarga yechim topishlari va hayot sinovlaridan kuchliroq bo'lib chiqishlari mumkin. Ishonch mavjud bo'lgan oilada har bir kishi o'zini qadrlangan, tinglangan va tushunilgan deb his qiladi. Bunday muhitda farzandlar ham sog'lom psixologik holatda o'sadi, ular hayotda ishonchli, mas'uliyatli va halol inson bo'lib voyaga yetadilar. Aksincha, ishonchsizlik bo'lgan oilada rashk, gumon, tushunmovchilik va sovuqlik kuchayadi, bu esa oilaning barqarorligiga putur yetkazadi. Shuning uchun, har bir inson oilaviy hayotda ishonchni qadrlashi, uni asrab-avaylashi va har kuni mustahkamlab borishi lozim. Ishonchni qurish oson emas, ammo uni yo'qotish juda oson. Ishonchni shakllantirish oson emas- u vaqt, sabr, sadoqat va har ikki tomonning halolligini talab qiladi. Ammo uni yo'qotish birgina yolg'on yoki xiyonat bilan ro'y berishi mumkin. Shu bois, oila a'zolari har doim so'zida turish, bir-biriga nisbatan rostgo'y va sadoqatli bo'lish, sir saqlash va bir-birining his-

tuyg'ularini hurmat qilish orqali ishonchni mustahkamlab borishlari kerak. Shuningdek, zamonaviy hayotda, texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlar davrida ishonch yangi sinovlardan o'tmoqda. Bugungi oilalarda muloqotning kamayishi, shubhalar, vaqt yetishmasligi kabi omillar ishonchni zaiflashtirishi mumkin. Shu sababli, har bir oila o'zaro suhbat, birgalikda vaqt o'tkazish, his-tuyg'ularni ifoda etish orqali o'z munosabatlarini yanada mustahkamlashi kerak. O'zaro halollik, ochiqlik, hurmat va mehr orqali ishonchni saqlab qolish-har bir oila a'zosining muhim vazifasidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Karimova A. Oila psixologiyasi. -Toshkent: Fan va texnologiya, 2021.
2. Abdullaeva O. Sh. Shaxslararo ishonchning psixologik asoslari. -Toshkent davlat universiteti, 2019.
3. Hadislar to'plami. Imom Buxoriy. Al-jome' as-sahih.
4. O'zbekiston Respublikasi "Oila kodeksi". -Toshkent, 1998 (so'nggi tahrir).
5. Erikson E. Childhood and Society. -New York: W. W. Norton, 1950.
6. Maslow A. Motivation and Personality. -New York: Harper & Row, 1954.
7. Satir V. The New Peoplemaking. -Mountain View: Science and Behavior Books, 1988.
8. Gottman J. The Seven Principles for Making Marriage Work. -New York: Crown Publishers, 1999.2017.

Axmatova Guli Xurram qizi,
Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM o'qituvchisi
E-mail: gilixurramovna@gmail.com

O'SMIR RIVOJLANISHIGA TA'SIR KO'RSATUVCHI SALBIY OMILLAR: IDENTIFIKATSIYA, STRESS, XAVOTIR VA DEPRESSIYA

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'smirlik davrida uchraydigan psixologik, ijtimoiy va kognitiv rivojlanishdagi salbiy omillar – identifikatsiya jarayoni, ijtimoiy bosim, stress, xavotir va depressiyaning o'zaro ta'siri tahlil qilinadi.

Maqolada xorijiy olimlarning tadqiqotlari o'rganilgan. L.Vigotskiy, J.Piaje, J.Xoll, J.Uotsin, E.Erikson, A.Bandura, U.Bronfenbrenner, D.Elkind, hamda O'zbekiston olimlari V.Karimova, G.To'rayeva va D.Abduqodirova tadqiqotlariga tayanilgan. Maqolada o'smirlik davrining psixologik murakkabliklari, jinsiy (gender) identifikatsiya va kognitiv rivojlanishdagi tafovutlar, shuningdek ijtimoiy muhit va oilaviy omillar ta'siri yoritilgan.

Kalit so'zlar: o'smirlik, identifikatsiya, stress, xavotir, depressiya, psixologik rivojlanish, ijtimoiy bosim, kognitiv rivojlanish, gender, motivatsiya, psixologik barqarorlik, moslashuv, ta'lim psixologiyasi

Annotation. This article analyzes the interaction of negative factors in psychological, social and cognitive development during adolescence - the identification process, social pressure, stress, anxiety and depression.

The article examines the research of foreign scientists. L. Vygotsky, J. Piaget, J. Hall, J. Watson, E. Erikson, A. Bandura, U. Bronfenbrenner, D. Elkind, as well as the research of Uzbek scientists V. Karimova, G. Turayeva and D. Abdukhodirova. The article covers the psychological complexities of adolescence, differences in sexual (gender) identity and cognitive development, as well as the influence of social environment and family factors.

Key words: adolescence, identity, stress, anxiety, depression, psychological development, social pressure, cognitive development, gender, motivation, psychological stability, adaptation, educational psychology

Аннотация. В данной статье анализируется взаимодействие негативных факторов психологического, социального и когнитивного развития в подростковом возрасте – процесса идентификации, социального давления, стресса, тревожности и депрессии.

В статье рассматриваются исследования зарубежных учёных: Л. Выготского, Ж. Пиаже, Дж. Холла, Дж. Уотсона, Э. Эриксона, А. Бандуры, У. Бронфенбреннера, Д. Элкинда, а также исследования узбекских учёных В. Каримовой, Г. Тураевой и Д. Абдуходировой. В статье рассматриваются психологические сложности подросткового возраста, различия в половой (гендерной) идентичности и когнитивном развитии, а также влияние социальной среды и семейных факторов.

Ключевые слова: подростковый возраст, идентичность, стресс, тревожность, депрессия, психологическое развитие, социальное давление, когнитивное развитие, гендер, мотивация, психологическая стабильность, адаптация, педагогическая психология

Kirish. O'smirlik davri - inson hayotida jismoniy, ruhiy va ijtimoiy o'zgarishlarning eng faol kechadigan davridir. Bu bosqich 11–18 yosh oralig'ida kechib, shaxsning o'zini anglash, mustaqil fikrlash, hayotiy qarashlarni shakllantirish jarayonlari kuchayadi. Vigotskiy [2] bu davrni “psixik funksiyalarning qayta tuzilish bosqichi” deb ta'riflab, o'smir shaxsining o'zini anglash jarayonida ijtimoiy muhitning hal qiluvchi o'ringa egaligini ta'kidlaydi.

Piaje [3] nazariyasiga ko'ra, o'smirlik “formal operatsion fikrlash” bosqichi bo'lib, bunda shaxs mantiqiy-abstrakt tafakkur orqali muammolarni nazariy asosda hal eta boshlaydi. Masalan, o'smirlar “agar” va “nega” kabi gipotezaviy savollarni faol qo'yishadi, bu esa ularning kognitiv rivojlanishining yangi bosqichga o'tganini ko'rsatadi.

Erikson [6] esa o'smirlikni "identifikatsiyaga qarshi rol chalkashligi" davri sifatida belgilaydi. Unga ko'ra, o'smir "men kimman?" degan ichki savolga javob izlab, shaxsiy va ijtimoiy identifikatsiya muammosiga duch keladi. Agar bu jarayon muvaffaqiyatli kechsa, o'smir o'zligini aniqlaydi; muvaffaqiyatsiz kechsa, depressiya va xavotirga moyillik kuchayadi.

G'arb olimlaridan Bronfenbrenner [8] o'smirning rivojlanishini ekologik tizimlar asosida tushuntirib, oila, maktab, tengdoshlar guruhi va keng ijtimoiy muhit o'rtasidagi o'zaro ta'sirni tahlil qilgan. Uning fikricha, o'smir ruhiyatidagi har qanday salbiy holat - bu ijtimoiy tizimlar o'rtasidagi nomuvofiqlik natijasidir.

O'zbekiston olimlari - V.Karimova [5], G.To'rayeva [9], M.Abduqodirova [10] va B. Nurmatov [14] tadqiqotlarida o'smirlikdagi stress va ijtimoiy bosimlarning milliy madaniyat, oilaviy qadriyatlar va ta'lim muhitidagi xususiyatlari tahlil qilingan. Misol uchun, G.To'rayeva [9] o'quvchilar orasida o'tkazgan empirik so'rovlar asosida, ota-onalar tomonidan qo'yilgan ortiqcha intizom talablari o'smirlarning o'z-o'zini qadrlash darajasini pasaytirishini aniqlagan.

Bugungi globallashuv, ijtimoiy tarmoqlarning kengayishi, o'quv yuklamalarining ortishi o'smirlar ongida "ijtimoiy taqqoslash" mexanizmini kuchaytirmoqda. Bu esa Bandura [7] ta'kidlagan "ijtimoiy o'rganish" jarayonining salbiy tomoni - o'zgalarni ideal model sifatida qabul qilish va o'zini ularga tenglashtira olmaslik oqibatida paydo bo'ladigan psixologik beqarorlikni keltirib chiqarmoqda.

Tadqiqot metodologiyasi (Research Methodology).

Tadqiqot nazariy-tahliliy va qiyosiy yondashuv asosida olib borildi. Asosiy metodologik tayanchlar quyidagilarni o'z ichiga oladi:

1. **Vigotskiy sotsiokultural nazariyasi** [2] – o'smirlikdagi psixik rivojlanish jarayonida ijtimoiy muloqot va madaniy muhitning rolini ochib beradi. Masalan, maktabda faol ijtimoiy o'zaro ta'sirga ega bo'lgan o'quvchilar mantiqiy va emotsional jihatdan tezroq rivojlanadi.

2. **Piajening kognitiv rivojlanish bosqichlari** [3] – o'smirlikda fikrlash formal operatsion darajaga chiqadi, ya'ni o'smirlar hayotiy vaziyatlarga nazariy yechim topishga harakat qiladilar. O'zbekiston sharoitida, masalan, yuqori sinf o'quvchilarining milliy qadriyatlar va zamonaviy texnologiyalar o'rtasida tanlov qilish holatlari bu nazariyani amalda tasdiqlaydi.

3. **Eriksonning psixososial rivojlanish modeli** [6] – "identifikatsiyaga qarshi rol chalkashligi" bosqichi orqali o'smirning kimligini anglash, kelajak kasbini tanlash, jinsiy rolining shakllanishini tushuntiradi. Misol uchun, ko'plab o'smirlar o'z ota-onalari kutgan yo'nalishdan farqli kasblarni tanlashga intiladi, bu esa ijtimoiy konflikt manbai bo'ladi.

4. **Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi** [7] – o'smirlar atrofdagi kishilarning xulqini kuzatib, shunga mos modelni o'zlashtiradilar. Bu holat hozirgi kunda internet va blogosfera orqali kuchaygan. Misol tariqasida, mashhur "influencerlar" yoki blogerlarga taqlid qilish orqali o'smirlarning o'zini baholash mezonlari o'zgarib bormoqda.

5. **Bronfenbrennning ekologik tizimlar modeli** [8] – oila, maktab, do'stlar guruhi va keng jamiyat o'rtasidagi o'zaro aloqalar o'smir ruhiyatiga bevosita ta'sir qiladi. Masalan, oiladagi nizolar yoki maktabdagi diskriminatsiya o'smirning o'z-o'zini anglash jarayonini izdan chiqaradi.

6. **Mahalliy empirik tadqiqotlar** - V. Karimova [5] va G.To'rayeva [9] tomonidan o'tkazilgan kuzatuvlarda, o'smirlarning stressga chidamliligi ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi (ota-ona, o'qituvchi, do'stlar) bilan bevosita bog'liq ekani aniqlangan. Bu natijalar Bandura nazariyasining amaliy tasdig'idir.

Tahlil va natijalar (Analysis and results).

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, o'smirlik davrida shaxsning ruhiy va ijtimoiy muvozanati o'zgaruvchan bo'lib, bu davrda **kognitiv rivojlanish, emotsional o'sish, ijtimoiy identifikatsiya** va **stress darajasi** o'zaro uzviy bog'liqdir. Ushbu bosqichda o'smirlar o'z "Men" konsepsiyasini shakllantirish jarayonida ichki ziddiyatlar, ijtimoiy bosim va kelajakdan xavotir kabi muammolarga duch keladilar [1], [4], [8].

1. Kognitiv rivojlanishdagi natijalar

Jon Piaje nazariyasiga ko'ra, o'smirlik davrida shaxs **formal operatsion bosqichga** kiradi, ya'ni u abstrakt fikrlash, mantiqiy tahlil va gipotezalar tuzish qobiliyatiga ega bo'ladi [2]. Biroq, bu kognitiv imkoniyatlarning rivojlanishi bilan birga o'ziga xos "egotsentrizm" ham kuchayadi. D. Elkind bu holatni "imaginativ auditoriya" (tasavvuriy tomoshabinlar) va "shaxsiy afsona" tushunchalari orqali izohlagan [5]. Masalan, o'smir o'zini doim kuzatayotgan odamlar bor deb o'ylaydi yoki o'z his-tuyg'ularini boshqalar hech qachon tushunmaydi degan noto'g'ri tasavvurda bo'ladi. Shu sababli, o'smirlarning o'zini baholashi ko'pincha haddan tashqari yuqori yoki past bo'lib, bu stress va xavotirga sabab bo'ladi.

2. Ijtimoiy identifikatsiya va o'zini anglashdagi natijalar

E. Eriksonning psixosozial rivojlanish nazariyasida o'smirlik davri "identifikatsiya va rol chalkashuvi" (identity vs. role confusion) bosqichi sifatida ta'riflanadi [3]. Bu davrda o'smir o'zini kimligini, jamiyatdagi rolini anglashga urinadi. Agar oila va jamiyat tomonidan yetarli qo'llab-quvvatlash bo'lmasa, o'smirda o'ziga ishonchsizlik, begonalik hissi, ijtimoiy chekinish holatlari rivojlanadi. Tadqiqotlar (V.Karimova, 2018; B.Nurmatov, 2021) shuni ko'rsatadiki, O'zbekiston o'smirlari orasida ijtimoiy tarmoqlarda "ideal obraz" bilan solishtirish natijasida o'ziga past baho berish holatlari ortib bormoqda [10].

3. Stress, xavotir va depressiya ko'rsatkichlari

Empirik kuzatuvlarga ko'ra, o'smirlarning 60–70 foizida stress va xavotir belgilari turli darajada kuzatiladi (G.To'rayeva, 2022). Xususan, o'qish bosimi, ota-onaning yuqori talabchanligi, do'stlar o'rtasidagi raqobat hissi o'smirda psixologik charchoqni keltirib chiqaradi [11].

Bandura nazariyasiga binoan, ijtimoiy o'rganish mexanizmi orqali o'smirlar atrofdagi kattalarning xatti-harakatlarini kuzatib, ularni takrorlashga moyil bo'ladi [6]. Agar muhitda stressli, agressiv yoki depressiv model mavjud bo'lsa, o'smirda ham shunga o'xshash hissiy reaksiya shakllanadi.

4. Gender bilan bog'liq farqlar

O'smir qizlar va o'g'il bolalar orasida stress va depressiya darajalari ham farq qiladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, qizlarda hissiy sezgirlik yuqoriligi sababli xavotir va o'zini past baholash holatlari ko'proq uchraydi [7]. O'g'il bolalarda esa ijtimoiy rollarni qabul qilishda bosim, raqobat va agressiv reaksiya kuchliroq namoyon bo'ladi.

Bronfenbrennerning ekologik tizimlar nazariyasiga muvofiq, gender bilan bog'liq rivojlanish ijtimoiy muhit, madaniyat va oilaviy munosabatlar tizimiga bevosita bog'liqdir [9].

5. Mahalliy psixologik tadqiqotlardan olingan natijalar

O'zbekistonlik olimlardan N.G'aniyeva (2019) va D.Abduqodirova (2023) o'tkazgan tadqiqotlar o'smirlar orasida o'zini identifikatsiya qilish jarayonida ijtimoiy ta'sirlar (internet, do'stlar guruhi, oila) yetakchi omil ekanini tasdiqlagan [12].

Shuningdek, V.Karimova (2021) o'smirlik davrida kognitiv rivojlanish va ijtimoiy muloqot o'rtasida kuchli korrelyatsiya borligini, L.Vigotskiy ta'kidlaganidek, "yaqin rivojlanish zonasi" doirasida o'qituvchi va tengdoshlarning qo'llab-quvvatlashi muhim rol o'ynashini ko'rsatgan [1].

Natijalarni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki: O'smirlik davridagi psixologik holatlar va ijtimoiy omillar bir-birini to'ldiruvchi murakkab tizimni tashkil etadi. Kognitiv rivojlanish yetarli darajada shakllanmasa yoki ijtimoiy identifikatsiya muvaffaqiyatsiz kechsa, stress va depressiya xavfi oshadi. Shu sababli, o'smirlarni psixologik qo'llab-quvvatlashda individual yondashuv, ijtimoiy muhitni sog'lomlashtirish va oilaviy kommunikatsiyani kuchaytirish zarur.

Muhokama. O'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, o'smirlik davrida kuzatiladigan psixologik va ijtimoiy salbiy holatlar murakkab ko'p omilli tizimga ega. Bu bosqich shaxsning psixik integratsiyasi, ijtimoiy moslashuvi va identifikatsiya jarayonlari uchun hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot natijalari J.Piaje, L.Vigotskiy, E.Erikson, J.Xoll, A.Bandura va O'zbekistonlik olimlarning ilmiy yondashuvlari bilan uyg'unlikda tahlil qilindi.

1. O'smirlikdagi kognitiv o'zgarishlar va ularning ijtimoiy ahamiyati

Jon Piaje nazariyasiga ko'ra, o'smirlik inson tafakkurining formal-operatsion bosqichiga to'g'ri keladi. Bu bosqichda shaxs abstrakt fikrlash, gipotezalar tuzish, shartli holatlarni tahlil qilish kabi aqliy operatsiyalarni amalga oshira oladi [2]. Ammo bu rivojlanish bilan bir qatorda egotsentrizm kuchayadi. D. Elkind bu holatni "imaginativ auditoriya" va "shaxsiy afsona" konsepsiyalari orqali tushuntiradi [5]. Shu sababli, o'smirlar o'zini atrofdagilarning doimiy e'tibor markazida deb biladi, bu esa ularda o'ziga ishonchsizlik, ijtimoiy qo'rquv va xavotirni kuchaytiradi.

L.S. Vigotskiy ta'kidlaganidek, insonning bilish jarayonlari faqat individual rivojlanish emas, balki ijtimoiy muloqot orqali shakllanadi [1]. "Yaqin rivojlanish zonasi" tamoyiliga ko'ra, o'smir o'qituvchi, tengdosh yoki ota-onaning yordamida o'z imkoniyatlarini kengaytiradi. Shu bois maktab va oila muhitidagi psixologik qo'llab-quvvatlash o'smirlarning kognitiv hamda ijtimoiy rivojlanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega.

2. Identifikatsiya va rol chalkashuvi jarayonlari

E. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasi natijalar bilan bevosita uyg'unlashadi. Unga ko'ra, o'smirlik - bu "identifikatsiya va rol chalkashuvi" bosqichi bo'lib, shaxs o'z "Men"ini izlaydi [3]. Agar bu jarayon muvaffaqiyatsiz kechsa, shaxs o'zini jamiyatda aniqlay olmaydi, o'ziga ishonchsizlik kuchayadi. O'zbekistonlik psixolog G.To'rayeva (2022) o'smirlarda o'zini identifikatsiya qilishda ijtimoiy ta'sirlarning, xususan, internetdagi ideal obrazlarning kuchli rol o'ynashini ta'kidlaydi [10]. Bu esa globalizatsiya sharoitida o'zini real baholashda nomuvofiqliklarga sabab bo'lmoqda.

3. Stress, xavotir va depressiyaning ijtimoiy ildizlari

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, o'smirlik davridagi stressning asosiy sabablari – o'qishdagi bosim, oila ichidagi ziddiyatlar, tengdoshlarga moslasha olmaslik, va o'z kelajagi haqidagi noaniqlikdir [11]. A. Bandura bu jarayonni ijtimoiy o'rganish nazariyasi asosida izohlaydi: o'smirlar atrofdagi insonlarning xatti-harakatlarini kuzatib, ularni model sifatida qabul qiladi [6]. Agar bu model salbiy (masalan, ota-onada konfliktli, stressli yoki agressiv muhit) bo'lsa, o'smirda ham shunga o'xshash emotsional reaksiya shakllanadi.

Bronfenbrennerning ekologik tizimlar modeli bu holatni yanada kengroq tushuntiradi. Unga ko'ra, shaxsning rivojlanishiga mikro (oil, do'stlar), mezo (maktab, tuman), ekzoso (OAV, ijtimoiy tarmoqlar) va makrosistemalar (madaniyat, qadriyatlar) darajasidagi ta'sirlar birgalikda ta'sir ko'rsatadi [9]. Shu nuqtayi nazardan qaraganda, o'smirlikdagi stress faqat individual omil emas, balki ijtimoiy-psixologik tizimning umumiy natijasidir.

4. Gender bilan bog'liq farqlarning tahlili

O'smirlikdagi gender farqlari o'ziga xos yo'nalishda kechadi. Tadqiqotlar ko'rsatadiki, qiz o'smirlar hissiy jihatdan sezgir, o'g'il o'smirlar esa ijtimoiy raqobatga ko'proq yo'nalgan bo'ladi [7]. V.Karimova (2021)ning O'zbekiston sharoitidagi tadqiqotlari natijalariga ko'ra, o'g'il bolalarda stress ko'proq tashqi agressiya orqali, qizlarda esa ichki xavotir va depressiv holatlar orqali namoyon bo'ladi [10]. Bu gender farqlari jamiyatdagi an'anaviy ijtimoiy rollar va kutishlar bilan bevosita bog'liq.

5. Milliy tadqiqotlar kontekstida muhokama

Mahalliy olimlar (V.Karimova, G.To'rayeva, D.Abduqudirova, N.G'anieva, B.Nurmatov) ishlarida o'smirlik davridagi ijtimoiy moslashuv, o'zini anglash va stress omillariga e'tibor qaratilgan. Ularning fikricha, o'smirlar bilan ishlashda milliy qadriyatlar, oila an'analari, diniy-madaniy tarbiyani hisobga olgan holda psixologik yordam dasturlari ishlab chiqilishi zarur [12]. Chunki g'arbiy modellarning to'liq ko'chirilishi O'zbekiston sharoitida har doim samarali bo'lavermaydi - bu yerda madaniy moslashtirilgan psixoprofilaktika muhimdir.

6. Integrativ xulosa sifatida

Yuqoridagi muhokamalar asosida aytish mumkinki, o'smirlik davrida yuzaga keladigan salbiy psixologik holatlar - identifikatsiya inqirozi, stress, xavotir va depressiya - o'zaro bog'liq ko'p omilli jarayonlar tizimini tashkil etadi. Ularning ildizida kognitiv rivojlanish darajasi, ijtimoiy ta'sirlar, gender rollari va madaniy qadriyatlar mujassam. Shu bois o'smirlar bilan ishlashda

kognitiv-ta'sirli yondashuv, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlarini mustahkamlash, psixologik treninglar va ta'lim tizimida stress boshqaruvi dasturlarini joriy etish zarur.

Xulosa. Tadqiqot natijalari va ilmiy manbalar tahlili asosida shuni aytish mumkinki, o'smirlik davri inson hayotidagi eng dinamik, murakkab va o'zgaruvchan bosqichlardan biridir. Bu davrda psixologik identifikatsiya, kognitiv rivojlanish, emotsional muvozanat va ijtimoiy moslashuv bir-biriga chambarchas bog'liq holda kechadi. O'smirlik shaxsning kimligini anglash, mustaqil qaror qabul qilish, qadriyatlarini shakllantirish va jamiyatdagi o'rnini topish jarayonidir.

Birinchidan, kognitiv rivojlanish bosqichi Piaje ta'kidlaganidek, formal-operatsion fikrlash bosqichiga o'tish bilan tavsiflanadi. Shu jarayonda o'smirlar abstrakt tafakkur, mantiqiy xulosa chiqarish, kelajak haqidagi tasavvurlarni shakllantirish qobiliyatiga ega bo'ladilar. Ammo bu bilan birga, Elkind nazariyasida ko'rsatilgan "egotsentrizm", ya'ni o'ziga ortiqcha e'tibor qaratish holatlari kuchayadi. Bu esa stress, xavotir va o'zini past baholashni keltirib chiqaradi.

Ikkinchidan, psixososial identifikatsiya masalasi Eriksonning rivojlanish nazariyasi nuqtayi nazaridan qaralganda, o'smirlik "rol chalkashuvi" inqirozi bilan bog'liqdir. O'smir o'zini topish, mustaqil shaxs sifatida tan olish, o'z qadriyatlarini aniqlashga harakat qiladi. Agar bu jarayon ijtimoiy yoki oilaviy bosim ostida kechsa, natijada o'zini rad etish, ijtimoiy begonalik yoki depressiv holatlar yuzaga keladi. Shu bois, o'smirlikda ijtimoiy muhit, oila va tengdoshlik guruhi bilan o'zaro aloqa o'ta muhim psixologik omil hisoblanadi.

Uchinchidan, stress, xavotir va depressiya holatlari o'smirlik davrida keng tarqalgan muammolardan biri sifatida e'tirof etiladi. Bandura ta'kidlaganidek, o'smirlar atrofdagi model - otana, ustoz yoki media obrazlarini kuzatib, ulardan ijtimoiy o'rganish orqali xulq-atvor namunalarini o'zlashtiradi. Shu bois, ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy axborot vositalarida stress va zo'ravonlikka asoslangan obrazlarning ko'pligi o'smirlarning hissiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda.

To'rtinchidan, gender bilan bog'liq rivojlanish jarayonida sezilarli farqlar mavjud. O'smir qizlar hissiyotlarga beriluvchanroq, ichki xavotir va o'zini past baholash holatlari ko'proq uchraydi, o'g'il o'smirlar esa tashqi agressiya, raqobat va ijtimoiy bosimni kuchliroq boshdan kechiradilar. Bu holat Bronfenbrennerning ekologik tizimlar modeli bilan uyg'un: shaxsning ruhiy holati uning ijtimoiy, oilaviy va madaniy kontekstidagi ta'sirlar bilan belgilanadi.

Beshinchidan, milliy psixologik tadqiqotlar (V.Karimova, G.To'rayeva, D. Abduqodirova, B. Nurmatov, N. G'aniyeva va boshqalar) shuni ko'rsatadiki, O'zbekiston sharoitida o'smirlarning ruhiy muammolarini tahlil qilishda milliy qadriyatlar, ijtimoiy an'analar va diniy-ma'naviy omillarni inobatga olish zarur. Chet el nazariyalarini to'liq ko'chirish emas, balki madaniy moslashtirilgan psixoprofilaktik yondashuvlarni ishlab chiqish muhimdir.

Oltinchidan, o'smirlik davrida shaxsning psixik sog'lomligi uchun ta'lim muassasalari, psixologlar, oila va jamiyatning birgalikdagi harakati talab etiladi. Maktab psixologlari tomonidan stressni boshqarish treninglari, ijtimoiy moslashuv mashg'ulotlari, empatiya va o'zini anglashni rivojlantiruvchi dasturlar samarali natijalar beradi.

O'smirlik davri shaxsning psixologik mustaqillikka o'tish bosqichi bo'lib, bunda identifikatsiya, stress, xavotir, depressiya va kognitiv rivojlanish jarayonlari o'zaro tizimli bog'liq. Ushbu jarayonlarning muvaffaqiyatli kechishi uchun o'smirlarga ijobiy ijtimoiy muhit, sog'lom kommunikatsiya, hissiy qo'llab-quvvatlash va individual psixologik yordam zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Vigotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
2. Piaget, J. (1972). *The Psychology of the Child*. New York: Basic Books.
3. Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company.

4. Hall, G. S. (1904). *Adolescence: Its Psychology and Its Relations to Physiology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion, and Education*. New York: D. Appleton & Company.
5. Elkind, D. (1967). Egocentrism in adolescence. *Child Development*, 38(4), 1025–1034.
6. Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
7. Santrock, J. W. (2020). *Adolescence (17th ed.)*. New York: McGraw-Hill Education.
8. Arnett, J. J. (2015). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties*. Oxford University Press.
9. Bronfenbrenner, U. (1992). *Ecological Systems Theory*. In R. Vasta (Ed.), *Six Theories of Child Development*. London: Jessica Kingsley Publishers.
10. Karimova, V. (2018). *Psixologiya: yosh davrlar psixologiyasi*. Toshkent: O'zbekiston faylasuflar jamiyati nashriyoti.
11. To'raeva, G. (2022). O'smirlarning stressga bardoshlilikini rivojlantirishda psixologik yordamning o'rni. *O'zbekiston pedagogik yangiliklari jurnali*, №4, 115–120-betlar.
12. Abduqodirova, D. (2023). O'smirlik davrida identifikatsiya jarayonlari va ularni ijtimoiy muhit omillari bilan bog'liqligi. *O'zbekiston psixologiyasi jurnali*, №2, 85–91-betlar.
13. G'aniyeva, N. (2019). O'smirlarning ijtimoiy moslashuvi va kognitiv rivojlanishi o'rtasidagi bog'liqlik. *Toshkent davlat pedagogika universiteti ilmiy axboroti*, №3, 45–51-betlar.
14. Nurmatov, B. (2021). Ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar psixikasiga ta'siri: empirik tahlil. *Psixologiya va sotsiologiya jurnali*, №6, 93–101-betlar.
15. Abdurahmonova, M. (2020). Yoshlar psixologik rivojida oila va ta'lim tizimining o'rni. *Milliy psixologiya jurnali*, №1, 70–75-betlar.
16. Elkind, D., & Bowen, R. (1979). Imaginary audience behavior in children and adolescents. *Developmental Psychology*, 15(1), 38–44.
17. Shifrin, R. M., & Nelson, E. E. (2021). Stress and social relationships in adolescence: Neurobiological perspectives. *Journal of Adolescent Research*, 36(5), 523–540.

Batirov Zafar Lutfullayevich,
Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM dotsenti
Lutfullayeva Zuhro Zafar qizi,
Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM talabasi

TA'LIMDA PSIXOLOGIK KOMPETENSIYALARNING AHAMIYATI

Annotatsiya. Maqolada asosiy e'tibor mutaxassislarni tayyorlashning tashkiliy-pedagogik shart-sharoitlarini yaratishga, axborot ta'minotini yaxshilashga, psixologik kompetensiyani shakllantirish va tekshirish, ularning mazmunini tavsiflashga yo'naltirilgan. Oliy ta'lim muassasalarida o'qish jarayonida psixologik kompetensiya tushunchalarining mazmun-mohiyatini o'rganish va psixologik kompetentlikni shakllantirish, rivojlantirish va diagnostika qilish masalalari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: kognitiv, motivatsion, amaliy (mahoratlar, qobiliyatlar, tajriba, qobiliyatlar), emotsional-ixtiyoriy, hayot xavfsizligi, psixologik kompetensiya, kasbiy mahorat, model.

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы создания организационно-педагогических условий подготовки специалистов, совершенствования информационного обеспечения, формирования и проверки психологической компетентности, раскрытия ее содержания. Анализируются исследования содержания и сущности понятий психологической компетентности, вопросы формирования, развития и диагностики психологической компетентности в процессе обучения в высших учебных заведениях.

Ключевые слова: познавательные, мотивационные, практические (умения, способности, опыт, способности), эмоционально-волевые, безопасность жизнедеятельности, профессиональная компетентность, профессионализм, модель.

Abstract. The article focuses on creating organizational and pedagogical conditions for training specialists, improving information provision, forming and testing psychological competence, and describing its content. The study of the content and essence of the concepts of psychological competence and the issues of forming, developing and diagnosing psychological competence in the process of studying in higher educational institutions are analyzed.

Key words: cognitive, motivational, practical (skills, abilities, experience, abilities), emotional-voluntary, life safety, professional competence, professional competence, model.

Kirish. O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha Harakatlar strategiyasida "uzluksiz ta'lim tizimini yanada takomillashtirish, sifatli ta'lim xizmatlari imkoniyatlarini oshirish, mehnat bozorining zamonaviy ehtiyojlariga muvofiq yuqori malakali kadrlar tayyorlash siyosatini davom ettirish" ustuvor vazifa qilib belgilangan. Bu o'z navbatida bo'lajak mutaxassislarning kasbiy kompetentligini rivojlantirishning amaldagi metodikasi va o'quv-uslubiy ta'minotini zamonaviy yondashuvlar asosida takomillashtirish hamda o'zlashtirish natijalarini ob'ektiv baholash mexanizmlarini ishlab chiqish dolzarb hisoblanadi. Shu bilan birga, shuni ta'kidlash kerakki, taqdim etilgan ilmiy ishlanmalarning ko'p qirrali bo'lishiga qaramay, oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak mutaxassislarni tayyorlashda hayot faoliyati xavfsizligi muammolari nuqtai nazaridan kasbiy tayyorlash muammolari ilmiy tadqiqotlar uchun ochiq bo'lib qolmoqda.

Bundan tashqari, shuni ta'kidlash lozimki, taqdim etilgan ilmiy ishlanmalarning ko'p qirrali bo'lishiga qaramay, oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak mutaxassislarni tayyorlashda hayot faoliyati xavfsizligi muammolari nuqtai nazaridan kasbiy tayyorlash muammolari ilmiy tadqiqotlar uchun yetarli darajada o'rganilmagan. Shuning uchun qator tadqiqotchilarning fikriga ko'ra, o'qituvchi kompetensiyalarining turlari ikkita asosiy elementni o'z ichiga olishi kerak. Birinchisi, ijtimoiy-psixologik jihat. Bu boshqalar bilan va o'zi bilan uyg'unlikda yashash istagi va tayyorligini anglatadi. Ikkinchi element - professional. Bu muayyan faoliyat sohasida ishlashga tayyorlik va xohishni ta'minlaydi. Ushbu komponentlarning har biri, o'z navbatida, ma'lum turdagi

kompetentsiyalarga bo'linishi mumkin. Pedagogik jarayonda asosiy va maxsus elementlar mavjud. Birinchisi barcha universitetlarni bitirganlarga tegishli. Ikkinchisi ma'lum bir mutaxassislik uchun muhim.

Mavzuga oid adabiyotlarning tahlili (Literature review).

Ta'lim muassasalarida o'qish jarayonida "kompetensiya" va "kompetentlik" kabi tushunchalarining mazmun-mohiyatini o'rganish va tahlil qilish, kasbiy kompetentlikni shakllantirish, rivojlantirish va diagnostika qilish masalalari respublikamiz olimlari N.A.Muslimov, Sh.S.Sharipov, M.B.Urazova, O.A.Quysinov va boshqalar, xorijiy mamlakatlarda V.I.Baydenko, I.A.Zimnyaya, N.V.Kuzmina, A.I.Kuleshova, A.K.Markova, N.V.Skachkovalar tomonidan tadqiq etilgan.

Psixologik kompetensiyalar tushunchasi so'nggi yillarda ta'lim tizimida keng o'rganilayotgan mavzulardan biridir. Jahon va mahalliy tadqiqotchilar bu borada turli yondashuvlarni ilgari surganlar.

G'arb olimlari tadqiqotlari. D. Goulman (1995) o'zining "Emotsional intellekt" asarida shaxsning muvaffaqiyati ko'p hollarda uning aqliy salohiyatidan emas, balki emotsional va psixologik kompetensiyalaridan kelib chiqishini ta'kidlaydi. U emotsional kompetensiyani rahbarlik, muloqot, stressni boshqarish va ijtimoiy munosabatlarda asosiy omil deb hisoblaydi. Shuningdek, R. Boyatsis (2008) psixologik kompetensiyani kasbiy samaradorlikning kaliti sifatida ko'rsatadi, u o'qituvchining o'z hissiyotlarini idora qila olishi, o'quvchi bilan empatik aloqa o'rnatishi va o'z faoliyatini refleksiya qila olishini muhim deb biladi.

Mahalliy va mintaqaviy tadqiqotlar. O'zbekistonlik olimlar ham so'nggi yillarda pedagogik jarayonda psixologik yondashuvlarni chuqur tahlil qilmoqdalar. Masalan, A. Jalolov (2018) o'qituvchining kasbiy kompetensiyasi tarkibida psixologik kompetensiyani markaziy o'rin tutuvchi omil sifatida ko'rsatadi. Unga ko'ra, psixologik kompetensiya - bu o'quvchi bilan samarali muloqot o'rnatish, uni ruhiy qo'llab-quvvatlash va shaxsiy motivatsiyasini kuchaytirish qobiliyatidir.

N.Jo'raeva (2020) tadqiqotlarida psixologik kompetensiyani "ta'lim jarayonida shaxslararo muloqotni tartibga soluvchi mexanizm" sifatida talqin etadi. Uning fikricha, pedagogning emotsional barqarorligi va stressga chidamliligi o'quvchilarning psixologik holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Shuningdek, M.Saidova (2022) psixologik kompetensiyani o'qituvchining kasbiy tayyorgarlik darajasini aniqlovchi muhim komponent deb hisoblab, uni rivojlantirish uchun trening, refleksiya va mentorlik dasturlarini taklif etgan.

Xalqaro yondashuvlar. UNESCO va OECD (2021) hisobotlarida ham psixologik va emotsional kompetensiyalar XXI asr ko'nikmalari tarkibiga kiritilgan. Bu ko'nikmalar ta'limda "yumshoq kompetensiyalar" (soft skills) sifatida tan olingan bo'lib, ular o'quvchilarda tanqidiy fikrlash, o'z-o'zini boshqarish, muloqot va hamkorlikni rivojlantirishga xizmat qiladi.

Tadqiqot metodologiyasi (Research methodology).

Psixologik kompetensiya - bu o'qituvchi yoki o'quvchining o'zini va boshqalarni psixologik jihatdan anglay olish, hissiy holatni boshqarish, samarali muloqot o'rnatish hamda ijtimoiy-psixologik muhitga moslashish qobiliyatidir. Bu kompetensiya shaxsning emotsional, ijtimoiy va kommunikativ rivojlanish darajasini belgilaydi.

Ta'lim jarayonida psixologik kompetensiyaning o'rni

Ta'lim jarayoni - bu nafaqat bilim berish, balki inson shaxsini shakllantirish jarayonidir. O'qituvchining psixologik tayyorgarligi quyidagi jihatlarida namoyon bo'ladi:

O'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini inobatga olish;

Motivatsiyani uyg'otish va uni boshqarish;

Stress holatlarida to'g'ri qaror qabul qilish;

Jamoadagi sog'lom psixologik muhitni yaratish;

Konfliktlarni hal etish ko'nikmasiga ega bo'lish.

Psixologik kompetensiyaga ega o'qituvchi o'quvchilarning ichki dunyosini chuqur his etadi, ularni rag'batlantirish va qo'llab-quvvatlash orqali o'qish jarayoniga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Psixologik kompetensiyaning tarkibiy qismlari

Tadqiqotchilar psixologik kompetensiyani quyidagi tarkibiy qismlarga ajratadilar:

Emotsional kompetensiya - o'z his-tuyg'ularini boshqarish, boshqalarning hissiyotlarini tushunish qobiliyati;

Kommunikativ kompetensiya - samarali muloqot, tinglay bilish va fikrni to'g'ri yetkazish mahorati;

Refleksiv kompetensiya - o'z faoliyatini tahlil qilish, xatolardan to'g'ri xulosa chiqarish;

Ijtimoiy kompetensiya - jamoa bilan ishlash, hamkorlikda qaror qabul qilish qobiliyati.

Ta'limda psixologik kompetensiyani rivojlantirish yo'llari

Ta'lim muassasalarida psixologik kompetensiyani rivojlantirish uchun quyidagi yo'nalishlarga e'tibor qaratish zarur:

Pedagogik psixologiya fanini amaliy mashg'ulotlar bilan boyitish;

O'qituvchilar uchun treninglar, seminarlar, "ko'nikma laboratoriyalari" tashkil etish;

O'quvchilar orasida psixologik madaniyatni oshiruvchi interfaol usullarni joriy etish;

Maktab psixologi bilan muntazam hamkorlikni yo'lga qo'yish.

O'tkazilgan tahlil asosida quyidagi holatlarning yetishmasligi aniqlandi:

- ta'lim muassasalarida bo'lajak mutaxassislarni tayyorlashda ularning hayot faoliyati xavfsizligi bo'yicha kasbiy tayyorgarligi yetarli emasligi;

- bo'lajak mutaxassislarning hayot faoliyati xavfsizligini ta'minlashga oid kasbiy mahoratni shakllantirish jarayonining asosli tomonlarini asoslashda oliy ta'lim muassasalarida pedagogik nazariyaga bo'lgan ehtiyojning mavjudligi;

- bo'lajak mutaxassislarning hayot faoliyati xavfsizligini ta'minlashga oid kasbiy mahoratni ta'lim muassasalarida shakllantirish uchun ilmiy va uslubiy vositalarning yetishmasligi.

Aniqlangan holatlar oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak mutaxassislarning hayot faoliyati xavfsizligini ta'minlashga oid kasbiy mahoratni shakllantirishni ilmiy-nazariy asoslash va uslubiy qo'llab-quvvatlashning obyektiv ehtiyojidan iborat bo'lgan tadqiqot muammosini aniqladi. Kompetensiyalarni shakllantirish nafaqat ta'limning yangi mazmunini, balki zamonaviy sharoitlarga mos keladigan texnologiya va o'qitish uslublarini ham joriy etish bilan belgilanadi. Ularning ro'yxati juda keng va imkoniyatlar juda xilma-xildir. Bu borada asosiy strategik yo'nalishlar belgilanishi kerak. Masalan, ishlab chiqarish texnologiyalari va usullarining salohiyati ancha yuqori. Uning amalga oshirilishi kompetensiyaga erishish va malakalarni egallashga ta'sir qiladi. Shunday qilib, o'qituvchilarning asosiy vazifalari ro'yxatiga quyidagilar kiradi:

- Bolalarning o'zini o'zi anglashi uchun sharoit yaratish.

- Umumiy ko'nikma va bilimlarni o'zlashtirish.

- Umr davomida havsiz yashashga bo'lgan istagini rivojlantirish.

Tahlil va natijalar (Analysis and results). O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 27 iyuldagi PQ-3151-sonli "Oliy ma'lumotli mutaxassislarni tayyorlash sifatini oshirishda iqtisodiyot sohalari va tarmoqlarining ishtirokini yanada kengaytirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi, 2018 yil 5 iyundagi PQ-3775-sonli "Oliy ta'lim muassasalarida ta'lim sifatini oshirish va ularning mamlakatda amalga oshirilayotgan keng qamrovli islohotlarda faol ishtirokini ta'minlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi Qarorlarida belgilangan vazifalarni amalga oshirishda ushbu tadqiqot yechimi muayyan darajada xizmat qiladi.

Olimlarning ta'kidlashicha, kompetensiya tushunchasi o'zining mantiqiy mohiyatiga ko'ra ko'p qirrali. Bundan tashqari, kompetensiyalar bir marta va butunlay berilgan yangi shakllar emasligi ta'kidlangan. Ular doimiy rivojlanish va yangilanishda, kengaytirilishi va boshqa kompetensiyalar bilan birlashishi mumkin, o'zini yangi sifatda namoyon qiladi, dialektik rivojlanish spiralini ifodalaydi. Ushbu rivojlanishning shartlari ishlab chiqarish sharoitlarining o'zgarishi, jamiyat ehtiyojlarining yangilanishi, qiymat yo'nalishlarining o'zgarishi bilan ifodalanadi [1, 87].

I.A.Zimnyaning fikricha, kasb-hunar ta'limi sohasida faoliyat yuritib, bu ta'rifning turli tomonlarini ajratib ko'rsatishadi. Shu sababli, mutaxassis faoliyati va shaxsiyatining "uch ustuni"ga asoslangan "bilmoq, bajarmoq, bo'lmoq" degan asosni hamma qo'llab-quvvatlashda, yo bilim va tajriba, yoki shaxsiy xususiyatlar yoki kasbiy jihat oldinga chiqadi [2, 14]. "Psixologik kompetensiya" toifasi deganda mutaxassisning kasbiy faoliyat turlarini amalga oshirish jarayonida samarali qarorlar qabul qilishga tayyorligi va qobiliyati tushuniladi. Umuman olganda, insonga tashqi dunyo bilan o'zaro munosabatda professional faoliyatni samarali loyihalash va amalga oshirishga imkon beradigan birlashtirilgan bilim, ko'nikma va tajriba, shuningdek shaxsiy fazilatlar majmui bilan tavsiflanadi.

V.I.Baydenkoning ta'kidlashicha, subyektiv "psixologik kompetensiya" ko'rsatkichlari mutaxassisning haqiqiy va potensial faoliyatining xususiyatlariga asoslanishi mumkin [3, 5; 4, 8].

Yuqorida tahlil qilinganlarni hisobga olgan holda, tadqiqot sharoitida biz psixologik kompetensiya tushuncha sifatida fundamental bilimlar, ko'nikmalar va javoblarning adekvatligi bilan universitet bitiruvchisini tavsiflovchi ma'lum fazilatlar yig'indisi orqali aniqlanadi deb taxmin qilamiz. Biroq, tadqiqotda biz nafaqat psixologik kompetensiyani, balki kasbiy tayyorgarlik tizimidan ajratilgan hayot xavfsizligini ta'minlashda psixologik kompetensiya shaklida uning tarkibiy qismini shakllantirish imkoniyati bilan qiziqdik. Shunga ko'ra, hayot xavfsizligini ta'minlashda professional kompetensiyani rivojlantirish uchun biz uning tarkibiy qismlarini aniqlashimiz kerak edi.

Shu munosabat bilan hayot xavfsizligini ta'minlashda professional kompetensiya tushunchasini aniqlashtirish haqida gapirish mumkin. Shunday qilib, "hayot xavfsizligini ta'minlash bo'yicha psixologik kompetensiya" tushunchasi insonning ajralmas mulki bo'lib, u o'zi va xodimlarining hayoti va sog'lig'ini saqlash uchun mustaqil kasbiy faoliyatga tayyorligi namoyon bo'ladi, turli xil xavf-xatarlar taksonomiyasini bilishga asoslanadi. Bu ekologik xavflarni aniqlash va xavfsiz harakatlarni amalga oshirish usullarini o'zlashtirish, shuningdek, kasbiy jihatdan muhim fazilatlar orqali amalga oshiriladigan o'z faoliyati natijalarini tahliliy va bashoratli baholash qobiliyatida ifodalanadi. Hayot xavfsizligini ta'minlashda professional kompetensiyani rivojlantirish jarayonining yaxlitligini ifodalash uchun uni modelda aks ettirish taklif qilinadi.

Model (fransuzcha modele, lotincha modulus - o'lchov, namuna, meyor) - bu "mavjud yoki prognoz qilinayotgan o'rganish obyektni ko'rsatish yoki takrorlash orqali uni o'zgartirishga qodir bo'lgan aqliy ifodalangan yoki moddiy jihatdan amalga oshirilgan tizim.

"Model" haqiqiy jarayon yoki obyektning eng muhim xususiyatlari, oraliq modellarini qamrab oladi. Oraliq modellar (faoliyat modellari, kasbiy xususiyatlar modellari, rivojlanish modellari) umumlashtiruvchi psixologik kompetensiyani shakllantirish, mutaxassisning maxsus qobiliyatlari mavjudligi va rivojlanishini ko'rsatadigan sifat jihatidan yangi modelni shakllantirishga imkon beradi. "Agroinjeneriya" yo'nalishi bo'yicha talabalarining hayotiy xavfsizligini ta'minlash bo'yicha psixologik kompetensiyani shakllantirish modelini qurish, birinchi navbatda, uning tarkibiy tuzilishi, kasbiy vazifalar ro'yxati va mazmunini hisobga olgan holda amalga oshirilishi mumkin. Shu sababli, ushbu muammolarni hal qilishni ta'minlash uchun hayot xavfsizligini ta'minlash bo'yicha psixologik kompetensiyani shakllantirishning pedagogik shartlari aniqlandi, ularga rioya qilish oliy ta'limning davlat ta'lim standartida belgilangan talablariga muvofiq amalga oshirilishi zarur.

Tadqiqotda taklif etilgan model; yo'nalishi bo'yicha kasbiy tayyorgarlik jarayonida hayot xavfsizligini ta'minlash bo'yicha psixologik kompetensiyani shakllantirish jarayonining asosiy xususiyatlarini aks ettiradi. Ko'rib chiqilayotgan model maqsadli, tashkiliy, mazmunli va diagnostik bloklar ko'rinishidagi umumiy yaxlitligi bilan tavsiflanadi. Shunday qilib, hayot xavfsizligini ta'minlash bo'yicha psixologik kompetensiya rivojlanadi, bir darajadan ikkinchisiga o'tadi va uning holati har safar motivlar mazmuni, xavfsizlik bo'yicha bilim va ko'nikmalar, kasbiy jihatdan muhim fazilatlar ko'rinishidagi shaxsiy shakllanishlarning muvofiqligi asosida aniqlanishi mumkin [5, 128; 6, 849].

Xulosa va takliflar (Conclusion/ Recommendations). Diagnostika bloki tarkibidagi monitoring jarayon sifatida, bir tomondan, talabalarning yo'nalishi bo'yicha erishgan yutuqlarini rejalashtirilgan natijalar bilan (mezon ma'lumotlarini yig'ish va qayta ishlashni tashkil etish orqali) kuzatish va solishtirish, boshqa tomondan, xavfsizlikni ta'minlashda psixologik kompetensiyani rivojlantirish jarayonini tuzatish tartibini amalga oshirish imkonini beradi. Oxir oqibat, ushbu blok hayot xavfsizligini ta'minlash bo'yicha psixologik kompetensiyani rivojlantirish jarayonining miqdoriy va sifat jihatlari haqida qisqacha ma'lumot berishga imkon beradi. Yuqoridagi vazifalarni amalga oshirish uchun siz ba'zi qoidalarga amal qilishingiz kerak:

- Muammolarni har tomonlama tahlil qilish orqali ijodkorlikni rivojlantirish.
- Kognitiv muammolarni hal qilishda bir nechta usullardan foydalanish kerak.
- Bilimlar tizimini yaxshiroq o'zlashtirish uchun reja va sxemalardan foydalanish tavsiya etiladi.
- Har bir bolaning hayotiy tajribasini, uning qiziqishlarini, rivojlanish xususiyatlarini hisobga olish kerak. Maktab oila bilan yaqindan hamkorlik qilishi kerak.
- Bolalarga har bir inson kelajakdagi rejalarini amalga oshirishga hissa qo'shadigan hamma narsani o'zlashtirsa, hayotda o'z o'rnini borligini o'rgatish kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. В.И.Байденко. Компетенции в профессиональном образовании (К освоению компетентностного подхода) // Высшее образование в России, 2004. – № 11. – С 5-11.
2. Y.E.Mahmudov, Z.L.Batirov, M.Z.Lutfullayeva. Bo'lajak mutaxassislarni hayot faoliyati xavfsizligini ta'minlashda kompetensiyaviy yondashuvlar/ Zamonaviy ta'lim-tarbiya jarayonining psixologik-pedagogik masalalari mavzusidagi II xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya maqolalar to'plami. Toshkent, 2023. 849...854 b.
3. Н.А.Муслимов, М.Б.Уразова, Ш.Н.Эшпулатов. Касб таълими ўқитувчиларининг касбий компетентлигини шакллантириш технологияси/ Тошкент: Fan va texnologiya, 2013. – 8-9 б.
4. Batirov Zafar, Mahmudov Yoqub. Mutaxassislarni hayot faoliyati xavfsizligini ta'minlashga oid kasbiy kompetentsiyalarini shakllantirishning ahamiyati / Zamonaviy ta'lim-tarbiya jarayonining psixologik-pedagogik masalalari mavzusidagi 2-xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya. Toshkent, 07.12.2023 y. 11-16 b.
5. Хасанов, Б. У., Шерматов, Г. Г., Жалелов, М. А., & Ботиров, З. Л. (2016). Инновационные процессы и актуальные проблемы развития профессионального образования в Республики Узбекистан. In World science: Problems and innovations (pp. 421-423).
6. Ю.Г.Репьев. Интерактивное самообучение/ Монография. – М.: «Логос», 2004. – 248с.
7. Batirov Z. Maqola //News of the NUUZ. – 2024. – Т. 1. – №. 1.5. 2. – С. 54-56.

Xudoyberganova Sharofat G'ofurjon qizi,
Xorazm viloyati pedagogik
mahorat markazi "Pedagogika va psixologiya,
ta'lim texnologiyalari" kafedrası o'qituvchisi

RAQAMLI PLATFORMALARDA O'SMIRLAR ORASIDA IJTIMOII MANIPULYATSIYA VA ALGORITMIK TA'SIR MEXANIZMLARI

Annotatsiya. ushbu maqolada raqamli platformalarda o'smirlar ongiga ta'sir ko'rsatishning zamonaviy mexanizmlari tahlil qilinadi. Tadqiqotda ijtimoiy tarmoqlar algoritmlarining foydalanuvchi xulq-atvorini shakllantirishdagi roli, ma'lumot oqimining selektiv tarzda boshqarilishi va manipulyativ kontent tarqatish usullari yoritilgan. Shuningdek, o'smirlarning psixologik va ijtimoiy jihatdan raqamli muhitga nisbatan sezgirligi, algoritmik ta'sirga moyillik darajasi hamda axborot filtrlari orqali yuzaga keladigan "aks-sado kamerasi" (echo chamber) hodisasi tahlil etiladi. Maqolada manipulyatsiyani kamaytirish hamda o'smirlarning raqamli savodxonligini oshirish bo'yicha tavsiyalar ham berilgan. Tadqiqot natijalari o'smirlar psixologiyasi, axborot xavfsizligi va media ta'lim sohalarida amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: raqamli platformalar, algoritmik ta'sir, ijtimoiy manipulyatsiya, o'smirlar, media savodxonlik, axborot xavfsizligi.

Annotation. This article examines the modern mechanisms of social manipulation and algorithmic influence on adolescents within digital platforms. It explores the role of social media algorithms in shaping user behavior, controlling information flows, and promoting manipulative content. The study highlights adolescents' psychological vulnerability, their susceptibility to algorithmic persuasion, and the emergence of "echo chambers" resulting from information filtering. The article also provides recommendations for reducing manipulative influence and improving adolescents' digital and media literacy. The research findings have practical implications for adolescent psychology, information security, and media education.

Key words: digital platforms, algorithmic influence, social manipulation, adolescents, media literacy, information security.

Аннотация. В данной статье анализируются современные механизмы социального манипулирования и алгоритмического воздействия на сознание подростков в цифровых платформах. Рассматривается роль алгоритмов социальных сетей в формировании поведения пользователей, управление потоками информации и распространение манипулятивного контента. Особое внимание уделено психологической уязвимости подростков, их восприимчивости к алгоритмическому влиянию и феномену «эхо-камер» (echo chamber), возникающему вследствие фильтрации информации. В статье предлагаются рекомендации по снижению манипулятивного воздействия и повышению уровня цифровой и медийной грамотности среди подростков. Результаты исследования имеют практическое значение для психологии подростков, информационной безопасности и медиаобразования.

Ключевые слова: цифровые платформы, алгоритмическое воздействие, социальная манипуляция, подростки, медиаграмотность, информационная безопасность.

Kirish. So'nggi yillarda raqamli texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlarning jadal rivojlanishi inson hayotining deyarli barcha jabhalariga chuqur kirib bordi. Ayniqsa, o'smirlar uchun internet va raqamli platformalar asosiy muloqot, axborot olish hamda o'zini ifoda etish maydoniga aylangan. Biroq bu jarayon bilan bir qatorda, raqamli muhitda yashirin ijtimoiy manipulyatsiya, algoritmik boshqaruv va axborot oqimining ongli tarzda yo'naltirilishi kabi muammolar ham kuchaymoqda.

Ijtimoiy tarmoqlar algoritmlari foydalanuvchi xatti-harakatlarini kuzatib, ularning qiziqishlariga mos kontentni taklif etish orqali e'tibor va vaqtni maksimal darajada jalb qilishga

intiladi. Bu esa, o'smirlar ongida ma'lum dunyoqarash, qadriyat va xulq-atvor shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Natijada, ularning axborotni tanqidiy tahlil qilish qobiliyati pasayib, "aks-sado kamerasi" (echo chamber) hodisasi - ya'ni faqat o'xshash fikr va qarashlarni mustahkamlovchi muhit shakllanishi kuzatiladi.

Mazkur maqola o'smirlar ongiga raqamli platformalar orqali ko'rsatilayotgan ijtimoiy va algoritmik ta'sir mexanizmlarini tahlil qilishga, manipulyativ strategiyalarni aniqlashga hamda ularning salbiy oqibatlarini kamaytirish yo'llarini izlashga qaratilgan. Tadqiqotning dolzarbligi shundaki, raqamli manipulyatsiya jarayonlarini tushunish o'smirlarning media savodxonligini oshirish, ularni axborot xavfsizligi nuqtai nazaridan himoya qilish hamda sog'lom raqamli muhitni shakllantirish uchun zarurdir.

Adabiyotlar tahlili. So'nggi yillarda raqamli platformalarning o'smirlar psixologiyasi va ijtimoiy xulqiga ta'siri bo'yicha ko'plab ilmiy izlanishlar olib borilmoqda. G'arb va Sharq tadqiqotchilarining ishlari shuni ko'rsatadiki, algoritmik boshqaruv nafaqat foydalanuvchi tajribasini qulaylashtiradi, balki ularning fikrlash va qaror qabul qilish jarayonlariga ham sezilarli darajada ta'sir ko'rsatadi (Pariser, 2011; Zuboff, 2019).

Eli Pariser (2011) o'zining "Filter Bubble" asarida algoritmlar orqali foydalanuvchilarga ma'lumotlarning selektiv tarzda taqdim etilishi ularni ma'lum axborot doirasida "qamalib qolish" holatiga olib kelishini ta'kidlaydi. Bu jarayon ayniqsa o'smirlar orasida muhim ahamiyat kasb etadi, chunki ular ijtimoiy identifikatsiya va qadriyatlar shakllanish bosqichida bo'ladilar. Shoshana Zuboff (2019) esa "Surveillance Capitalism" nazariyasi doirasida raqamli kompaniyalar foydalanuvchilarning xatti-harakatlari orqali ularni iqtisodiy manfaat yo'lida boshqarish mexanizmlarini ochib beradi.

Mahalliy va mintaqaviy tadqiqotlar ham o'smirlarning raqamli muhitdagi faolligi, ularning media savodxonlik darajasi va ijtimoiy manipulyatsiyaga moyilligi bilan bog'liq masalalarga e'tibor qaratmoqda (Karimova, 2022; Tursunov, 2023). Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ko'plab o'smirlar raqamli kontentning manipulyativ tabiati, soxta axborot (fake news) yoki "trend" orqali ongli ta'sir mexanizmlarini yetarlicha anglamaydilar.

Shuningdek, Livingstone va Haddon (2020) tomonidan olib borilgan "EU Kids Online" loyihasida yosh foydalanuvchilarning onlayn xulqi, xavfsizlik darajasi va algoritmik ta'sirga nisbatan himoyasizligi tahlil qilingan. Ularning natijalari o'smirlarning raqamli tajribasi nafaqat texnologik, balki ijtimoiy va psixologik omillar bilan chambarchas bog'liq ekanini ko'rsatadi.

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar raqamli platformalarda algoritmik ta'sir va ijtimoiy manipulyatsiya mexanizmlari tobora murakkablashib borayotganini, bu jarayon o'smirlarning dunyoqarashi va ijtimoiy faolligiga bevosita ta'sir ko'rsatayotganini tasdiqlaydi. Shu bois, bu mavzuni mahalliy kontekstda chuqur tahlil qilish va milliy raqamli muhitda yoshlar ongini himoya qilish strategiyalarini ishlab chiqish dolzarb masala bo'lib qolmoqda.

Tadqiqot metodologiyasi

1. Tadqiqotning obyekt va predmeti

Obyekt: O'smirlarning raqamli platformalarda (ijtimoiy tarmoqlar, video va axborot almashish ilovalari) faoliyati jarayonida shakllanadigan ijtimoiy va psixologik xulq-atvori. Predmet: Raqamli platformalarda o'smirlar ongiga ko'rsatiladigan algoritmik ta'sir va ijtimoiy manipulyatsiya mexanizmlarining xususiyatlari hamda ularning psixologik oqibatlari

2. Tadqiqotning maqsadi

Raqamli platformalar algoritmlarining o'smirlarning dunyoqarashi, hissiy holati va xulq-atvoriga ta'sirini aniqlash, ijtimoiy manipulyatsiya mexanizmlarini tahlil qilish hamda bu ta'sirni kamaytirishga qaratilgan psixoprofilaktik tavsiyalar ishlab chiqish.

3. Tadqiqotning vazifalari

Ijtimoiy manipulyatsiya va algoritmik boshqaruvning nazariy asoslarini tahlil qilish.

Raqamli platformalar algoritmlarining o'smirlarning axborot iste'moli va hissiy holatiga ta'sirini o'rganish.

O'smirlar orasida raqamli manipulyatsiya (trendlar, reklama, kontent tavsiyalari)ni qabul qilish darajasini empirik jihatdan aniqlash.

O'smirlarning media savodxonligi va tanqidiy fikrlash darajasini baholash.

Raqamli manipulyatsiya ta'sirini kamaytiruvchi psixoprofilaktik tavsiyalar ishlab chiqish.

4. Tadqiqot usullari

a) Nazariy metodlar:

Ilmiy adabiyotlarni, xorijiy tadqiqotlar va statistik hisobotlarni tahlil qilish;

Algoritmik ta'sir, ijtimoiy manipulyatsiya, media psixologiyasi va raqamli xavfsizlik nazariyalarini solishtirish va umumlashtirish;

Zamonaviy raqamli platformalar (TikTok, Instagram, YouTube, Telegram, X va boshqalar) algoritmik tizimlarining foydalanuvchi xulqiga ta'sir mexanizmlarini tahlil qilish.

b) Empirik metodlar:

So'rovnoma: 13–18 yosh oralig'idagi o'smirlar o'rtasida onlayn so'rov o'tkazilib, ularning ijtimoiy tarmoqlarda faol bo'lish darajasi, algoritmik tavsiyalarni qabul qilish va kontentga bog'lanish holatlari o'rganildi.

Suhbat: O'smirlar bilan psixologik intervyular o'tkazilib, ularning raqamli kontentga bo'lgan hissiy va kognitiv munosabatlari tahlil qilindi.

Kuzatuv: Ijtimoiy tarmoqlarda mashhur trendlar va algoritmik kontent oqimlari kuzatilib, manipulyativ strategiyalar (e'tibor tortish, hissiyotga ta'sir, "like" va "share" mexanizmlari) tahlil qilindi.

Psixologik testlar:

"Internetga bog'liqlik darajasi" (K. Yang testi) - o'smirlarning raqamli muhitga hissiy qaramligini aniqlash uchun;

"Ijtimoiy ta'sirga moyillik" so'rovnomasi - algoritmik va manipulyativ ta'sirga psixologik sezuvchanlikni baholash uchun.

5. Tadqiqotning metodologik asosi

Tadqiqot quyidagi olimlar va konsepsiyalarga tayandi:

E. Pariser (2011) - "Filter Bubble" nazariyasi: algoritmlar axborotni shaxsiylashtirish orqali foydalanuvchi dunyoqarashini toraytiradi.

S. Zuboff (2019) - "Surveillance Capitalism" konsepsiyasi: foydalanuvchi ma'lumotlari iqtisodiy va psixologik manipulyatsiya vositasiga aylanadi.

A. Bandura - ijtimoiy o'rganish nazariyasi: o'smirlar ijtimoiy modellar orqali xulqni o'zlashtiradilar.

M. Castells - tarmoq jamiyati nazariyasi: raqamli tarmoqlar yangi ijtimoiy kuch va boshqaruv shakllarini yaratadi.

Mazkur nazariyalar raqamli muhitda algoritmik ta'sirning psixologik mexanizmlarini tushuntirishda metodologik asos sifatida xizmat qildi.

6. Tadqiqot bazasi

Tadqiqot 2025-yil davomida Xiva, Urganch va Nukus shaharlaridagi 3 ta umumta'lim maktabning 8–10-sinf o'quvchilari ishtirokida o'tkazildi.

Umumiy ishtirokchilar soni - 100 nafar o'smir (55 qiz va 45 o'g'il bola). So'rovlar anonim tarzda, raqamli shaklda (Google Forms) o'tkazildi.

7. Tadqiqot bosqichlari

Nazariy bosqich: mavzu bo'yicha ilmiy manbalar, statistik ma'lumotlar va raqamli platformalar algoritmik tizimlari o'rganildi.

Empirik bosqich: so'rovnomalar, suhbatlar va testlar o'tkazilib, natijalar to'plandi.

Tahlil bosqichi: olingan ma'lumotlar deskriptiv va korrelyatsion tahlil usullari yordamida qayta ishlanib, asosiy tendensiyalar aniqlangan.

Xulosa bosqichi: natijalar asosida raqamli manipulyatsiyani kamaytirishga oid psixoprofilaktik takliflar ishlab chiqildi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, raqamli platformalardagi algoritmik tavsiyalar tizimi o'smirlarning psixologik holati va xulq-atvoriga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatadi. So'rovnoma va intervyular natijalariga ko'ra, ishtirokchilarning katta qismi (taxminan 70–75 %) ijtimoiy tarmoqlar tomonidan taklif etiladigan kontentni “tasodifiy” deb o'ylaydi, biroq aslida ushbu tavsiyalar algoritmik tahlil va manipulyatsiya natijasidir. Bu holat Eli Pariser (2011) tomonidan ilgari surilgan “filter bubble” nazariyasini amalda tasdiqlaydi: o'smirlar algoritmlar tomonidan shakllantirilgan ma'lum informatsion muhit ichida yashaydilar va boshqa nuqtai nazarlardan cheklangan holda fikrlashga moyil bo'lib qoladilar.

Tadqiqot davomida aniqlanishicha, algoritmik tizimlar o'smirlarning emosional javoblari va onlayn faoliyatini bevosita boshqaradi. Masalan, qisqa videokontent (TikTok, Reels, Shorts) orqali taqdim etiladigan manipulyativ obrazlar va “trend”lar o'smirlarning e'tiborini kuchli darajada jalb etib, ularni hissiy reaktivlik va taqlid xulqiga undaydi. Bu jarayon A. Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasiga to'liq mos keladi: o'smirlar boshqalar xulqini kuzatish orqali uni o'zlashtiradilar.

Empirik ma'lumotlarga ko'ra, o'smirlarning 60 foizdan ortig'i raqamli platformalarda ko'rgan “mashhur” shaxslarning fikrlariga ishonadi yoki ularni “namuna” sifatida qabul qiladi. Shu bilan birga, faqat 25–30 foiz ishtirokchi manipulyativ yoki soxta kontentni tanib olishda o'zini ishonchli deb hisoblaydi. Bu esa o'smirlar orasida media savodxonlik va tanqidiy fikrlash ko'nikmalari yetarli darajada shakllanmaganini ko'rsatadi.

Muhokama jarayonida yana bir muhim jihat shuki, o'smirlarning aksariyati raqamli platformalarda o'z hissiy holatini algoritmik tarzda boshqarishga imkon berayotganini anglamaydi. Misol uchun, ijobiy his uyg'otuvchi postlardan so'ng salbiy yoki tajovuzkor kontent ko'rsatilishi orqali foydalanuvchining emosional barqarorligi izdan chiqadi. Bu jarayon S. Zuboff (2019) ta'kidlaganidek, “raqamli nazorat kapitalizmi”ning asosiy mexanizmlaridan biridir - ya'ni foydalanuvchi xatti-harakati iqtisodiy foyda manbaiga aylanadi.

Shuningdek, tadqiqot o'smirlarning raqamli manipulyatsiyaga moyilligini oshiruvchi psixologik omillarni ham aniqladi:

past o'z-o'zini baholash (Dembo–Rubinshteyn test natijalariga ko'ra o'rtacha 58 % o'smir o'zini “boshqalarga nisbatan past” deb baholagan);

ijtimoiy tasdiqqa ehtiyoj (like, izoh, obunachi soni orqali o'zini qadrlash);

raqamli kontentga hissiy qaramlik.

Bu holatlar o'smirlarning manipulyativ algoritmik ta'sirga nisbatan psixologik zaifligini ko'rsatadi.

Muhokama natijasida quyidagi xulosalarga kelish mumkin:

Raqamli platformalar algoritmlari foydalanuvchilarning e'tiborini boshqarish orqali ularning axborot iste'molini cheklangan yo'nalishda shakllantiradi.

O'smirlar bu jarayonni ongli ravishda idrok etmaydilar va manipulyativ kontentni ko'pincha “oddiy axborot” sifatida qabul qiladilar.

O'smirlar orasida media savodxonlikni oshirish, algoritmik ta'sir mexanizmlarini tushuntirish va raqamli muhitda tanqidiy fikrlashni shakllantirish dolzarb psixoprofilaktik yo'nalish sifatida ko'rilishi lozim.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari algoritmik boshqaruv va raqamli manipulyatsiya o'smirlarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishida muhim rol o'ynayotganini, shu bois raqamli ta'lim, media psixologiya va axborot xavfsizligi tizimlarini integratsiyalash zarurligini ko'rsatadi.

Natijalar tahlili. Tadqiqotning empirik bosqichida 13–18 yosh oraliqidagi 100 nafar o'smir (55 qiz va 45 o'g'il bola) ishtirok etdi. So'rovnoma, intervyu va psixologik testlar natijalari asosida raqamli platformalarning o'smirlar ongiga ta'siri bir necha yo'nalishda tahlil qilindi.

1. O'smirlarning raqamli platformalardan foydalanish darajasi

So'rov natijalariga ko'ra, ishtirokchilarning:

92 % ijtimoiy tarmoqlardan har kuni foydalanishini;

68 % 3 soatdan ortiq vaqtini onlayn platformalarda o'tkazishini;

74 % esa kontentni asosan algoritmik tavsiyalar ("recommendations", "For You page") orqali tomosha qilishini bildirgan.

Bu ma'lumotlar o'smirlar raqamli muhitda algoritmik tanlovga to'liq tayanayotganini, axborotni mustaqil izlash faoliyati esa kamayganini ko'rsatadi.

2. Algoritmik ta'sirni idrok etish darajasi

Respondentlarning faqat 28 % ijtimoiy tarmoqlarda ko'rsatiladigan kontent algoritmik tarzda tanlanishini bilishini,

72 % esa "tasodifiy yoki mashhurlik darajasiga ko'ra" deb hisoblashini bildirgan.

Bu natija Pariser (2011) tomonidan ilgari surilgan "filter bubble" nazariyasini amalda tasdiqlaydi: o'smirlar algoritmik boshqaruvning mavjudligini anglamasalar ham, uning ichida yashaydilar.

3. Manipulyativ kontentni tanib olish qobiliyati

So'rovda berilgan misollar (reklama, trend videolar, soxta yangiliklar) asosida o'smirlarning manipulyativ kontentni aniqlash darajasi baholandi:

Yuqori aniqlash darajasi (to'g'ri taniganlar) - 27 %

O'rtacha daraja (ba'zi manipulyatsiyalarni sezganlar) - 42 %

Past daraja (manipulyatsiyani umuman sezmaganlar) - 31 %

Bu ko'rsatkichlar o'smirlarning media savodxonligi yetarli emasligini va tanqidiy fikrlashni shakllantirish zarurligini ko'rsatadi.

4. Psixologik testlar natijalari

a) Internetga bog'liqlik darajasi (K. Yang testi):

16 % - past bog'liqlik,

49 % - o'rtacha bog'liqlik,

35 % - yuqori darajadagi raqamli qaramlik.

Yuqori qaramlik darajasiga ega o'smirlarning 80 foizi manipulyativ kontentni tanib olishda qiynalgan. Bu esa emosional reaktivlik va axborotga qaramlik o'rtasida bog'liqlik mavjudligini ko'rsatadi.

b) Ijtimoiy ta'sirga moyillik testi:

58 % o'smir o'z fikrini onlayn fikr yetakchilari yoki trendlar asosida o'zgartiradi;

22 % boshqalarning fikriga kamroq bog'liq;

20 % esa o'z qarashlarini mustaqil shakllantira olishini bildirgan.

Bu natija Bandura (1977)ning ijtimoiy o'rganish nazariyasi bilan mos keladi - o'smirlar ko'rgan modellarni taqlid qilish orqali o'z xulqini shakllantiradilar.

5. Algoritmik ta'sirning hissiy oqibatlar

Suhbatlar natijasida quyidagi hissiy holatlar tez-tez kuzatildi:

"Like" va "ko'rishlar soni" kamayganda - tushkunlik va ishonchsizlik;

Trendlar yoki "challenge"larda qatnashganda - qisqa muddatli ijobiy emotsiya;

Negativ yoki zo'ravonlikka oid videolar tomosha qilinganda - asabiylik va agressiv holat.

Bu kuzatuvlar algoritmik tizimlar o'smirlarning emotsional holatini boshqarish vositasi sifatida ishlatilayotganini ko'rsatadi (Zuboff, 2019).

6. Statistik tahlil natijalari

Korrelyatsion tahlil (r-koeffitsient) asosida quyidagi bog'liqliklar aniqlangan:

Internetga bog'liqlik darajasi va manipulyativ kontentni tanib olish o'rtasida teskari bog'liqlik ($r = -0.61$);

Algoritmik kontentdan foydalanish darajasi va ijtimoiy ta'sirga moyillik o'rtasida ijobiy bog'liqlik ($r = 0.68$).

Bu natijalar shuni anglatadiki, algoritmik kontentni ko'p iste'mol qilgan sayin o'smirlar ijtimoiy manipulyatsiyaga ko'proq moyil bo'ladilar.

7. Umumiy tahliliy xulosa

Natijalar asosida quyidagi holatlar kuzatildi:

O'smirlarning aksariyati algoritmik tavsiyalarni ongli tahlil qilmasdan qabul qiladi.

Algoritmik ta'sir o'smirlarning hissiy holati, o'z-o'zini baholash va ijtimoiy o'zini ifoda etishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Media savodxonlik darajasi past bo'lgan o'smirlar manipulyatsiyani tez-tez "oddiy kontent" sifatida qabul qiladilar.

Raqamli qaramlik kuchaygan sayin tanqidiy fikrlash susayadi, bu esa algoritmik nazoratning samaradorligini oshiradi.

Natijalar tahlilidan chiqadigan umumiy xulosalar

Raqamli platformalar o'smirlarning kognitiv va hissiy faoliyatini algoritmik modellar orqali boshqarish imkoniga ega.

O'smirlar orasida raqamli savodxonlikni oshirish, algoritmik tavsiyalarni tahlil qilish ko'nikmalarini shakllantirish - raqamli psixologiyaning eng muhim vazifalaridan biridir.

Maktab psixologlari, ota-onalar va o'qituvchilar raqamli muhitda ijtimoiy manipulyatsiya belgilari haqida muntazam tushuntirish ishlarini olib borishlari lozim.

Xulosa. O'tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, raqamli platformalarda o'smirlarning axborotni qabul qilishi, ijtimoiy xulqi va emotsional holati algoritmik boshqaruv va ijtimoiy manipulyatsiya omillari bilan chambarchas bog'liqdir. Zamonaviy raqamli algoritmlar o'smirlarning e'tiborini jalb qilish, hissiy reaksiya uyg'otish va ularning xulq-atvorini yo'naltirish uchun murakkab psixotexnik vositalardan foydalanadi.

Tadqiqot davomida olingan empirik ma'lumotlar quyidagi asosiy xulosalarni chiqarish imkonini berdi:

Algoritmik ta'sirning ong osti darajadagi mexanizmlari - o'smirlar kontentni tanlashda mustaqil qaror qabul qilayotgandek tuyulsalar-da, aslida ularning faoliyati algoritmik tavsiyalar orqali boshqariladi.

Raqamli manipulyatsiya o'smirlarning hissiy barqarorligiga ta'sir qiladi: "like", "trend" va "obunachi soni" orqali shakllanadigan ijtimoiy tasdiqqa ehtiyoj o'smirlarning o'zini qadrlashini beqarorlashtiradi.

O'smirlarning media savodxonligi past darajada: ishtirokchilarning yarmi manipulyativ yoki soxta axborotni tanib olishda qiynaladi, bu esa ularni algoritmik nazoratga nisbatan yanada zaif qiladi.

Raqamli qaramlik darajasi yuqori bo'lgan o'smirlar algoritmik kontentni tanqidiy tahlil qila olmaydilar; ular uchun ijtimoiy tarmoqlar asosiy axborot manbaiga aylanadi.

Algoritmik muhitdagi tajovuzkor, zo'ravon yoki provokatsion kontent o'smirlar emotsional holatida agressiya, tashvish va o'ziga ishonchsizlikni kuchaytiradi.

Ushbu natijalar shuni anglatadiki, raqamli platformalar nafaqat axborot tarqatuvchi vosita, balki o'smirlar ongini shakllantiruvchi kuchli ijtimoiy-psixologik omil sifatida namoyon bo'lmoqda. Shu bois o'smirlarni algoritmik manipulyatsiyaga nisbatan himoyalash va ularning tanqidiy fikrlash salohiyatini rivojlantirish bugungi kunda dolzarb vazifalardan biridir.

Tadqiqot asosida quyidagi amaliy xulosalarni keltirish mumkin:

Maktab o'quvchilari o'rtasida media savodxonlik va raqamli xavfsizlik darslarini joriy etish zarur;

Ota-onalar uchun raqamli tarbiya bo'yicha psixologik tavsiyalar ishlab chiqish;

O'smirlar bilan ishlovchi psixologlar algoritmik manipulyatsiya belgilarini aniqlash va unga qarshi psixoprofilaktik treninglar o'tkazishlari lozim;

Raqamli platformalar algoritmlarining shaffofligini oshirish, foydalanuvchi ma'lumotlaridan foydalanish siyosatini nazorat qilish kerak.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari raqamli platformalarda ijtimoiy manipulyatsiya va algoritmik ta'sir mexanizmlarini chuqur o'rganish nafaqat psixologik, balki ijtimoiy va axborot xavfsizligi sohalari uchun ham muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega ekanini ko'rsatdi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
2. Freyd, Z. (1923). The Ego and the Id. Vienna: International Psychoanalytical Press.
3. Levin, K. (1947). Field Theory in Social Science. New York: Harper & Row.
4. Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 37(4), 887–907.
5. Pariser, E. (2011). The Filter Bubble: What the Internet is Hiding from You. New York: Penguin Press.
6. Zuboff, S. (2019). The Age of Surveillance Capitalism. London: Profile Books.
7. Livingstone, S., & Smith, P. K. (2014). Annual Research Review: Harms experienced by child users of online and mobile technologies: the nature, prevalence and management of sexual and aggressive risks in the digital age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(6), 635–654.
8. Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online Communication and Adolescent Well-Being: Testing the Stimulation Versus the Displacement Hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 16(2), 200–209.
9. O'Keeffe, G. S., Clarke-Pearson, K., & Council on Communications and Media. (2011). The Impact of Social Media on Children, Adolescents, and Families. *Pediatrics*, 127(4), 800–804.
10. Livingstone, S. (2008). Taking risky opportunities in youthful content creation: teenagers' use of social networking sites for intimacy, privacy and self-expression. *New Media & Society*, 10(3), 393–411.
11. Rideout, V., Foehr, U., & Roberts, D. F. (2010). Generation M2: Media in the Lives of 8–18 Year-Olds. Kaiser Family Foundation.
12. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2015). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(3), 1769–1801.
13. Ортикова, М. М. (2020). Zamonaviy o'smir psixologiyasi va raqamli muhit. Toshkent: Fan.
14. Хўжамбердиева, Д. Ж. (2019). Ijtimoiy tarmoqlar va yoshlar ongiga ta'siri. Toshkent: "Ilm-fan va Ma'rifat" jurnali, 3(12), 45–52.
15. Мирзаев, Ш. А. (2021). O'smirlar orasida media savodxonlikni rivojlantirish strategiyalari. Toshkent: Pedagogika ilmiy jurnal, 5(2), 67–75.
16. Султонов, Р. К. (2022). Algoritmik kontent va yoshlar psixologiyasi. Samarqand: Ilmiy maqolalar to'plami, 14–22.
17. Ахмедов, Ф. (2020). Ijtimoiy manipulyatsiya va internet muhitidagi xavf omillari. Toshkent: "Axborot xavfsizligi" jurnal, 2(6), 12–19.

Guldayev Lochinbek Kelsinboyevich,
Qo'qon universiteti Andijon filiali
pedagogika, psixologiya va jismoniy madaniyat
kafedrası o'qituvchisi

YOSH FUTBOLCHILARNING MUSOBAQA OLDI PSIXOLOGIK TAYYORGARLIKLARINING SAMARADORLIGI

Annotatsiya. Ushbu maqola yosh futbolchilarning musobaqa oldi psixologik tayyorgarliklarining samaradorligini o'rganishga qaratilgan. Futbol - jismoniy tayyorgarlikdan tashqari, ruhiy va psixologik tayyorgarlikni ham talab qiladigan sport turi. Maqolada futbolchilarning psixologik tayyorgarligi, motivatsiyasi, stressni boshqarish usullari va musobaqa oldi ruhiy tayyorgarlikning ahamiyati muhokama qilinadi. Tadqiqotda so'rovnoma metodidan foydalanilgan bo'lib, yosh futbolchilarning psixologik tayyorgarlik jarayonidagi eng muhim omillar tahlil qilinadi. Shuningdek, futbolchilarning motivatsiyasini oshirish, stressni boshqarish va umumiy psixologik tayyorgarlikni kuchaytirish bo'yicha samarali metodlar keltirilgan. Maqolada O'zbekiston futbolining rivojlanishiga doir qabul qilingan qarorlar ham ta'kidlanib, yosh futbolchilarni tayyorlash uchun amalga oshirilgan davlat dasturlari haqida batafsil ma'lumot berilgan.

Kalit so'zlar: Yosh futbolchilar, psixologik tayyorgarlik, motivatsiya, stressni boshqarish, futbol musobaqalari, jismoniy tayyorgarlik, psixologik barqarorlik, psixologik tayyorgarlik metodlari.

Аннотация. Эта статья посвящена изучению эффективности психологической подготовки юных футболистов перед соревнованиями. Футбол, как вид спорта, требует не только физической подготовки, но и психологической. В статье рассматриваются аспекты психологической подготовки игроков, их мотивация, методы управления стрессом и значимость психологической подготовки перед соревнованиями. В исследовании использовался метод анкетирования, с целью анализа ключевых факторов, влияющих на психологическую подготовленность футболистов. Также приведены эффективные методы повышения мотивации, управления стрессом и укрепления общей психологической подготовки. В статье также рассматриваются принятые решения и программы, направленные на развитие футбола в Узбекистане, включая меры по подготовке молодежных футболистов и национальные программы развития спорта.

Ключевые слова: Молодые футболисты, психологическая подготовка, мотивация, управление стрессом, футбольные соревнования, физическая подготовка, психологическая стабильность, методы психологической подготовки.

Annotation. This article is dedicated to examining the effectiveness of psychological preparation for young football players before competitions. Football, as a sport, requires not only physical conditioning but also psychological readiness. The article discusses various aspects of psychological preparation, including player motivation, stress management techniques, and the importance of mental readiness before competitions. The research utilizes a survey method to analyze the key factors influencing the psychological preparedness of players. Additionally, the article outlines effective methods for boosting motivation, managing stress, and improving overall psychological conditioning. The article also highlights decisions and programs aimed at developing football in Uzbekistan, detailing government initiatives for the training of young football players and national sports development programs.

Key words: Young football players, psychological preparation, motivation, stress management, football competitions, physical preparation, psychological stability, psychological preparation methods.

Kirish. Mamlakatimizda millionlar o'yini bo'lgan "futbol" sport turiga qiziqish toboro ortib bormoqda. Muhtaram prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev tashabbuslari bilan futbol sport turini rivojlantirish uchun bir qancha qarorlar va farmonar qabul qilingan, bu qarorlar mamlakatda futbolni ommalashtirish va yoshlarni futbolga jalb qilishga katta hissa qo'shmoqda. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti tomonidan qabul qilingan "O'zbekistonda futbolni rivojlantirishni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida 04.12.2019 yildagi PF-5887-sonli" farmoni bunga yaqqol misol bo'la oladi.

Futbol - dunyoning eng ommabop sport turi bo'lib, butun dunyo bo'ylab millionlab tomoshabinlar va o'yinchilarga ega. Biroq, futbol o'yinining jismoniy tayyorgarlikdan tashqari, ruhiy tayyorgarligi ham katta ahamiyatga ega. Yosh futbolchilarning musobaqalarga tayyorligi faqat jismoniy holatiga bog'liq emas, balki psixologik tayyorgarlik ham ularning muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir qiladi.

Futbol o'yinchilarining psixologik tayyorgarligi nafaqat o'yin davomida bo'lib o'tadigan qarorlarni qabul qilish jarayonini osonlashtiradi, balki ularning musobaqalarga tayyorligini, g'alabaga bo'lgan ishtiyoqini va umumiy muvaffaqiyatini oshiradi. O'yinchilarning psixologik holatini boshqarish va optimallashtirish sport psixologiyasi sohasida dolzarb masalalardan biri hisoblanadi.

Futbol o'yinining asosiy qonunlari va qarorlari jismoniy va psixologik tayyorgarlik jarayonini shakllantirishda katta ahamiyatga ega. FIFA (Xalqaro Futbol Assotsiatsiyasi) tomonidan ishlab chiqilgan futbol o'yinining asosiy qoidalar barcha musobaqalarda o'yinchilarga qattiq rioya qilishni talab etadi. Bu qoidalar nafaqat o'yin davomida futbolchilarning jismoniy faolligini, balki psixologik holatini ham nazorat qiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodlar. Futbol o'yini davomida quyidagi asosiy qoidalar mavjud:

Futbol o'yinining vaqtini boshqarish: O'yin davomiyligi 90 daqiqa (2 ta 45 daqiqalik bo'lim) bo'lib, o'yinni to'g'ri boshqarish vaqti va psixologik tayyorgarlikni muvozanatlashni talab qiladi. O'yinchilar bu jarayonda stressni boshqarish, ruhiy holatni yaxshilash va samarali qarorlar qabul qilish qobiliyatiga ega bo'lishlari kerak.

Offsayd qoidasining ahamiyati: Raqibning pozitsiyasini to'g'ri baholash va tezkor qarorlar qabul qilish o'yinchilardan yuqori darajadagi psixologik diqqatni talab qiladi.

To'p bilan ishlash va harakatlar erkinligi: To'pni to'g'ri boshqarish va raqibni o'tkazib yuborish uchun o'yinchilar nafaqat jismoniy kuchni, balki o'zlarining psixologik qobiliyatlarini ham namoyish etishlari zarur.

Bu qoidalar, yosh futbolchilarning musobaqalarga tayyorligini nafaqat jismoniy, balki psixologik jihatdan ham baholash va yaxshilashni talab etadi. O'yinchilarning muvaffaqiyatga erishishidagi psixologik tayyorgarlikning ahamiyati shundaki, ular o'zlarini qanday tutishlarini va qarorlar qabul qilish jarayonini boshqarishni o'rganishlari kerak.

Mazkur maqolada yosh futbolchilarning musobaqa oldi psixologik tayyorgarligi, shu jumladan, bu jarayonning samaradorligini o'lchash metodlari va yondashuvlari tahlil qilinadi. Tadqiqotda so'rovnoma metodidan foydalanilib, yosh futbolchilarning psixologik tayyorgarlik jarayonidagi eng muhim omillar aniqlanadi. Maqolaning maqsadi - futbolchilarning psixologik tayyorgarliklarini yaxshilash uchun samarali usullarni aniqlash va bu jarayonni takomillashtirish yo'llarini ko'rsatishdir.

Futbol psixologik tayyorgarlikning nazariy asoslari

Futbol sport turi nafaqat jismoniy mashqlarni, balki murakkab psixologik holatlarni ham talab qiladi. Futbolchilar o'yinning turli bosqichlarida har xil psixologik holatlar bilan yuzma-yuz kelishadi. Ularning psixologik tayyorgarligi bu jarayonda hal qiluvchi omil bo'lib, o'yinchilarning muvaffaqiyatli chiqishlariga ta'sir ko'rsatadi.

Psixologik tayyorgarlikning asosiy elementlari:

Motivatsiya – futbolchining o'z maqsadlariga erishish uchun qiziqish va istagi. Bu, ayniqsa, yosh futbolchilarda o'zini tanitish va yuqori natijalarga erishish istagi bilan bog'liqdir.

Ruhiy barqarorlik – o'yinda yuzaga kelgan stress va siqilishdan chiqish qobiliyati. Futbolchilar musobaqalar davomida turli psixologik bosimlarga duch keladilar. Ular o'zlarini so'nggi daqiqalargacha to'liq konsentratsiya qilishlari kerak.

Emotsional boshqaruv – o'yin davomida stressni, xavotirni va g'azabni boshqarish qobiliyati. Yosh futbolchilar ko'pincha raqiblaridan yoki o'z xatolaridan so'ng ruhiy tushkunlikka tushadilar. Shu sababli, emotsional boshqaruv ko'nikmalarini rivojlantirish zarur.

O'yin holatini tahlil qilish va qaror qabul qilish – futbolchi o'yinning turli bosqichlarida tezkor va aniq qarorlar qabul qilishlari kerak. Bu esa ularning analitik fikrlashini va strategik rejalashtirish ko'nikmalarini talab qiladi.

Musobaqa oldi tayyorgarlik jarayonining mazmuni va bosqichlari

Musobaqa oldi tayyorgarlik jarayoni futbolchilarning nafaqat jismoniy, balki psixologik jihatdan ham tayyor bo'lishini ta'minlashga qaratilgan. Ushbu jarayon quyidagi bosqichlarni o'z ichiga oladi:

Psixologik tayyorgarlikning rejalashtirilishi – musobaqaga tayyorgarlik boshlanishidan avval, murabbiylar va sport psixologi futbolchilar bilan individual suhbatlar o'tkazib, ularning ruhiy holatini baholaydilar. Bu bosqichda o'yinchilarning ichki muammolarini aniqlash va ularni bartaraf etish uchun reja tuziladi.

Motivatsiyani oshirish – futbolchilarni musobaqalarga motivatsiya qilish uchun psixologik mashqlar, guruh muhokamalari va motivatsion nutqlar o'tkaziladi. Bu, ayniqsa, yosh futbolchilarga o'zlariga bo'lgan ishonchni oshirishda yordam beradi.

Ruhiy barqarorlikni oshirish – futbolchilarni psixologik stressdan xalos etish uchun yengillik beruvchi mashqlar, relaxatsiya texnikalari va stressni kamaytirishga qaratilgan psixologik treninglar o'tkaziladi.

O'yin oldidan kayfiyatni optimallashtirish – musobaqa boshlanishidan oldin futbolchilarni psixologik jihatdan tayyorlash, ularning kayfiyatini oshirish va motivatsiyasini yuqori darajada ushlab turish maqsadida psixologik strategiyalarni amalga oshirish.

Yosh futbolchilarning psixologik tayyorgarligi samaradorligini tadqiq etish. Yosh futbolchilarning musobaqa oldi psixologik tayyorgarlik samaradorligini aniqlash uchun olib borilgan tadqiqot va so'rovnoma metodidan foydalanamiz. Tadqiqotning asosiy maqsadi - futbolchilarning psixologik tayyorgarlik darajasini o'lchash, hamda bu jarayonning ularning o'yindagi muvaffaqiyatiga ta'sirini tahlil qilishdir.

Natijalar va muhokama. Tadqiqotda yosh futbolchilar orasida so'rovnoma o'tkazildi. So'rovnoma yordamida futbolchilarning psixologik tayyorgarlikni qanday baholashlari, bu tayyorgarlikni qanday usullar bilan yaxshilashlari va musobaqalar oldidan qanday psixologik muammolarni boshdan kechirishlari haqida ma'lumotlar yig'ildi. So'rovnomada quyidagi savollar o'rin oldi:

Siz musobaqaga tayyorgarlikda psixologik yordam olasizmi?

Psixologik tayyorgarlikda qanday mashqlarni eng samarali deb bilasiz?

O'yin oldidan stressni boshqarish uchun qanday usullarni qo'llaysiz?

Motivatsiyani oshirishda sizga eng ko'p yordam beradigan omillar nimalar?

So'rovnoma natijalariga ko'ra, yosh futbolchilarning katta qismining musobaqalar oldidan psixologik tayyorgarlikni muhim deb hisoblashadi. Shuningdek, ular ko'pincha psixologik yordam olishda murabbiylardan yoki psixologlardan foydalanishadi, lekin ba'zi futbolchilar hali ham bu borada muammolarga duch kelishadi.

Tadqiqot natijalari tahlili. So'rovnoma natijalarini tahlil qilganimizda, yosh futbolchilarning psixologik tayyorgarlikni samarali o'tkazish uchun bir necha asosiy omillarni ajratib olish mumkin:

Motivatsiya: Futbolchilarning 65% dan ko'pi motivatsion treninglar va guruh muhokamalari orqali o'zlarini musobaqalarga tayyorlashadi. Motivatsiyaning kuchli bo'lishi ularning o'yin davomida ishtiyok va qat'iyatni oshiradi.

Stressni boshqarish: 53% futbolchilar musobaqalarga tayyorgarlik jarayonida stressni boshqarish uchun maxsus texnikalarni (relaksatsiya, nafas olish mashqlari) o'rganishga ehtiyoj sezishadi. Bu metodlarning ko'pchilik tomonidan samarali deb hisoblanishi futbolchilarning o'yin davomida ruhiy barqarorligini saqlashda muhim o'rin tutadi.

Individual yondashuv: So'rovnoma natijalariga ko'ra, futbolchilarning 40% i individual psixologik treninglarga muhtojligini bildirgan. Bu, yosh futbolchilarga ularning xususiyatlariga mos ravishda moslashtirilgan psixologik yordamning samarali ekanligini ko'rsatadi.

Musobaqa oldi psixologik tayyorgarlikni takomillashtirish yo'llari

Yosh futbolchilarning psixologik tayyorgarligini oshirish uchun bir nechta takomillashtirish usullari mavjud. Ushbu usullar futbolchilarning o'zini tuta olish, stressni boshqarish va motivatsiyasini yuqori darajada ushlab turish imkonini beradi.

Innovatsion yondashuvlar va zamonaviy metodlar

Psixologik treninglar: Yosh futbolchilarni psixologik tayyorgarlikka jalb qilish uchun maxsus treninglar o'tkazish zarur. Bu treninglar, jumladan, emotsional intellektni rivojlantirishga, o'ziga bo'lgan ishonchni oshirishga, o'zini boshqarish va qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantirishga qaratilgan bo'lishi kerak.

Kognitiv xulq-atvor terapiyasi: bu psixoterapiyaning ilmiy asoslangan usuli bo'lib, insonning fikrlari (kognitsiya), hissiyotlari va xatti-harakatlari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikka asoslanadi. Stress va xavotirni boshqarishda kognitiv xulq-atvor terapiyasi o'yinchilarga yordam berishi mumkin. Bu metod yosh futbolchilarning salbiy fikrlarni pozitiv fikrlar bilan almashtirishga yordam beradi, shu bilan o'yin davomida ko'proq ishonchli va barqaror bo'lishlarini ta'minlaydi.

Visualizatsiya mashqlari: Futbolchilarga o'zlari muvaffaqiyatga erishganini tasavvur qilishni o'rgatish, ularning motivatsiyasini oshirishi va o'yinlar oldidan stressni kamaytirishi mumkin. O'yinchilar ko'pincha o'zlarini yaxshi o'ynayotganini va g'alaba qozonganini tasavvur qilib, natijada psixologik tayyorgarlik darajalarini oshiradilar.

Maxsus psixologik mashqlar

Mindfulness (hushyorlik) mashqlari: Futbolchilar uchun hushyorlik (mindfulness) texnikalari muhim. Bu metod o'yinchilarni o'yinning har bir lahzasiga to'liq konsentratsiyalash va stressni kamaytirishga yordam beradi.

Tengdoshlik va guruh ishlari: Yosh futbolchilar o'zlarini guruhda qanday his qilishlarini va jamoaviy ishni qanday bajarishni o'rganishlari kerak. Jamoaviy yondashuv va o'zaro yordam, motivatsiyani oshirishi va o'yin davomida ruhiy barqarorlikni ta'minlashi mumkin.

Xulosa. Yosh futbolchilarning musobaqa oldi psixologik tayyorgarligi nafaqat ularning jismoniy holatiga, balki ruhiy va emotsional tayyorgarliklariga ham katta ta'sir ko'rsatadi. Psixologik tayyorgarlik futbolchilarni o'z maqsadlariga erishishga motivatsiya beradi, stressni boshqarish qobiliyatlarini oshiradi va umumiy ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi. Tadqiqotda olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, psixologik yordam, stressni boshqarish metodlari va motivatsion treninglar yosh futbolchilarni yuqori darajada tayyorlashda muhim omil hisoblanadi.

Musobaqalarga tayyorgarlik jarayonida innovatsion yondashuvlar va zamonaviy psixologik metodlar yordamida yosh futbolchilarning psixologik tayyorgarligini yanada yaxshilash mumkin. Shuningdek, psixologik mashqlar va guruh ishlari orqali futbolchilarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish, jamoaviy ruhni kuchaytirish va natijada muvaffaqiyatga erishish imkoniyatini yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Mirziyoyev Sh.M. "O'zbekistonda futbolni rivojlantirishni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida 04.12.2019 yildagi PF-5887-sonli" farmoni.
2. Majidov J. Футбол жамоаларида ўзаро муносабатлар кечишининг айрим хусусиятлари. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 1(1). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/724> (2021).

3. Abdurasulov R. ПСИХОЛОГИЯДА СПОРТЧИ ШАХСИ ХАРАКТЕРИНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ , Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: Том 2 № 1 (2022): Журнал педагогики и психологии в современном образовании (январь).
4. Nurimov Z.R, Davletmuratov S.R, Davletmuratov D.R. / FUTBOL. O'quv qo'llanma. Toshkent. 2017.
5. Ibragimov M.B. Futbol nazariyasi va uslubiyoti / O'quv qo'llanma. Kamolot nashriyoti. Buxoro. 2023.
6. Namazov Z.A. Futbol va uni o'qitish metodikasi / O'quv qo'llanma. Jizzax. 2025.

Кулдашева Гулбахор Давлятовна,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии университета Альфраганус
Адхамова Диёра Кудратилла кизи,
студентка 4 курса, факультета социальных наук, университета Альфраганус

ВЛИЯНИЕ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЁНКА

Аннотация. В статье анализируется влияние детско-родительских отношений на формирование личности ребёнка. Рассматриваются особенности воспитательных стилей, эмоциональной близости и их роль в развитии самооценки, поведения и социализации детей. Отмечается, что гармоничные отношения в семье способствуют формированию уверенной и адаптированной личности.

Ключевые слова: отношение, эмоция, личность, ребёнок, воспитание, семья, развитие, роль, социализация.

Annotatsiya. Maqolada ota-ona va bola munosabatlarining bola shaxsining shakllanishiga ta'siri tahlil qilinadi. Tarbiya uslubi va emotsional yaqinlikning bolaning o'zini baholashiga va ijtimoiy moslashuviga ta'siri ko'rsatib o'tilgan. Uyg'un oilaviy munosabatlar ishonchli shaxsning shakllanishiga yordam beradi.

Kalit so'zlar: munosabat, emotsiya, shaxs, bola, tarbiya, oila, rivojlanish, rol, ijtimoiylashuv.

Abstract. The article analyzes the influence of parent-child relationships on the formation of a child's personality. It highlights how parenting style and emotional closeness affect children's self-esteem and social adaptation. Harmonious family relationships promote the development of a confident and well-adjusted personality.

Key words: parent-child relationships, child's personality, upbringing, family, socialization.

Введение. Современные социально-психологические реалии обуславливают возрастающую актуальность исследования детско-родительских отношений как ключевого фактора формирования личности ребёнка. Семья является первой и наиболее значимой социальной средой, в которой происходит становление личности, развитие эмоциональной сферы и формирование системы нравственных ценностей. Именно в семейном кругу закладываются основы самосознания, самооценки, межличностного поведения и отношения к окружающему миру. От характера взаимодействия между родителями и детьми во многом зависит успешность социализации, формирование эмоциональной устойчивости, уверенности в себе и способности к конструктивному общению.

Актуальность темы определяется также тем, что в современных условиях трансформации общества, изменения семейных ролей, роста информационных потоков и снижения непосредственного живого общения между членами семьи наблюдается увеличение числа конфликтных и деструктивных детско-родительских взаимодействий. Эти процессы могут приводить к эмоциональной нестабильности ребёнка, формированию тревожности, замкнутости или, напротив, агрессивных форм поведения. В связи с этим исследование механизмов влияния детско-родительских отношений на развитие личности ребёнка приобретает особое научное и практическое значение.

Степень изученности данной проблемы достаточно велика, однако в современных исследованиях нередко наблюдается фрагментарный подход, что требует систематизации и углубления знаний в этой области. Изменения социальных и культурных контекстов, появление новых форм семейных взаимодействий и воспитания в цифровую эпоху создают необходимость переосмысления традиционных подходов к изучению личности ребёнка и роли родителей в этом процессе.

Проблема детско-родительских отношений и их влияния на личностное развитие ребёнка занимает одно из центральных мест в психологии личности и возрастной психологии. В отечественной научной традиции значительный вклад в разработку данной темы внесли Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, которые рассматривали развитие личности через социальную детерминацию и роль общения со взрослыми как ведущего фактора психического развития. По мнению Л.С. Выготского, формирование высших психических функций происходит в совместной деятельности ребёнка и взрослого, а следовательно, качество взаимодействия внутри семьи напрямую отражается на уровне личностного становления ребёнка [1].

Исследования Е.Г. Эйдемиллера, В.В. Столина, А.С. Спиваковской и других отечественных авторов показывают, что стиль семейного воспитания оказывает решающее влияние на развитие самооценки, ответственности, эмоциональной устойчивости и межличностных отношений детей. Авторитарные, гиперопекающие и индифферентные типы воспитания часто приводят к нарушению внутренней гармонии ребёнка, снижению его уверенности и социальной активности. Напротив, демократичный стиль, основанный на доверии, уважении и взаимопонимании, способствует формированию зрелой, самодостаточной личности [2].

В зарубежной психологии проблема детско-родительских отношений также получила широкое освещение. Так, Д.Блумринд выделила три основных стиля воспитания - авторитарный, либеральный и авторитетный - каждый из которых по-разному влияет на развитие личности ребёнка. Работы Э.Эриксона акцентируют внимание на роли родителей в прохождении ребёнком ключевых стадий психосоциального развития. К. Роджерс подчёркивал значение безусловного принятия и эмпатии со стороны родителей для формирования у ребёнка чувства собственной ценности и уверенности в себе [3].

Несмотря на значительный объём теоретических и эмпирических исследований, остаются открытыми вопросы, связанные с изменением содержания и структуры детско-родительских отношений в условиях цифровизации, ускоренного темпа жизни и трансформации социальных ролей. Новые формы взаимодействия в семьях, такие как виртуальное общение, использование технологий в воспитательном процессе, требуют переосмысления классических подходов и адаптации психологических моделей к современным реалиям.

Целью данного исследования является изучение влияния детско-родительских отношений на формирование личности ребёнка, выявление особенностей эмоционального взаимодействия в семье и его влияния на социальную адаптацию и развитие личностных качеств детей.

В исследовании использован комплексный подход, включающий как количественные, так и качественные методы, что позволяет получить всестороннюю и достоверную информацию о психологическом состоянии детей и характере их взаимодействия с родителями.

Наблюдение - применялось для изучения естественного поведения детей в домашних и учебных условиях, выявления характерных моделей взаимодействия с родителями и сверстниками, а также фиксирования эмоциональных реакций ребёнка в разных ситуациях.

Анкетирование и опросники - использовались стандартизированные методики, направленные на выявление эмоциональной близости с родителями, уровня доверия и восприятия родительской поддержки. Среди применённых инструментов: адаптированные версии шкалы привязанности, опросника стилей воспитания, а также авторские анкеты, включающие вопросы о домашних взаимоотношениях и эмоциональном климате в семье.

Тестирование - включало психологические тесты для оценки уровня самооценки, коммуникативных навыков и социально-поведенческих особенностей ребёнка. Это

позволило объективно определить, насколько детско-родительские отношения влияют на формирование личностных характеристик.

Анализ документов и письменных работ - проводился с целью изучения домашних заданий, дневников, творческих работ детей, что давало дополнительную информацию о внутреннем мире ребёнка, его ценностях, интересах и отношении к семье.

Выборка исследования составила 60 участников в возрасте от 7 до 12 лет. Включены дети 246, 257, 273 школ города Ташкента, представляющие семьи с различными социальными и экономическими условиями. Особое внимание уделялось детям, воспитывающимся в традиционных семьях с обоими родителями, а также детям из неполных семей для выявления особенностей влияния различных семейных структур.

Помимо детей, в исследовании принимали участие родители (всего 60 человек), что позволило сопоставить данные о восприятии детско-родительских отношений с точки зрения взрослого и ребёнка, выявить совпадения и различия в оценках эмоциональной близости, доверия и стиля воспитания.

Подготовительный этап - определение целей и задач исследования, подбор методик и инструментов, согласование с родителями и образовательными учреждениями, формирование выборки.

Эмпирический этап - проведение наблюдений, анкетирования, тестирования и сбора документов. На этом этапе фиксировались все ключевые параметры взаимодействия детей с родителями и их личностные характеристики.

Аналитический этап - обработка и систематизация полученных данных с использованием статистических методов и психологического анализа. Выполнялось сопоставление количественных и качественных показателей, выявлялись взаимосвязи между стилем воспитания, эмоциональной близостью и уровнем личностного развития ребёнка.

Интерпретационный этап - формулировка выводов, определение психологических закономерностей влияния детско-родительских отношений на личность ребёнка, подготовка рекомендаций для родителей и педагогов по созданию благоприятного эмоционального климата в семье.

Применение комплексной методологии позволяет получить объективную и достоверную картину влияния детско-родительских отношений на формирование личности ребёнка. Комбинация наблюдения, тестирования, анкетирования и анализа документов обеспечивает многоплановость исследования, а разнообразие выборки позволяет учитывать индивидуальные и социальные различия между участниками.

Таблица 1.

Стиль воспитания родителей	Количество детей	Средний уровень самооценки (баллы)	Средний уровень социальной адаптации (баллы)	Эмоциональная близость (средняя оценка, 1-5)
Авторитетный	25	8,7-0,5	8,9-0,6	4,6-0,3
Авторитарный	15	6,2-0,7	5,8-0,8	3,1-0,4
Либеральный (потворствующий)	12	7,0-0,6	6,5-0,7	3,8-0,5
Индифферентный	8	5,4-0,8	5,0-0,6	2,9-0,4

Влияние стиля воспитания на показатели личностного развития ребёнка
Самооценка - по адаптированному тесту самооценки детей (1-10, где 10 - высокая самооценка).

Социальная адаптация - по результатам тестирования коммуникативных навыков и наблюдений (1-10).

Эмоциональная близость - по анкетным данным детей и родителей (1–5, где 5 - максимальная близость).

Значения представлены как среднее-стандартное отклонение.

Обсуждение. Результаты проведённого исследования показывают, что характер детско-родительских отношений оказывает значительное влияние на формирование личности ребёнка. Наиболее благоприятными для личностного развития оказались дети, воспитывающиеся в семьях с авторитетным стилем воспитания. Для них характерны высокая самооценка, эмоциональная устойчивость, развитые коммуникативные навыки и высокая степень социальной адаптации. Эти данные полностью совпадают с выводами зарубежных исследователей, таких как Д. Боумринд и Э. Эриксон (которые подчеркивают важность авторитетного, поддерживающего стиля воспитания для формирования уверенной и самодостаточной личности [4]).

Дети, воспитывающиеся в семьях с авторитарным или индифферентным стилем воспитания, продемонстрировали более низкие показатели самооценки и социальной адаптации. Эмоциональная близость с родителями у этих детей также значительно ниже, что указывает на дефицит эмоциональной поддержки и доверия в семье. Эти результаты согласуются с работами отечественных психологов, таких как Е.Г. Эйдемиллер и А.С. Спиваковская, которые отмечают, что жесткие или равнодушные формы воспитания способствуют формированию тревожности, замкнутости и агрессивности у детей.

Интересной особенностью нашего исследования стало выявление того, что даже при высоком уровне материальной обеспеченности семьи, недостаток эмоциональной поддержки со стороны родителей отрицательно сказывается на личностном развитии ребёнка. Это подтверждает теорию Л.С. Выготского о том, что ключевым фактором психического и личностного развития является качественное взаимодействие с социальным окружением, а не только внешние условия жизни.

Сравнение результатов с современными исследованиями показывает, что цифровизация и изменение семейных ролей усиливают значимость эмоциональной близости и доверия в детско-родительских отношениях. Дети, чьи родители активно участвуют в их жизни, поддерживают и направляют, демонстрируют более высокие показатели адаптации к школьной среде и развитию личностных качеств. Это указывает на необходимость постоянного внимания к эмоциональному климату в семье и формированию поддерживающих стилей воспитания.

Таким образом, выявленные закономерности подтверждают значимость детско-родительских отношений как одного из ключевых факторов формирования личности ребёнка. Результаты исследования позволяют сделать несколько важных выводов:

Авторитетный стиль воспитания обеспечивает оптимальные условия для формирования высокой самооценки, социальной адаптации и эмоциональной устойчивости.

Авторитарный, либеральный и индифферентный стили оказывают менее благоприятное влияние, что может приводить к формированию тревожности, низкой самооценки и проблемам в общении со сверстниками.

Эмоциональная поддержка и доверие в семье играют более значимую роль для развития личности ребёнка, чем материальные или внешние факторы.

Современные социальные условия, включая цифровизацию, делают особенно актуальным вопрос формирования качественного взаимодействия родителей и детей для обеспечения гармоничного развития личности.

В целом, исследование подтверждает необходимость активного вовлечения родителей в воспитательный процесс и создания благоприятного эмоционального климата в семье как основы успешного личностного и социального развития ребёнка.

Выводы. Детско-родительские отношения оказывают значительное влияние на формирование личности ребёнка, включая уровень самооценки, эмоциональную устойчивость и социальную адаптацию.

Наиболее благоприятным для личностного развития является авторитетный стиль воспитания, способствующий развитию уверенности в себе, инициативности и коммуникативных навыков.

Дети, воспитываемые в семьях с авторитарным, либеральным или индифферентным стилем, демонстрируют более низкие показатели личностного развития и эмоциональной близости с родителями.

Эмоциональная поддержка и доверие в семье играют более важную роль для развития ребёнка, чем материальные условия или внешние факторы.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования результатов для повышения эффективности воспитательного процесса и разработки программ психологической поддержки родителей и детей.

Заключение. Проведённое исследование подтвердило, что качество детско-родительских отношений является ключевым фактором успешного личностного и социального развития ребёнка. Создание поддерживающего, уважительного и доверительного климата в семье способствует формированию гармоничной личности, готовой к социальному взаимодействию и адаптации в обществе.

Перспективой дальнейших исследований является изучение влияния современных факторов социальной среды, таких как цифровизация и изменение структуры семьи, на детско-родительские отношения и личностное развитие ребёнка. Долгосрочные исследования позволят выявить динамику влияния различных стилей воспитания на формирование личности на разных этапах жизни.

Практическое применение полученных данных возможно в педагогике и психологии, включая разработку программ психолого-педагогической поддержки семей, а также консультирование родителей для создания благоприятного эмоционального климата дома.

Список литературы.

1. Кулдашева, Г. Д. (2021). Мобиль телефон фойдаси ва болалар соғлиғига таъсири масалалари. Бола ва замон, 1(2), 30-33.
2. Kuldasheva, G. D. (2022). Socio-Psychological Barriers and Ways to Overcome Them. Pioneer Journal of Advanced Research and Scientific Progress, 1(4), 136-140.
3. Davlyatovna, K. G. (2024). Characteristics of the process of biological growth and development of the child. Central Asian Journal of Education and Innovation, 3(5-3), 188-192.
4. Кулдашева, Г. Д. (2021). Пути преодоления социально-психологических барьеров в жизнедеятельности человека. Вестник КГУ им. Бердаха. №, 2, 80.

Akramov Abdufattoh Shavkatovich,
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

OLIY TA'LIM MUASSASALARI PROFESSOR-O'QITUVCHILARIDA PSIXOLOGIK SALOMATLIKNI MUSTAHKAMLASHNING PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada oliy ta'lim muassasalari professor-o'qituvchilarida psixologik salomatlikni mustahkamlashning psixologik omillari chuqur ilmiy tahlil qilingan. Tadqiqotda emotsional intellekt, stressni boshqarish, o'zini anglash va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning ruhiy barqarorlikka ta'siri aniqlangan. Maqola natijalari o'qituvchilarning psixologik farovonligini ta'minlashda ichki va tashqi psixologik omillar uyg'unligining muhimligini asoslab beradi.

Kalit so'zlar: psixologik salomatlik, psixologik omillar, emotsional intellekt, o'zini anglash, stressni boshqarish, ruhiy barqarorlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, oliy ta'lim, professor-o'qituvchilar.

Аннотация. В данной статье глубоко проанализированы психологические факторы укрепления психологического здоровья у преподавателей высших учебных заведений. В исследовании выявлено влияние эмоционального интеллекта, управления стрессом, самосознания и социальной поддержки на психическую устойчивость. Результаты статьи обосновывают важность сочетания внутренних и внешних психологических факторов в обеспечении психологического благополучия учителей.

Ключевые слова: психологическое здоровье, психологические факторы, эмоциональный интеллект, самосознание, управление стрессом, психическая устойчивость, социальная поддержка, высшее образование, профессора и преподаватели.

Abstract. This article provides an in-depth scientific analysis of the psychological factors of strengthening psychological health among professors and teachers of higher educational institutions. The study revealed the influence of emotional intelligence, stress management, self-awareness, and social support on mental stability. The results of the article substantiate the importance of the combination of internal and external psychological factors in ensuring the psychological well-being of teachers.

Key words: psychological health, psychological factors, emotional intelligence, self-awareness, stress management, mental stability, social support, higher education, faculty.

Kirish. Oliy ta'lim muassasalarida professor-o'qituvchilarning psixologik salomatligini mustahkamlashning psixologik omillari zamonaviy psixologiya va pedagogika fanining eng muhim yo'nalishlaridan biri sifatida e'tirof etiladi. Psixologik salomatlik shaxsning ruhiy muvozanatini, stressga bardoshlilikini, o'z-o'zini nazorat qilish va emotsional holatini boshqarish qobiliyatini anglatadi. Oliy ta'lim tizimida faoliyat yuritayotgan o'qituvchilar doimo intellektual va hissiy yuklamalar ostida ishlaydilar, bu esa ularning ruhiy barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli, o'qituvchilarning psixologik salomatligini mustahkamlashda ichki psixologik omillar - o'zini anglash, refleksiya, emotsional intellekt, motivatsion faollik va ijtimoiy mas'uliyat muhim rol o'ynaydi. Psixologik omillar shaxsning kasbiy faoliyatdagi muvaffaqiyatini, stressga munosabatini va ijtimoiy muhitga moslashuvini belgilaydi. Bu omillar orqali o'qituvchilar o'z hayot faoliyatida ijobiy fikrlashni, ruhiy muvozanatni va ijtimoiy faollikni saqlab qoladilar. Psixologik salomatlikning mustahkamligi o'qituvchining o'z faoliyatidan qoniqish hissini, o'zini qadrlashini va kasbiy identifikatsiyasini kuchaytiradi. Shu bois, ta'lim tizimida psixologik salomatlikni ta'minlovchi omillarni chuqur o'rganish va ularni amaliy mexanizmlarga aylantirish dolzarb masala hisoblanadi.

Professor-o'qituvchilarning psixologik salomatligini mustahkamlashga ta'sir etuvchi psixologik omillarni shartli ravishda uch toifaga bo'lish mumkin: individual, ijtimoiy va kasbiy omillar. Individual omillar o'qituvchining shaxsiy xususiyatlari - o'z-o'zini boshqarish, emotsional

barqarorlik, sabr-toqat va ijobiy fikrlash qobiliyatlari bilan belgilanadi. Ijtimoiy omillar esa jamoaviy birdamlik, o'zaro ishonch, kommunikativ madaniyat va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi orqali ifodalanadi. Kasbiy omillar esa o'qituvchining o'z ishidan qoniqish darajasi, motivatsion resurslari va kasbiy moslashuvchanlik ko'rsatkichlariga tayanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yuqori psixologik salomatlikka ega o'qituvchilar stress holatlarida ham ijobiy hissiy barqarorlikni saqlab, o'z faoliyatini samarali davom ettira oladilar. Shu bilan birga, rahbariyatning insonparvar yondashuvi, o'zaro hurmat va adolatli baholash tizimi ham psixologik salomatlikni mustahkamlovchi tashqi omillar sifatida muhim o'rin tutadi. Bunday kompleks yondashuv professor-o'qituvchilarning ruhiy farovonligini ta'minlab, ularning pedagogik faoliyatidagi ijodkorlik va samaradorlik darajasini oshiradi. Shu tarzda psixologik omillar tizimi oliy ta'lim muhitida sog'lom ruhiy iqlimni shakllantiruvchi asosiy mexanizm sifatida namoyon bo'ladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Psixologik salomatlik masalasi bugungi kunda ta'lim tizimi barqarorligi va inson resurslari rivojlanishining muhim ko'rsatkichlaridan biri sifatida qaralmoqda. Oliy ta'lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan professor-o'qituvchilarning psixologik salomatligini mustahkamlashga oid ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, bu masalaga doir tadqiqotlar asosan shaxsning emotsional, kognitiv va irodaviy jihatlarini bir butun psixologik tizim sifatida o'rganishga qaratilgan. A. Maslou, K. Rojers, E. Fromm kabi insonparvar psixologlar o'z asarlarida ruhiy salomatlikni insonning o'zini o'zi anglash, ijtimoiy moslashuv va hayotdan ma'no topish bilan bog'lab talqin qilganlar. Ularning fikriga ko'ra, o'qituvchi o'z faoliyatida ma'naviy qoniqish hosil qilganida, uning psixologik barqarorligi ortadi va bu holat kasbiy motivatsiyani kuchaytiradi. Mahalliy olimlardan Z. Nishonova, B. Qodirov va Sh. Azizova tadqiqotlarida esa o'qituvchilarning psixologik salomatligi ijtimoiy munosabatlar tizimi, rahbariyat bilan kommunikatsiya sifati hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasiga bog'liq ekani isbotlangan. Bu yondashuvlar psixologik salomatlikni shaxsiy va ijtimoiy omillar o'zaro uyg'unlashuvi natijasida shakllanadigan tizim sifatida talqin etishga asos bo'ldi.

Zamonaviy psixologik adabiyotlarda psixologik salomatlikning kognitiv va emotsional komponentlari alohida e'tibor bilan o'rganilgan. D. Goleman, P. Salovey va D. Mayerlarning emotsional intellekt nazariyasida psixologik salomatlikni ta'minlovchi asosiy omillar sifatida o'z hissiyotlarini anglash, boshqarish va boshqalar hissiyotini to'g'ri idrok etish qobiliyati qayd etilgan. Bu yondashuvga ko'ra, o'qituvchining emotsional savodxonligi qanchalik yuqori bo'lsa, uning stressga bardoshlilik va ijtimoiy munosabatlardagi barqarorligi ham shunchalik kuchli bo'ladi. Shu bilan birga, V. Franklning ekzistensial psixologiyasi ruhiy salomatlikni hayotiy maqsad va ma'no topish bilan bog'laydi. Unga ko'ra, o'qituvchi o'z kasbida ijtimoiy foydani his qilgan sari, ruhiy muvozanatini saqlab qolish imkoniyatiga ega bo'ladi. Shuningdek, A. Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi ham psixologik salomatlikni ijtimoiy tajriba orqali shakllanadigan xususiyat deb hisoblaydi. Bu nazariyalarning barchasi professor-o'qituvchilar faoliyatida psixologik barqarorlikning muhim manbai sifatida ichki motivatsiya, ijtimoiy aloqalar sifati va refleksiv fikrlashni ko'rsatadi.

Psixologik salomatlikni mustahkamlash masalasi O'zbekiston psixologiya fanida ham dolzarb mavzulardan biri sifatida chuqur tahlil qilinmoqda. Mahalliy olimlar B. Qodirov, Y. Masharipov, N. Jo'rayev va Z. Gapparovlarning ilmiy izlanishlari o'qituvchilarda ruhiy farovonlikni ta'minlashda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ijobiy muloqot va empatik muhitning o'rni katta ekanini ko'rsatgan. Ularning tadqiqotlariga ko'ra, ijtimoiy-psixologik omillar - o'zaro ishonch, adolatli baholash, kasbiy birdamlik va ijtimoiy mas'uliyat hissi - o'qituvchilarning ruhiy holatini barqarorlashtiruvchi asosiy komponentlar hisoblanadi. Oliy ta'lim tizimidagi sharoit, rahbariyat madaniyati va jamoaviy psixologik iqlim ruhiy salomatlikning tashkiliy asoslarini belgilaydi. Shu bois mahalliy adabiyotlarda psixologik salomatlik masalasi nafaqat individual, balki ijtimoiy tizimning umumiy psixologik muvozanati bilan bog'liq holda tahlil qilinadi. Bu yondashuv xalqaro nazariyalar bilan uyg'un bo'lib, o'qituvchilarning ruhiy barqarorligini ta'minlashda kompleks psixologik mexanizmlarni shakllantirish zarurligini asoslaydi.

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, psixologik salomatlikni mustahkamlashning psixologik omillari insonning emotsional, kognitiv va irodaviy jihatlarini uyg'unlashtirishni talab etadi. V. Boyko va L. Kramarnik tadqiqotlarida kasbiy charchash sindromining oldini olish, stressni boshqarish va ijtimoiy moslashuvni oshirish uchun ichki resurslarni faollashtirish mexanizmlari ishlab chiqilgan. Ularning fikricha, psixologik salomatlikni ta'minlashning eng samarali yo'li - bu shaxsning o'zini rivojlantirish va o'z faoliyatidan ma'no topishidir. Shuningdek, N.Hall va D.Lyusinning emotsional intellektni o'lchovchi yondashuvlari o'qituvchining o'z hissiyotlarini nazorat qilish, empatiya va refleksiya darajasini aniqlashda samarali qo'llaniladi. Bu usullar psixologik salomatlikning asosiy indikatorlarini aniqlashda muhim ilmiy vosita sifatida e'tirof etilgan. Bunday tadqiqotlar professor-o'qituvchilarda psixologik salomatlikni mustahkamlovchi mexanizmlar tizimini empirik asoslashga xizmat qiladi. Shu orqali o'qituvchining ruhiy barqarorligini ta'minlovchi omillar ilmiy jihatdan isbotlanadi.

Yevropa va Osiyo psixologiya maktablari yondashuvlari ham psixologik salomatlikni tashkil etuvchi omillarni kompleks tizim sifatida ko'radi. Masalan, Yapon olimlari T. Kobayashi va M. Sato tadqiqotlarida o'qituvchilarning psixologik salomatligini "mental gigiyena" va "ijtimoiy birdamlik" konsepsiyalari orqali izohlaganlar. Ularning fikricha, o'qituvchi faoliyatidagi muvozanat o'zini nazorat qilish, dam olish madaniyati va o'zaro ijobiy muloqotga asoslanadi. G'arb tadqiqotchilari esa (M. Seligman, D. Myers) ijobiy psixologiya nuqtai nazaridan ruhiy salomatlikni "hayotdan qoniqish" va "ijobiy emotsional fon" bilan bog'laydi. Shu bois psixologik salomatlikni ta'minlashda nafaqat stressga qarshi kurash, balki ijobiy hissiyotlar va minnatdorlik holatini rivojlantirish ham muhim hisoblanadi. Mahalliy tadqiqotchilar esa bu yondashuvlarni milliy qadriyatlar, ma'naviy barkamollik va ijtimoiy birdamlik bilan uyg'unlashtirish tarafdoridirlar. Shu orqali psixologik salomatlikning mustahkamlanishi nafaqat individual, balki ijtimoiy barqarorlikning ham kafolatiga aylanadi.

Tahlillar va natijalar. Oliy ta'lim muassasalarida professor-o'qituvchilarning psixologik salomatligini mustahkamlash bo'yicha o'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, ularning ruhiy barqarorligi bevosita ichki psixologik omillar – o'zini anglash, emotsional boshqaruv, stressga bardoshlilik va kasbiy motivatsiya bilan bog'liqdir. Tadqiqotlar davomida aniqlanishicha, o'zini anglash darajasi yuqori bo'lgan o'qituvchilar o'z faoliyatida ijobiy hissiyotlarni ustun qo'yadi, ijtimoiy muammolarga konstruktiv yondashadi va stressni boshqarish mexanizmlaridan samarali foydalanadi. Shu bilan birga, psixologik salomatlikning past darajasi o'zini baholashdagi beqarorlik, emotsional charchash va kasbiy befarqlik holatlari bilan tavsiflanadi. Oliy ta'lim tizimidagi yuqori intellektual yuklama, vaqt bosimi va ma'muriy talablarning ko'pligi ruhiy muvozanatga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ammo psixologik omillarni rivojlantirish orqali bu muammolarni bartaraf etish mumkin.

Shaxsiy refleksiya, o'zini nazorat qilish va o'z faoliyatidan ma'no topish o'qituvchilarning psixologik salomatligini mustahkamlovchi muhim ichki resurslardir. Shu bilan birga, o'ziga ishonch, emotsional madaniyat va ijobiy fikrlash o'qituvchining ruhiy barqarorligini saqlovchi asosiy komponentlar sifatida namoyon bo'ladi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, ichki psixologik omillar mustahkam bo'lgan shaxslar nafaqat stressli holatlarga bardosh bera oladilar, balki kasbiy faoliyatda yuqori samaradorlikni ham namoyon etadilar.

1-jadval

Tadqiqot elementi	Mazmuni
Tadqiqot mavzusi	Oliy ta'lim muassasalarida professor-o'qituvchilarda psixologik salomatlikni mustahkamlashning psixologik omillari
Tadqiqot maqsadi	Professor-o'qituvchilarning psixologik salomatligini shakllantirish va mustahkamlashga ta'sir etuvchi psixologik omillarni aniqlash hamda ularni rivojlantirish yo'llarini asoslab berish.

Tadqiqot obyekti	Oliy ta'lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan professor-o'qituvchilar.
Tadqiqot predmeti	Professor-o'qituvchilarning psixologik salomatligini mustahkamlovchi psixologik omillar (motivatsiya, emotsional barqarorlik, stressga chidamlilik, shaxslararo munosabatlar, ijobiy fikrlash, o'z-o'zini boshqarish qobiliyati).
Tadqiqot gipotezasi	Agar professor-o'qituvchilarda ijobiy fikrlash, emotsional muvozanat, stressga qarshi psixologik himoya va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalari rivojlantirilsa, ularning psixologik salomatligi sezilarli darajada mustahkamlanadi.
Tadqiqot vazifalari	1. Professor-o'qituvchilarning psixologik salomatlik holatini aniqlash. 2. Psixologik omillar (motivatsiya, stressga bardoshlilik, emotsional barqarorlik) darajasini o'lchash. 3. Psixologik salomatlikni ta'minlovchi asosiy omillarni tahlil qilish. 4. Psixologik salomatlikni mustahkamlash bo'yicha trening dasturini ishlab chiqish. 5. Trening samaradorligini tajribada sinovdan o'tkazish.
Tadqiqot metodlari	- So'rovnoma (psixologik salomatlik va stress darajasini baholash uchun) - Psixodiagnostik testlar: • "Emotsional barqarorlik shkalasi" (A. Mehrabyan asosida) • "Stressga chidamlilik testi" (S. Maddi modifikatsiyasi) • "Motivatsion yo'nalganlik testi" (V. Smekal – A. Kucher varianti) - Suhbat va intervyu metodi - Kuzatuv - Statistik tahlil (deskriptiv va korrelyatsion tahlil usullari)
Tadqiqot ishtirokchilari	100 nafar oliy ta'lim muassasalari professor-o'qituvchilari (turli yosh, jins, tajriba va ilmiy daraja bo'yicha guruhlangan).

Tahlillar jarayonida aniqlanishicha, ijtimoiy va tashkiliy omillar ham professor-o'qituvchilarning psixologik salomatligiga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatadi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimining mavjudligi, rahbariyat tomonidan adolatli baholash, hamkasblar o'rtasida o'zaro ishonch va jamoaviy birdamlikning yuqori darajada bo'lishi o'qituvchilarda ruhiy farovonlikni kuchaytiradi. Tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, ijtimoiy aloqalari keng, muloqot madaniyati rivojlangan o'qituvchilarda stress darajasi pastroq, ijobiy emotsional holat esa yuqoriroq bo'ladi. Ijtimoiy muhitdagi beqarorlik, nizolar, e'tirof yetishmasligi esa psixologik salomatlikni zaiflashtiradi. Shu sababli, oliy ta'lim tizimida ijtimoiy-psixologik muhitni sog'lomlashtirish, o'zaro ishonchni mustahkamlash va hamkorlikni rivojlantirish o'qituvchilarning ruhiy barqarorligini oshirishda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi yuqori bo'lgan o'qituvchilar kasbiy faoliyatda ko'proq ishtirok etadi va o'z faoliyatidan qoniqish hosil qiladi. Bu esa o'z navbatida ularning emotsional muvozanatini saqlashga, stressga nisbatan barqarorlikni oshirishga yordam beradi. Demak, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash psixologik salomatlikni mustahkamlovchi tashqi psixologik omil sifatida o'ta muhim hisoblanadi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, o'qituvchilarning psixologik salomatligiga ta'sir etuvchi psixologik omillar bir-biri bilan uzviy bog'liq bo'lib, ular kompleks tizim sifatida ishlaydi. Emotsional intellekt, refleksiya, ijtimoiy mas'uliyat va o'zini o'zi boshqarish o'rtasida o'zaro ta'sir mavjud bo'lib, bu omillar shaxsning ruhiy holatini muvozanatda ushlab turadi. O'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarish qobiliyati yuqori bo'lgan o'qituvchilar stressli holatlarga nisbatan bardoshlilik ko'rsatadilar va konstruktiv yechim topishga intiladilar. O'zini tahlil qila oladigan, ijtimoiy jihatdan faollik ko'rsatuvchi shaxslar o'z muammolarini boshqalar bilan baham ko'rish orqali emotsional yengillikka erishadilar.

Shuningdek, ijtimoiy munosabatlardagi ijobiy tajriba o'qituvchilarda empatiya va hamdardlikni rivojlantirib, ularning kasbiy samaradorligini oshiradi. Shaxsda motivatsion faollikning yuqoriligi ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi va ish jarayonida ijobiy kayfiyatni shakllantiradi. Psixologik salomatlikni mustahkamlovchi bunday omillar insonning ichki kuch resurslarini faollashtiradi va stressni kamaytirish mexanizmlarini ishga soladi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, yuqori emotsional intellektga ega o'qituvchilar o'z muhitida ijobiy psixologik energiya manbai sifatida faoliyat yuritadilar.

Xulosa. O'tkazilgan tahlillar asosida aytish mumkinki, psixologik salomatlikni mustahkamlashning psixologik omillari shaxsning individual xususiyatlari, ijtimoiy munosabatlar sifati va kasbiy tajribasining uyg'unligiga asoslanadi. Ruhiy salomatlikning barqarorligi o'qituvchining o'z faoliyatidan ma'naviy qoniqish hosil qilishi, o'z imkoniyatlarini to'liq namoyon etishi va kasbiy identifikatsiyasining mustahkamligi bilan belgilanadi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, o'qituvchilarda psixologik salomatlik darajasi yuqori bo'lsa, ular ta'lim jarayonida ijobiy psixologik iqlim yaratadilar, bu esa o'z navbatida ta'lim sifati va talabalarning ruhiy holatiga ijobiy ta'sir qiladi. Psixologik omillarni rivojlantirish orqali o'qituvchilar o'z kasbiy stressini kamaytiradi, shaxslararo munosabatlarni yaxshilaydi va emotsional barqarorlikni mustahkamlaydi. Shu bilan birga, rahbariyat tomonidan yaratiladigan adolatli boshqaruv, ijobiy rag'bat tizimi va sog'lom muloqot madaniyati bu jarayonni yanada samarali qiladi. Shu asosda aytish mumkinki, psixologik omillarni rivojlantirish oliy ta'lim tizimining barqarorligini ta'minlovchi asosiy omillardan biridir. Ular o'qituvchilarda nafaqat individual ruhiy farovonlikni, balki ijtimoiy birdamlikni ham mustahkamlaydi.

Oliy ta'lim muassasalarida professor-o'qituvchilarning psixologik salomatligini mustahkamlashning psixologik omillari chuqur tahlil etilganda, bu jarayon shaxsning ichki ruhiy muvozanati va tashqi ijtimoiy omillar o'rtasidagi o'zaro uyg'unlikka asoslanishi aniqlanadi. Psixologik salomatlikni mustahkamlovchi omillar shaxsning o'zini anglash darajasi, emotsional intellekti, motivatsion yo'nalishi va stressni boshqarish strategiyalarini o'z ichiga oladi. Bu omillar o'qituvchilarda ruhiy barqarorlikni shakllantirish, kasbiy faoliyatdan qoniqish hosil qilish va ijtimoiy muhitda faol moslashuvni ta'minlaydi. O'zini anglash darajasi yuqori bo'lgan shaxs o'z his-tuyg'ularini nazorat qilish, ichki energiyani samarali yo'naltirish va ijobiy muloqot o'rnatish qobiliyatiga ega bo'ladi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, o'qituvchilar orasida psixologik salomatlik darajasi yuqori bo'lganlar ijtimoiy munosabatlarda barqaror, stressli vaziyatlarda esa irodaviy mustahkamlik namoyon qiladilar. Shuningdek, emotsional madaniyat va refleksiya darajasining oshishi kasbiy faoliyat samaradorligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shunday qilib, psixologik omillarni rivojlantirish o'qituvchining ruhiy farovonligini saqlashning asosi sifatida namoyon bo'ladi. Psixologik salomatlik nafaqat individual holat, balki butun ta'lim tizimining ijtimoiy-psixologik barqarorligini ta'minlovchi omil sifatida qaraladi. Shu bois, oliy ta'lim tizimida psixologik madaniyatni rivojlantirish strategik ahamiyat kasb etadi.

Xulosa sifatida ta'kidlash joizki, psixologik salomatlikni mustahkamlashning psixologik omillari kompleks tizim sifatida insonning emotsional, ijtimoiy va motivatsion jihatlarini uyg'unlashtiradi. O'qituvchining emotsional intellekti, refleksiya va o'zini o'zi boshqarish qobiliyatlari ruhiy muvozanatni saqlovchi asosiy psixologik mexanizmlardir. Bu omillar shaxsning

ichki resurslarini faollashtirish, stressli vaziyatlarda o'zini tutish madaniyatini shakllantirish va kasbiy faoliyatda ijobiy natijalarga erishishda yordam beradi.

Shuningdek, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, hamkorlik va rahbariyat tomonidan yaratilgan adolatli boshqaruv tizimi psixologik barqarorlikning tashqi kafolatini ta'minlaydi. Tadqiqotlar ko'rsatadiki, ijobiy ijtimoiy muhitda faoliyat yurituvchi o'qituvchilar o'zini qadrlangan, himoyalangan va ma'nan boy his etadi. Bu esa ularning ijodkorlik darajasini oshiradi va ruhiy toliqishning oldini oladi. Psixologik omillarni shakllantirish jarayonida o'zaro ishonch, empatiya, tolerantlik va bag'rikenglik muhim ahamiyat kasb etadi. Bunday sharoitda o'qituvchi o'zining kasbiy rolini chuqur anglaydi va o'z mehnatini ijtimoiy qadriyat sifatida baholaydi. Natijada, psixologik salomatlikni mustahkamlash faqat shaxsiy ehtiyoj emas, balki ta'lim tizimining barqaror rivojlanish sharti sifatida namoyon bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Пиаже Ж. Психология интеллекта. - Москва: Прогресс, 2001. - 320 с.
2. Пиаже Ж. Избранные психологические труды. - Москва: Педагогика-Пресс, 2001. - 480 с.
3. Соловьёва С.Л. Эмоциональная устойчивость личности в подростковом возрасте. - Санкт-Петербург: Речь, 2010. - 248 с.
4. Соловьёва С.Л. Социально-психологические факторы развития девиантного поведения. - Москва: Институт психологии РАН, 2014. - 230 с.
5. Соловьёва С.Л. Психологическая коррекция эмоционально-волевых нарушений у подростков. - Санкт-Петербург: Питер, 2017. - 192 с.
6. Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. - М.: Издательская группа "Прогресс", "Универс", 2004. - 480 с.
7. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. - Санкт-Петербург: Питер, 2003. - 191 с.
8. Реан А.А. Практическая психодиагностика личности: Учеб. пособ.- СПб.: Изд-во СПб ун-та. 2001. - 224 с.

Кулдашева Гулбахор Давлятовна,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии университета Альфраганус,
Азанчевская Кристина Владимировна,
студентка 4 курса, факультета социальных наук, университета Альфраганус,

ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ У ДЕТЕЙ-СИРОТ В УСЛОВИЯХ ДОМА СЕМЕЙНОГО ТИПА

Аннотация. В статье рассматривается проблема девиантного поведения у детей-сирот, воспитывающихся в домах семейного типа. Освещаются психологические особенности и факторы, способствующие формированию отклонений в поведении. Особое внимание уделяется роли семейного воспитания, межличностных отношений и социально-психологической адаптации детей. На основе проведённого исследования предложены рекомендации по профилактике и коррекции девиантного поведения воспитанников.

Ключевые слова: девиантное поведение, дети, сироты, воспитание, адаптация, социализация, семья, психология, коррекция.

Annotatsiya. Maqolada oilaviy turdagi uylarda tarbiyalanayotgan yetim bolalarda deviant xulq muammosi ko'rib chiqiladi. Unda xulq-atvorda og'ishishlarning shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik xususiyatlar va omillar yoritilgan. Ayniqsa, oilaviy tarbiya, shaxslararo munosabatlar va bolalarning ijtimoiy-psixologik moslashuvining roliga alohida e'tibor qaratilgan. O'tkazilgan tadqiqot asosida tarbiyalanuvchilarning deviant xulqini oldini olish va tuzatishga oid tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: deviant xulq, bolalar, yetimlar, tarbiya, moslashuv, ijtimoiylashuv, oila, psixologiya, korreksiya.

Abstract. The article examines the problem of deviant behavior among orphans raised in family-type homes. It highlights the psychological characteristics and factors contributing to the development of behavioral deviations. Special attention is given to the role of family upbringing, interpersonal relationships, and the social-psychological adaptation of children. Based on the conducted research, recommendations are proposed for the prevention and correction of deviant behavior among pupils.

Key words: deviant behavior, children, orphans, upbringing, adaptation, socialization, family, psychology, correction.

Введение. Современное общество сталкивается с одной из наиболее острых социально-психологических проблем - проблемой девиантного поведения детей, лишённых родительской опеки. Дети-сироты представляют особую социальную группу, развитие и поведение которой во многом определяется условиями воспитания, характером межличностных отношений и степенью эмоциональной поддержки. В связи с реформированием системы опеки и переходом к воспитанию детей-сирот в домах семейного типа возрастает актуальность изучения специфики девиантного поведения именно в таких условиях.

Дома семейного типа, являясь альтернативой интернатным учреждениям, направлены на создание для ребёнка максимально приближённых к семейным условий воспитания. Однако даже в этих условиях у детей могут проявляться различные формы девиантного поведения - агрессия, замкнутость, тревожность, ложь, протестные реакции, трудности адаптации. Эти проявления нередко связаны с ранними психотравмирующими переживаниями, чувством утраты, неуверенностью в себе и низким уровнем социальной компетентности.

Психологические особенности детей-сирот, переживших эмоциональную депривацию, формируют особый тип личности, для которого характерны нарушения в эмоционально-волевой сфере и искажённые представления о нормах социального поведения. В условиях дома семейного типа на формирование их поведения существенное влияние оказывают такие факторы, как стиль воспитания приёмных родителей, характер внутрисемейных отношений, атмосфера доверия и взаимопонимания, а также уровень педагогической и психологической компетентности воспитателей.

Изучение девиантного поведения детей-сирот в домах семейного типа имеет не только теоретическую, но и практическую значимость. Оно позволяет глубже понять механизмы формирования отклонений в поведении, определить эффективные способы профилактики и коррекции, а также разработать рекомендации для специалистов системы опеки, педагогов и психологов.

Девиантное поведение - это отклонение от социальных норм, которое выражается в действиях, противоречащих общественным ожиданиям может проявляться в форме агрессии, лжи, замкнутости, употребления психоактивных веществ, нарушении дисциплины и т.д.[1]

Как отмечают исследователи А.В. Мудрик, и И.С. Кон подобные формы поведения часто возникают как способ психологической компенсации, защиты личности от внутреннего конфликта или социальной изоляции [2].

Психологические особенности у детей-сирот формируются, как правило, под влиянием депривационных факторов, т.е неустойчивости социальных связей, отсутствия родительской любви и чувства безопасности. Характерна низкая самооценка, эмоциональная неустойчивость и недоверием к взрослым и [3].

Как подчеркивает Э.Эриксон «дефицит базового доверия к миру в раннем возрасте создаёт предпосылки для девиаций и трудностей социализации» [4].

Дом семейного типа (ДСЖТ) это специализированное учреждение для детей-сирот, с условиями, наиболее приближёнными к семейным. Как правило, в подобных домах приблизительно 6–10 детей проживают под опекой приёмных родителей, что обеспечивает каждому из них эмоциональную поддержку и индивидуальный подход.

Тем не менее, эффективность воспитания, так или иначе, зависит от психологического климата, стиля воспитания и профессиональной подготовки приемных родителей. Так, например авторитарный стиль усиливает тревожность и агрессию, тогда как демократический, наоборот, способствует развитию ответственности и доверия.

Исследование проводилось в одном из домов семейного типа г.МТашкента при участии 15 детей в возрасте от 10 до 16 лет и 5 воспитателей. Были применены методы наблюдения и анкетирования воспитателей с целью выявления частоты и форм девиантного поведения.

Таблица 1.

Эмпирическое исследование девиантного поведения воспитанников домов семейного типа

№	Исследователь-ский вопрос	Научное обоснование / цель вопроса	Методы получения данных	Обобщённые результаты (по наблюдению и анкетированию)	Аналитический комментарий
1	Какие формы девиантного поведения наиболее часто проявляются у	Позволяет определить спектр типичных	Наблюдение, анкетирование воспитателей.	Наиболее часты проявления агрессии, конфликтнос	Девиантность носит преимущественно реактивный характер, связанный с эмоциональной

№	Исследователь-ский вопрос	Научное обоснование / цель вопроса	Методы получения данных	Обобщённые результаты (по наблюдению и анкетированию)	Аналитический комментарий
	воспитанников ?	поведенческих отклонений.		ти, упрямства, нарушения дисциплины.	нестабильностью и прошлым опытом травм.
2	Какие меры воспитательно-го воздействия оказываются наиболее эффективными ?	Определить педагогические методы, способствующие коррекции поведения.	Анкетирование воспитателей, анализ педагогических практик.	Эффективными признаны доверительные беседы, индивидуальная поддержка, позитивное подкрепление.	Авторитарные меры оказываются малоэффективными; предпочтителен эмоционально поддерживающий стиль взаимодействия.
3	Какова роль эмоционального контакта в коррекции поведения детей?	Выявить влияние доверительных отношений на социализацию воспитанников.	Интервью с воспитателями, наблюдение.	Эмоциональный контакт способствует снижению тревожности и агрессивности.	Подтверждена важность эмпатии и эмоциональной вовлечённости взрослых в воспитательный процесс.
4	Какие возрастные особенности влияют на формы девиантного поведения?	Установить различия в проявлениях девиаций у младших и старших подростков.	Сравнительный анализ наблюдений.	У младших - импульсивность и протест; у старших - замкнутость, циничность, нарушения дисциплины.	Поведение связано с уровнем саморегуляции и личностной зрелости.
5	Каково влияние групповой динамики на девиантное поведение воспитанников ?	Изучить взаимосвязь между внутригрупповыми отношениями и нарушениями поведения.	Социометрия, наблюдение.	В группах с высоким уровнем сплочённости девиации проявляются реже.	Подтверждается значимость позитивной микросреды и социальной поддержки.
6	Как воспитатели оценивают	Оценить готовность воспитателей	Анкетирование воспитателей.	60% считают свою подготовку	Необходимы курсы повышения

№	Исследователь-ский вопрос	Научное обоснование / цель вопроса	Методы получения данных	Обобщённые результаты (по наблюдению и анкетированию)	Аналитический комментарий
	собственную компетентность в работе с трудными детьми?	к коррекционной деятельности.		недостаточно, отмечают нехватку знаний по психологии девиаций.	квалификации и супервизия.
7	Какие эмоциональные состояния чаще всего предшествуют отклоняющемуся поведению?	Выявить психологические предикторы девиации.	Наблюдение, поведенческий анализ.	Раздражение, чувство одиночества, тревога, заниженная самооценка.	Эмоциональные нарушения выступают центральным механизмом девиации.
8	Как реагируют воспитатели на проявления девиантного поведения?	Определить стратегии педагогического реагирования.	Анкетирование, анализ кейсов.	Преобладают разъяснительные беседы, ограничение привилегий, обращение к психологу.	Гибкость педагогического подхода повышает эффективность коррекционной работы.
9	Какова роль семейной атмосферы дома семейного типа в формировании поведения детей?	Исследовать влияние микроклимата на развитие личности воспитанников.	Интервью, наблюдение.	В семьях с тёплыми отношениями - меньше конфликтов и агрессии.	Подтверждается, что эмоциональная поддержка снижает риск девиаций.
10	Какие формы профилактической работы с детьми наиболее действенны?	Определить направления профилактики девиантного поведения.	Анкетирование, анализ программ.	Наиболее эффективны групповые тренинги, игровые методы, арт-терапия.	Профилактика требует системности и участия всех членов воспитательной команды.

Анализ анкетирования и наблюдения, позволил выявить, что девиантное поведение детей преимущественно носит эмоционально-реактивный характер, обусловленный психологической травматизацией и дефицитом устойчивых привязанностей.

Эффективными средствами коррекции являются эмпатийное взаимодействие, создание атмосферы безопасности и индивидуально-ориентированный подход.

Полученные результаты подтверждают необходимость комплексной психологической поддержки как детей, так и воспитателей домов семейного типа.

Согласно наблюдениям, 40% детей склонны к проявлению эпизодической агрессии, 33% - демонстрируют замкнутости, 20% - нарушение дисциплины. И только 7% детей проявляют устойчиво позитивное поведение без признаков девиаций.

Таблица 2.

Распределение форм девиантного поведения у воспитанников дома семейного типа (г. Ташкент)

Показатель	Количество детей (n=15)	Процент от общего числа
Агрессивные реакции	6	40 %
Замкнутость, отгороженность	5	33 %
Нарушения дисциплины	3	20 %
Без проявлений девиаций	1	7 %

Результаты, представленные в таблице 2, отражают распределение форм девиантного поведения среди воспитанников дома семейного типа в г. Ташкенте. Полученные данные позволяют выявить преобладающие поведенческие тенденции и определить характер эмоциональных и социальных трудностей детей-сирот, находящихся в условиях семейного воспитания.

Анализ показал, что наиболее выраженной формой девиантного поведения являются агрессивные реакции, которые наблюдаются у 40 % обследованных детей. Данный показатель указывает на то, что значительная часть воспитанников испытывает внутреннее напряжение, неумение контролировать эмоциональные импульсы, а также трудности в конструктивном выражении чувств. Агрессия в данном контексте может рассматриваться как реакция на прошлый травматический опыт, связанный с утратой семьи, чувством несправедливости и неуверенности в будущем. При отсутствии стабильных привязанностей и позитивного эмоционального опыта ребёнок склонен использовать агрессию как способ самозащиты и привлечения внимания.

На втором месте по частоте встречаемости находится замкнутость и отгороженность (33 %). Это свидетельствует о тенденции части воспитанников к интрапсихическому типу реагирования, выражающемуся в уходе в себя, снижении потребности в общении, эмоциональной отстранённости и трудностях в установлении доверительных отношений. Замкнутость нередко является формой психологической защиты, обусловленной страхом отвержения и повторной утраты. Дети, перенёвшие травму разлуки с биологическими родителями, часто испытывают трудности в формировании новых эмоциональных связей, даже при благоприятных условиях в доме семейного типа.

Нарушения дисциплины (20 %) представлены в основном импульсивными поступками, непослушанием, несоблюдением установленных правил и проявлениями оппозиционного поведения. Подобные действия могут быть следствием дефицита внутренней саморегуляции и недостаточного развития волевой сферы, что характерно для подростков, не имеющих устойчивой модели ответственного поведения. Такие формы девиации чаще наблюдаются у детей среднего школьного возраста и требуют не столько наказания, сколько системной педагогико-психологической поддержки и формирования у ребёнка осознанной ответственности за собственные поступки.

Лишь 7 % воспитанников не демонстрируют признаков девиантного поведения, что свидетельствует о высокой распространённости поведенческих отклонений среди детей-сирот даже в относительно благополучных условиях семейного типа. Это подтверждает

вывод о том, что наличие благоприятной внешней среды не всегда компенсирует последствия ранних эмоциональных и социальных травм. Формирование адаптивного поведения требует длительного процесса эмоциональной реабилитации, в котором решающую роль играет личностная вовлечённость воспитателей, атмосфера доверия и принятия, а также целенаправленная психологическая работа.

Выводы. Проведённое исследование девиантного поведения воспитанников дома семейного типа г. Ташкента позволило выявить ряд закономерностей, имеющих как теоретическое, так и практическое значение для психологии и педагогики семейного воспитания.

Установлено, что наиболее распространёнными формами девиантного поведения у детей-сирот являются агрессивные реакции (40%) и замкнутость (33%), что отражает преобладание эмоционально-реактивных и интровертированных форм нарушений поведения.

Нарушения дисциплины (20%) и низкий уровень самоконтроля наблюдаются у значительной части воспитанников, что указывает на необходимость формирования у них навыков саморегуляции и социальной ответственности.

Основными факторами риска являются эмоциональная депривация, недостаток устойчивых привязанностей, пережитый стресс и неумение конструктивно выражать эмоции.

Эффективность коррекционно-воспитательных мер зависит от характера взаимоотношений между ребёнком и воспитателем, уровня эмпатии и эмоциональной поддержки.

Педагоги и воспитатели отмечают недостаток психологической подготовки к работе с трудными детьми, что требует системного повышения квалификации и внедрения супервизорской поддержки.

Результаты исследования подтверждают, что девиантное поведение детей-сирот имеет комплексный психолого-социальный характер и требует междисциплинарного подхода, сочетающего педагогические, психологические и социокультурные методы воздействия.

Заключение. Проблема девиантного поведения детей-сирот, воспитывающихся в домах семейного типа, представляет собой сложный и многогранный феномен, тесно связанный с особенностями эмоционального развития, опытом утраты и характером социальных связей ребёнка. Несмотря на то, что дом семейного типа создаёт более благоприятные условия по сравнению с интернатными учреждениями, он не устраняет полностью последствия ранних травматических переживаний.

Результаты исследования показывают, что для успешной социальной адаптации и снижения девиантных проявлений необходимо формировать у воспитанников эмоциональную устойчивость, чувство защищённости и принадлежности к семье. Большую роль в этом процессе играет личностная позиция воспитателя, его способность к эмпатии, пониманию и эмоциональной поддержке.

Коррекционно-профилактическая работа с детьми-сиротами должна строиться на принципах индивидуального подхода, доверия и уважения, включать элементы арт-терапии, тренингов саморегуляции, развития коммуникативных и социальных навыков. Эффективное взаимодействие педагогов, психологов и социальных работников позволит не только уменьшить уровень девиаций, но и создать условия для полноценного личностного и эмоционального развития воспитанников.

Таким образом, девиантное поведение детей-сирот в домах семейного типа следует рассматривать как следствие дефицита эмоциональной привязанности и социальной поддержки, преодоление которого возможно при системной психологической и педагогической помощи, направленной на восстановление доверия, самопринятия и уверенности ребёнка в собственных силах.

Список литературы.

1. Кулдашева, Г. Д. (2021). Пути преодоления социально-психологических барьеров в жизнедеятельности человека. Вестник КГУ им. Бердаха. №, 2, 80.
2. Ergashevna, A. M., Nosirovna, M. R., Davlatovna, K. G., & Kurbanovna, N. M. (2021). Innovative and Ecological Approaches in Improving the Professional Competence of Teachers of Medical Education. Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry, 12(8).
3. Кулдашева, Г. Д. (2021). Мобиль телефон фойдаси ва болалар соғлиғига таъсири масалалари. Бола ва замон, 1(2), 30-33.
4. Kuldasheva, G. D. (2022). Socio-Psychological Barriers and Ways to Overcome Them. Pioneer Journal of Advanced Research and Scientific Progress, 1(4), 136-140.

Murodova Mexrangiz Murodovna,
Osiyo xalqaro universiteti magistranti

5–6-SINF O‘QUVCHILARIDA VATANPARVARLIK HIS-TUYG‘ULARINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada 5-6-sinf o‘quvchilarida vatanparvarlik his-tuyg‘ularini shakllantirish jarayonining psixologik-pedagogik xususiyatlari yoritilgan. Vatanparvarlik tuyg‘usi o‘quvchi shaxsining ma’naviy kamolotida, ijtimoiy faolligini oshirishda va fuqarolik burchini anglashida muhim o‘rin tutadi. Maqolada o‘quvchilarning yosh psixologiyasi, hissiy tafakkuri va axloqiy rivojlanish bosqichlari tahlil qilinib, ularning vatanparvarlik tuyg‘ularini shakllantirishda o‘qituvchining pedagogik mahorati, dars jarayonidagi tarbiyaviy metodlar hamda darsdan tashqari faoliyatlarning ahamiyati ochib beriladi. Shuningdek, milliy qadriyatlar, xalq an’analari va zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida o‘quvchilarda Vatanga sadoqat, g‘urur va mas’uliyat hissini rivojlantirishning samarali yondashuvlari tavsiya etiladi. Tadqiqot natijalari o‘quvchilarni barkamol, vatanparvar shaxs sifatida tarbiyalashda kompleks pedagogik ta’sirning zarurligini asoslaydi.

Kalit so‘zlar: vatanparvarlik, ma’naviy tarbiya, o‘quvchi shaxsi, psixologik xususiyat, pedagogik yondashuv, fuqarolik burchi, qadriyat, milliy g‘oya, tarbiyaviy faoliyat.

Annotation. This article explores the psychological and pedagogical features of developing patriotism among 5th–6th grade students. Patriotism plays a crucial role in the moral formation of a student’s personality, enhancing their social activity and awareness of civic duty. The article analyzes the psychological characteristics, emotional thinking, and moral development stages of students, emphasizing the importance of the teacher’s pedagogical skills, educational methods, and extracurricular activities in fostering patriotism. In addition, it discusses the significance of national values, cultural traditions, and modern pedagogical technologies in nurturing students’ sense of pride, responsibility, and devotion to their homeland. The results of the study substantiate the need for a comprehensive pedagogical approach in cultivating well-rounded, patriotic individuals.

Key words: patriotism, moral education, student personality, psychological features, pedagogical approach, civic responsibility, values, national idea, educational activity.

Аннотация. В статье рассматриваются психолого-педагогические особенности формирования патриотических чувств у учащихся среднего звена общеобразовательной школы. Патриотизм выступает важным компонентом духовно-нравственного воспитания, направленным на развитие у детей любви к Родине, уважения к национальным ценностям и активной гражданской позиции. Автор анализирует возрастные и психологические особенности учащихся 5–6-х классов, влияние семьи, школы и социума на становление патриотических чувств. Отмечается значение интеграции учебного и воспитательного процесса, применения интерактивных и проектных методов, а также использование национальных традиций и культурного наследия в образовательной среде. Результаты исследования показывают, что системный и целенаправленный подход к воспитанию патриотизма способствует формированию гармонично развитой личности, готовой к активной социальной деятельности и ответственному гражданству.

Ключевые слова: патриотизм, духовно-нравственное воспитание, учащиеся 5–6-х классов, психолого-педагогические особенности, национальные ценности, образовательный процесс, гражданская позиция.

Kirish. Bugungi kunda yosh avlodni har tomonlama yetuk, vatanparvar va ijtimoiy faol shaxs sifatida tarbiyalash masalasi ta’lim-tarbiya tizimining eng muhim yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, globallashuv, madaniy xilma-xillik va axborot oqimining keskin ortib borayotgan sharoitida o‘quvchilarda vatanparvarlik his-tuyg‘ularini shakllantirish masalasi dolzarb ahamiyat

kasb etmoqda. Chunki bugungi yoshlarning ongida milliy g'urur, vatanparvarlik, tarixiy xotira va ajdodlar merosiga hurmat kabi qadriyatlarni singdirish, ularni amaliy hayotda namoyon eta olish ko'nikmalarini shakllantirish mamlakat kelajagini belgilovchi muhim omillardandir. Shu ma'noda, 5–6-sinf o'quvchilari yosh xususiyatlariga ko'ra axloqiy, hissiy va ijtimoiy rivojlanishning faol bosqichida bo'lib, ularning ongida Vatanga sadoqat, milliy qadriyatlarga hurmat va fuqarolik mas'uliyatini shakllantirish uchun eng qulay davr hisoblanadi.

Vatanparvarlik tarbiyasi o'quvchining shaxsiy sifatlarini, ya'ni mehr-oqibat, g'urur, burch, sadoqat, halollik, mehnatsevarlik va jasorat kabi fazilatlarni rivojlantirishga xizmat qiladi. Shu jihatdan, bu jarayon nafaqat ta'lim tizimi, balki oilaviy, ijtimoiy va madaniy muhit bilan uzviy bog'liqdir. Ayniqsa, boshlang'ich va o'rta sinf bosqichida o'qituvchi shaxsining roli beqiyosdir, chunki aynan shu davrda o'quvchilarda mustaqil fikrlash, his-tuyg'ularini ifoda etish, o'z xalqiga va yurtiga bo'lgan mehrni shakllantirish jarayoni kuchayadi. Shu sababli, o'qituvchilar nafaqat bilim beruvchi, balki shaxs tarbiyalovchi, qadriyatlarni singdiruvchi va ma'naviyat targ'ibotchisi sifatida faoliyat yuritishlari lozim.

Vatanparvarlik tuyg'usi insonning o'z Vataniga nisbatan muhabbat, sadoqat va faxr tuyg'usini anglatadi. Bu tuyg'ularni shakllantirish uchun o'quvchilarni milliy tarix, madaniyat, an'ana va urf-odatlar bilan tanishtirish, ularning ahamiyatini tushuntirish, qadimiy merosga nisbatan iftixor hissini uyg'otish muhimdir. Shu bilan birga, zamonaviy ta'lim jarayonida vatanparvarlikni faqat nazariy tushuncha sifatida emas, balki amaliy faoliyat orqali namoyon etish lozim. Masalan, maktabda o'tkaziladigan vatanparvarlik haftaliklari, tarixiy joylarga sayohatlar, ijtimoiy loyihalarda ishtirok etish, "Men yurtim farzandiman" kabi tanlovlar o'quvchilarning his-tuyg'ulariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Psixologik nuqtai nazardan, 5–6-sinf o'quvchilari shaxsiy identifikatsiya, ijtimoiy o'rni va o'zligini anglash jarayonida bo'ladi. Ular uchun o'zini muayyan jamoaga, xalqiga, millatiga mansub his etish tabiiy ehtiyojga aylanadi. Shu jarayonda o'qituvchi va ota-onaning hissasi beqiyosdir. O'qituvchi o'quvchilarga Vatanni sevmok, uni himoya qilish, yurtga foyda keltirish kabi g'oyalarni ijobiy misollar orqali singdirishi kerak. Oila esa farzandga mehr, e'tibor, hurmat muhitini yaratib, vatanparvarlik tarbiyasining dastlabki maktabi bo'lishi lozim.

Pedagogik jihatdan, vatanparvarlikni shakllantirish jarayonida fanlararo integratsiya, interaktiv metodlar, muammoli ta'lim, loyihaviy ishlar kabi yondashuvlar samarali natija beradi. Ayniqsa, adabiyot, tarix, musiqa, tasviriy san'at, ona tili fanlari bu borada keng imkoniyatlarga ega. Masalan, adabiyot darslarida o'zbek xalqining jasorati va fidoyiligi aks etgan asarlarni o'rganish, tarix fanida milliy qahramonlar hayotini tahlil qilish, musiqa darslarida Vatanga bag'ishlangan qo'shiqlarni kuylash o'quvchilar ongida ijobiy hissiy munosabatni shakllantiradi.

Ta'lim jarayonida vatanparvarlik g'oyalarini singdirishda pedagogik innovatsiyalar ham muhim o'rin tutadi. Masalan, raqamli texnologiyalar yordamida tarixiy hujjatlar, videodarslar, virtual muzeylar orqali o'quvchilarning qiziqishini oshirish mumkin. Shu bilan birga, o'quvchilarda tanqidiy fikrlashni rivojlantirish orqali ular Vatanga nisbatan ongli, asosli, chuqur his-tuyg'ular bilan yondashishga o'rganadilar. Chunki haqiqiy vatanparvarlik faqat hissiy kechinmalar emas, balki anglangan, mas'uliyatli va ijtimoiy faol pozitsiyani bildiradi.

5–6-sinf o'quvchilarida vatanparvarlik his-tuyg'ularini shakllantirish – bu uzluksiz, tizimli va maqsadli pedagogik jarayondir. Ushbu jarayon o'quvchilarning yosh va psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda tashkil etilganda, ular nafaqat bilimli, balki milliy g'urur va Vatanga sadoqat bilan yo'g'rilgan shaxs sifatida voyaga yetadi. Shu bois, zamonaviy ta'lim tizimida vatanparvarlikni tarbiyaviy jarayonning markaziga qo'yish, uni har bir dars, har bir faoliyat, har bir muloqotda ifodalash bugungi pedagoglarning muhim vazifasidir.

Muammoning o'rganilganlik darajasi. Vatanparvarlik tarbiyasi pedagogika fanining muhim yo'nalishlaridan biri bo'lib, u o'quvchilarda milliy g'urur, Vatanga sadoqat, fuqarolik mas'uliyati va insoniy fazilatlarni shakllantirishga qaratilgan. Ushbu masala tarixan har bir davrda dolzarb bo'lib kelgan va ko'plab pedagog olimlar tomonidan nazariy hamda amaliy jihatdan tadqiq

etilgan. Ilmiy manbalarda vatanparvarlik tarbiyasining mazmuni, shakl va metodlari, yosh xususiyatlariga mos yondashuvlar, ta'lim jarayonida bu fazilatni shakllantirish yo'llari turlicha talqin etilgan. Shu sababli mazkur muammoning o'rganilganlik darajasini tahlil qilish ushbu yo'nalishdagi tadqiqotlarning rivojlanish tendensiyalarini aniqlashga yordam beradi.

Vatanparvarlik g'oyalarining shakllanishi Sharq mutafakkirlarining ilmiy merosida alohida o'rin egallaydi. Abu Nasr Forobiy, Abu Rayhon Beruniy, Alisher Navoiy, Ahmad Donish, Jaloliddin Rumiy kabi allomalar insonni Vatan, xalq va jamiyat oldidagi burchini anglashga undagan, vatanparvarlikni ma'naviyat va komillik bilan bog'lab talqin etganlar. Forobiy "Fozil shahar ahli" asarida insonning jamiyat va Vatandagi o'rni, jamiyatning farovonligi uchun xizmat qilish g'oyasini ilgari surgan. Navoiy esa o'z asarlarida Vatanni sevis, el-yurt manfaatini shaxsiy manfaatdan ustun qo'yish fikrini targ'ib etgan. Bu qarashlar hozirgi ta'lim tizimida vatanparvarlik tarbiyasini shakllantirish uchun mustahkam ma'naviy asos bo'lib xizmat qilmoqda.

XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab pedagogika fanida vatanparvarlikni shakllantirish muammosi ilmiy tadqiqotlar markaziga aylangan. Jumladan, rus pedagogikasida N.K.Krupskaya, A.S.Makarenko, V.A.Sukhomlinskiylar o'z ishlarida o'quvchilarda fuqarolik hissi, mehnatsevarlik va Vatanga sadoqatni tarbiyalash masalalarini yoritganlar. Ularning fikricha, vatanparvarlik faqat his-tuyg'u emas, balki faol hayotiy pozitsiya, mehnat va ijtimoiy mas'uliyat orqali namoyon bo'ladigan shaxsiy sifatdir. Ayniqsa, Sukhomlinskiy "Inson qalbining quyoshi" asarida bolalarda Vatanga muhabbatni tarbiyalashda o'qituvchining shaxsiy namunasini asosiy omil sifatida ko'rsatadi.

O'zbekiston mustaqillikka erishgach, vatanparvarlik tarbiyasi yangi mazmun bilan boyidi. Milliy istiqlool g'oyasi, ma'naviy tiklanish, milliy qadriyatlarning tiklanishi, davlat ramzlariga hurmat, ajdodlar merosini qadrlash kabi tushunchalar ta'lim tizimining asosiy g'oyaviy yo'nalishiga aylandi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining ta'lim sohasiga oid farmonlari, "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi", "Yangi O'zbekiston maktabi" konsepsiyasi, "Ma'naviy-ma'rifiy ishlar tizimini takomillashtirish"ga oid qarorlarda vatanparvarlik tarbiyasini ta'limning ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida belgilab berilgan.

So'nggi yillarda o'zbek olimlari tomonidan o'quvchilarda vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirish bo'yicha bir qator ilmiy tadqiqotlar amalga oshirilgan. Jumladan, N.Yo'ldoshev, M.Mahmudov, Z.Alimova, G.Abdullayeva, M.Raxmatullayev, S.Xudoyberdiyevlarning ishlarida yosh avlodda vatanparvarlik tuyg'ularini rivojlantirishning psixologik-pedagogik asoslari, o'qituvchi shaxsining ta'siri, oila va maktab hamkorligi muhim omil sifatida yoritilgan. Ularning tadqiqotlarida ta'lim jarayonida o'quvchilarda Vatanga mehr-muhabbatni oshirish uchun milliy qadriyatlar, xalq og'zaki ijodi, badiiy adabiyot, tarixiy shaxslar hayoti kabi manbalardan samarali foydalanish zarurligi ta'kidlanadi.

Psixologik tadqiqotlarda (A.Maslou, L.Vygotskiy, D.Elkonin, S.Rubinshteyn) bolalarda his-tuyg'ular, ijtimoiy qadriyatlar va fuqarolik ongining shakllanish bosqichlari tahlil qilingan. Bu tadqiqotlar vatanparvarlik his-tuyg'ularini shakllantirishda yosh xususiyatlarini hisobga olish zarurligini ilmiy asoslab bergan. Xususan, 5–6-sinf o'quvchilari bu davrda o'z shaxsiy fikrini bildirish, mustaqil qaror qabul qilish, o'zini jamoada ko'rsatish ehtiyoji kuchayadi. Shu sababli ularning shaxsiy rivojlanishida Vatanga nisbatan ijobiy hissiy munosabatni shakllantirish pedagogik jarayonning markazida turishi kerakligi ilmiy jihatdan asoslanadi.

Vatanparvarlik tarbiyasida o'qituvchi shaxsining roli alohida o'rganilgan. Jumladan, O.Hasanov, D.Xoliqova, M.Yuldasheva kabi tadqiqotchilar o'qituvchining axloqiy namunalari, darsdagi tarbiyaviy suhbatlar, sinfdan tashqari faoliyatlar orqali o'quvchilar ongiga vatanparvarlik g'oyalarini singdirish yo'llarini tahlil qilgan. Ularning fikricha, o'qituvchi o'zi vatanparvar, faol, madaniyatli shaxs bo'lmas ekan, o'quvchida bu fazilatni samarali shakllantirish mushkul.

So'nggi yillarda xalqaro miqyosda ham vatanparvarlik tarbiyasi bo'yicha tadqiqotlar kengaygan. Masalan, J.Dewey, P.Freire, B.Bernstein kabi g'arb olimlari o'z konsepsiyalarida ta'lim jarayonida fuqarolik ongini, ijtimoiy mas'uliyatni va tanqidiy fikrlashni rivojlantirish orqali

vatanparvarlikni shakllantirish mumkinligini ta'kidlaydilar. Ularning fikricha, zamonaviy vatanparvarlik faqat milliy g'urur bilan emas, balki global mas'uliyat hissi, ekologik madaniyat, tinchlikparvarlik va insonparvarlik qadriyatlari bilan uyg'unlashgan bo'lishi kerak.

Ta'lim amaliyotida esa bir qator loyihalar va dasturlar orqali vatanparvarlik tarbiyasini mustahkamlash bo'yicha natijalar kuzatilmoqda. Masalan, "Men yurtim farzandiman", "Mening Vatanim – O'zbekiston", "Jasorat darsi", "Milliy qahramonlar hayoti" kabi respublika miqyosidagi tadbirlar o'quvchilarda milliy g'urur va sadoqatni kuchaytirishga xizmat qilmoqda. Bu jarayonda interfaol metodlar, loyihaviy ishlar, rolli o'yinlar, videoma'ruzalar va muammoli savol-javoblar samarali qo'llanmoqda.

Muammoning o'rganilganlik darajasi tahlili shuni ko'rsatadiki, vatanparvarlik tarbiyasi bo'yicha boy nazariy va amaliy tajriba mavjud. Biroq 5–6-sinf o'quvchilari yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda psixologik-pedagogik mexanizmlarni yanada chuqurroq o'rganish, ularning hissiy idrokiga ta'sir etuvchi o'qitish metodlarini takomillashtirish zarurati mavjud. Shuningdek, zamonaviy axborot muhitida o'quvchilarda milliy g'urur va fuqarolik mas'uliyatini shakllantirishning yangi texnologiyalarini ishlab chiqish dolzarbdir.

O'quvchilarda vatanparvarlik his-tuyg'ularini shakllantirish muammosi ko'plab olimlar tomonidan yoritilgan bo'lsa-da, har bir davrning ijtimoiy-madaniy sharoiti, pedagogik yondashuvlari va yosh avlod tafakkuri o'ziga xosdir. Shu sababli bugungi kun ta'lim tizimida bu masalaga zamonaviy metodologik yondashuv, interfaol texnologiyalar va fanlararo integratsiya asosida qarash talab etiladi. Ana shundagina o'quvchilarda Vatanga nisbatan ongli, barqaror va amaliy ifodasini topgan vatanparvarlik tuyg'ularini shakllantirish mumkin bo'ladi.

Natijalar va tahlil. O'quvchilarda vatanparvarlik his-tuyg'ularini shakllantirish masalasiga oid olib borilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, bu jarayonning samaradorligi ko'p jihatdan pedagogik yondashuvlar, ta'lim muhitining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari, o'qituvchi shaxsining mahorati va ta'lim-tarbiya jarayonida qo'llanilayotgan metodikalarga bog'liqdir. Tadqiqotlar davomida 5–6-sinf o'quvchilari bilan o'tkazilgan kuzatish, suhbat va pedagogik eksperimentlar natijalari asosida ularning vatanparvarlik tushunchasini idrok etish darajasi, hissiy-emotsional munosabati va amaliy faoliyatdagi ifodalanish shakllari o'rganildi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, o'quvchilarning aksariyati Vatan, xalq, bayroq, madhiya, tarixiy shaxslar haqida umumiy tasavvurga ega bo'lsalar-da, bu tushunchalarning ma'naviy va ijtimoiy mazmunini chuqur anglashda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Ayniqsa, yosh xususiyatlariga ko'ra ularning vatanparvarlikni asosan his-tuyg'u darajasida idrok etishi, amaliy faoliyat orqali namoyon eta olmasligi kuzatildi.

Tahlil jarayonida aniqlanishicha, o'quvchilarning vatanparvarlik tuyg'usini rivojlantirishda o'qituvchining shaxsiy namunasining ahamiyati juda katta. O'qituvchi o'zining Vatanni sevish, jamiyat manfaatlari uchun fidokorona mehnat qilish, milliy qadriyatlarga hurmat bilan qarash kabi sifatlarini amalda namoyon etgan taqdirdagina o'quvchilar undan ijobiy ta'sirlanadi. Shu bois tajriba sinov ishlarida o'qituvchilarning pedagogik mahoratini oshirish, ularning dars jarayonida vatanparvarlik ruhidagi interfaol metodlardan foydalanish ko'nikmasini mustahkamlash asosiy yo'nalishlardan biri etib belgilandi.

Eksperimental mashg'ulotlar davomida o'quvchilarda Vatanga sadoqat, tarixiy shaxslar hayoti va mamlakat taraqqiyotiga nisbatan qiziqish ortganligi kuzatildi. Masalan, "Vatanim faxrim", "Yurtim qahramonlari", "Men kim bo'laman?" kabi muhokamaviy mashg'ulotlar o'tkazilganda o'quvchilarda o'z fikrini erkin ifoda etish, Vatan taqdiri uchun mas'uliyatni his etish, milliy qadriyatlar haqida mulohaza yuritish qobiliyatlari rivojlandi. Shu bilan birga, guruhli ishlarda ularning hamkorlik, o'zaro hurmat, fikrni tinglash, tanqidiy tahlil qilish ko'nikmalari ham oshgani aniqlandi.

Natijalar tahlili shuni ko'rsatdiki, vatanparvarlik tuyg'ularini shakllantirishda emotsional ta'sir, hayotiy misollar va interfaol metodlar samaradorlikni oshiradi. Masalan, tarixiy shaxslar hayoti haqida film tomosha qilish, ularning yurt ravnaqi yo'lidagi xizmatlarini muhokama etish o'quvchilar ongida faxr, minnatdorlik va sadoqat hissini uyg'otadi. Adabiyot darslarida Vatan

haqida yozilgan she'r, hikoya yoki dostonlarni tahlil qilish o'quvchilarni o'z tuyg'ularini so'z orqali ifoda etishga o'rgatadi. Shu bilan birga, sinfdan tashqari ishlarda - mushoiralar, insholar tanlovi, "Mening yurtim" nomli rasmlar ko'rgazmasi kabi tadbirlar o'quvchilarning Vatan haqidagi individual qarashlarini shakllantirishga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Tajriba davomida o'quvchilarning vatanparvarlikka oid tasavvurlarining rivojlanish dinamikasi kuzatildi. Dastlabki bosqichda o'quvchilarning 60 foizdan ortig'i vatanparvarlikni faqat "Vatanimni yaxshi ko'raman" kabi umumiy jumlar bilan ifoda etgan bo'lsa, yakuniy bosqichda ularning 85 foizdan ortig'i Vatan manfaatini himoya qilish, mehnat qilish, ta'lim olish va yurt ravnaqi uchun xizmat qilishni vatanparvarlikning amaliy ifodasi sifatida anglay boshladi. Bu o'zgarishlar o'quvchilarda vatanparvarlik tuyg'usining chuqurlashganini, ularning tafakkurida bu tushuncha shunchaki hissiy munosabatdan anglangan qadriyat darajasiga o'sganini ko'rsatdi.

O'tkazilgan so'rovlar va suhbatlar asosida aniqlanishicha, 5–6-sinf o'quvchilari uchun vatanparvarlikni singdirishda o'qituvchining darsdagi muloqot uslubi, motivatsion savollari, shaxsiy hikoyalari va hissiy qo'llab-quvvatlashi juda muhim. O'quvchilar o'qituvchi tomonidan samimiy, ishonchli, milliy ruhda olib borilgan darslardan chuqurroq ta'sirlanadilar. Shu sababli o'qituvchining kommunikativ mahoratini, nutq madaniyatini, didaktik yondashuvlarini takomillashtirish zarurligi isbotlandi.

Psixologik tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, bu yosh davrida o'quvchilar o'z shaxsiy "men"ini topishga, jamoada o'z o'rnini anglashga, o'z his-tuyg'ularini ifoda etishga harakat qiladilar. Shu jihatdan, vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirish ularning shaxsiy rivojlanish jarayonini qo'llab-quvvatlaydi. Bu jarayonda rag'bat, ijobiy baho, e'tirof, guruhdagi ijtimoiy mavqeni oshirish kabi psixologik omillar muhim rol o'ynaydi. O'quvchi o'zining Vatanga foyda keltirayotganini his qilsa, unda o'z-o'zini qadrlash va mas'uliyat tuyg'usi shakllanadi.

Tahlil shuni ham ko'rsatdiki, o'quvchilarda vatanparvarlikni shakllantirish jarayonida oila va maktab hamkorligi juda muhimdir. Ota-onalarning farzandga Vatan, xalq, millat, tarix haqida berayotgan ma'naviy saboqlari, birgalikda o'tkaziladigan madaniy tadbirlar, tarixiy joylarga sayohatlar bolalarda Vatanga bo'lgan muhabbatni yanada kuchaytiradi. Agar o'quvchi oilasida ham milliy qadriyatlarga e'tibor berilayotganini ko'rsa, u holda maktabdagi tarbiyaviy jarayon yanada samarali kechadi.

Tajriba-sinov natijalariga ko'ra o'quvchilarda vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirishda integrativ yondashuvlar, ya'ni bir nechta fanlarning uzviy bog'lanishi samarali natija beradi. Masalan, ona tili darslarida vatanparvarlikka oid matnlarni o'rganish, tarix darslarida yurtimiz qahramonlari haqida bilim berish, tasviriy san'at darslarida esa Vatan manzaralarini tasvirlash o'quvchilarning fikr, hissiyot va amaliy faoliyatini bir butun tizimda uyg'unlashtiradi.

Tahliliy natijalar shuni ko'rsatadiki, o'quvchilarda vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirishda faqat ma'ruza yoki og'zaki tushuntirish bilan cheklanib bo'lmaydi. Aksincha, o'quvchilarni faol ishtirokchi sifatida jalb etuvchi metodlar, ya'ni muammoli vaziyatlar, debatlar, rolli o'yinlar, amaliy loyihalar eng samarali vosita bo'ladi. Masalan, "Men mamlakatim uchun nima qila olaman?" mavzusidagi munozaralarda o'quvchilar o'z qarashlarini asoslay olish, dalil keltirish, muloqotda faol bo'lish ko'nikmalarini rivojlantirdilar.

Vatanparvarlik his-tuyg'ularini shakllantirish jarayonida pedagogik texnologiyalar, o'qituvchi mahorati, o'quvchilar motivatsiyasi va ta'lim muhiti bir-biri bilan uzviy bog'liq. Shu omillar uyg'unligida o'quvchilarda Vatanga sadoqat, milliy qadriyatlarga hurmat, xalq manfaatini himoya qilishga intilish kabi fazilatlar barqaror shakllanadi. Olingan natijalar asosida aytish mumkinki, vatanparvarlik tarbiyasi faqat ma'naviy tushuncha emas, balki o'quvchilarning shaxsiy rivojlanish, tafakkur, ijtimoiy moslashuv va fuqarolik ongining muhim ko'rsatkichidir. Shu sababli ushbu yo'nalishda pedagogik ishlarni tizimli, innovatsion va milliy qadriyatlarga asoslangan holda olib borish ta'lim samaradorligini oshirishning muhim sharti hisoblanadi.

Xulosa. 5–6-sinf o'quvchilarida vatanparvarlik his-tuyg'ularini shakllantirish jarayoni ta'lim-tarbiyaning muhim yo'nalishlaridan biri bo'lib, bu yosh davrida bolalarning dunyoqarashi, axloqiy

qadriyatlari va ijtimoiy pozitsiyasi faol shakllanadi. O'tkazilgan ilmiy izlanishlar natijasida aniqlanishicha, vatanparvarlikni rivojlantirish faqat dars jarayoni orqali emas, balki maktabning butun tarbiyaviy tizimi, oilaviy muhit va ijtimoiy hayotdagi ta'sirlar bilan uzviy bog'liqdir. Shu sababli, bu yo'nalishda o'qituvchining psixologik-pedagogik yondashuvi, o'quvchilar yosh xususiyatlarini chuqur tahlil etishi va ularning his-tuyg'ularini to'g'ri yo'naltira olishi alohida ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot davomida aniqlanishicha, vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirishda ta'lim mazmunini milliy qadriyatlarga, xalqimizning tarixiy merosi va buyuk ajdodlarimizning ibratli hayotiga tayangan holda tashkil etish samarador natijalar beradi. Shu bilan birga, o'quvchilarda mustaqil fikrlash, tanqidiy tahlil, muammoga ijodiy yondashish kabi ko'nikmalarni rivojlantirish ham ularning Vatanga bo'lgan mehr-muhabbatini chuqurlashtirishga xizmat qiladi. Darslarda interfaol metodlar, loyihaviy ishlanmalar, rolli o'yinlar va muammoli vaziyatlar asosida tashkil etilgan topshiriqlar o'quvchilarda fuqarolik mas'uliyati, ijtimoiy faol pozitsiya va milliy g'ururni shakllantirishda muhim vosita sifatida namoyon bo'ladi.

O'quvchilarning psixologik rivojlanish bosqichlariga mos yondashuv, ularning hissiy-intellektual ehtiyojlarini hisobga olish, shaxsiy tajriba va hayotiy misollar orqali o'z yurtiga mehr uyg'otishning samarali usullari ishlab chiqildi. O'qituvchi bu jarayonda nafaqat bilim beruvchi, balki vatanparvarlik qadriyatlarini singdiruvchi shaxsiy namuna sifatida ham muhim rol o'ynaydi.

Xulosa qilib aytganda, 5–6-sinf o'quvchilarida vatanparvarlik his-tuyg'ularini shakllantirishning psixologik-pedagogik xususiyatlarini chuqur o'rganish va bu yo'nalishda ilg'or pedagogik texnologiyalarni qo'llash orqali o'quvchilarda milliy ong, fuqarolik pozitsiyasi va ma'naviy barkamollikni rivojlantirish mumkin. Bu esa uzluksiz ta'lim tizimida yosh avlodni Vatanga sadoqatli, milliy g'urur va mas'uliyat hissiga ega shaxs sifatida voyaga yetkazishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Tavsiyalar. 5–6-sinf o'quvchilarida vatanparvarlik his-tuyg'ularini shakllantirish samaradorligini oshirish uchun quyidagi psixologik-pedagogik va metodik tavsiyalarni amaliyotga joriy etish maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Birinchidan, ta'lim mazmunini milliy qadriyatlarga asoslash zarur. Dars jarayonida o'quvchilarga xalqimizning tarixiy merosi, buyuk allomalarimizning hayoti, mustaqillik g'oyasi va Vatanga sadoqat ruhida yozilgan adabiy asarlar asosida topshiriqlar berilishi lozim. Bu o'quvchilarda o'z xalqining o'tmishiga, madaniyatiga va urf-odatlariga nisbatan faxr tuyg'usini uyg'otadi. Ona tili, o'qish, tarix, musiqa va tasviriy san'at fanlari o'rtasidagi integratsiyani kuchaytirish vatanparvarlikni ko'p qirrali anglash imkonini yaratadi.

Ikkinchidan, ta'lim jarayonida interfaol metodlardan keng foydalanish tavsiya etiladi. "Fikrlar hujumi", "Klaster", "Rol o'ynash", "Debat", "Munozara", "Keys-stadi" kabi metodlar o'quvchilarda tanqidiy va ijodiy fikrlashni rivojlantiradi, bu esa vatanparvarlik mazmunidagi mavzularni yanada chuqurroq anglashga yordam beradi. O'quvchilarni faol ishtirokchi sifatida jalb etish, ularni muammoli vaziyatlarni mustaqil hal qilishga undash orqali Vatanga nisbatan mas'uliyat hissi mustahkamlanadi.

Uchinchidan, o'quvchilarning shaxsiy tajribasi va hayotiy misollar asosida o'rganishga yo'naltirish muhim. Maktabda "Mening qahramonim", "Vatanim faxrim", "Oila – Vatanimning tayanchi" kabi mavzularda suhbatlar, insho va taqdimotlar tashkil etish tavsiya etiladi. Bu jarayonlarda o'quvchilar o'z ota-onalari, bobolari yoki mahalladagi fidoyi insonlar haqida hikoya qilib, Vatan oldidagi burchni his etishni o'rganadilar.

To'rtinchidan, psixologik-pedagogik yondashuvlarni chuqurlashtirish lozim. Har bir o'quvchining hissiy holatini inobatga olgan holda tarbiyaviy faoliyatni tashkil etish, ular orasida ijobiy raqobat muhitini yaratish, maqtov va rag'batlantirish usullaridan to'g'ri foydalanish o'quvchilar motivatsiyasini kuchaytiradi. Shu bilan birga, sinf rahbarlari, psixologlar va logopedlar hamkorligida o'quvchilarning nutqiy, emotsional va ijtimoiy rivojlanish darajasiga mos yondashuv ishlab chiqilishi maqsadga muvofiq.

Beshinchidan, ota-onalar va jamoatchilik bilan hamkorlikni kuchaytirish zarur. Vatanparvarlik faqat maktab doirasida shakllanmaydi, balki oilada va ijtimoiy muhitda mustahkamlanadi. Shu sababli, ota-onalar uchun seminarlar, suhbatlar, ota-onalar klublarida vatanparvarlik mavzusidagi targ'ibot ishlari olib borilishi, maktab va mahalla hamkorligida tadbirlar tashkil etilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Abduqodirov A. A., Raximov B. Pedagogika nazariyasi va amaliyoti. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2019.
2. Jo'rayev R., Qodirova D. Boshlang'ich ta'limda tarbiyaviy jarayonlar metodikasi. – Toshkent: Noshir, 2020.
3. Mamarajabov A. Milliy g'oya va ma'naviyat asoslari. – Toshkent: Iqtisod-Moliya, 2017.
4. G'ulomova H., Ashurova M. Boshlang'ich sinf o'quvchilarida fuqarolik va vatanparvarlik tuyg'ularini shakllantirish metodikasi. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2022.
5. Saidov S., Yuldasheva N. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: Fan, 2016.
6. Uzluksiz ta'lim tizimida ma'naviy tarbiya konsepsiyasi. – Toshkent: Xalq ta'limi vazirligi, 2022.
7. Raxmonov A. Boshlang'ich ta'limda tarbiya va rivojlanishning zamonaviy yo'nalishlari. – Toshkent: Innovatsion rivojlanish nashriyoti, 2023.

Mamatqulov Akbarjon Raim o'g'li,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

TEXNIKA YO'NALISHI TALABALARI KASBIY MOSLASHUVIDA IJTIMOIIY QO'LLAB-QUVVATLASH VA GURUH MUHITINING ROLI

Annotatsiya. Mazkur maqolada texnika yo'nalishida tahsil olayotgan talabalarning kasbiy moslashuvi jarayonida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va guruh muhitining o'rni psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Talabalar jamoasidagi ijobiy ijtimoiy munosabatlar, hamkorlik va o'zaro yordamning kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishdagi ahamiyati yoritiladi. Shuningdek, o'qish davrida talabalar duch keladigan moslashuvdagi qiyinchiliklar va ularni yengib o'tishda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlarining samaradorligi o'rganiladi. Tadqiqot natijalari texnika yo'nalishidagi talabalarning kasbiy o'sishida ijtimoiy muhitning muhim rolini asoslaydi.

Kalit so'zlar: kasbiy moslashuv, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, guruh muhiti, talaba psixologiyasi, texnika yo'nalishi, ijtimoiy integratsiya.

Annotation. This article examines the role of social support and group environment in the professional adaptation of students in technical fields from a psychological perspective. It highlights the importance of positive social interactions, collaboration, and mutual assistance in shaping professional competencies. The study also explores the challenges faced by students during their adaptation period and evaluates the effectiveness of social support mechanisms in overcoming them. The findings confirm that the social environment plays a crucial role in the professional development of students in technical disciplines.

Key words: professional adaptation, social support, group environment, student psychology, technical education, social integration.

Аннотация. В данной статье рассматривается роль социального поддержки и групповой среды в процессе профессиональной адаптации студентов технических направлений с психологической точки зрения. Особое внимание уделяется значению положительных социальных взаимоотношений, сотрудничества и взаимопомощи в формировании профессиональных компетенций. Также анализируются трудности, с которыми сталкиваются студенты в период адаптации, и эффективность механизмов социальной поддержки в их преодолении. Результаты исследования подтверждают важную роль социального окружения в профессиональном становлении студентов технических специальностей.

Ключевые слова: профессиональная адаптация, социальная поддержка, групповая среда, психология студента, техническое образование, социальная интеграция.

Kirish. Bugungi kunda texnika yo'nalishida tahsil olayotgan talabalarning kasbiy moslashuvi masalasi zamonaviy ta'lim tizimining muhim psixologik va pedagogik muammolaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Texnologik taraqqiyot, raqamli transformatsiya va ishlab chiqarish jarayonlarining avtomatlashtirilishi fonida texnik mutaxassislarining kasbiy tayyorgarligi nafaqat nazariy bilim va amaliy ko'nikmalarni, balki psixologik barqarorlik, ijtimoiy faoliyatga moslashuv va jamoada ishlash madaniyatini ham talab etadi. Shu boisdan, talabalarning kasbiy moslashuvini o'rganishda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi va guruh muhitining psixologik xususiyatlarini tahlil etish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Kasbiy moslashuv - bu shaxsning yangi ijtimoiy muhit, kasbiy faoliyat sharoitlari, jamoa qadriyatlar va kasbiy talablar tizimiga moslashish jarayonidir. Texnika yo'nalishidagi talabalar uchun bu jarayon o'ziga xos murakkabliklarga ega, chunki ular nafaqat o'quv dasturlari va laboratoriya ishlarini o'zlashtirishi, balki texnik fikrlash, muammoli vaziyatlarda qaror qabul qilish, innovatsion yondashuvlarni qo'llash kabi ko'nikmalarni ham rivojlantirishi zarur. Shu jarayonda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ya'ni do'stlar, guruhdoshlar, o'qituvchilar va ota-onalarning psixologik yordami muhim omil sifatida namoyon bo'ladi.

Guruh muhiti talabalarning kasbiy rivojlanishida markaziy o'rin tutadi. Ijobiy guruh muhiti - bu o'zaro hurmat, ishonch, hamjihatlik va yordamga tayyorlik muhitidir. Agar talaba o'zini jamoaning to'laqonli a'zosi sifatida his qilsa, u o'zining kasbiy imkoniyatlarini erkin namoyon eta oladi, o'qishga bo'lgan motivatsiyasi ortadi va psixologik stress darajasi pasayadi. Aksincha, ijtimoiy izolyatsiya, raqobat yoki kommunikativ muammolar mavjud bo'lgan guruhlar talabalarning moslashuv jarayonini sekinlashtiradi, o'ziga ishonchni pasaytiradi va kasbiy o'sishga to'sqinlik qiladi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlarining samarali ishlashi ko'p jihatdan o'quv muassasasining psixologik iqlimi, pedagogik jamoaning munosabati va talabalarning o'zaro muloqot madaniyatiga bog'liq. Texnika yo'nalishidagi talabalar ko'pincha o'quv yuklamasining og'irligi, amaliy topshiriqlarning murakkabligi, laboratoriya tajribalarining mas'uliyati sababli stress holatlarini boshdan kechiradilar. Shunday sharoitda, ijtimoiy qo'llab-quvvatlovchi tarmoq (masalan, o'qituvchi-mentor, psixologik maslahat xonasi, guruh yetakchisi va do'stlar guruhi) ularga ruhiy barqarorlikni saqlash, o'z kuchiga ishonchni oshirish va moslashuv jarayonini yengillashtirish imkonini beradi.

Shuningdek, talabalarning kasbiy moslashuv jarayonida ijtimoiy-psixologik omillar - empatiya, kommunikativ kompetentlik, ijtimoiy moslashuvchanlik, stressga bardoshlilik va motivatsion barqarorlik - muhim rol o'ynaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijobiy ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mavjud bo'lgan jamoalarda o'qish natijalari yuqori, talabalar o'z kasbini tezroq o'zlashtiradi va kasbiy identifikatsiya jarayoni muvaffaqiyatli kechadi.

Zamonaviy ta'lim tizimida texnika yo'nalishidagi talabalarning psixologik holatini qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini kuchaytirish, ijtimoiy-psixologik treninglar, ko'mak guruhlarini tashkil etish, hamda muloqot madaniyatini rivojlantirish orqali ularning kasbiy moslashuvini samarali ta'minlash mumkin. Shu nuqtai nazardan, ushbu tadqiqot texnika yo'nalishida o'qiyotgan talabalar kasbiy moslashuvida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va guruh muhitining o'zaro ta'sirini chuqur o'rganishga qaratilgan bo'lib, bu jarayonning psixologik mexanizmlarini aniqlash va amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi.

Aytish mumkinki, talabalarning ijtimoiy muhitga, jamoa qadriyatlariga va kasbiy talablar tizimiga moslashish darajasi ularning kelgusidagi kasbiy samaradorligiga bevosita ta'sir etadi. Shu sababli, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlarini kuchaytirish, guruh ichidagi sog'lom psixologik muhitni shakllantirish va o'qituvchilar bilan talabalar o'rtasidagi ishonchli muloqotni rivojlantirish texnik yo'nalishdagi kadrlarni tayyorlashda muhim strategik yo'nalishlardan biri sifatida qaralishi lozim.

Adabiyotlar tahlili. Texnika yo'nalishidagi talabalarning kasbiy moslashuvida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va guruh muhitining roli masalasi zamonaviy psixologik-pedagogik tadqiqotlarda keng o'rganilmoqda. Ushbu yo'nalish bo'yicha ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, kasbiy moslashuv - bu ko'p komponentli jarayon bo'lib, u shaxsning kognitiv, emotsional, motivatsion va ijtimoiy tizimlari o'rtasidagi o'zaro munosabatni o'z ichiga oladi (Klimov, 2003; Zeer, 2006). Ayniqsa, texnik sohalarida o'qiyotgan talabalarda bu jarayon ko'proq amaliy va jamoaviy faoliyat kontekstida kechadi.

Rossiyalik olimlar A.K. Markova (1996), E.F. Zeer (2008) va V.A. Bodrov (2011) o'z tadqiqotlarida kasbiy moslashuvning psixologik mexanizmlarini tahlil qilib, uni shaxsning kasbiy "Men-kontsepsiyasi" bilan bog'lab ko'rsatadilar. Ularning fikricha, texnika yo'nalishidagi talabalarning kasbiy moslashuvi muvaffaqiyatli kechishi uchun o'qituvchilar tomonidan ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash tizimi yo'lga qo'yilishi, jamoada hamkorlik muhiti shakllantirilishi zarur. Shu jihatdan, Markovanning "kasbiy kompetentlik modeli"da ijtimoiy kommunikatsiya va muloqot ko'nikmalari asosiy determinant sifatida qayd etiladi.

G'arb psixologiyasida bu masala "social support" va "group climate" tushunchalari orqali yoritiladi. R. House (1981) tomonidan ilgari surilgan "Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash nazariyasi"ga ko'ra, insonning ijtimoiy tarmog'idagi yaqin aloqalar uning stressni boshqarish qobiliyatini

oshiradi, shaxsiy samaradorlikni kuchaytiradi va adaptatsiya jarayonini yengillashtiradi. Bu fikrni Cohen & Wills (1985) o'z tadqiqotlarida empirik tarzda tasdiqlab, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning psixologik sog'lomlikka ijobiy ta'sirini ko'rsatganlar.

Mahalliy tadqiqotchilar orasida ham bu yo'nalishda muhim izlanishlar olib borilgan. Jumladan, O. Karimova (2019) talabalarining ijtimoiy moslashuvini o'rganishda psixologik qo'llab-quvvatlash dasturlarining ahamiyatini tahlil qilib, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash talabaning o'zini qadrlash hissini mustahkamlaydi, muloqot kompetensiyasini oshiradi va jamoaviy faolligini kuchaytiradi, degan xulosaga kelgan. Shuningdek, M. Ergasheva (2021) texnik universitet talabalari orasida o'tkazgan tadqiqotlarida ijtimoiy muhitning adaptiv xatti-harakatlarni shakllantirishdagi roli yuqori ekanini ta'kidlagan.

Ijtimoiy muhit va guruh iqlimi (group climate) nazariyalari ham mazkur mavzu uchun asosiy metodologik bazani tashkil etadi. K. Lewin (1948) tomonidan ishlab chiqilgan "guruh dinamikasi" nazariyasi shaxs xatti-harakatlarining ijtimoiy kontekst bilan uzviy bog'liqligini asoslaydi. Uning fikricha, insonning motivatsiyasi, faolligi va psixologik holati guruhdagi o'zaro munosabatlar tizimi bilan belgilanadi. Bu yondashuv texnika yo'nalishidagi talabalarining kasbiy jamoalarda o'z o'rnini topish, o'zini namoyon etish va kasbiy identifikatsiyani shakllantirish jarayonlarini tushuntirishda muhim ahamiyatga ega.

Shuningdek, D. McClelland (1987)ning "kompetensiyalar nazariyasi" ham kasbiy moslashuv jarayonini tushuntirishda muhimdir. Unga ko'ra, shaxsning kasbiy faoliyatdagi muvaffaqiyati faqat texnik bilimlarga emas, balki ijtimoiy-psixologik ko'nikmalarga - muloqot, empatiya, hamkorlik va javobgarlikka ham bog'liqdir. Bu g'oya texnika yo'nalishidagi talabalar uchun ayniqsa dolzarb, chunki ular ko'pincha texnik tafakkurga e'tibor qaratib, ijtimoiy kompetensiyalarni rivojlantirishga kamroq ahamiyat beradilar.

Tadqiqotlarning ko'pchiligi (Zhuravleva, 2010; Kolesnikova, 2018; Abdurahmonov, 2020) shuni ko'rsatadiki, ijobiy guruh muhiti - talabaning psixologik xavfsizligi, o'zini ifoda etish erkinligi va o'qishga motivatsiyasining muhim kafolatidir. Agar talaba jamoada o'zini qadrlangan va eshitilgan his qilsa, uning kasbiy o'zlashtirish darajasi sezilarli darajada ortadi. Aks holda, kommunikativ cheklanish, raqobat yoki psixologik bosim mavjud bo'lgan muhitda moslashuv kechikadi, stress kuchayadi va ijtimoiy izolyatsiya kuchayadi.

Yevropa psixologik tadqiqotlarida ham (Bronfenbrenner, 1979; Tinto, 1993) ta'kidlanishicha, o'quv muassasasidagi "mikrosotsial muhit" - ya'ni guruh, sinf, fakultet darajasidagi ijtimoiy tarmoq - talabaning o'quv faoliyati va kasbiy yo'nalishini belgilovchi asosiy ijtimoiy tizim hisoblanadi. Shuning uchun o'quv muassasalarida psixologik xizmatlar va mentorlik tizimlari orqali ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni tizimli tarzda yo'lga qo'yish tavsiya etiladi.

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, texnika yo'nalishidagi talabalarining kasbiy moslashuvi - bu murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon bo'lib, uning muvaffaqiyati guruh muhitining ijobiy iqlimi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi va talabalarining psixologik moslashuvchanligiga bevosita bog'liqdir. Shu boisdan, bu yo'nalishda olib borilayotgan tadqiqotlar ijtimoiy psixologiya, pedagogika va kasbiy psixologiya sohalarining kesishgan nuqtasida joylashgan bo'lib, ularning integratsiyasi kasbiy tayyorgarlik tizimini yanada takomillashtirishga xizmat qiladi.

Metodologiya. Texnika yo'nalishidagi talabalarining kasbiy moslashuvi jarayonida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va guruh muhitining rolini o'rganish uchun kompleks psixologik-pedagogik tadqiqot metodologiyasi qo'llanildi. Tadqiqotning metodologik asoslari shaxsning ijtimoiy rivojlanish nazariyalari, kasbiy shakllanishning psixologik konsepsiyalari hamda guruh dinamikasi nazariyasiga tayanadi (K. Lewin, A. Bandura, E. Zeer, R. House, A.K. Markova va boshqalar).

Tadqiqot uch bosqichda amalga oshirildi: diagnostik bosqich, eksperimental bosqich va natijaviy-tahliliy bosqich.

1. Tadqiqot maqsadi va vazifalari

Maqsad - texnika yo'nalishidagi talabalarning kasbiy moslashuv jarayonida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va guruh muhitining ta'sirini aniqlash, ularning o'zaro bog'liqligini empirik tarzda asoslash.

Vazifalar:

Talabalarning kasbiy moslashuv darajasini aniqlash;

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash manbalari (do'stlar, o'qituvchilar, ota-ona, guruhdoshlar) samaradorligini baholash;

Guruh muhitining psixologik iqlimini o'lchash;

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, guruh muhiti va moslashuv darajalari o'rtasidagi korrelyatsion bog'liqlikni aniqlash.

2. Tadqiqot ishtirokchilari

Tadqiqotda Buxoro davlat universiteti va Buxoro muhandislik-texnologiya institutining 1–4 kurs texnika yo'nalishidagi 120 nafar talabalari ishtirok etdi. Ularning 60 nafari nazorat guruhi, 60 nafari esa eksperimental guruh sifatida tanlandi.

3. Qo'llanilgan metodlar

Diagnostic metodlar:

Kasbiy moslashuv shkalasi (A.A. Rean, 2006);

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni baholash testi (I. Sarason, 1983);

Guruh iqlimi so'rovnomasi (R. Moos, 1986);

Kommunikativ kompetentlik testi (A.V. Petrovskaya, 1999).

Matematik-statistik tahlil:

Student t-testi;

Pearson korrelyatsiyasi (r);

Variatsion tahlil (ANOVA).

4. Tadqiqotning eksperimental dizayni

Tadqiqotda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va guruh muhiti o'rtasidagi o'zaro ta'sirga asoslangan model ishlab chiqildi. Eksperimental guruhda 6 haftalik ijtimoiy-psixologik trening dasturi tashkil etildi. Ushbu treningda talabalarning o'zaro ishonch, hamkorlik, empatiya va kommunikativ madaniyatini rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulotlar o'tkazildi. Nazorat guruhida esa an'anaviy o'quv jarayoni davom ettirildi.

5. Tadqiqot modeli (1-jadval)

Komponentlar	O'lchov ko'rsatkichi	Diagnostic vosita	Kutilgan natija
Kasbiy moslashuv	Shaxsning kasbiy sharoitga moslashuvi darajasi	Rean "Kasbiy moslashuv shkalasi"	Moslashuv darajasining ortishi
Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash	Psixologik yordam manbalari (do'st, ota-ona, o'qituvchi)	Sarason "Social Support Questionnaire"	Qo'llab-quvvatlash sezilarli ortadi
Guruh muhiti	Ijtimoiy-psixologik iqlim (ishonch, qo'llab-quvvatlash, raqobat)	Moos "Group Climate Scale"	Ijobiy iqlimning mustahkamlanishi
Kommunikativ kompetentlik	Muloqotda o'zini ifoda etish va tinglash ko'nikmasi	Petrovskaya "Kommunikativ kompetentlik testi"	Muloqot samaradorligining oshishi

6. Tadqiqot natijalarini qayta ishlash usullari

Olingan ma'lumotlar Microsoft Excel va SPSS dasturlari orqali tahlil qilindi. Guruhlar o'rtasidagi farq Student t-test yordamida aniqlanib, $p < 0.05$ darajasida ahamiyatli deb qabul qilindi. Korrelyatsion tahlil yordamida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va kasbiy moslashuv o'rtasida ijobiy bog'liqlik mavjudligi tasdiqlandi ($r = 0.67$, $p < 0.01$).

7. Metodologik asoslash

Tadqiqotning metodologik asosi sifatida L.S. Vygotskiyning ijtimoiy taraqqiyot konsepsiyasi, A.N. Leontyevning faoliyat nazariyasi, shuningdek, K. Rogersning "insonparvar yondashuv" g'oyalari qo'llanildi. Ushbu yondashuvlar asosida talaba shaxsini faqat bilim oluvchi subyekt sifatida emas, balki ijtimoiy tizimda faol ishtirok etuvchi, o'zini o'zi rivojlantiruvchi individ sifatida ko'rish mumkin.

8. Xulosa

Metodologik jihatdan bu tadqiqot shuni ko'rsatadiki, texnika yo'nalishidagi talabalarning kasbiy moslashuvini ta'minlash uchun ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va guruh muhitini psixologik boshqarish zarur. Shu maqsadda o'quv muassasalarida moslashuv treninglari, guruh jipsligini rivojlantirish dasturlari va psixologik maslahat markazlarini tashkil etish muhim ahamiyatga ega.

Muhokama. O'tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, texnika yo'nalishidagi talabalarning kasbiy moslashuvi ko'p jihatdan ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi va guruh muhitining ijobiyligiga bog'liqdir. Talabalar o'rtasida o'zaro hamkorlik, ishonch va psixologik yordamning mavjudligi kasbiy faoliyatga bo'lgan munosabatni shakllantiradi, o'qish jarayoniga bo'lgan qiziqishni kuchaytiradi hamda o'zini kasbiy jamoaning to'laqonli a'zosi sifatida his etishga yordam beradi. Moslashuv jarayonining psixologik jihatdan qulay kechishi nafaqat o'quv natijalarida, balki talabaning emotsional holati, o'zini baholash darajasi va kasbiy o'zini anglashida ham o'z aksini topadi.

Tahlil shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yuqori darajasi talabalarda stressga bardoshlilikni oshiradi, o'z-o'zini boshqarish qobiliyatini rivojlantiradi va ijtimoiy moslashuv jarayonini yengillashtiradi. Bunday holatda talaba o'quv muassasasidagi yangi sharoit, yangi jamoa va o'qitish talablari bilan tezroq muvofiqlashadi. Ayniqsa, o'qituvchilar va tengdoshlarning ijobiy munosabati, rag'batlantiruvchi fikrlari hamda hamkorlik muhiti talabalarning psixologik barqarorligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, oila a'zolarining qo'llab-quvvatlovi, ota-onalarning farzand o'qishiga nisbatan mas'uliyatli munosabati ham kasbiy moslashuv darajasini oshiruvchi ijtimoiy omil sifatida namoyon bo'ladi.

Eksperimental tadqiqot natijalariga ko'ra, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning kuchaytirilgan holati mavjud bo'lgan talabalarda kasbiy moslashuvning o'rtacha ko'rsatkichi 24 foizga oshgani kuzatildi. Bunda ayniqsa o'zaro ishonch, emotsional qo'llab-quvvatlash va guruhdagi do'stona muloqotning ahamiyati yuqori bo'ldi. Guruh iqlimi ijobiy bo'lgan muhitda talabalar o'z fikrini erkin ifoda etadi, o'zaro yordam va maslahat almashish faol bo'ladi, bu esa kasbiy o'sish uchun psixologik qulaylik yaratadi.

Nazorat guruhidagi talabalar o'rtasida esa ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning pastligi, jamoaviy faollikning yetishmasligi va individual yondashuvning ustunligi sababli kasbiy moslashuv jarayoni sustroq kechdi. Ular orasida o'zini yakkalanib qolgan, ijtimoiy jihatdan nafaol, o'qish jarayonida ishtiroki cheklangan talabalarning soni nisbatan ko'p bo'ldi. Bu esa shuni anglatadiki, ijtimoiy muhitning psixologik sifat ko'rsatkichlari, ya'ni o'zaro hurmat, hamjihatlik va ishonchning mavjudligi moslashuvning eng muhim determinanti hisoblanadi.

Guruh muhiti ijobiy bo'lgan sharoitda talabalar o'zini erkin ifoda etish imkoniga ega bo'ladi, bu esa kasbiy "Men" obrazini shakllantirishga xizmat qiladi. Ijobiy iqlimli jamoalarda muammoli vaziyatlar ko'proq muloqot, bahs-munozara va hamkorlik orqali hal etiladi. Natijada ijtimoiy moslashuv jarayoni faqat tashqi omillar emas, balki ichki motivatsion omillar bilan ham boyitiladi. Bu esa talabalarning kasbiy o'sishga bo'lgan ichki tayyorgarligini kuchaytiradi.

Korrelyatsion tahlil natijalariga ko'ra, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va kasbiy moslashuv o'rtasida $r=0.67$ darajada ijobiy bog'liqlik mavjudligi aniqlandi. Bu degani, ijtimoiy munosabatlar tizimi qanchalik faol va ishonchli bo'lsa, talabalarning moslashuv darajasi shunchalik yuqori bo'ladi. Shuningdek, guruh iqlimi bilan kasbiy moslashuv o'rtasidagi bog'liqlik $r=0.59$ ko'rsatkichida kuzatildi, bu esa guruhdagi psixologik muhitning ahamiyatini tasdiqlaydi.

Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, texnika yo'nalishidagi talabalarda kasbiy moslashuvni faqat individual psixologik xususiyatlar asosida emas, balki ijtimoiy kontekstda o'rganish zarur. Shaxs

o'zining ijtimoiy tarmog'ida, jamoada, o'qituvchi va tengdoshlar bilan o'zaro aloqada bo'lgan holda kasbiy tajriba hosil qiladi. Shu sababli, moslashuvni boshqarish mexanizmlari ta'lim muassasasining ijtimoiy-psixologik iqlimiga bevosita bog'liq.

Natijalar shuningdek, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning turli turlari turlicha ta'sir kuchiga ega ekanini ko'rsatdi. Masalan, emotsional qo'llab-quvvatlash talabalarning psixologik barqarorligini mustahkamlasa, informatsion qo'llab-quvvatlash (maslahat, yo'l-yo'riq, o'qituvchilarning izohi) ularning kasbiy samaradorligini oshiradi. Instrumental qo'llab-quvvatlash esa amaliy yordam shaklida ifodalanib, stress holatlarining kamayishiga yordam beradi.

Shunday qilib, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi va guruh muhiti texnika yo'nalishidagi talabalarning kasbiy moslashuvini ta'minlovchi asosiy psixologik omillar sifatida namoyon bo'ladi. Talabalarda muloqot, hamkorlik va o'zaro ishonchni rivojlantirish, o'qituvchi va guruhdoshlar o'rtasida ijobiy kommunikatsiyani yo'lga qo'yish, o'quv jarayonini jamoaviy ruhda tashkil etish - bularning barchasi kasbiy moslashuvning yuqori darajasiga erishishga xizmat qiladi. Shu sababli, ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlashni ta'lim tizimining ajralmas qismi sifatida qarash zarurdir.

Xulosa. Texnika yo'nalishidagi talabalarning kasbiy moslashuvi zamonaviy ta'lim tizimining psixologik-pedagogik jihatdan eng muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ushbu tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi va guruh muhiti talabalarning moslashuv jarayonida hal qiluvchi o'rin tutadi. Shaxsning yangi ijtimoiy muhitga kirib borishi, o'qish jarayoniga moslashishi, kasbiy talablar tizimini o'zlashtirishi va o'zini kasbiy jamoaning bir qismi sifatida his qilishi uchun ijtimoiy munosabatlar tizimi muhim psixologik resurs sifatida namoyon bo'ladi.

O'rganilgan ma'lumotlar asosida shuni ta'kidlash mumkinki, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash talabaning kasbiy shakllanishida stabilizator vazifasini bajaradi. U stress holatlarini kamaytiradi, psixologik barqarorlikni mustahkamlaydi, o'zini qadrlash hissini oshiradi hamda o'qish jarayonida uchraydigan murakkabliklarni yengib o'tishga yordam beradi. Shu bilan birga, guruh muhitining ijobiyligi - ya'ni o'zaro ishonch, hamjihatlik, o'zaro yordam va konstruktiv muloqot mavjudligi - kasbiy moslashuvni tezlashtiradi. Bunday muhitda talabalar o'zini erkin ifoda etish, o'z fikrini ochiq bayon qilish, tashabbus ko'rsatish va o'z kasbiy salohiyatini namoyon etish imkoniyatiga ega bo'ladi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning uch asosiy turi - emotsional, informatsion va instrumental yordam - kasbiy moslashuvga turlicha ta'sir ko'rsatadi. Emotsional qo'llab-quvvatlash talabalarning ruhiy holatini barqarorlashtiradi, informatsion qo'llab-quvvatlash esa kasbiy faoliyat uchun zarur bo'lgan ma'lumot va yo'l-yo'riqni beradi. Instrumental qo'llab-quvvatlash amaliy yordam shaklida ifodalanadi va bu o'z navbatida, talabaning o'qishdagi samaradorligini oshiradi. Shunday qilib, qo'llab-quvvatlash tizimi kompleks tarzda shakllantirilganida, u shaxsning kasbiy o'sish jarayonini sezilarli darajada yengillashtiradi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, texnika yo'nalishidagi talabalar uchun ijtimoiy muhitning sifat ko'rsatkichlari - psixologik iqlim, jamoaviy birdamlik, kommunikativ ochiqlik va o'zaro hurmat - kasbiy moslashuvning asosiy determinantlari hisoblanadi. Guruh iqlimi ijobiy bo'lgan jamoalarda talabalarning motivatsiyasi yuqori, stress darajasi past, kasbiy identifikatsiya jarayoni esa tez kechadi. Bunday jamoalarda shaxs o'zini psixologik jihatdan xavfsiz his qiladi, bu esa uning o'quv faoliyatidagi faolligini oshiradi va kasbiy qiziqishlarini rivojlantiradi.

Aksincha, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash yetishmaydigan yoki salbiy guruh muhiti mavjud bo'lgan jamoalarda talabalarning moslashuv jarayoni sust kechadi. Ular o'zini jamoaga tegishli deb his qilmaydi, o'qish jarayonida ishtiroki pasayadi, bu esa kasbiy motivatsiyaning zaiflashuviga olib keladi. Shuning uchun o'quv muassasalarida psixologik xizmatlar tizimini kuchaytirish, mentorlik dasturlarini joriy etish, jamoaviy faoliyatni rag'batlantirish va muloqot madaniyatini rivojlantirish zarur.

Tadqiqotning empirik tahlili asosida aniqlanishicha, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi bilan kasbiy moslashuv o'rtasida yuqori ijobiy korrelyatsiya mavjud ($r=0.67$, $p<0.01$). Bu natija ijtimoiy-

psixologik aloqalarning samaradorligi talabanning kasbiy adaptatsiyasiga bevosita ta'sir ko'rsatishini tasdiqlaydi. Shu bilan birga, guruh muhitining ijobiyligi ham kasbiy o'sish jarayonini faollashtiruvchi omil sifatida namoyon bo'lgan ($r=0.59$, $p<0.05$). Demak, ijtimoiy omillar nafaqat moslashuv tezligiga, balki kasbiy kompetensiyalarning shakllanish sifatiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Xulosa sifatida aytish mumkinki, texnika yo'nalishidagi talabalarning kasbiy moslashuvini samarali ta'minlash uchun ta'lim muassasalarida ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning institutsional mexanizmlarini yaratish zarur. Bunga psixologik maslahat markazlari, trening dasturlari, jamoaviy muloqot mashg'ulotlari, murabbiylik tizimi va guruh yetakchilari faoliyatini kuchaytirish kiradi. Shu bilan birga, o'qituvchilarning kommunikativ kompetentligini oshirish, talabalarda o'zaro hurmat va hamkorlik madaniyatini rivojlantirish kasbiy moslashuv jarayonining psixologik asosini mustahkamlaydi.

Ushbu ilmiy tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, texnika yo'nalishidagi ta'lim muassasalarida kasbiy moslashuvni faqat akademik tayyorgarlik bilan chegaralab bo'lmaydi. Bu jarayonning muvaffaqiyati talabalarning psixologik tayyorgarligi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmog'i va guruh iqlimining uyg'unligiga bog'liq. Shunday ekan, zamonaviy oliy ta'lim tizimida shaxsga yo'naltirilgan, ijtimoiy-psixologik yondashuvlar asosida tashkil etilgan moslashuv dasturlari talabalarni nafaqat o'qishga, balki kelajakdagi kasbiy faoliyatga ham samarali tayyorlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Абдурахмонов, А. (2020). Талабаларда ижтимоий мослашувнинг психологик механизмлари. Тошкент: "Fan va texnologiya" nashriyoti.
2. Bandura, A. (1986). Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
3. Bodrov, V.A. (2011). Психологические основы профессиональной деятельности. Москва: Академический проект.
4. Bronfenbrenner, U. (1979). The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Cambridge, MA: Harvard University Press.
5. Cohen, S., & Wills, T.A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. Psychological Bulletin, 98(2), 310–357.
6. Ergasheva, M. (2021). Texnik yo'nalishdagi talabalarning ijtimoiy moslashuv jarayonlari: psixologik tahlil. Buxoro davlat universiteti ilmiy axboroti, №2, 45–52.
7. House, R. (1981). Work Stress and Social Support. Reading, MA: Addison-Wesley.
8. Karimova, O. (2019). Talabalarda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimining psixologik ahamiyati. Toshkent: TDPU nashriyoti.
9. Kolesnikova, I.A. (2018). Групповая динамика и адаптация студентов к образовательной среде. Санкт-Петербург: Питер.

Кулдашева Гулбахор Давлятовна,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии университета
Альфраганус,
Узбекистан, г. Ташкент
Равишанова Лобар Равшан кизи,
студентка 4 курса, факультета социальных наук, университета Альфраганус,
Узбекистан, г. Ташкент
lobarravsanova6@gmail.com

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В СТРЕССОВОЙ СИТУАЦИИ

Аннотация. В статье рассматриваются психологические особенности поведения подростков в условиях стрессовых ситуаций. Особое внимание уделяется влиянию эмоциональной неустойчивости, самооценки и уровня саморегуляции на адаптацию личности в период подросткового кризиса. Анализируются внутренние и внешние факторы, определяющие характер стрессовых реакций, включая роль семьи, школьной среды и социального окружения.

Ключевые слова: подросток, стресс, поведение, эмоции, саморегуляция, адаптация, самооценка, среда, устойчивость, психология.

Annotatsiya. Maqolada o'smirlarning stressli vaziyatlardagi xulq-atvori psixologik xususiyatlari tahlil qilinadi. E'tibor o'smirlik davridagi hissiy beqarorlik, o'z-o'zini baholash va o'zini boshqarish darajasining shaxsning moslashuv jarayoniga ta'siriga qaratilgan. Stress reaksiyalarining shakllanishiga ta'sir etuvchi ichki va tashqi omillar, jumladan, oila, maktab muhiti va ijtimoiy muhitning roli ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: o'smir, stress, xulq, his-tuyg'u, o'zini boshqarish, moslashuv, baho, muhit, barqarorlik, psixologiya.

Abstract. The article examines the psychological characteristics of adolescent behavior in stressful situations. Special attention is given to the influence of emotional instability, self-esteem, and self-regulation on the process of personality adaptation during the adolescent crisis. The study analyzes internal and external factors determining stress reactions, including the role of the family, school environment, and social surroundings.

Key words: adolescent, stress, behavior, emotion, self-regulation, adaptation, self-esteem, environment, stability, psychology.

Современное общество характеризуется стремительными социальными, экономическими и технологическими изменениями, которые оказывают значительное влияние на психику человека. Особенно чувствительно эти изменения воспринимаются подростками, находящимися в переходном возрасте, когда происходит активное формирование личности, мировоззрения и системы жизненных ценностей. Период подросткового возраста является одним из наиболее сложных и противоречивых этапов в жизни человека, сопровождающимся кризисами самоопределения, эмоциональной неустойчивостью и повышенной восприимчивостью к внешним воздействиям.

Актуальность изучения психологических особенностей поведения подростков в стрессовых ситуациях определяется необходимостью глубокого понимания механизмов их эмоциональных реакций и способов адаптации. В условиях современного общества подростки сталкиваются с множеством стрессогенных факторов: повышенные требования со стороны родителей и учителей, конкуренция в образовательной среде, быстрое развитие цифровых технологий, социальные сети, а также влияние сверстников. Все эти факторы

могут становиться источником психоэмоционального напряжения, которое, в свою очередь, влияет на формирование личности и поведенческих реакций.

Подростковый возраст - это период активного формирования самосознания, становления самооценки и осмысления своего места в обществе. В этот период наблюдаются противоречия между стремлением к самостоятельности и необходимостью зависимости от взрослых, между внутренними потребностями и внешними ограничениями. Такие противоречия часто вызывают стрессовые реакции, которые проявляются в агрессивности, тревожности, замкнутости или девиантных формах поведения. Изучение этих особенностей позволяет не только понять природу стрессового поведения, но и выработать эффективные подходы к его профилактике и коррекции.

Научная значимость исследования состоит в том, что поведение подростков в стрессовых ситуациях представляет собой сложное сочетание биологических, психологических и социальных факторов. Современные исследования подтверждают, что стресс в подростковом возрасте имеет двойственную природу: с одной стороны, он может быть стимулом личностного роста, а с другой - фактором, провоцирующим психологическую дезадаптацию. В связи с этим важно определить, какие внутренние и внешние условия способствуют развитию стрессоустойчивости, а какие, наоборот, усиливают негативное влияние стрессоров.

Степень изученности данной проблемы достаточно высока, однако многие аспекты требуют дальнейшего теоретического и практического осмысления. В трудах отечественных и зарубежных психологов - Л. С. Выготского, Л. И. Божович, Э. Эриксона, К. Роджерса, А. Бандуры, Р. С. Немова, Л. Б. Шнейдер и других - подробно анализируются вопросы становления личности, особенностей самооценки, эмоциональной регуляции и социального поведения подростков. Тем не менее, современные реалии - ускоренные темпы жизни, цифровизация, рост информационной нагрузки и снижение уровня личностных контактов - создают новые формы стрессового взаимодействия, что требует пересмотра традиционных подходов к исследованию поведения подростков.

Таким образом, выбор темы исследования обусловлен её высокой актуальностью и практической значимостью. Изучение психологических особенностей поведения подростков в стрессовых ситуациях позволяет глубже понять процессы формирования личности в условиях современного общества, определить роль семейных, школьных и социальных факторов в развитии стрессоустойчивости, а также выработать рекомендации для педагогов, родителей и психологов по созданию благоприятной среды, способствующей гармоничному развитию подростка.

Проблема поведения подростков в стрессовых ситуациях является одной из центральных тем современной возрастной и педагогической психологии. Многочисленные отечественные и зарубежные исследования указывают на то, что именно в подростковом возрасте формируются устойчивые механизмы реагирования на стресс и эмоциональные трудности, которые в дальнейшем определяют социальную адаптацию личности.

В отечественной психологии значительный вклад в изучение возрастных особенностей подростков внесли Л. С. Выготский, Л. И. Божович, Д. Б. Эльконин и их последователи. В их трудах подростковый возраст рассматривается как особый период становления самосознания и личностной идентичности. По мнению Л. И. Божович, кризис подросткового возраста связан с противоречием между возросшими притязаниями личности и её реальными возможностями. Д. Б. Эльконин подчеркивал, что ведущей деятельностью в этот период является общение со сверстниками, в процессе которого формируются новые формы поведения и эмоционального реагирования.

В зарубежной психологии феномен стресса и его влияние на поведение подростков изучался в рамках различных теоретических подходов. Так, Г. Селье разработал концепцию общего адаптационного синдрома, определив стресс как универсальную реакцию организма

на любые предъявляемые ему требования. Э. Эриксон в своей теории психосоциального развития личности выделял подростковый возраст как этап формирования «идентичности» и преодоления ролевого смещения, что нередко сопровождается внутренним напряжением и тревожностью. Представители гуманистической психологии - К. Роджерс и А.

Маслоу - рассматривали стресс через призму самоактуализации личности и неудовлетворённых потребностей в признании и самоуважении.

В рамках социально-когнитивного подхода А. Бандура и его последователи акцентировали внимание на роли наблюдения, подражания и социального подкрепления в формировании стрессовых реакций. Согласно этой концепции, подростки усваивают модели поведения, наблюдая за реакциями значимых взрослых и сверстников, что формирует их собственные стратегии преодоления трудностей.

Современные исследования (Т. А. Гаврилова, Н. Е. Щуркова, М. Compas, S. Seiffge-Krenke и др.) подчеркивают, что поведение подростков в стрессовых ситуациях зависит от множества факторов: индивидуально-психологических характеристик, особенностей семейного воспитания, эмоциональной поддержки со стороны родителей и учителей, а также социального статуса в группе сверстников. Авторы отмечают, что высокий уровень саморегуляции, развитая эмпатия и позитивное восприятие себя служат защитными механизмами против деструктивных форм поведения.

Несмотря на значительный объём проведённых исследований, остаются недостаточно изученными вопросы комплексного взаимодействия индивидуальных, семейных и социальных факторов в формировании стрессоустойчивости у подростков. Современные социокультурные условия, такие как влияние цифровой среды, информационные перегрузки и социальные сравнения, усиливают стрессовую уязвимость подростков, что требует переосмысления существующих подходов и разработки новых методов психологической поддержки.

Таким образом, анализ литературы показывает, что исследование психологических особенностей поведения подростков в стрессовых ситуациях является актуальным и многоплановым направлением. Теоретическое осмысление проблемы позволяет определить ключевые факторы, влияющие на успешную адаптацию личности, и обосновывает необходимость дальнейших эмпирических исследований, направленных на профилактику стрессовых состояний и развитие эмоциональной устойчивости у подростков.

Проведённое исследование позволило выявить характерные особенности поведения подростков в стрессовых ситуациях, а также определить факторы, оказывающие влияние на уровень их эмоциональной устойчивости и адаптационные механизмы. На основе анализа данных, полученных в ходе наблюдения, анкетирования и тестирования, были установлены как общие тенденции, так и индивидуальные различия в проявлениях стрессовых реакций.

В процессе наблюдения за поведением подростков в учебной среде отмечено, что около 45% участников демонстрировали выраженные признаки эмоционального напряжения в ситуациях повышенной ответственности (ответ у доски, контрольные работы, публичные выступления). Основными поведенческими проявлениями являлись повышенная тревожность, неуверенность, раздражительность и избегание сложных заданий. Примерно 30% подростков, напротив, проявляли внешнюю активность, стремление доказать свои возможности, хотя внутренне также испытывали стресс. Остальные 25% участников исследования сохраняли относительное эмоциональное равновесие, что указывает на наличие сформированных механизмов саморегуляции.

Результаты анкетирования показали, что подавляющее большинство подростков (около 68%) воспринимают стрессовые ситуации как трудности, которые они не всегда способны преодолеть самостоятельно. Лишь 22% респондентов отметили, что стараются анализировать проблему и искать конструктивные пути её решения, а 10% сообщили о склонности избегать стрессовых ситуаций или уходить в виртуальное пространство.

Полученные данные свидетельствуют о недостаточном уровне развития навыков саморегуляции и эмоционального контроля у значительной части подростков.

Особое внимание уделялось влиянию семейных факторов. Было установлено, что подростки, воспитывающиеся в атмосфере поддержки и доверия, демонстрируют более низкий уровень тревожности и более высокие показатели самооценки. В семьях, где преобладают строгие требования, частая критика и эмоциональная дистанция, отмечались более выраженные стрессовые реакции, а также склонность к импульсивному поведению.

Эти данные подтверждают важность эмоционального климата семьи в формировании стрессоустойчивости.

Результаты тестирования позволили провести количественный анализ. Согласно шкале Спилбергера–Ханина, высокий уровень личностной тревожности был зафиксирован у 38% участников, средний - у 47%, низкий - у 15%. По методике Дембо–Рубинштейн установлено, что у 56% подростков наблюдается неустойчивая самооценка, у 29% - адекватная, а у 15% - завышенная. Корреляционный анализ выявил статистически значимую связь между низкой самооценкой и высоким уровнем тревожности ($r = 0,68$, $p < 0,05$), что подтверждает гипотезу о взаимосвязи эмоциональной неустойчивости и восприятия стрессовых ситуаций.

Кроме того, значимое влияние оказывает школьная среда. Подростки, отмечающие позитивные отношения с учителями и одноклассниками, продемонстрировали более высокий уровень стрессоустойчивости и академической мотивации. Напротив, у учащихся, испытывающих трудности в коммуникации и низкое чувство принадлежности к коллективу, чаще фиксировались проявления апатии, тревожности и снижение самооценки.

Интересные данные были получены при сравнении поведенческих стратегий подростков разных возрастных групп. У младших подростков (13–14 лет) чаще встречались эмоциональные и импульсивные формы реагирования - плаксивость, агрессия, раздражение. Старшие подростки (15–16 лет) чаще прибегали к рациональному анализу ситуации, стремились к самостоятельному решению проблем, но при этом демонстрировали внутреннее напряжение и скрытую тревожность.

В ходе исследования были выявлены гендерные различия: девочки чаще сообщали о чувстве тревоги, неуверенности и стремлении к поддержке, тогда как мальчики склонны проявлять стресс через внешнюю активность или агрессивное поведение. Эти различия подтверждают необходимость дифференцированного подхода к психологической помощи и профилактике стрессовых состояний.

Обобщая полученные результаты, можно отметить, что ключевыми факторами, определяющими поведение подростков в стрессовых ситуациях, являются уровень самооценки, особенности семейного взаимодействия, наличие социальной поддержки и сформированность навыков саморегуляции. Выявленные зависимости свидетельствуют о необходимости системной работы с подростками, направленной на развитие эмоциональной компетентности и устойчивости к стрессу.

Таким образом, проведённое исследование позволило не только выявить общие закономерности проявления стресса у подростков, но и определить направления дальнейшей работы в образовательной и психологической практике. Результаты могут быть использованы при разработке профилактических программ, тренингов личностного роста и коррекционных методик, направленных на формирование конструктивных стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях.

Проведённое исследование позволило выявить характерные особенности поведения подростков в стрессовых ситуациях и определить ключевые факторы, влияющие на уровень их эмоциональной устойчивости. На основе анализа данных, полученных в результате наблюдения, анкетирования и тестирования, были установлены закономерности, представленные в нижеследующей таблице.

Таблица 1.

№	Показатель	Метод исследования	Основные результаты	Процент участников
1	Эмоциональные проявления (тревожность, раздражительность, избегание)	Наблюдение	Повышенная тревожность и избегающее поведение в ситуациях публичных ответов, экзаменов и конфликтов	45%
2	Активное поведение при стрессе (соревновательность, настойчивость)	Наблюдение	Проявление внешней активности при внутреннем напряжении	30%
3	Эмоциональное равновесие (самоконтроль, устойчивость)	Наблюдение	Сохранение спокойствия и уверенности в стрессовых ситуациях	25%
4	Восприятие стресса как трудности, требующей внешней помощи	Анкетирование	Подростки считают, что не могут справиться самостоятельно	68%
5	Самостоятельный анализ и конструктивные стратегии	Анкетирование	Используют логический подход, саморефлексию	22%
6	Уход в виртуальную среду как реакция на стресс	Анкетирование	Используют интернет и игры для отвлечения от проблем	10%
7	Высокий уровень тревожности (по шкале Спилбергера–Ханина)	Тестирование	Повышенный уровень личностной тревожности	38%
8	Средний уровень тревожности	Тестирование	Нормативный уровень эмоциональной реакции	47%
9	Низкий уровень тревожности	Тестирование	Эмоциональная устойчивость, высокий самоконтроль	15%
10	Неустойчивая самооценка (по методике Дембо–Рубинштейн)	Тестирование	Неуверенность, зависимость от мнения окружающих	56%

11	Адекватная самооценка	Тестирование	Гармоничное восприятие себя и своих возможностей	29%
12	Завышенная самооценка	Тестирование	Склонность к переоценке собственных возможностей	15%

Анализ данных, представленных в таблице, показывает, что значительная часть подростков демонстрирует эмоциональную неустойчивость и повышенную тревожность в стрессовых ситуациях. Более половины респондентов имеют неустойчивую или заниженную самооценку, что напрямую связано с их поведением и способностью контролировать эмоции. Результаты подтверждают наличие тесной взаимосвязи между самооценкой, уровнем тревожности и степенью стрессоустойчивости.

Проведённое исследование позволило выявить ряд закономерностей, характеризующих поведение подростков в стрессовых ситуациях. Полученные данные свидетельствуют о том, что подростковый стресс имеет сложную психофизиологическую и социально-психологическую природу. Наибольшее влияние на его интенсивность оказывают такие факторы, как уровень самооценки, эмоциональная устойчивость, характер межличностных отношений в семье и степень социальной поддержки.

Анализ результатов показал, что подростки, обладающие высоким уровнем саморегуляции и позитивным восприятием себя, демонстрируют устойчивость к стрессовым ситуациям и более рациональные формы поведения. Они чаще применяют адаптивные стратегии, такие как поиск социальной поддержки, самоанализ и конструктивное решение конфликтов. В противоположность этому подростки с низким уровнем эмоциональной стабильности и заниженной самооценкой проявляют склонность к импульсивным реакциям, агрессии, тревожности и уходу от трудных ситуаций.

Особое внимание заслуживает роль семейных факторов. У подростков, воспитывающихся в атмосфере доверия и эмоциональной поддержки, стрессовые реакции протекают мягче и менее деструктивно. В семьях с конфликтными или формальными отношениями отмечаются признаки повышенного уровня тревожности, эмоциональной неустойчивости и агрессивности. Таким образом, эмоциональный климат семьи выступает одним из ключевых условий формирования стрессоустойчивого поведения подростков.

Также важную роль играет школьная среда. Учебные нагрузки, высокая конкуренция и страх неудачи часто становятся основными стрессорами. При этом положительное влияние оказывает поддерживающее взаимодействие с педагогами и сверстниками. Подростки, ощущающие уважительное отношение и эмоциональное принятие, легче справляются с тревожными состояниями и демонстрируют более высокий уровень социальной адаптации.

Полученные данные согласуются с результатами отечественных и зарубежных исследований. Так, в работах Л.С. Выготского и Д.Б. Эльконина подчёркивается, что подростковый возраст является критическим этапом формирования личности, сопровождающимся нестабильностью эмоциональных состояний и ростом социальной чувствительности. Э. Эриксон в своей психосоциальной теории рассматривал этот возраст как период формирования идентичности, что связано с переживанием внутренних противоречий и стрессовых ситуаций.

Зарубежные исследователи, такие как А. Бандура и К. Роджерс, отмечают значимость самооценки и саморегуляции для преодоления стресса. Согласно их подходам, высокий уровень личностной ответственности и вера в собственные возможности снижают риск дезадаптивных форм поведения. Современные исследования подтверждают, что развитие

эмоционального интеллекта является одним из ключевых факторов профилактики стресса у подростков.

Сопоставление данных исследования с результатами других авторов показывает, что проблема стрессового поведения подростков сохраняет актуальность и требует комплексного изучения. Несмотря на совпадения основных тенденций, наблюдаются различия, обусловленные социально-культурным контекстом и индивидуальными особенностями участников исследования.

Анализ результатов позволяет сделать несколько важных выводов. Во-первых, поведение подростков в стрессовых ситуациях носит многофакторный характер и зависит от сочетания индивидуальных, семейных и социальных условий. Во-вторых, ключевую роль в формировании стрессоустойчивости играет эмоциональная поддержка со стороны родителей и педагогов, способствующая развитию позитивной самооценки и навыков саморегуляции.

Практическая значимость выявленных закономерностей заключается в возможности их использования при разработке психолого-педагогических программ, направленных на профилактику стрессовых состояний и коррекцию негативных форм поведения.

Результаты исследования подтверждают необходимость системной работы с подростками, включающей тренинги по развитию эмоционального интеллекта, формированию коммуникативных навыков и конструктивному решению конфликтов.

Обсуждение результатов показывает, что повышение уровня психологической устойчивости подростков возможно только при комплексном подходе, объединяющем усилия семьи, школы и специалистов. Выявленные закономерности могут стать основой для дальнейших исследований, направленных на углублённое изучение механизмов адаптации личности в условиях стрессовых воздействий.

Проведённое исследование показало, что поведение подростков в стрессовых ситуациях определяется совокупностью личностных, социальных и семейных факторов. Наиболее устойчивыми к стрессу оказываются подростки, обладающие высоким уровнем саморегуляции, позитивным самоотношением и адекватной самооценкой. Их отличает умение контролировать эмоции, рационально оценивать ситуацию и находить конструктивные пути её решения. Выявлено, что низкий уровень эмоциональной устойчивости и отрицательная самооценка приводят к развитию деструктивных форм поведения - агрессии, тревожности, замкнутости или избеганию трудностей. Значимую роль играет семейная атмосфера: доверительные отношения и эмоциональная поддержка родителей способствуют формированию внутренней уверенности и способности справляться с проблемами. Напротив, гиперконтроль и эмоциональная холодность усиливают чувство неуверенности и тревоги.

Кроме того, школьная среда выступает важным фактором, влияющим на уровень стресса у подростков. Поддерживающее взаимодействие с учителями и сверстниками способствует адаптации, тогда как чрезмерные требования и социальное сравнение усиливают эмоциональное напряжение.

Таким образом, поведение подростков в стрессовых ситуациях является результатом взаимодействия индивидуальных особенностей личности и условий социальной среды. Развитие стрессоустойчивости требует комплексного подхода, включающего психологическую, педагогическую и семейную поддержку.

В заключение следует подчеркнуть, что проблема психологических особенностей поведения подростков в стрессовых ситуациях остаётся одной из наиболее актуальных в современной психологии развития. Полученные результаты подтверждают необходимость системной профилактической работы, направленной на формирование у подростков навыков эмоциональной саморегуляции, позитивного мышления и конструктивного поведения.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования его выводов при разработке программ психологической поддержки в образовательных учреждениях. Важным направлением является проведение тренингов, консультаций и групповых занятий, способствующих развитию коммуникативных навыков, уверенности в себе и снижению уровня тревожности у подростков.

Перспективы дальнейших исследований связаны с более глубоким изучением гендерных различий в стрессовом поведении, влияния цифровой среды на эмоциональную сферу подростков, а также разработкой новых методов диагностики и коррекции стрессовых состояний.

Следовательно, результаты проведённого анализа могут стать основой для совершенствования психолого-педагогической практики и повышения эффективности профилактики стрессовых реакций в подростковой среде.

Список литературы.

1. Выготский Л. С. Психология развития человека. - М.: Смысл, 2020. - 432 с.
2. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. - М.: Педагогика, 2019. - 352 с.
3. Эльконин Д. Б. Психология подросткового возраста. - М.: Просвещение, 2018. - 288 с.

Кулдашева Гулбахор Давлятовна,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии университета Альфраганус,
Узбекистан, г. Ташкент

Сайдикаримова Рухсора Бобохоновна,
студентка 4 курса, факультета социальных наук, университета Альфраганус,
Узбекистан, г. Ташкент

СТИЛИ РОДИТЕЛЬСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА РЕБЁНКА

Аннотация. В статье рассматриваются стили родительского воспитания и их влияние на личностное развитие ребёнка. Особое внимание уделяется авторитетному, авторитарному, либеральному и индифферентному стилям воспитания. Анализируется влияние каждого стиля на эмоциональное состояние, социальную адаптацию, формирование самооценки и поведенческие особенности детей. Результаты исследования показывают, что гармоничный и поддерживающий стиль воспитания способствует формированию уверенной, социально адаптированной личности, тогда как чрезмерный контроль или безразличие могут привести к эмоциональным проблемам и нарушениям поведения.

Ключевые слова: воспитание, стили воспитания, ребёнок, семья, авторитетный стиль, авторитарный стиль, либеральный стиль, развитие личности, психологическое влияние, родительство.

Annotatsiya. Maqolada ota-ona tarbiyasi uslublari va ularning bolaning shaxsiy rivojlanishiga ta'siri tahlil qilinadi. Avtoritar, demokratik, erkin (liberal) va befarq tarbiya uslublarining emosional holat, ijtimoiy moslashuv, o'z-o'ziga baho berish jarayoniga ta'siri ko'rib chiqiladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, qo'llab-quvvatlovchi va muvozanatli tarbiya uslubi ijtimoiy faol va o'ziga ishonchli shaxs shakllanishiga yordam beradi, haddan tashqari nazorat yoki befarqlik esa ruhiy muammolar va xulq buzilishlariga sabab bo'lishi mumkin.

Kalit so'zlar: tarbiya, tarbiya uslublari, bola, oila, demokratik uslub, avtoritar uslub, liberal tarbiya, shaxs rivoji, psixologik ta'sir, ota-onalik.

Annotation. The article examines parenting styles and their impact on a child's personal development. Special attention is given to authoritarian, authoritative, permissive, and neglectful parenting styles. The analysis highlights the influence of each style on children's emotional well-being, social adaptation, self-esteem formation, and behavioral patterns. Findings indicate that supportive and balanced parenting fosters confident and socially competent children, while excessive control or neglect may lead to emotional difficulties and behavioral problems.

Key words: parenting, parenting styles, child, family, authoritative style, authoritarian style, permissive style, child development, psychological impact, parenting practices.

Современная психологическая наука рассматривает семью как ключевой социальный институт, определяющий процесс становления личности ребёнка. Именно в семейной среде формируются базовые жизненные установки, представления о морали, ценностях и правилах взаимодействия с окружающими. Одним из важнейших аспектов функционирования семьи является воспитание, содержание и методы которого зависят как от социально-культурных факторов, так и от индивидуальных особенностей родителей и детей.

Вопросы родительских стилей воспитания привлекают внимание исследователей уже на протяжении нескольких десятилетий. В зарубежной психологии данная проблема получила развитие в трудах Д. Баумринд, Э. Маккоби, Дж. Мартина, А. Бандуры и других учёных. Среди отечественных специалистов значительный вклад внесли А. С. Спиваковская, А. Я. Варга, Е. Г. Эйдемиллер, В. В. Столин, Л. И. Божович. Несмотря на существенный

научный интерес, тема остаётся актуальной, поскольку стиль воспитания оказывает прямое воздействие на личностное, эмоциональное и социальное развитие ребёнка.

Понятие «воспитание» в психологии трактуется как целенаправленный процесс формирования личности, включающий развитие интеллектуальной, эмоциональной и социальной сфер ребёнка. В рамках семейной психологии воспитание понимается как система взаимных воздействий между родителями и детьми, способствующих усвоению ребёнком социальных норм, правил и моделей поведения [1].

Особенностью семейного воспитания является его личностный и эмоциональный характер, основанный на постоянном взаимодействии и доверительных отношениях. А.С. Спиваковская подчёркивает, что эмоциональный контакт между родителями и детьми служит фундаментом формирования личности ребёнка и основой его психологического благополучия [2].

Родительское поведение обусловлено совокупностью факторов: личными качествами родителей, их уровнем культуры и образования, семейными традициями, социальными условиями, а также индивидуальными особенностями ребёнка. Совокупность этих характеристик определяет стиль воспитания, который можно определить как устойчивую систему приёмов, методов и форм воздействия родителей, направленных на развитие и социализацию ребёнка.

Одной из наиболее известных классификаций стилей родительского воспитания является система, предложенная американским психологом Дианой Баумринд. Учёная выделила три основных типа родительского поведения:

1. Авторитарный стиль - характеризуется жёстким контролем, высокой требовательностью и ограниченным уровнем эмоциональной поддержки.
2. Авторитетный (демократический) стиль - сочетает адекватную требовательность с уважением к ребёнку, теплотой и поддержкой.
3. Либеральный (попустительский) стиль - выражается в отсутствии контроля и чрезмерной свободе, предоставляемой ребёнку.

Позднее Э. Маккоби и Дж. Мартин (Maccoby & Martin, 1983) дополнили классификацию Баумринд, выделив индифферентный стиль, при котором родители проявляют равнодушие и отсутствие интереса к жизни ребёнка [2].

В отечественной психологии существует множество подходов к типологии родительских стилей. Так, Е. Г. Эйдемиллер и В. В. Юстицкий разработали классификацию, основанную на степени эмоциональной вовлечённости родителей и уровне контроля. Они выделили такие формы, как гиперопека, гипоопека, доминирующая гиперпротекция, потворствующая гиперпротекция и эмоциональное отвержение [3].

Проблема классификации родительских стилей занимает одно из центральных мест в психологии семьи. Стили воспитания отражают устойчивые способы взаимодействия родителей с ребёнком, их систему требований, ожиданий и уровень эмоциональной поддержки. Разные исследователи выделяли собственные типологии, однако большинство подходов сходятся в выделении нескольких базовых направлений: авторитарного, демократического, либерального и индифферентного стилей [4].

Авторитарный стиль характеризуется строгим контролем, доминированием и низким уровнем доверия. Родители предъявляют к ребёнку высокие требования, но редко проявляют эмоциональную теплоту. Воспитательный процесс строится по принципу «подчинения и послушания». Как отмечала Д. Баумринд, при авторитарном подходе ребёнок часто демонстрирует послушание, но при этом испытывает тревожность, зависимость и низкую самооценку.

В отечественной психологии подобный тип поведения родителей соотносится с явлением доминирующей гиперпротекции, при которой контроль сочетается с ограничением инициативы ребёнка.

Демократический или авторитетный стиль считается наиболее сбалансированным и благоприятным для развития личности. Родители проявляют требовательность, но сочетают её с уважением, доверием и эмоциональной поддержкой. Взрослые поощряют самостоятельность, учитывают мнение ребёнка, объясняют причины запретов и правил.

По мнению Э. Маккоби и Дж. Мартина, именно этот стиль способствует формированию у ребёнка внутренней ответственности, уверенности и высокой самооценки. А. С. Спиваковская подчёркивала, что эмоциональная вовлечённость родителей и гибкость воспитательных воздействий формируют у ребёнка чувство безопасности и доверия к миру.

Либеральный стиль характеризуется минимальным контролем и слабой дисциплиной. Родители стараются избегать конфликтов, позволяют ребёнку самостоятельно определять границы поведения. Хотя подобная атмосфера может развивать инициативность, при отсутствии рамок у ребёнка часто формируется импульсивность, низкий уровень ответственности и трудности социальной адаптации.

В отечественной психологии либеральный стиль частично соответствует потворствующей гиперпротекции, когда родители чрезмерно удовлетворяют желания ребёнка, тем самым препятствуя формированию самоконтроля.

Индифферентный (безразличный) стиль описан Э. Маккоби и Дж. Мартином как наиболее неблагоприятный для личностного развития. Родители демонстрируют эмоциональную холодность, не проявляют интереса к потребностям ребёнка, избегают участия в его жизни. Такое воспитание может приводить к чувству отверженности, социальной отчуждённости и нарушению эмоциональной сферы [4].

Психологи отмечают, что отсутствие родительской вовлечённости повышает риск девиантного поведения и формирует дефицит доверия во взаимоотношениях с окружающими.

Семейная атмосфера, характер взаимодействия и степень эмоциональной поддержки определяют эмоциональное состояние ребёнка и особенности формирования его «Я-концепции».

Исследования показывают, что дети, воспитывающиеся в демократических семьях, обладают более высокой самооценкой, развитыми коммуникативными навыками и устойчивостью к стрессу. Напротив, авторитарное воспитание нередко приводит к повышенной тревожности, заниженной самооценке и трудностям в самовыражении.

В условиях либерального воспитания ребёнок может испытывать трудности в установлении границ и контроле собственных эмоций, а при индифферентном подходе нередко формируется эмоциональная холодность и ощущение незначимости.

Стиль взаимодействия в семье оказывает непосредственное влияние на формирование социальных норм и моделей поведения.

Демократический стиль способствует развитию социальной ответственности, толерантности и способности к сотрудничеству. Авторитарная модель, напротив, часто вызывает конформизм или протестное поведение, особенно в подростковом возрасте.

Либеральное воспитание, при всей его мягкости, может приводить к формированию эгоцентризма и трудностям в подчинении социальным правилам.

При индифферентном подходе нередко наблюдается отчуждённость, низкий уровень эмпатии и склонность к девиантным проявлениям.

Различия в стилях воспитания проявляются и в сфере познавательной активности. Демократический стиль стимулирует развитие любознательности и внутренней мотивации, поскольку родители создают поддерживающую и безопасную среду для самостоятельного поиска знаний.

Авторитарное воспитание чаще ориентировано на внешний контроль, что снижает инициативность и креативность ребёнка. Либеральный стиль может приводить к поверхностности интересов, а индифферентный - к снижению учебной мотивации и апатии.

Таким образом, анализ научных концепций позволяет сделать вывод, что стиль воспитания представляет собой совокупность устойчивых установок, эмоциональных реакций и моделей взаимодействия родителей с детьми, формирующихся в процессе семейного общения, и выступает системообразующим фактором, влияющим на все уровни психического и личностного развития ребёнка - от эмоционального благополучия до формирования мировоззрения и системы ценностей.

Проведённый анализ теоретических подходов к изучению стилей родительского воспитания позволяет утверждать, что характер взаимодействия родителей с ребёнком является ключевым фактором его личностного и социального формирования. Установлено, что различные модели воспитания по-разному влияют на эмоциональное состояние, самооценку и степень социальной адаптации детей. Наиболее эффективным признан демократический стиль, обеспечивающий оптимальный баланс контроля, поддержки и эмоциональной вовлечённости, что способствует формированию самостоятельности, устойчивости к стрессу и позитивной Я-концепции ребёнка. В то же время авторитарный и индифферентный подходы несут риск развития эмоциональной нестабильности, сниженной самооценки и зависимости от внешней оценки.

Таким образом, повышение воспитательной компетентности родителей, развитие эмоциональной культуры семьи и внедрение рекомендаций психологической науки в практику семейного воспитания являются значимыми условиями обеспечения полноценного психического развития ребёнка и формирования благоприятной семейной среды.

На основании проведённого анализа рекомендуется в практике семейного воспитания приоритетно формировать демократический стиль взаимодействия, обеспечивающий гармоничное сочетание разумной требовательности и эмоциональной поддержки. Родителям целесообразно развивать навыки эмоциональной компетентности, включающие умение распознавать чувства ребёнка, выражать собственные эмоции конструктивным образом и поддерживать открытый диалог в семье.

Рекомендуется усилить психологическую просвещённость родителей посредством участия в тренингах, консультациях и образовательных программах по вопросам детско-родительского взаимодействия. Использование научно обоснованных методов воспитания, ориентированных на индивидуальные особенности ребёнка, позволит повысить качество семейного воспитания, укрепить эмоциональную связь между членами семьи и создать благоприятные условия для полноценного развития личности.

Список литературы.

1. Davlyatovna, K. G. (2024). Characteristics of the process of biological growth and development of the child. *Central Asian Journal of Education and Innovation*, 3(5-3), 188-192.
2. Kuldasheva, G. D. (2022). Socio-Psychological Barriers and Ways to Overcome Them. *Pioneer Journal of Advanced Research and Scientific Progress*, 1(4), 136-140.
3. Кулдашева, Г. Д. (2022). Применение цифровых технологий в дошкольном образовании. In Конференция (Vol. 1, No. 1, pp. 71-75).
4. Шамсутдинов, А., & Кулдашева, Г. Д. (2022). Плюсы и минусы телемедицины в психологическом консультировании: Шамсутдинов Альберт, Студент 3-го курса, факультета «Клинической психологии» ТГСИ, г. In Научно-практическая конференция.

Abduvokhidova Nodirabegim Abduvosiq qizi,

Kindermed klinikasida psixolog

e-mail: nbegim13@gmail.com

YOSHLAR PSIXIKASIDA AJRIM MADANIYATINI SHAKLLANTIRISH

Anotatsiya. Ajralish muammosi hozirgi zamon insoniyat jamiyatining eng muhim ijtimoiy muammolaridan biri hisoblanadi. Shuning uchun chet ellarda ham, O'zbekistonda ham ajralish muammosini o'rganishga keng ilmiy jamoatchilik e'tibori qaratilib kelinmoqda. Bu muammoni turli soha mutaxassislari: yuristlar, demograflar, iqtisodchilar, sotsiologlar, psixologlar va boshqa fan sohalari mutaxassislari o'rganmoqdalar. Biz ushbu maqolamizda ajralishning keltirib chiqaruvchi psixologik oqibatlarini yoritib beramiz.

Kalit so'zlar: ajrim, er-xotin, noto'liq oila, bola, stress, motiv, noxushlik, tarbiya.

Аннотация. Проблема развода является одной из важнейших социальных проблем современного человеческого общества. Поэтому как за рубежом, так и в Узбекистане уделяется внимание изучению проблемы развода. Данную проблему изучают специалисты различных направлений: юристы, демографы, экономисты, социологи, психологи и специалисты других областей науки. В данной статье мы рассмотрим психологические последствия развода.

Ключевые слова: развод, супруги, неблагополучная семья, ребенок, стресс, мотив, дискомфорт, воспитание.

Abstract. The problem of divorce is one of the most important social problems of modern human society. Therefore, both abroad and in Uzbekistan, the attention of the scientific community is being paid to studying the problem of divorce. This problem is studied by specialists in various fields: lawyers, demographers, economists, sociologists, psychologists and specialists in other fields of science. In this article, we will highlight the psychological consequences of divorce.

Key words: divorce, spouses, dysfunctional family, child, stress, motive, discomfort, upbringing.

Kirish. Ajralishlar ko'plab noxush hodisalar: noto'liq oilalar sonining ortishi, bolalar va o'smirlar o'rtasida qonunbuzarlikning ko'payishi, pedagogik nazoratsiz qolgan bolalar sonining ortishi, yolg'izlik, sobiq er-xotinlar va qarindoshlarning o'zaro munosabatlarining yomonlashuvi kabilarning yuzaga kelishiga sabab bo'lishi mumkin.

Bugungi kunda ko'plab psixologlarning e'tibori ajrim sabablari, omillari, motivlarini o'rganish, ularni bartaraf etish, ajralishlarning salbiy asoratlarini kamaytirish masalalariga qaratilgan. Chunki oilalarning buzilishi tufayli nafaqat shu ajralishgan er-xotin va ularning farzandlari, balki jamiyat ham ko'p zarar ko'radi.

Noto'liq oila haqida gapirilganda shuni alohida ta'kidlab o'tish joizki, noto'liq oilalar ham turlicha yuzaga keladi. Oilalar er-xotinlardan birining vafot etganligi tufayli yoki ularning ajralishi tufayli noto'liq bo'lib qolishi mumkin. Albatta oilada ota yoki onaning vafot etishi bu ulkan fojia, avvalo bu fojia hech kimning boshiga tushmasin, lekin bunday oilalarda marhumning ruhi hurmati, unga nisbatan, uning sha'niga ijobiy munosabatlar saqlanib qoladi. Biroq er-xotinning ajralishi sababli yuzaga kelgan noto'liq oilalarda "tirik yetim" bolalar qoladi. Birinchidan, "tirik yetimlik" jamoatchilik o'rtasida, ayniqsa bolalar jamoalarida (bog'chada, maktabda, tengdoshlar davrasida) nisbatan kuchliroq qoralanadi. Ikkinchidan, bunday oilalarda ota yoki ona tomonidan, ularning yaqinlari tomonidan sobiq turmush o'rtog'i sha'niga, uning shaxsiyatiga salbiy bo'yoqlar beruvchi munosabatlar shakllanadi. Sobiq er-xotinlar tomonidan bir-birlarini qoralovchi fikr-mulohazalar ko'proq bildiriladi.

Bular albatta, bu toifa noto'liq oilalardagi o'zaro munosabatlarning shakllanishida qator noxushliklarning yuzaga kelishiga asos bo'ladi.

Adabiyotlar tahlili. Chet el psixologiyasida ajralish sabablarining o'rganilganlik darajasini

ochib berishda bir qator chet el tadqiqot ishlarini tahlil qildik. Xususan, T.Parsons ajrim sabablari, uning beqarorligini jamiyatdagi iqtisodiy o'zgarishlar bilan bog'lab tushuntiradi.[1]

D.Licher, S.Saus va K.Lloydlarning longityud tadqiqotlaridan olingan statistik ma'lumotlarga ko'ra, ma'lum bir davrda yashayotgan avlodlarda er-xotinlik alternatalari ko'pligi ajrimlarning ko'payishiga sabab bo'ladi.[2]

Taniqli amerikalik sotsiolog va psixolog K.Aronsning taxminicha, har o'n uch soniyada dunyoda bitta juftlik ajrasharkan. Bu har ikki nikohga bitta ajrimdan to'g'ri keladi. Shu bilan bir qatorda ajrim shunday stressga olib keladiki, sevgan kishisining o'limidagi asoratdan keyin ikkinchi o'rinda turadi. Shuning uchun ham ajrim inson umrini qisqartiruvchi og'riqli kechinma sifatida qaraladi.[3]

Yuqoridagilar bilan birga, o'zbek oilalar ajralishganda o'zgacha xususiyatlar ham kuzatiladi. Psixolog olim Fahridin Ro'ziqulov ajralishning asoratlari mavzusida o'tkazgan maxsus tadqiqot natijalariga ko'ra aksariyat holda ajralish qurboni ayol bo'ladi.[5] Ya'ni ajralish erkaklarga nisbatan ayollarni kelgusi oilaviy baxtiga, bolalarning tarbiyasiga, oila byudjetiga, ayolning salomatligiga, o'z ota-onasi bilan bo'lgan ota-ona va farzand munosabatlariga, ajralishgan ayolning ruhiyatiga kuchli salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga ayol uchun katta hayotiy muammolarini - qayta oila qurish va yolg'izlik muammosini keltirib chiqaradi. Bu qishloq va shahar ayollarida deyarli bir xil ifodalanadi. Ammo shaharlik ayollar shahar turmush tarzida jinsiy hulq jihatdan birmuncha erkin bo'lganlari hamda o'z kasb faoliyatlari bilan faol shug'ullanganlari tufayli qishloq ayollariga nisbatan yolg'izlikdan kamroq jabr ko'radilar.

Natija va tahlil. Ajralishlarning sabab-oqibatlar haqida fikr-mulohazalarimizni bildirishdan oldin mamlakatimiz oilalarida ajralishlarning o'ziga xos xarakteri, ya'ni boshqa (ayniqsa chet mamalakatlaridan) millatlardan farq qiluvchi jihatlariga to'xtalib o'tishni lozim topdik.

Bu quyidagi ob'ektiv omillarga bog'liq bo'lishi mumkin: birinchidan, qishloq joylarda ajrashgan ayol erkakka nisbatan jamoatchilik tomonidan ko'proq tanqidiy muhokama qilinadi.[4]

Ikkinchidan, qishloq joylarda ajralishgandan so'ng ayollarning ahvoli erkaklarga nisbatan yomonlashadi, negaki o'zbek millatidagi o'ziga xos urf-odatlar o'zbek ayolining uy-joylarni eriga qoldirib, o'z ota-onasini (uning aka-ukalari o'z oilasi, xotini, bolalari bilan yashayotgan va ajrashgan ayol uchun ahvolni yanada jiddiylashtiruvchi joyga) borib yashashga majbur bo'ladilar.

Uchinchidan, qishloq ayollarida ajralishgandan so'ng qayta oila qurish imkonini nihoyatda kamdir. Mana shu ob'ektiv sabablarni hisobga olgan holda qishloq joylardagi o'zbek ayollari muammoli (er-xotin orasidagi munosabatlar nihoyatda ziddiyatli, nizoli, ular orasidagi mehr-oqibat yetarli ifodalanmagan oila) nikohga ham ko'nikib yashayveradilar. Ba'zi ayollar, aslida eri bilan birga yashamayotgan bo'lsalar-da (hatto yillab), erlaridan "o'ch olish" maqsadida, uning boshqaga uylanishiga yo'l qo'ymaslik uchun rasmiy ravishda, sud orqali ajrashishga ko'nmaydilar. Qishloq joylardagi ajralishgan erkaklar ayollarga nisbatan bir muncha imtiyozli vaziyatda bo'ladilar: ular ajralishgandan so'ng o'z yaqinlari tomonidan ko'proq qo'llab-quvvatlanadi. Bolasi yo'q bo'lgan holatda esa ajralishgan erkak uchun turmushga chiqmagan ayolga uylanish sezilarli darajada muammo tug'dirmaydi.

Bundan tashqari u ajralishdan so'ng oldingi sharoitda - o'z (ota-onasining) uyida qoladi va navbatdagi yangi oila qurish imkoniga ega bo'ladi. Shuning uchun qishloq joylarda ajralishlarning tashabbuskorlari ko'proq erkaklar bo'ladilar.

Agar ajralish "ozodlik" deb hisoblanadigan bo'lsa, unda hozirgi zamon nikoh-oila qonunchiligiga ko'ra bu "ozodlik" "kimga qanchaga tushadi?" Shahar joylarda istiqomat qiladigan Yevropa xalqlariga mansub bo'lgan yosh oilalarda bu quyidagi formula tarzida bo'lishi mumkin. Ayollar uchun: Ajralish q ozodlik - bola - aliment-uy - yolg'iz onalarga beriladigan imtiyozlar - yangi oila qurish muammosi.

Erkaklar uchun: Ajralish ozodlik - bola - aliment-uy - yangi oila qurish imkoniyati. Agar ajralishlarning ayol va erkakka ko'rsatadigan asosiy ta'sirlarini sanaydigan bo'lsak, ular quyidagicha bo'ladi: Jamiyat uchun - Noto'liq oilalar soni ko'payadi, oilalararo yoki qarindoshlararo adovat

yuzaga keladi, bir jinsning ikkinchi jinsga nisbatan nafrati paydo bo'ladi, fohishabozlik ortadi, teritanosil kasalliklarning ortishi kuzatiladi, shaxsning ijtimoiy faolligi susayadi. Erkak uchun - yolg'izlik hissining ortishi, giyohvandlik va ichkilikbozlikka berilish, turli kasalliklar. Ayollar uchun - yolg'izlikni his qilishning ortishi, qayta oila qurish imkoniyatining cheklanganligi, nevrozlar, stresslar, turli xastaliklar, o'z joniga qasd qilish.

Xulosa. Yuqoridagi inqirozlarning paydo bo'lishi va shu vaziyatlarga dosh berishga tayyor bo'lsa, demak, oilani saqlab qolish mumkin bo'ladi. Buning uchun turmush o'rtog'larning maqsadlari bir ekanini anglab olish muhimdir. Bunda:

Turmush o'rtog'lar o'zoro suhbatlashishi. Bunda ikkinchi juftlik tomonidan qandaydir kamchilikka yo'l qo'yilsa, zudlik bilan baland ovozda gapirish juftning g'azabi kuchayishi mumkin. Uning xatosini yolg'iz tahlil qilish tavsiya etilmaydi. Balki uning ham muammolari yetarli bo'lib, u ham ajralish fikri bilan yashayotgan bo'lishi mumkin. O'z xohishlari va muammolari haqida to'g'ridan-to'g'ri aytish, birgalikda yechim izlash muhimdir. Oilaviy hayotdagi ba'zi masalalarni oldindan kelishib olish muhim hisoblanadi. Biror ishini turmush o'rtog'i bilan maslahatlashmasdan qilishga odatlansa, u ham xuddi shunday yo'l tutadi. Keyinchalik birgalikda yashash, hamfikir bo'lish fikridan voz kechadi. Bu esa nikoh munosabatlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Nizo chiqarish va tanbeh berishdan tiyinish. Oilaviy inqirozlarga sabab bo'ladigan nizo va janjallarga er-xotinning ikkalasi ham aybdor bo'lishi mumkin. Hamma ham o'zini aybsiz, deb biladi. Er-xotin munosabatlarida ular bir xil javobgar bo'lishi muximdir. Har doim hamma narsada "men haqman", deb hisoblash hato hisoblanadi. Nizo, janjal va kelishmovchiliklar har bir er-xotin o'rtasida bo'ladigan hodisadir. Muammoni hal qilishda janjal yoki zo'ravonlikka yo'l qo'ymaslik oilani bahtli davriyligini oshiradi. Chunki u oilaviy muammolarni hal qilmaydi, balki og'irlashtirib, aloqalarning darz ketishiga sabab bo'ladi. Tinch yo'l bilan hal qilish muhimdir.

Mas'uliyatlarni taqsimlash. Nikohning ilk kunidanoq mas'uliyatlarni o'zaro taqsimlab olish kerak bo'ladi. "Men pul topaman, sen farzandlar tarbiyasi, ularning dars mashg'ulotlari bilan shug'ullanasan", degan mantiqsiz qonun yaratib olish xatolikni boshlanishidir. Farzandning taqdiri umumiy mas'uliyat hisoblanadi, shuning uchun ularning tarbiyasiga ham ota, ham ona bir xil darajada javobgardir.

Oilaviy muammolarni qarindoshlar va do'stlar bilan mukohama qilish. Er-xotin – bitta jon. Oilaviy muammolarni jamiyat muammosi sifatida hammaga e'lon qilish juftlikning orasiga tashqi tomondan kirib kelgan axborotlarning tasri juda kata bo'ladi. Nikohning dastlabki yillarida xotinlar erining xatolaridan ota-onasiga shikoyat qilishni yoqtirishadi, go'yoki ularning nazdida qizi azoblanayotgandek tuyuladi va ularning oilasiga aralashish boshlanadi. Bu esa vaziyat yomonlashishiga olib keladi. Shuning uchun ham o'z oilaviy da'volarini bir-biriga bildirish, boshqalarga bayon etish oylaning buzilishiga olib kelishi mumkin.

Turmush o'rtog'ning faoliyatiga qiziqish bildirish. Ba'zida kundalik muammolar bilan band bo'lib qolganda, turmush o'rtog'ining mehnat faoliyati, ishlari va hokazolarni so'rashni unutib qo'yish tabiiy bo'ladi. Bu ham oilaviy munosabatlarning tarkibiy qismi hisoblanadi. Bugungi kunda oilaviy mashg'ulotlar mavjud emas. Er-xotin bir birining qiziqishlarini hurmat qilishi muhimdir. Oilada umumiy qiziqishlar bo'lsa, bu oilaning mustahkamligiga juda katta ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Uning yutuqlari, hamkasblarining fikri haqida so'rab turishni odat qilish uning odamlarga bo'lgan fikrlarini bildiradi. Bu ta'sirli bo'ladi. Oila baxtli bo'ladi.

Oilaviy muhitni o'zgartirish. Munosabatlarda tushunmovchiliklar, kelishmovchiliklar yuzaga kelishni boshlagan bo'lsa, inqirozga tushib qolganida, muhitni darhol ijobiy tomonga o'zgartirish lozimdir. Mehnat ta'tili olish va turmush o'rtog'i bilan birgalikda o'tkazish, o'sha vaqtda dam olish va bir-biridan zavqlanish imkoniga ega bo'ladi. Muammo va tashvishlar chekinadi. Muammoga sabab bo'lgan voqea-hodisalar asosiy narsa emasligini tushunib yetadi.

O'ziga vaqt ajratish. Oilaviy hayotda va oilaviy muammolarni hal qilishda ko'pincha ayol kishi o'ziga e'tibor bermay qo'yadi. Tashqi ko'rinishni o'zgartirish va unga doim e'tibor qaratish, yangi narsalarni qidirish turmush o'rtog'iga har hilik beradi.

Iliq xotiralar bilan o'rtoqlashish. O'tmishda baxtli, xursandchilik kunlar aks etgan fotolavhalarni birgalikda eslash, biror joyga borish, esda qoladigan lavha olish, o'sha lahzalarni suhbat mavzusiga aylantirish, o'zining yaxshi his qilgan, kulguli vaziyatlarni birgalikda eslash baxtli bo'lishga haqli ekanligini his qilish boshlanadi.

Minnatdorchilik. Ko'pincha insonlar ma'lum vaqt davomida birga yashab, o'z turmush o'rtog'i bo'lgani uchun minnatdorchilik bildirish va his qildirish qanchalik muhim ekanligini unutishadi. Uni tushunish va qadrlashni o'rganish kerak. Ayollar ko'proq oilaviy qiyinchiliklar, ayniqsa, moddiy qiyinchiliklar erlaridan norozi bo'ladi. O'sha vaqtda turmush o'rtog'iga shunday holatda ham minnatdorchilik bildirish, uning hayoti yengillashishiga sabab bo'ladi. Kichik narsalarni ham e'tibordan chetda qoldirmaslik muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Tovbayeva M.S. Muammoli oilalarning gender munosabatlarida psixologik despotizm profilaktikasi. p.f.f.d (PhD) dissertatsiyasi. 2022-y.
2. Trent, K. & South, S.J. (1989). Structural Determinants of the Divorce Rate: A Cross-Societal Journal of Marriage and Family, Vol. 51, No., pp. 391-404.
3. Tursunov, N. O'zbek oilalarida ta'lim darajasi va ajralishlar: Ijtimoiy va psixologik omillar. O'zbekiston Jamiyatshunoslik Jurnal. 2022-yil. 60-75-b.
4. Usmonova, D. O'zbek oilalarida sadoqat muammolari va ularning ajralishga ta'siri. Oila Psixologik Tadqiqotlar Jurnal. 2021-y. 50-61 b.
5. Тышкевич В.П Основные направления исследований семейного домохозяйства современной социальной рыночной экономике на примере Германии. – Москва: МАКС-Пресс, 2009. – С. 211-212.

Arzimbetov Tileubergen Tilepbergenovich,

*O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Nukus filiali
Jismoniy tarbiya nazariyasi, gumanitar va tabiiy fanlar kafedrası dotsenti
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).*

Atadjanova Alfiya Qurbonbaevna,

Innovatsion texnologiyalar universiteti psixologiya ta'lim yo'nalishi 2-bosqich talabasi

TALABA YOSHLARDA SPORT MOTIVATSIYASIGA TA'SIR ETUVCHI ICHKI VA TASHQI OMILLAR TAHLILI

Annotasiya. Ushbu maqolada, talaba yoshlarda sport motivatsiyasini shakllantirishda ichki va tashqi omillarning ahamiyati o'rganilgan. Ichki omillar shaxsiy qiziqish va maqsadlar bilan bog'liq bo'lsa, tashqi omillar ijtimoiy muhit va rag'batlantirish tizimlari orqali ta'sir ko'rsatadi. Ularning o'zaro uyg'unligi yoshlarning sportga bo'lgan ishtiyoqini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: talaba yoshlari, sport motivatsiyasi, ichki omillar, tashqi omillar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, maqsadlar, rag'batlantirish, sport faoliyati, shaxsiy rivojlanish.

Аннотация. В данной статье изучено значение внутренних и внешних факторов в формировании спортивной мотивации у студенческой молодежи. В то время как внутренние факторы связаны с личными интересами и целями, внешние факторы влияют через социальную среду и системы стимулирования. Их взаимная гармония служит укреплению интереса молодежи к спорту.

Ключевые слова: студенческая молодежь, спортивная мотивация, внутренние факторы, внешние факторы, социальная поддержка, цели, стимулирование, спортивная деятельность, личностное развитие

Abstract. In this article, the significance of internal and external factors in the formation of sports motivation in student youth is studied. While internal factors are related to personal interests and goals, external factors influence through the social environment and incentive systems. Their harmony serves to strengthen young people's enthusiasm for sports.

Key words: student youth, sports motivation, internal factors, external factors, social support, goals, incentives, sports activity, personal development

Kirish. Talaba yoshlarda sport motivatsiyasiga ta'sir etuvchi ichki va tashqi omillarni chuqur tahlil qilish orqali, ularning jismoniy faollik va sog'lom turmush tarziga bo'lgan qiziqishi qanday shakllanishini anglash mumkin. Ichki omillar, odatda, shaxsiy qiziqishlar, o'z-o'zini anglash, maqsad sari intilish va sog'lom bo'lish istagidan kelib chiqadi. Bunday ichki motivlar odatda yoshlar ongida mustaqil qarorlar qabul qilish jarayonida shakllanadi. Sportga bo'lgan muhabbat, yutuqqa erishish istagi, o'z-o'zini sinovdan o'tkazish kabi omillar sport bilan shug'ullanishga ichki rag'batni kuchaytiradi.

Shuningdek, o'zining jismoniy ko'rsatkichlarini yaxshilash, stressdan xalos bo'lish va hayotdan mamnun bo'lish istagi ham sportga bo'lgan qiziqishni orttiradi. Ba'zida yoshlar o'zini boshqalarga isbotlash yoki jamiyatda o'z o'rnini topish uchun ham sportga murojaat qilishadi. Ichki motivatsiya ko'p hollarda barqarorroq bo'lib, tashqi omillarga bog'liq holda o'zgarishga kam moyildir. Bu omillar talabaning shaxsiy rivojlanishiga xizmat qiladi va mustaqil qaror qabul qilish salohiyatini oshiradi. Ichki motivatsiyaning kuchli bo'lishi yoshlarni sportda uzoq muddat faol bo'lishiga zamin yaratadi. Shu sababli, ichki omillar sportga barqaror qiziqish hosil qilishda muhim o'rin tutadi.

Tashqi omillar esa talabaning atrofidagi ijtimoiy muhit, oila, do'stlar, o'qituvchilar va ommaviy axborot vositalari orqali shakllanadi. Masalan, ota-onaning sportga bo'lgan ijobiy munosabati yoki ustozlarning rag'batlantiruvchi so'zlari sportga bo'lgan qiziqishni orttiradi.

Do'stlar bilan birga sport bilan shug'ullanish yoshlar orasida raqobat va hamkorlik ruhini uyg'otadi. Ommaviy axborot vositalarida sport yutuqlari, sportchilarning muvaffaqiyati, sog'lom turmush tarzi targ'iboti ham tashqi motivatsiyani kuchaytiradi.

Sport tadbirlari, musobaqalar va universitet darajasidagi sport dasturlari ham talabalarni sportga jalb qilishda muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, mukofotlar, tan olinishi, jamiyatda obro' orttirish imkoniyati kabi tashqi turtkilar sportga qiziqishni rag'batlantiradi. Ayrim hollarda tashqi motivatsiya vaqtinchalik bo'lishi mumkin, ammo u ichki motivatsiya shakllanishi uchun boshlang'ich nuqta bo'lib xizmat qiladi. Tashqi omillar sport bilan shug'ullanishni boshlashda kuchli rol o'ynasa-da, uzoq muddat davom ettirish uchun ichki motivatsiya muhimroq hisoblanadi. Biroq tashqi va ichki omillar bir-birini to'ldirib, sportga bo'lgan barqaror munosabat shakllanishiga xizmat qiladi. Shu boisdan, o'quv muassasalari ham ichki, ham tashqi motivatsiyani kuchaytiruvchi muhit yaratishga e'tibor qaratishi zarur.

Xulosa qilib aytganda, talaba yoshlar orasida sport motivatsiyasiga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi omillar turlicha bo'lib, ular ichki va tashqi guruhlariga bo'linadi. Ichki omillar shaxsiy ehtiyojlar, orzular, o'ziga bo'lgan ishonch va o'zini rivojlantirish istagi bilan bog'liq bo'lsa, tashqi omillar esa ijtimoiy muhit, rag'batlantirish va tashqi baholovlarga tayanadi. Har ikki turdagi omillar sportga bo'lgan qiziqishni uyg'otish va uni barqarorlashtirishda o'zaro uzviy bog'liq.

Talabalar sport bilan shug'ullanish orqali nafaqat jismonan sog'lom bo'lishadi, balki ruhiy barqarorlik, ijtimoiy faollik va maqsadga intilish fazilatlarini ham shakllantirishadi. Ichki motivatsiya yoshlarning o'z qarorlariga tayangan holda sportni tanlashini ta'minlasa, tashqi omillar bu tanlovni qo'llab-quvvatlaydi. Shuning uchun sport motivatsiyasini oshirishda ikki yo'nalishni ham inobatga olish lozim. Talabalar orasida sport madaniyatini keng targ'ib qilish va ularga sportning ahamiyatini anglatish orqali ichki va tashqi motivatsiyani uyg'unlashtirish mumkin. O'qituvchilar, ota-onalar va jamiyat sport motivatsiyasini shakllantirishda faol ishtirok etishi zarur. Ularning yordami va ijobiy munosabati sportga bo'lgan barqaror munosabatni rivojlantiradi. Shu tarzda, talaba yoshlar o'rtasida sportga bo'lgan qiziqish yanada oshadi va sog'lom turmush tarzi barpo etiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Edvard Dechiy va Richard Ryan o'z-o'zini belgilash nazariyasi orqali ichki motivatsiyaning sportdagi ahamiyatini ta'kidlaydilar. Ularning fikricha, ichki motivatsiya - shaxsning o'z ichki qiziqishlari, shaxsiy qadr-qimmati va mustaqilligi orqali yuzaga keladi. Bu nazariyaga ko'ra, talaba yoshlarda sportga bo'lgan qiziqish, ular o'zlarini erkin va maqsadga yo'naltirilgan his qilganda kuchayadi. Ichki motivatsiya shuningdek o'zini rivojlantirish, shaxsiy o'sish va qoniqish his qilish kabi omillar bilan bog'liq. Dechiy va Ryan ta'kidlashicha, tashqi rag'batlar (masalan, mukofotlar yoki bosim) qisqa muddatda sport faoliyatini oshirishi mumkin, lekin barqaror muvaffaqiyat uchun ichki motivatsiya zarurdir. Ularning tadqiqotlari talaba yoshlarning sportga bo'lgan qiziqishini kuchaytirishda ichki motivatsiyaning qanday asosiy o'rin tutishini ko'rsatadi. Shuningdek, o'qituvchilar va murabbiylarning qo'llab-quvvatlashi ichki motivatsiyani yanada mustahkamlaydi. Shu bois, talabalarning o'z-o'zini anglashini rag'batlantirish muhimdir. Dechiy va Ryan nazariyasi sport motivatsiyasini o'rganishda keng qo'llaniladi.

Albert Bandura tomonidan ilgari surilgan o'z-o'zini samaradorlik nazariyasi yoshlarning sportdagi muvaffaqiyatlariga bo'lgan ishonchlarini o'rganadi. Bandura fikricha, agar talaba o'z qobiliyatlariga ishonch bilan yondashsa, u sport bilan muntazam shug'ullanishga va yuqori natijalarga erishishga intiladi. O'z-o'zini samaradorlik his qiladigan talabalar sportda murakkab vazifalarni bajarishga tayyor bo'ladi va qiyinchiliklarni yengishda qat'iyatli bo'ladi. Bu nazariyaga ko'ra, yoshlarning o'z imkoniyatlariga bo'lgan ishonchi ichki motivatsiyaning asosiy omillaridan biri hisoblanadi. Bandura, shuningdek, ijtimoiy o'rganish jarayoni orqali, ya'ni boshqalar muvaffaqiyatidan ilhomlanish ham sport motivatsiyasini oshirishi mumkinligini ta'kidlaydi. Ushbu nazariya talaba yoshlarning sportga bo'lgan ichki va tashqi rag'batlarini yaxshiroq tushunishga yordam beradi. Shuningdek, murabbiy va ota-onalar yoshlarning o'z-o'zini samaradorligini oshirishda muhim rol o'ynaydi. Bandura nazariyasi sport psixologiyasida keng qo'llaniladi.

Viktor Vrum kutilgan qiymat nazariyasi asosida talabalarning sportga bo'lgan motivatsiyasini tushuntiradi. Unga ko'ra, odamlar faoliyatga kirishishda kutilgan natijalar va ularning qiymatiga qarab qaror qabul qilishadi. Talaba yoshlar sport bilan shug'ullanishda muvaffaqiyat qozonish yoki qiziqarli va foydali natijalar kutganida ko'proq motivatsiyaga ega bo'ladilar. Bu nazariyada ichki va tashqi omillar birlashib, sportga bo'lgan qiziqishni oshiradi. Vrumning fikricha, motivatsiya yuqori bo'lishi uchun talabaning muvaffaqiyatga bo'lgan umidlari va natijaning shaxsiy ahamiyati muvofiq bo'lishi kerak. Shu nuqtai nazardan, universitetlar sport faoliyatini tashkil qilishda talabalar uchun maqsad va mukofot tizimini aniq belgilashlari lozim. Bu nazariya motivatsiyani oshirish uchun tashqi va ichki omillarni uyg'unlashtirish zarurligini ko'rsatadi. Vrumning nazariyasi talabalarning sportga bo'lgan motivatsiyasini tahlil qilishda dolzarb ahamiyatga ega.

Jon Atkinsonning nazariyasi sport motivatsiyasini muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik ehtimoli bilan izohlaydi. Unga ko'ra, yoshlar sportda muvaffaqiyat qozonish istagi va muvaffaqiyatsizlikdan qochish istagi orasida muvozanat yaratishga harakat qilishadi. Atkinson ta'kidlaganidek, talaba yoshlarning sportga bo'lgan motivatsiyasi ularning muvaffaqiyatga bo'lgan ishonchi va muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish darajasiga bog'liq. Bu nazariyaga muvofiq, muvaffaqiyatga erishish ehtimoli yuqori bo'lsa, yoshlar sportga ko'proq qiziqadi. Biroq muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish ularning ishtiyoqini pasaytirishi mumkin. Atkinsonning nazariyasi sport motivatsiyasining psixologik mexanizmlarini batafsil yoritadi va yoshlarni rag'batlantirishda qiyinchiliklarni tushunishga yordam beradi. Bu nazariya talabalarning sportda davomiyligini oshirish uchun motivatsion strategiyalar ishlab chiqishda asos bo'lib xizmat qiladi. Shuningdek, u sport psixologiyasi sohasida keng qo'llaniladi.

Ichki motivatsiya sportga bo'lgan qiziqishni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. O'z-o'zini anglash va o'zgarish istagi yoshlarni sport bilan shug'ullanishga undaydi. Bu motivatsiya turli omillar orqali kuchayadi, jumladan, o'z maqsadlariga erishish istagi, o'zini sinovdan o'tkazish va yangi ko'nikmalarni rivojlantirish. Ichki motivatsiya ko'pincha barqaror bo'lib, uzoq muddatli sport faoliyatiga olib keladi. Shuningdek, o'z-o'zini anglash va o'zgarish istagi yoshlarni sport bilan shug'ullanishga undaydi. Bunday motivatsiya yoshlarning o'z qarorlariga tayangan holda sportni tanlashini ta'minlaydi. Ichki motivatsiyaning kuchli bo'lishi yoshlarni sportda uzoq muddat faol bo'lishiga zamin yaratadi. Shu sababli, ichki omillar sportga barqaror qiziqish hosil qilishda muhim o'rin tutadi. O'z-o'zini anglash va o'zgarish istagi yoshlarni sport bilan shug'ullanishga undaydi. Bu motivatsiya turli omillar orqali kuchayadi, jumladan, o'z maqsadlariga erishish istagi, o'zini sinovdan o'tkazish va yangi ko'nikmalarni rivojlantirish.

Tashqi motivatsiya sportga bo'lgan qiziqishni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Oila, do'stlar va o'qituvchilarning rag'batlantiruvchi so'zlari yoshlarni sport bilan shug'ullanishga undaydi. Shuningdek, mukofotlar, tan olinishi va jamiyatda obro' orttirish imkoniyati kabi tashqi turtkilar sportga qiziqishni rag'batlantiradi. Tashqi motivatsiya ko'pincha vaqtinchalik bo'lishi mumkin, ammo u ichki motivatsiya shakllanishi uchun boshlang'ich nuqta bo'lib xizmat qiladi. Tashqi omillar sport bilan shug'ullanishni boshlashda kuchli rol o'ynasa-da, uzoq muddat davom ettirish uchun ichki motivatsiya muhimroq hisoblanadi. Biroq tashqi va ichki omillar bir-birini to'ldirib, sportga bo'lgan barqaror munosabat shakllanishiga xizmat qiladi. Tashqi motivatsiya ko'pincha vaqtinchalik bo'lishi mumkin, ammo u ichki motivatsiya shakllanishi uchun boshlang'ich nuqta bo'lib xizmat qiladi. Tashqi omillar sport bilan shug'ullanishni boshlashda kuchli rol o'ynasa-da, uzoq muddat davom ettirish uchun ichki motivatsiya muhimroq hisoblanadi. Biroq tashqi va ichki omillar bir-birini to'ldirib, sportga bo'lgan barqaror munosabat shakllanishiga xizmat qiladi.

Tahlillar va natijalar. Sport motivatsiyasining shakllanishida ichki omillar muhim ahamiyat kasb etadi. Talaba yoshlarda o'z-o'zini anglash va o'z qobiliyatlariga ishonch sport bilan shug'ullanishga bo'lgan ichki ehtiyojni kuchaytiradi. Bu ichki ehtiyojlar orqali ular nafaqat tashqi mukofotlardan, balki o'zining shaxsiy rivojlanishidan va maqsadlariga erishishdan zavq olishadi. Ichki motivatsiya barqaror va uzoq muddatli bo'lib, yoshlarni murakkab vazifalarni bajarishga va sportdagi qiyinchiliklarni yengishga undaydi. Shu bilan birga, o'z maqsadlarini aniq belgilash va

ichki intilishlarni rag'batlantirish talabalarning sportga qiziqishini mustahkamlaydi. Ichki motivatsiyaning kuchayishi, yoshlarning shaxsiy yutuqlari, o'z-o'zini anglash jarayoni va o'zini rivojlantirish istagi bilan bevosita bog'liqdir. Bundan tashqari, ichki motivatsiyani shakllantirishda shaxsiy ehtiroslar va orzular ham katta o'rin tutadi. Talaba o'z imkoniyatlarini namoyon etishni va o'zining sportdagi o'sishini his qilganda, uning ichki motivatsiyasi yanada mustahkamlanadi. Natijada, ichki motivatsiyaga asoslangan sport faoliyati yoshlarning jismoniy va ruhiy sog'lomligini ta'minlashga xizmat qiladi.

Tashqi omillar ham sport motivatsiyasida sezilarli rol o'ynaydi. Oila, do'stlar, murabbiylar tomonidan ko'rsatiladigan qo'llab-quvvatlash va rag'batlantirish yoshlarni sport bilan shug'ullanishga undaydi. Shuningdek, mukofotlar, tan olinishi va ijtimoiy maqomning oshishi kabi tashqi rag'batlar talabalar orasida raqobat va faoliyatga qiziqishni oshiradi. Biroq, tashqi motivatsiya ko'pincha vaqtinchalik bo'lishi mumkin, shuning uchun u ichki motivatsiya bilan birgalikda ta'sir ko'rsatishi muhimdir. Tashqi omillar yoshlarni boshlang'ich bosqichda sportga jalb qilishda katta ahamiyatga ega, lekin uzoq muddat davomida ularning sport faoliyatini davom ettirishlari uchun ichki motivatsiyaning ham rivojlanishi zarur. Tashqi rag'batlantirishning samarali bo'lishi uchun u individual ehtiyoj va sharoitlarga mos bo'lishi kerak. Bundan tashqari, ijtimoiy muhitdagi sportga bo'lgan umumiy hurmat va e'tibor yoshlarning motivatsiyasini qo'llab-quvvatlashda muhim vosita hisoblanadi. Bu jarayonda universitetlar va sport jamoalari o'rtasidagi hamkorlik yoshlarning sportga bo'lgan munosabatini ijobiy tomonga o'zgartirishda yordam beradi.

1-jadval

Omillar	Tushuntirish	O'lchov vositasi	Tadqiqot usuli	Kutilayotgan natija
Ichki motivatsiya	Shaxsning o'z qobiliyatlariga ishonchi va qiziqishi	Psixologik anketalar (masalan, IMS)	So'rovnoma, intervyu	Yuqori ichki motivatsiya sport faoliyatini muntazam davom ettirishga yordam beradi
Maqsad va intilishlar	Talabanning sportdagi shaxsiy maqsadlari va orzulari	Maqsadlarni aniqlash testlari	Suhbat, yozma testlar	Aniqlangan maqsadlar sportga bo'lgan qiziqishni kuchaytiradi
Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash	Oila, do'stlar va murabbiylarning rag'batlantirishi	Qo'llab-quvvatlash darajasini o'lchovchi anketalar	So'rovnoma, kuzatuv	Yuqori ijtimoiy qo'llab-quvvatlash motivatsiyani oshiradi
Tashqi rag'batlar	Mukofotlar, tan olinishi va ijtimoiy maqom	Tashqi mukofotlarga munosabat testi	Eksperiment, so'rovnoma	Tashqi rag'batlar yoshlarni sportga boshida jalb qiladi
Stress va bosim	Ijtimoiy va shaxsiy bosimning ta'siri	Stress darajasini o'lchovchi testlar	Psixometrik testlar	Yuqori stress sportga bo'lgan motivatsiyani pasaytirishi mumkin
O'z-o'zini anglash	Talabanning o'z imkoniyatlarini va chegaralarini bilishi	O'z-o'zini baholash shkalalari	Intervyu, anketalar	Yuqori o'z-o'zini anglash sportdagi muvaffaqiyatga ijobiy ta'sir qiladi

Ichki va tashqi omillarning o'zaro ta'siri talabalarning sport motivatsiyasini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Ichki ehtiyojlar va shaxsiy maqsadlar tashqi rag'batlantirish bilan

uyg'unlashganda, motivatsiya yanada mustahkamlanadi. Bunday muvozanat yoshlarning sport faoliyatidan doimiy zavq olishini va o'zini rivojlantirishni ta'minlaydi. Shu bilan birga, ichki va tashqi omillar orasidagi nomuvofiqlik motivatsiyaning pasayishiga olib kelishi mumkin. Masalan, agar talaba faqat tashqi mukofotlar uchun sport bilan shug'ullansa, ichki qoniqish yo'q bo'lsa, uning faoliyati tezda kamayishi ehtimoli yuqori. Shuning uchun, murabbiylar va ta'lim muassasalari har ikkala motivatsiya manbaini uyg'unlashtirishga intilishi kerak. Ijtimoiy va psixologik qo'llab-quvvatlash, shuningdek, shaxsiy maqsadlarni aniq belgilash sport motivatsiyasining doimiyligini ta'minlaydi. Bu esa talabalarning nafaqat jismoniy tayyorgarligini oshirishga, balki ularning umumiy farovonligiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, sport motivatsiyasi yoshlar o'rtasida murakkab va ko'p qirrali fenomen bo'lib, uni shakllantirishda turli ichki va tashqi omillar birgalikda ishlaydi. Ichki motivatsiya yoshlarning shaxsiy o'sishi va o'zini anglashiga asoslangan bo'lsa, tashqi omillar ijtimoiy muhit va rag'batlantirish orqali kuchayadi. Shu sababli, motivatsiyani oshirish uchun ichki ehtiyojlarni qondirish va tashqi qo'llab-quvvatlashni uyg'unlashtirish zarur. Bunday yondashuv talabalarning sport faoliyatiga bo'lgan ishtiyoqini mustahkamlaydi va ularning jismoniy hamda ruhiy salomatligini yaxshilashga yordam beradi. Shuningdek, sport faoliyati davomiyligini oshirish uchun motivatsiya manbalarini individual xususiyatlarga moslashtirish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu tahlillar asosida, ta'lim muassasalari va murabbiylar yoshlarning motivatsiyasini rag'batlantirish uchun maxsus dasturlarni ishlab chiqishlari tavsiya etiladi. Natijada, talabalarning sportga qiziqishi oshadi va ular sog'lom turmush tarzini shakllantirishga intiladi.

Xulosa. Talaba yoshlarda sport motivatsiyasining shakllanishida ichki omillarning o'rni beqiyosdir. Ichki motivatsiya – bu shaxsning o'z qobiliyati, qiziqishi va shaxsiy maqsadlariga bog'liq holda paydo bo'ladigan rag'batdir. Talabalar o'zlarini sport faoliyatida muvaffaqiyatli his qilganda, o'z mahoratlari va imkoniyatlariga ishonch ortadi. Bu holat ularni yanada faolroq bo'lishga, o'z-o'zini rivojlantirishga va qiyinchiliklarga bardosh berishga undaydi. Ichki motivatsiya yoshlarni sportga doimiy jalb qilishda muhim bo'lib, ular o'z harakatlaridan qoniqish his qilganda, o'qish va boshqa faoliyatlarga ham yanada ijobiy yondashadi. Bu esa nafaqat jismoniy tayyorgarlikni oshiradi, balki ruhiy holatni ham mustahkamlaydi. Ichki rag'batni qo'llab-quvvatlash uchun talabalarga o'z maqsadlarini aniq belgilash va ichki qiziqishlarini rivojlantirish imkoniyatlari yaratilishi zarur. Shunday qilib, ichki motivatsiyaning kuchayishi talabalarni sportga yanada ko'proq jalb etadi va ularning umumiy hayot sifatini oshiradi.

Tashqi omillar sport motivatsiyasini shakllantirishda sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Oila, do'stlar, murabbiylar va jamiyatning sportga nisbatan munosabati yoshlarning sport bilan shug'ullanishida muhim rag'batlantiruvchi kuch hisoblanadi. Tashqi mukofotlar, raqobat, tan olinishi va ijtimoiy maqomning oshishi talabalarni faoliyatga ko'proq jalb qiladi. Biroq, faqat tashqi rag'batlar uzoq muddatda sportga bo'lgan ishtiyoqni saqlab qolishda yetarli emasligi ko'p hollarda kuzatiladi. Tashqi motivatsiya ichki istaklar bilan birlashganda haqiqiy samarani beradi. Universitetlar va sport tashkilotlari talabalarning sportga bo'lgan ehtiyojlari va ijtimoiy muhitni hisobga olib, qulay va rag'batlantiruvchi sharoitlar yaratishlari lozim. Shuningdek, sportda muvaffaqiyatga erishgan yoshlarning ijtimoiy sharaflanishi, ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi va boshqalarni ham sportga jalb etadi. Shu yo'l bilan tashqi omillar talabalarning sportga bo'lgan motivatsiyasini yanada kuchaytiradi va ularni faoliyatda davomiy bo'lishga undaydi.

Ichki va tashqi omillarning o'zaro ta'siri sport motivatsiyasining yanada mustahkam bo'lishiga xizmat qiladi. Ichki ehtiyojlar va shaxsiy intilishlar tashqi rag'batlar bilan uyg'unlashib, yoshlarning sportga bo'lgan qiziqishini oshiradi. Motivatsiyaning muvozanati bo'lmasa, ya'ni faqat tashqi bosim yoki mukofotlarga asoslangan bo'lsa, yoshlar orasida motivatsiya tezda pasayishi mumkin. Shuning uchun murabbiylar va ta'lim muassasalari har ikkala omilni uyg'unlashtirishga intilishi kerak. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va shaxsiy maqsadlarning aniq belgilanishi talabalarning sportga bo'lgan munosabatini yaxshilaydi. Bu muvozanat yoshlarning nafaqat jismoniy tayyorgarligini oshirishga, balki ruhiy barqarorlik va ijtimoiy moslashuviga ham ijobiy ta'sir qiladi.

Natijada, ichki va tashqi rag'batlarning uyg'unligi sport motivatsiyasining barqarorligini ta'minlaydi va yoshlarning faol hayot tarzini qo'llab-quvvatlaydi.

Umuman olganda, talaba yoshlarda sport motivatsiyasi ko'p qirrali va murakkab jarayon bo'lib, uning shakllanishida ichki va tashqi omillar birgalikda ishlaydi. Ichki omillar yoshlarning shaxsiy qiziqishi, o'z-o'zini anglash va rivojlanish intilishidan iborat bo'lsa, tashqi omillar esa ularning ijtimoiy muhit, qo'llab-quvvatlash va rag'batlantirish tizimlariga bog'liq. Har ikki omil birgalikda yoshlarning sportga bo'lgan ishtiyoqini oshirib, ularni sog'lom turmush tarziga jalb qiladi. Motivatsiyani oshirishda individual yondashuv va shaxsiy ehtiyojlarni hisobga olish muhimdir. Shuningdek, ta'lim muassasalari, murabbiylar va oilaning qo'llab-quvvatlashi yoshlarning sportda muvaffaqiyatga erishishini ta'minlaydi. Shu sababli, sport motivatsiyasini yanada samarali rivojlantirish uchun ichki va tashqi omillarni uyg'unlashtiruvchi tizimli yondashuv zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Abdullayev A., Xonkeldiyev SH. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti. O'quv qo'llanma Toshkent., O'zDJTI, 2005 yil – 300 b
2. Дубровский, В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия): Учеб. для студентов Высших учебных заведений. – 3-е изд-е, испр. и доп. – М.: Гуманит.-изд. центр «Владос», 2004. – 624 с.
3. Гончарова, С.А. Физическая культура и спорт в профилактике заболеваний и укреплении здоровья [Электронный ресурс]
4. Шустин, Б. Тенденции развития современного спорта // Человек в мире спорта : Новые идеи, технологии, перспективы : Тез. докл. Междунар. конгр. - М., 1998.- Т. 2. - С. 355-356.
5. Ablanazarov, F., Umarov, K., & Sultanov, R. (2025). Talaba-yoshlarni sport mashg'ulotlariga qiziqishini yanada oshirishning ahamiyati. Modern Science and Research, 4(3), 395–397.

Kalillaeva Ulbosin Ayaapbergenovna,

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Nukus filiali, Jismoniy tarbiya nazariyasi, gumanitar va tabiiy fanlar kafedrası Ps.f.f.d. (PhD) v.b dots,

Kdirniyazova Rayhan Kalbayevna,

Innovatsion texnologiyalar universiteti psixologiya yo'nalishi 2-kurs talabasi

JAMOAVIY SPORT TURLARIDA SPORTCHILARNING HAMKORLIKDA ISHLASHIGA TA'SIR ETUVCHI PSIXOLOGIK MEKANIZMLAR

Annotasiya. Ushbu maqolada, jamoaviy sport turlarida sportchilarning o'zaro hamkorlikda samarali faoliyat yuritishida ta'sir etuvchi psixologik omillar o'rganilgan. Bu omillar qatoriga ishonch, ichki motivatsiya, hissiy barqarorlik, muloqot madaniyati va jamoaviy maqsadlarga sadoqat kiradi. Bundan tashqari maqolada, psixologik mexanizmlarning jamoaviy harakatlarni uyg'unlashtirish va sportchilarning umumiy natijaga erishishidagi ahamiyati tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: jamoaviy sport, hamkorlik, psixologik mexanizmlar, ishonch, motivatsiya, hissiy barqarorlik, muloqot, jamoa ruhiyati, sportchilar o'zaro munosabati, psixologik uyg'unlik.

Аннотация. В данной статье изучены психологические факторы, влияющие на эффективное взаимодействие спортсменов в командных видах спорта. К этим факторам относятся доверие, внутренняя мотивация, эмоциональная устойчивость, культура общения и приверженность коллективным целям. Кроме того, в статье анализируется значение психологических механизмов в гармонизации командных действий и достижении спортсменами общего результата.

Ключевые слова: командный спорт, сотрудничество, психологические механизмы, доверие, мотивация, эмоциональная устойчивость, общение, командный дух, взаимодействие спортсменов, психологическая гармония.

Abstract. This article examines the psychological factors influencing the effective interaction of athletes in team sports. These factors include confidence, internal motivation, emotional stability, communication culture, and commitment to collective goals. In addition, the article analyzes the significance of psychological mechanisms in the coordination of team actions and the achievement of a common result by athletes.

Key words: team sports, cooperation, psychological mechanisms, trust, motivation, emotional stability, communication, team spirit, athletes' interaction, psychological harmony.

Kirish. Jamoaviy sport turlari doimo o'ziga xos murakkablikka ega bo'lib, unda har bir sportchining nafaqat jismoniy, balki psixologik holati ham muhim o'rin tutadi. Ayniqsa, sportchilarning bir jamoa sifatida uyg'unlikda harakat qilishi, natijaga erishishda asosiy omillardan biri hisoblanadi. Jamoaviy muvofiqlik faqatgina sportchilar mahorati orqali emas, balki ularning bir-biriga bo'lgan ishonchi va o'zaro aloqalari orqali yuzaga keladi. Bunday holatlarda sportchilarning psixologik xususiyatlari, hissiyotlarni boshqarish qobiliyati, hamda guruh ichida o'zini tutishi juda muhim hisoblanadi. Har bir a'zo o'z roli va vazifasini to'g'ri anglab, uni bajarishda jamoa manfaatini birinchi o'ringa qo'yishi kerak. Shu jihatdan qaralganda, hamkorlikda ishlashni ta'minlaydigan psixologik mexanizmlarni chuqur tahlil qilish zarurati paydo bo'ladi. Zero, har qanday murakkab strategiya yoki texnikani samarali qo'llash faqat jamoaning bir butun tizimga aylanishi orqali mumkin bo'ladi. Shuning uchun ham, sportchilarning psixologik tayyorgarligi ularning jismoniy tayyorgarligi qatori muhim sanaladi. Jamoaviy sport turlarida ishtirok etuvchi har bir sportchi o'z individual qobiliyatlaridan tashqari, jamoaga moslashish qobiliyatiga ham ega bo'lishi kerak. Buning uchun esa, ularning ongida jamoaviy fikrlash va o'zaro ishonchning mustahkam poydevori shakllanishi zarur bo'ladi.

Psixologik jihatdan jamoada ishlash qobiliyatini shakllantiruvchi bir qancha ichki mexanizmlar mavjud bo'lib, ular sportchining o'zini tutishidan tortib, o'zaro muloqot

madaniyatigacha bo'lgan barcha jihatlarni o'z ichiga oladi. Bular qatoriga o'zini anglash, emosional barqarorlik, ijtimoiy moslashuvchanlik kabi ko'nikmalar kiradi. Ushbu ko'nikmalar sportchilarning jamoaviy faolligini oshirishga, qaror qabul qilishda ishonchli bo'lishiga va murabbiy bilan o'zaro aloqani mustahkamlashiga yordam beradi. Shuningdek, bunday mexanizmlar yordamida sportchilar jamoa ichidagi ixtilof va tushunmovchiliklarni konstruktiv tarzda hal qila oladi. Jamoaviy sport turlarida har bir sportchining hissiy holati butun jamoaning umumiy energiyasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, har bir ishtirokchining ruhiy tayyorgarligini mustahkamlash, ularning ijobiy munosabatini shakllantirish va stress holatlariga qarshi chidamliligini oshirish zarur bo'ladi. Ko'plab sport jamoalarining muvaffaqiyat sirlari aynan ularning ichki psixologik muvozanatida yotadi. O'zaro hurmat, faol tinglash, va umumiy maqsadga yo'naltirilgan ruhiy uyg'unlik kuchli jamoaning asosi bo'lib xizmat qiladi. Bu mexanizmlarni anglab yetish va ularni sportchilar ongiga singdirish orqali jamoaning ichki muhitini sezilarli darajada yaxshilash mumkin. Natijada, sportchilar nafaqat maydonda, balki kundalik mashg'ulotlarda ham bir-birini qo'llab-quvvatlovchi haqiqiy jamoadoshga aylanadi.

Psixologik mexanizmlar deganda jamoa a'zolari orasidagi ruhiy aloqalar, hissiy muvozanat, kommunikatsiya va bir-birini tushunish darajasi tushuniladi. Bular sport jarayonining ko'zga ko'rinmas, biroq juda muhim bo'lgan jihatlardir. Masalan, ijobiy motivatsiya sportchini o'z ustida ishlashga undaydi, bu esa jamoaning umumiy holatiga ham ta'sir qiladi. Shuningdek, guruh a'zolari o'rtasida o'zaro mehr, hurmat va birdamlik bo'lmasa, hatto kuchli sportchilar ham jamoa sifatida muvaffaqiyatga erisha olmaydi. Bu mexanizmlarning to'g'ri shakllanishi uchun psixologik treninglar, mashg'ulotlar va motivatsion dasturlar zarur. Shuningdek, sportchilarning individual xarakter xususiyatlari ham jamoaviy uyg'unlikka sezilarli ta'sir qiladi. Tinch, muvozanatli va ijobiy fikrlaydigan sportchilar jamoada tez moslashadi va boshqalarni ham ruhlantira oladi. Salbiy hissiyotlarga beriluvchan yoki tortinchoq sportchilar esa ko'proq psixologik qo'llab-quvvatlashga muhtoj bo'ladi. Shu sababli, sport jamoalarida har bir a'zoning psixologik holatini o'rganish jamoaning ichki uyg'unligini ta'minlash uchun muhim vosita sanaladi. Bu esa nafaqat o'yinda, balki umumiy mashg'ulot jarayonida ham o'z samarasini ko'rsatadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Sport jamoalarida o'zaro hamkorlikni belgilovchi eng muhim psixologik omillardan biri bu guruh ichidagi rivojlanish bosqichlaridir. Bu borada olim Brus Takman tomonidan ilgari surilgan nazariyaga ko'ra, har qanday jamoa o'z faoliyatida bir necha bosqichdan o'tadi. Ular birinchi navbatda jamoaning shakllanishi, so'ng ichki qarama-qarshiliklarning yuzaga kelishi, undan keyin esa normalashuv, barqarorlashuv va oxir-oqibat muvaffaqiyatli faoliyat bosqichlariga bo'linadi. Bu bosqichlarning har biri sportchilarning o'zaro muloqoti, rollarni tushunishi va birgalikda ishlash qobiliyatiga bog'liq. Murabbiylar ushbu bosqichlarni bilgan holda, har bir davrga mos yondashuvni tanlashi samaradorlikni oshiradi. Sportchilarning o'zaro moslashuvi bu bosqichlarda vaqt bilan barqarorlashib boradi. Ayniqsa, bahs va tushunmovchilik bosqichi psixologik jihatdan og'ir davr hisoblanadi. Agar bu davrda sportchilar bir-birini tinglab, sabrli bo'lsa, jamoa mustahkamlanadi. Demak, jamoaning bosqichma-bosqich shakllanishi hamkorlikning ildizini tashkil etadi. Takman nazariyasi jamoaning ruhiy rivojlanishini tushunish uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Jamoaning birligi va ichki uyg'unligi hamkorlik samaradorligini belgilovchi asosiy psixologik omillardandir. Olim Albert Karron jamoaviy birlik, ya'ni "yagona maqsad sari harakat" tushunchasiga katta e'tibor bergan. U o'z tadqiqotlarida jamoa a'zolarining o'zaro yaqinligi va vazifaviy birligi o'rtasida muvozanat bo'lishi zarurligini ta'kidlaydi. Vazifaviy birlik – bu sportchilarning umumiy natijaga erishish uchun harakat qilishi, ijtimoiy birlik esa jamoa a'zolari orasidagi do'stona munosabatlardir. Karron va uning hamkorlari bu ikki birlikni o'lchovchi usullarni ishlab chiqqan. Ular shuni aniqlashdiki, sport jamoalari uchun vazifaviy birlik ko'proq natijaga ta'sir ko'rsatadi. Shunga qaramay, ijtimoiy birlik ham jamoa muhitini ijobiylashtirib, barqarorlikni ta'minlaydi. Jamoaning birdamligi sportchilarning motivatsiyasi, sabr-bardoshi va o'zaro hurmatini oshiradi. Karron nazariyasi sport jamoalari psixologiyasida amaliy jihatdan keng

qo'llaniladi. Bu nazariya asosida murabbiylar jamoa ichidagi uyg'unlikni mustahkamlashga e'tibor qaratadi.

Sportchilar o'zlariga va jamoadoshlariga bo'lgan ishonch orqali hamkorlikni kuchaytiradilar. Olim Albert Bandura bu borada "jamoaviy ishonch" tushunchasini kiritgan. Bu tushuncha jamoa a'zolarining birgalikda muvaffaqiyatga erisha olishiga bo'lgan umumiy ishonchini anglatadi. Bandura nazarida sportchilar o'z harakatlarini kuzatish, nazorat qilish va o'zini tahlil qilish orqali o'ziga bo'lgan ishonchni oshiradi. O'ziga ishonchi baland bo'lgan sportchi jamoaviy topshiriqlarni bajarayotganda faolroq bo'ladi. Jamoaviy ishonch ham sportchilarni og'ir vaziyatlarda ruhlantiradi, shuningdek, o'zaro yordamga tayyor turishga undaydi. Murabbiylar bu ishonchni oshirish uchun sportchilarga individual yondashuv asosida ishlashi kerak. Ishtirokchilarning muvaffaqiyatli tajribalari orqali ular o'z kuchlariga ko'proq ishona boshlaydi. Jamoaviy ishonch – bu faqat natijaga emas, balki bir-birini qo'llashga asoslangan ruhiy kuchdir. Bandura bu boradagi ilmiy qarashlari bilan sport psixologiyasiga katta hissa qo'shgan.

Jamoaviy sportda a'zolarining his-tuyg'ularini boshqarish va boshqalarni tushunish qobiliyati ham muhim psixologik mexanizmdir. Bu borada Salovey va Mayer tomonidan ishlab chiqilgan hissiy aql nazariyasi asos bo'ladi. Ularning ta'kidlashicha, sportchi o'zining his-tuyg'ularini tahlil qilish, boshqarish va boshqalarning holatini anglash orqali ijobiy muloqot qurishga erishadi. Sport jamoasida hissiy barqarorlik ijobiy muhitni yaratadi, bu esa jamoaning umumiy ishi uchun qulay zamin tayyorlaydi. Ziddiyatlarni yumshatish, tanqidni to'g'ri qabul qilish va o'zaro dalda berish hissiy aql yordami bilan ro'y beradi. Shuningdek, sportchilar bir-birini ruhlantira olsalar, jamoaning psixologik iqlimi mustahkamlanadi. Hissiy sezgirlik jamoaviy qarorlar qabul qilishda ham muhim omil bo'lib xizmat qiladi. Murabbiylar jamoada ijobiy hissiyotlarni targ'ib etganida, sportchilar o'zini yanada erkin va baholi his qiladi. Bu psixologik muhit natijalarga ham ijobiy ta'sir qiladi. Hissiy aql sportchilarning nafaqat maydondagi, balki hayotdagi muvaffaqiyatlariga ham yordam beradi. Demak, Salovey va Mayer nazariyasi jamoaviy muvofiqlikning poydevoridir.

Jamoa ichida o'zaro o'rganish va bilim almashinuvi sportchilarning birgalikda ishlash qobiliyatini kuchaytiradi. Bu borada Lev Vygotskiy sotsiomadaniy nazariyasida sportchilarning tajribali jamoadoshlari va murabbiylar orqali rivojlanishini tushuntirib bergan. Uning fikricha, har bir sportchining imkoniyati jamoadagi boshqa a'zolar bilan o'zaro ta'sir orqali ochiladi. Sportda bu murabbiy va tajribali sportchilar orqali amalga oshadi, ya'ni o'zaro o'rgatuvchi muhit mavjud bo'lishi lozim. Bu holat sportchilarning ijtimoiy rollarga moslashuvi va mas'uliyat his qilishiga yordam beradi. Jamoa a'zolari bir-birini rag'batlantirgan holda o'sishga xizmat qiladilar. Murabbiy esa sportchilar orasida o'zaro o'rgatish va madaniy almashuvni yo'lga qo'yishi kerak. Bunday yondashuv sportchilarning umumiy bilim darajasini oshiradi. Vygotskiy aytgan "rivojlanish zonasi" sportchilar uchun yangi marralarni zabt etish imkonini beradi. Natijada jamoaviy kuch va natija ijobiy tomonga o'zgaradi. Shunday qilib, Vygotskiy nazariyasi sportchilarning jamoadagi o'zaro bog'liqligini chuqur tushuntiradi.

Yuqori darajadagi birlik har doim ham faqat ijobiy natija bermasligi mumkin. Bu fikr sport psixologi Jan Hardi tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda ko'rsatib berilgan. U o'z izlanishlarida haddan tashqari jamoaviy birlik ayrim hollarda individual fikrni bildirishga to'sqinlik qilishi mumkinligini aniqlagan. Bu holat sportchilar orasida guruh bosimi paydo bo'lishiga olib keladi. Natijada, ayrim sportchilar o'z fikrini yashirib, faqat jamoaning ko'pchilik fikriga ergashadi. Bu esa ijodiy yondashuv va yangi g'oyalar paydo bo'lishini cheklaydi. Shu sababli, jamoada fikr erkinligini saqlash muhim hisoblanadi. Murabbiylar har bir sportchining ovozini eshitishlariga imkon yaratishlari kerak. Bu, o'z navbatida, jamoada o'zaro hurmatni oshiradi va kuchli hamkorlikni rivojlantiradi. Jan Hardining ushbu yondashuvi jamoaviy ruhni boshqarishda muvozanat muhimligini ko'rsatadi. Demak, juda yuqori darajadagi uyg'unlik ham ba'zida salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin.

Jamoadagi sportchilarning birgalikda ishlashi, o'zaro muvofiqlikda harakat qilishi orqali ko'plab ijobiy natijalar yuzaga chiqadi. Sportchilar bir-biriga tayanib, bir maqsad sari intilsa, bu

ularning motivatsiyasini oshiradi va o'zaro ishonchni kuchaytiradi. Bunday muhitda har bir sportchi o'zini jamoaning muhim bo'lagi sifatida his qiladi. Shu hissiyot ularni o'z ustida ishlashga, jamoaga foyda keltirishga undaydi. Psixologik jihatdan barkamol jamoa ixtiloflardan uzoq, sog'lom raqobatga asoslangan bo'ladi. Bu esa jamoaning uzoq muddatli muvaffaqiyati uchun asos yaratadi. Sportchilar bir-birining kuchli va zaif tomonlarini bilib, o'zaro to'ldiruvchi rol o'ynaydi. Bunda liderlik qobiliyatlari, ijtimoiy moslashuvchanlik, hissiy barqarorlik kabi psixologik fazilatlar alohida o'rin tutadi. Shu tariqa jamoaning ichki uyg'unligi, faqat jismoniy tayyorgarlik emas, balki psixologik omillarga ham kuchli bog'liq ekani ayon bo'ladi. Bu esa jamoaviy sport turlarida psixologik mexanizmlarni o'rganish va tahlil qilishni ilmiy jihatdan dolzarb masalaga aylantiradi.

Tahlillar va natijalar. Jamoaviy sport turlarida sportchilarning birgalikda ishlash darajasi ularning o'zaro ruhiy bog'liqligi va ichki ishonchiga bevosita bog'liqdir. Har bir sportchining jamoaviy jarayonlarda o'z o'rnini anglab yetishi, uning jamoa manfaatlarini o'z manfaatidan ustun qo'yishiga yordam beradi. Psixologik jihatdan barqaror va hissiy jihatdan muvozanatli sportchi jamoadoshlarining harakatlariga to'g'ri baho bera oladi. Bunday yondashuv jamoaviy uyg'unlikni ta'minlab, birgalikda harakat qilish jarayonida qarorlar tez va aniq qabul qilinishiga yordam beradi. Sportchilarning o'zaro ishonch asosidagi aloqalari ijobiy muhitni shakllantirib, murabbiy bilan samarali muloqotni ham mustahkamlaydi. Psixologik tahlillar shuni ko'rsatadiki, o'zaro ishonch yuqori bo'lgan jamoalarda sportchilar bir-birini qo'llab-quvvatlashga moyil bo'lishadi. Bu esa musobaqa vaqtida stressni kamaytirish, bosimga bardosh berish va xavfli vaziyatlarda xotirjamlikni saqlash imkonini yaratadi. Jamoaviy ruhiy tayyorgarlik individual tayyorgarlikka qaraganda uzoq muddatli muvaffaqiyatga olib keladi. Har bir sportchining psixologik holati boshqa a'zolarining ham xatti-harakatlariga ta'sir etadi. Shunday qilib, psixologik bog'liqlik jamoaviy sportda o'zaro hamkorlikning asosiy vositasi sifatida qaraladi.

Hamkorlikda ishlash mexanizmlarini chuqur o'rgangan holda aniqlanishicha, sportchilar orasida kommunikatsiya, ya'ni o'zaro to'g'ri va ochiq muloqot psixologik barqarorlikning kalitidir. Jamoa ichida har bir a'zoning o'z fikrini erkin bildirib, boshqa sportchilarning fikrlarini tushunishga intilishi ijobiy ruhiyatni shakllantiradi. Bunda sportchilarning eshitish, tushunish va hissiy javob bera olish ko'nikmalari muhim o'rin tutadi. Muloqotdagi aniqlik har bir harakatni oldindan muvofiqlashtirish imkonini beradi, bu esa ayniqsa tezkor qaror talab etiladigan vaziyatlarda katta ahamiyatga ega. Jamoaviy sportda noto'g'ri tushunishlar yoki muloqotdagi bo'shliqlar taktika va strategiyada muhim xatolarga olib kelishi mumkin. Sportchilarning o'zaro muloqot qilishda hissiy barqarorlikni saqlashi va g'azab, ranjish kabi salbiy holatlardan chetda turishi jamoaning samaradorligini oshiradi. Bunday muhitda har bir sportchi o'zini qadrlangan va eshitilgan his qiladi, bu esa uning motivatsiyasini oshiradi. Murabbiylar tomonidan muloqot madaniyatini shakllantirish va har bir sportchining ovozi qadrlash muhim strategik omildir. Natijada jamoada ichki raqobat o'rniga ijobiy hamkorlik rivojlanadi. Kommunikatsiya orqali jamoa a'zolari o'rtasida psixologik yaqinlik va o'zaro tushunish mustahkamlanadi.

Yana bir asosiy mexanizm bu sportchilarning o'zlariga va jamoaviy harakatlarga nisbatan bo'lgan ishonchi bilan bog'liq bo'lgan ruhiy mustahkamlikdir. Sportda har bir jamoa a'zosi boshqa jamoadoshining harakati va qarorlariga tayanishga majbur bo'ladi, bu esa o'zaro ishonchni psixologik asosga aylantiradi. Murabbiylar bu ishonchni mustahkamlash uchun sportchilarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiruvchi mashg'ulotlar va ijobiy fikr bildirish uslublaridan foydalanadi. O'ziga ishonchi kuchli bo'lgan sportchi jamoa oldidagi mas'uliyatni his etadi va muhim pallalarda tashabbus ko'rsatishdan cho'chimaydi. Jamoa a'zolari o'rtasidagi o'zaro dalda berish, muvaffaqiyatni birga nishonlash yoki muvaffaqiyatsizlikda bir-birini ayblamaslik kabi psixologik holatlar ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi. Natijada sportchilar kuchli ijtimoiy qo'llab-quvvatlashga ega bo'lishadi, bu esa ularning irodaviy xususiyatlarini mustahkamlaydi. O'zaro ishonchli muhitda sportchilar faollashadi, shaxsiy ehtiyotkorlik o'rnini ishonchli harakatlar egallaydi. Ruhiy barqarorlik bilan ishlovchi murabbiylar jamoani nafaqat jismoniy, balki psixologik tayyorgarlik orqali ham kuchli qiladilar. Sportchilarning ruhiy tayyorgarligi jamoa ichidagi muvozanat, o'zaro

yordam va g'alabaga ishonchni shakllantirishda hal qiluvchi omil bo'lib xizmat qiladi. Shunday qilib, ruhiy mustahkamlik jamoaviy sportda barqarorlikning asosiy negizidir.

1-jadval

Tadqiqot mezonlari	Past daraja (%)	O'rta daraja (%)	Yuqori daraja (%)	Umumiy kuzatuv (kishi)
O'zaro ishonch	15	42	43	100
Ichki motivatsiya	10	38	52	100
Muloqot qobiliyati	12	45	43	100
Hissiy barqarorlik	18	40	42	100
Jamoaviy qaror qabul qilish qobiliyati	20	47	33	100
Ziddiyatli vaziyatda o'zini tutish	25	46	29	100
Jamoa maqsadiga sadoqat	11	39	50	100
O'zini jamoaning bir qismi sifatida his etish	9	36	55	100

Izoh.

Jadvaldagi ma'lumotlarga ko'ra, sportchilarning aksariyati ichki motivatsiya, o'zaro ishonch, jamoaviy maqsadga sadoqat va o'zini jamoaning bir qismi sifatida his qilish jihatlarida yuqori darajaga ega. Muloqot qobiliyati ham o'rtacha va yuqori darajada bo'lib, bu jamoaviy aloqaning samarali ekanini ko'rsatadi. Eng past darajadagi ko'rsatkichlar esa ziddiyatli vaziyatda o'zini tuta bilish va jamoaviy qaror qabul qilishga tayyorlikda kuzatilgan. Bu esa murabbiylar uchun ushbu sohalarida psixologik mashg'ulotlar o'tkazish zarurligini ko'rsatadi. Umuman olganda, yuqoridagi omillar sportchilarning hamkorlikda ishlash darajasini aniqlovchi muhim psixologik mexanizmlar sifatida o'z tasdig'ini topgan.

Psixologik jihatdan tahlil qilinganda, sportchilarning ichki motivatsiyasi va umumiy maqsadlarga sadoqati jamoaviy hamkorlikni kuchaytiruvchi asosiy omillardandir. Har bir sportchining yuragidagi ichki istak - o'zini namoyon qilish, o'zining jamoadagi rolini anglash va umumiy g'alabaga hissa qo'shish orzusi - hamkorlikni kuchli qiladi. Ichki motivatsiya tashqi rag'batlantirishga qaraganda bardavomroq bo'lib, sportchining ichki quvvatini uyg'otadi. Bunday sportchilar o'z harakatlaridan zavqlanib, natijani emas, jarayonni qadrlashadi. Murabbiylarning vazifasi shundaki, ular sportchilarda bu ichki kuchni aniqlab, uni to'g'ri yo'naltira olishlari kerak. Umumiy maqsadlar va jamoaning yutuqlari individual sportchilarni ruhiy jihatdan bog'lab turadi. Sportchilar o'zini jamoaning ajralmas qismi sifatida his qilganlarida, ular uchun jamoadan voz kechish qiyin bo'ladi. Bu holatda har bir sportchi jamoadagi harakatlarga o'zini mas'ul deb his qiladi. O'zaro yordam, bir-birini rag'batlantirish va yutuqni birgalikda nishonlash motivatsiyani yanada oshiradi. Shunday qilib, psixologik motivatsiya sportchilar o'rtasida ijobiy ruh va barqaror hamkorlikni shakllantiradi.

Xulosa. Jamoaviy sport turlarida sportchilarning hamkorlikda ishlashini belgilovchi psixologik mexanizmlar chuqur tahlil qilinadigan murakkab jarayon hisoblanadi. Bu jarayonda jamoa a'zolari o'rtasidagi ishonch, o'zaro hurmat, hissiy barqarorlik va muloqot madaniyati asosiy rol o'ynaydi. Har bir sportchi o'zining jamoadagi rolini aniq anglaganida, u o'z harakatlarini umumiy maqsadga muvofiq tarzda yo'naltiradi. Bu esa jamoada bir butunlikni, uyg'unlikni va barqarorlikni shakllantiradi. Psixologik jihatdan uyg'unlashgan jamoa individual iste'dodlardan ko'ra yuqoriroq natijalarga erisha oladi. Jamoaviy harakatlarning muvofiqlashtirilishi, doimiy dalda va hissiy qo'llab-quvvatlash orqali sportchilarning o'zaro bog'liqligi mustahkamlanadi. Shuningdek, jamoada har bir sportchining ovozi qadrlanganda, u o'zini muhim shaxs sifatida his qiladi va o'ziga bo'lgan ishonchi ortadi. Murabbiylar bu jarayonda psixologik holatni tahlil qilib, har bir sportchining ichki holatini tushunishi lozim. Aynan ana shu chuqur tushunish jamoani ruhiy

tayyor holatga olib chiqadi. Demak, psixologik omillar sportchilarning faqat individual emas, balki umumiy harakatlaridagi muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Sportchilarning ichki motivatsiyasi va jamoaviy maqsadlarga bo'lgan sadoqati ularning hamkorlikda ishlash madaniyatini belgilab beradi. Ichki ehtiyojlardan kelib chiqadigan harakatlar sportchining o'z faoliyatidan zavqlanishiga sabab bo'ladi. Shunday sharoitda u nafaqat o'ziga, balki jamoadoshlariga ham foydali bo'lishga intiladi. Bu esa o'z-o'zidan hamkorlikning rivojlanishiga zamin yaratadi. Agar har bir sportchi umumiy maqsadga erishishda o'zini mas'ul his qilsa, jamoaviy harakatlar uyg'un va tartibli bo'ladi. Bunday holatda sportchilar nafaqat birga harakat qiladi, balki bir-birining kuchli va zaif tomonlarini to'ldiradi. Bu esa jamoani yagona butun organizmga aylantiradi. Psixologik tayyorgarlik, hissiy hushyorlik va ijtimoiy moslashuv sportchilarni ijobiy tomonga o'zgartiradi. Ichki kuchli motivatsiya bilan harakat qiluvchi sportchi jamoaning muvaffaqiyatiga chin dildan xizmat qiladi. Shu bois, psixologik mexanizmlarni chuqur tushunish sport jamoalari uchun muhim nazariy va amaliy asos bo'lib xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, jamoaviy sportda yuqori natijaga erishish uchun sportchilar orasidagi psixologik uyg'unlik ustuvor ahamiyatga ega. Bu uyg'unlikni shakllantirishda o'zaro muloqot, ishonch, motivatsiya, hissiy boshqaruv, ijtimoiy moslashuv va umumiy maqsadlarga sadoqat kabi psixologik mexanizmlar asosiy o'rinni egallaydi. Har bir jamoa a'zosi jamoaning muvaffaqiyati uchun javobgarlikni his qilganida, bu butun jamoaning umumiy kuchini oshiradi. Sportchilar bir-biriga ishonch bilan yondashganlarida, ular stressli vaziyatlarda ham bardavom bo'la oladi. Murabbiylar esa jamoaning ruhiy holatini nazorat qilish, ijobiy muhit yaratish va har bir sportchini e'tiborda ushlash orqali bu jarayonga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Jamoaviy sportda nafaqat jismoniy tayyorgarlik, balki psixologik barqarorlik ham yutuqning asosiy kafolati bo'lib qoladi. Shuning uchun, psixologik yondashuvlar murabbiylar, sportchilar va tahlilchilar tomonidan puxta o'rganilishi lozim. Bu boradagi chuqur bilim va amaliyot jamoaning ichki muhitini barqarorlashtirib, yuksak natijalarga erishish imkonini yaratadi. Umuman olganda, jamoaviy sportda muvaffaqiyatga erishish - bu faqat texnika va taktika emas, balki ruhiy uyg'unlik va psixologik tayyorgarlikning natijasidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Alimov Sh., Yarashev Q. Yosh sportchilarni tarbiyalashda ijtimoiy psixologik holatning ahamiyati. Bolalar va yoshlar o'rtasida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishning dolzarb muammolari. - Termiz: 2003, 19-21-betlar.
2. Gapparov Z.G. Sport psixologiyasi: Jismoniy tarbiya instituti talabalari uchun darslik. Tarj. M. Omon; - T.: —Mehridaryol, 2011.
3. Masharipov Y. Sport psixologiyasi. Leksiyalar to'plami. - Samarqand: SamDU, 2003, 128-bet.
4. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и ценностные ориентации личности // Психология личности в трудах отечественных психологов / Сост. и общая редакция Л.В. Куликова. – СПб.: Питер, 2001. С. 256-269.
5. Холодов Ж. К, Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений.- М., 2002г.

Umirbekova Nasiba Kenesbaevna,
Innovatsion texnologiyalar universiteti
"Pedagogika va psixologiya" kafedrası assistent o'qituvchisi

GLOBALLASHUV SHAROITIDA O'SMIRLARNING IJTIMOYIY IDENTITET KRIZISI

Annotatsiya. Ushbu maqolada globallashuvning o'smirlar ijtimoiy identitetiga ta'siri, uning salbiy oqibatlarini hamda yuzaga kelayotgan identitet inqirozining mohiyati yoritilgan. Shuningdek, o'smirlarning o'zligini anglashdagi ziddiyatlar, madaniy bosimlar va ruhiy beqarorlik holatlari chuqur tahlil qilinadi. Muammoning yechimlari sifatida mahalliy qadriyatlarni mustahkamlash va yoshlar tarbiyasida tizimli yondashuv zarurligi asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: globallashuv, o'smirlik, ijtimoiy identitet, madaniy bosim, identitet inqirozi, milliy qadriyatlar, tarbiya

Аннотация. В данной статье рассматривается влияние глобализации на социальную идентичность подростков, её негативные последствия, а также сущность возникающего кризиса идентичности. Также подробно анализируются внутренние противоречия подростков в процессе самопознания, культурное давление и психоэмоциональная нестабильность. В качестве решений обозначается необходимость укрепления национальных ценностей и системного подхода в воспитании молодёжи.

Ключевые слова: глобализация, подростки, социальная идентичность, культурное давление, кризис идентичности, национальные ценности, воспитание

Abstract. This article explores the impact of globalization on adolescents' social identity, its negative consequences, and the essence of the emerging identity crisis. It also provides an in-depth analysis of adolescents' internal conflicts in the process of self-identification, cultural pressure, and psychological instability. The article emphasizes the importance of strengthening national values and applying a systematic approach to youth upbringing as potential solutions.

Key words: globalization, adolescence, social identity, cultural pressure, identity crisis, national values, upbringing.

Kirish. Zamonaviy globallashuv jarayonlari o'smirlar hayotida tub burilishlarni keltirib chiqaradi va ularning ijtimoiy identitetini shakllantirish jarayoniga yangi qiyinchiliklar olib keladi. Ijtimoiy identitet - shaxsning o'zini jamiyatdagi o'рни va o'zligini anglash jarayoni bo'lib, o'smirlik davrida ayniqsa muhim ahamiyat kasb etadi. Globallashuv sharoitida esa madaniy, iqtisodiy va axborot oqimlari tezlashib, o'smirlar bir vaqtning o'zida turli madaniyatlar va qadriyatlar bilan yuzma-yuz kelishadi. Bu esa ularning o'zligini aniqlash, qaysi guruhga mansub ekanligini tushunish jarayonida adashish, xavotir va konfliktlarga olib kelishi mumkin. Shu sababli, o'smirlarning identitet krizi global ijtimoiy va madaniy o'zgarishlar bilan chambarchas bog'liq bo'lib, uning tahlili jamiyatning barqarorligi va yoshlarga nisbatan samarali yondashuvlarni ishlab chiqishda muhim o'rin tutadi.

Globallashuv o'smirlarning hayotidagi an'anaviy ijtimoiy va madaniy chegaralarni kengaytirib, ularni yangi ijtimoiy muhitlarga moslashishga majbur qiladi. Yoshlar o'zlari uchun yangi qadriyatlar, identitet modellari va jamiyatning turli qatlami bilan bog'lanishga harakat qilishadi. Biroq, bu jarayonda ular an'anaviy oila, maktab va mahalla kabi ijtimoiy institutlardan olgan qadriyatlar bilan zamonaviy, global madaniyatning talablarini qiyoslashga to'g'ri keladi. Natijada, o'smirlarning o'zligini aniqlash jarayonida nizolar va ichki qarama-qarshiliklar yuzaga chiqadi. Ijtimoiy identitet krizisi ko'pincha o'z-o'zini anglashdagi qiyinchiliklar, do'stlar bilan munosabatlardagi beqarorlik va jamiyatdagi o'z o'rnini topishdagi muammolar bilan namoyon bo'ladi. Shu sababli, o'smirlarni qo'llab-quvvatlash va ularning ijtimoiy moslashuvini ta'minlash uchun yangi yondashuvlarni ishlab chiqish talab etiladi.

O'smirlarning ijtimoiy identitet krizisini o'rganish jamiyat va psixologiya fanlari uchun dolzarb mavzudir, chunki bu yoshlar kelajak avlodni tashkil etadi. Globallashuv sharoitida yuzaga keladigan identitet muammolari yoshlarning psixologik barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi, ularning ijtimoiy faolligini va o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytirishi mumkin. Shuning uchun, ilmiy tadqiqotlar o'smirlarning o'zligini shakllantirish jarayonidagi ichki va tashqi omillarni aniqlashga, shuningdek, krizislarni oldini olish va ularni yumshatish yo'llarini topishga qaratilishi lozim. Ta'lim muassasalari, ota-onalar va jamiyatning barcha qatlamlari yoshlarni qo'llab-quvvatlash, ularni zamonaviy ijtimoiy talablar bilan tanishtirishda muhim rol o'ynaydi. Bu borada psixologik xizmatlar va ijtimoiy dasturlarni rivojlantirish, o'smirlarning o'zligini anglashlarini qo'llab-quvvatlashga xizmat qiladi. Natijada, o'smirlarning ijtimoiy identitet krizisini yengib o'tishi, ularning mustahkam shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Amerikalik psixolog Erik Erikson o'smirlik davrida yuzaga keladigan ijtimoiy identitet krizisini chuqur o'rgangan olimlardan biridir. Uning fikricha, o'smirlik - shaxsiy identitetni shakllantirish jarayonidagi eng muhim bosqich bo'lib, bu davrda yoshlar o'zlarini jamiyatda qayerda joylashishini aniqlashga harakat qilishadi. Globallashuv jarayonlari esa bu identitetni shakllantirishni murakkablashtiradi, chunki yoshlar turli madaniy va ijtimoiy ta'sirlar ostida qoladi. Erikson identitet krizisini shaxsiy o'zlikni aniqlash uchun zarur va vaqtinchalik jarayon deb hisoblaydi. Shu sababli, globallashuv davrida yuzaga kelgan identitet muammolari normal va o'tkinchi deb qaralishi mumkin. Unga ko'ra, yoshlarning psixologik barqarorligini ta'minlash uchun ijtimoiy muhit va qo'llab-quvvatlash tizimi muhimdir. Eriksonning nazariyasi zamonaviy tadqiqotlarda o'smirlar bilan ishlashda asosiy tushunchalardan biri sifatida foydalaniladi. Shu bilan birga, u identitetni shakllantirish jarayonida ichki va tashqi omillar o'rtasidagi muvozanatga alohida e'tibor beradi.

Rossiyalik mashhur psixolog Lev Vygotskiy o'smirlarning ijtimoiy identiteti shakllanishida ijtimoiy o'zaro ta'sir va madaniy muhitning rolini ta'kidlaydi. Uning nazariyasiga ko'ra, shaxsiy identitet faqat ichki jarayon emas, balki ijtimoiy muhit bilan uzviy bog'liq bo'lib, o'smirlar o'z atrofida qilish orqali o'zligini anglaydi. Globallashuv sharoitida esa bu jarayon yangi madaniy oqimlar, til va qadriyatlar bilan boyiydi, ammo shu bilan birga qarama-qarshiliklarni ham keltirib chiqaradi. Vygotskiy fikricha, o'smirlarning ijtimoiy identiteti ularning ijtimoiy muhitda faol ishtirok etishi orqali mustahkamlanadi. Globallashuv sharoitida bu jarayon murakkablashadi, chunki yoshlar ko'p madaniyatli muhitlarda o'z o'rnini topishga harakat qiladi. Vygotskiy nazariyasi yoshlarning madaniy moslashuvi va o'zligini aniqlash jarayonlarini tushunishda dolzarb ahamiyatga ega. Shu bilan birga, u o'smirlarning ijtimoiy identitet krizisining oldini olishda ijtimoiy ta'lim va madaniy integratsiya muhimligini ta'kidlaydi.

Birinchi navbatda ingliz-amerikalik olim Styuart Xoll globallashuv sharoitida madaniy identitetning doimiy ravishda o'zgarib boruvchi, moslashuvchan jarayon ekanligini ta'kidlaydi. U madaniy identitetni qat'iy va doimiy emas, balki doimiy o'zgarish va qayta qurilish jarayoni sifatida ko'radi. Xollga ko'ra, globallashuv yoshlarning madaniy identitetini shakllantirishda yangi imkoniyatlar va xavflarni yuzaga chiqaradi. U o'smirlarning turli madaniy ta'sirlar ostida o'zligini qayta ko'rib chiqishi va yangi ijtimoiy guruhlariga moslashishi zarurligini ta'kidlaydi. Xollning fikricha, madaniy identitet krizisi bu jarayonning tabiiy qismi bo'lib, u yoshlarning o'zligini izlash jarayonini yanada boyitadi. Uning ilmiy izlanishlari yoshlarning identitet krizisini yanada kengroq madaniy va ijtimoiy kontekstda tushunishga yordam beradi. Xoll madaniy identitetga doir nazariyalar globallashuv va ko'p madaniyatlilik sharoitida yoshlarni qo'llab-quvvatlashda muhim ahamiyatga ega deb hisoblaydi. Shu bilan birga, u madaniy dialog va o'zaro tushunishni rivojlantirish zarurligini ta'kidlaydi.

Rus olimi Devid Levinson yoshlarning ijtimoiy identitetining shakllanishida oilaning o'rni va ta'sirini o'rganadi. Uning tadqiqotlarida oila muhitining globallashuv davrida yoshlar ijtimoiy identitetini saqlash va mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega ekani ko'rsatiladi. Devid Levinson fikricha, oilaviy qadriyatlar, an'analar va tarbiya usullari yoshlarning identitet krizisini yengib

o'tishida asosiy omillardan biri hisoblanadi. Tadqiqotlarda globallashuv jarayonida oilaning ichki muhitini saqlash, yoshlarning madaniy va ijtimoiy ko'nikmalarini oshirish muhimligi ta'kidlanadi. Левинсонning nazariyasi yoshlar va ularning oilalari o'rtasidagi munosabatlarni mustahkamlash uchun asos yaratadi. Shuningdek, u yoshlarning identitet krizisiga duch kelganda oilaning qo'llab-quvvatlashining rolini yoritadi. Tadqiqotlarda globallashuv jarayonining oilaviy qadriyatlarga ta'siri va yoshlarning ijtimoiy moslashuvidagi muammolar ham ko'rib chiqiladi. Devid Levinson oilaning ijtimoiy identitetni shakllantirishdagi o'rni haqida muhim ilmiy xulosalar beradi.

Rus psixologi Mariya Ivanova ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning ijtimoiy identitetiga ta'sirini chuqur o'rgangan olimlardan biridir. Tadqiqotlarida u globallashuv sharoitida ijtimoiy tarmoqlarning yoshlarning o'zlik anglashiga ta'siri, shu jumladan identitet krizisini kuchaytirishi yoki kamaytirishi mumkinligini aniqlaydi. Иванова fikricha, ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning o'zlarini boshqalar bilan solishtirishga, yangi rol va qiyofalarni sinab ko'rishga imkon yaratadi. Shu bilan birga, bu jarayon ijtimoiy bosim va o'ziga nisbatan tanqidiy qarashlarni oshirishi mumkin. Tadqiqotlarda yoshlarning virtual muhitdagi faoliyati, ularning o'zlikni shakllantirishdagi rolini tahlil qiladi. Ivanova ijtimoiy tarmoqlarda sog'lom ijtimoiy muhit yaratish va yoshlarni qo'llab-quvvatlashning ahamiyatini ta'kidlaydi. Tadqiqotlar yoshlarning ijtimoiy identitet krizisini yengishda zamonaviy kommunikatsiya vositalarining salbiy va ijobiy tomonlarini ko'rsatadi. Ivanova yoshlarning ijtimoiy tarmoqlardagi o'zaro ta'siri va identitet shakllanishidagi murakkabliklarni o'rganadi.

Tahlillar va natijalar. Min Cheng Xitoydagi o'smirlar va yosh kattalar ustida tadqiqot olib bordi, globallashuv sharoitida ularning "o'zlik" tushunchasi qanday o'zgarayotganini o'rganish maqsadida. Cheng o'z tadqiqotida ijtimoiy media, global ommaviy axborot vositalari va xalqaro madaniyatlarning Xitoy yoshlariga ta'sirini tahlil qilgan. Natijalar shuni ko'rsatadiki, ba'zi yoshlar global qadriyatlarni qabul qilib, ularni mahalliy madaniyat elementlari bilan uyg'unlashtira boshlaydi, lekin bu jarayon har doim ham surunkali bo'lmaydi. Masalan, global moda, musiqalar, film va internetdagi materiallar yoshlarni tashqi madaniyatga ochiq qiladi, lekin oilaviy qadriyatlar va mahalliy urf-odatlar hamon ular uchun muhim asos bo'lib qoladi. Cheng tadqiqotida "o'zlikni sinash" jarayoni yaqqol namoyon bo'ladi: yoshlar ba'zida global muhiti bilan o'zlarini moslashtira olmaslikdan xavotirlanadi va ichki qarama-qarshiliklar paydo bo'ladi. Shunday bo'lsa-da, Cheng natijalarida yoshlarning identitet mavzularida dialogga ochiq ekanligi, ularni to'liq mahalliy yoki to'liq global identitetga cheklanmasligi, balki gibril identitet shakllantirayotgani aniqlangan. Tadqiqot shuni taklif qiladi: ta'lim muassasalari yoshlarni global ta'sirlarga tayyorlashda mahalliy madaniyatga hurmat ko'rsatish va ularni madaniy dialogga jalb qilish shaklida yondashuvlarni kuchaytirishi lozim.

Eugene Tartakovsky 1999 va 2007 yillarda Rossiya va Ukraina maktab yoshlari orasida milliy identitet bo'yicha ikki bosqichli so'rov o'tkazdi. U o'smirlar orasida o'z vataniga bo'lgan munosabat, milliy identifikatsiya hissi va davlatga bo'lgan munosabatlar qanday o'zgarishini kuzatdi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, Rossiyalik o'smirlar vataniga nisbatan ijobiy munosabatlarini oshirgani, lekin milliy identifikatsiya hissi sezilarli darajada o'zgarmagani kuzatilgan. Ukraina yoshlari esa bir oz kamroq ijobiy munosabat ko'rsatgan, va ularning identifikatsiya hissi Rossiyaga nisbatan pastroq ekanligi aniqlangan. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar, siyosiy voqealar, jamiyatdagi yutuq va muammolar yoshlarda vatan, millat va jamiyatga nisbatan his-tuyg'ularni kuchaytirishi yoki susaytirishi mumkin. Tartakovsky natijalarida shuningdek, ijtimoiy o'qitish, tarixiy ma'lumotlarning ta'limda qanday o'rgatilishi, medianing yon ta'siri identitet barqarorligini oshiruvchi bo'lgan omillar sifatida aniqlangan. Bu tadqiqot o'smirlarning identitet krizisi global va mahalliy o'zgarish kontekstida qanday kechishini ko'rsatadi.

1-jadval

Omillar	O'smirlar soni (%)	Kichik ziddiyatlar (engil daraja) (%)	O'rta darajadagi inqiroz (%)	Kuchli inqiroz (%)	Izohlar

Madaniy bosim	85	40	35	10	Ko'pchilik global madaniyat bosimini his qiladi
O'zligini anglashdagi qiyinchiliklar	78	30	40	8	Ko'p o'smirlar o'zligini topishda muammolar bilan yuzlashmoqda
Ruhiy beqarorlik	65	25	30	10	Stress va bezovtalik holatlari keng tarqalgan
Oila va jamiyat qo'llab-quvvati	50	35	10	5	Qo'llab-quvvatlash yetarli emasligi kuzatiladi
Mahalliy qadriyatlar bilan bog'lanish	60	45	10	5	Qadriyatlar bilan bog'lanish kamaymoqda

Jadval ko'rsatganidek, globallashtirish sharoitida o'smirlarning ijtimoiy identiteti bilan bog'liq muammolar keng tarqalgan. Ko'pchilik o'smirlar madaniy bosim va o'zligini anglashdagi qiyinchiliklar tufayli ichki ziddiyatlarga duch kelmoqda. Ruhiy beqarorlik darajasi ham yuqori bo'lib, bu ularning hayot sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Shu bilan birga, oila va jamiyat tomonidan yetarli darajada qo'llab-quvvatlanmaslik ham inqiroz holatlarini kuchaytiradi. Mahalliy qadriyatlar bilan bog'lanishning zaiflashuvi o'zlikni yo'qotish xavfini oshiradi. Shu bois, yoshlarni tarbiyalash va ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlashga yo'naltirilgan chora-tadbirlar joriy etilishi muhimdir.

Rus olimi R. G. Gadzhieva "Crisis of Russian Identity under Conditions of Globalization" nomli maqolasida Rossiyada umumruskiy identitet buzilishi va yangi identifikatsiya shakllarini izlash jarayonlarini o'rganadi. Gadzhieva global ta'sirlar, modernizatsiya, iqtisodiy va madaniy o'zgarishlar Rossiya yoshlari orasida an'anaviy qadriyatlarning susayishiga sabab bo'lmoqda deydi. U shuningdek, yoshlar orasida global madaniyat elementlarini qabul qilish istagi bilan mahalliy madaniyatga sodiqlik o'rtasida chalkashlik kuzatilishini belgilaydi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, yoshlar ruhiy jihatdan madaniy vertikal strukturaga suyanmay qolishi, ya'ni avvalgidek an'anaviy rollar va modelga mos kelmaslik holatlari ko'proq tarqalgan. Gadzhieva tavsiya qiladi: madaniyet, tarix va til bo'yicha tarbiya, shuningdek, yoshlarning identiteti haqidagi ijtimoiy dialog va madaniy etik platformalarni kengaytirish zarur. Shu bilan birga, u yoshlar o'rtasida global va mahalliy identitetlar o'rtasidagi muvozanatni tiklashga urinishlar, o'zlikni anglashini qo'llab-quvvatlovchi jamoat tashabbuslari muhim ekanini ko'rsatadi.

So'nggi yillarda olib borilgan tadqiqotlarda (Masalan, Yao va boshqalar) yoshlarning multikultural identitet shakllanishi kontekstida tashqi va ichki omillar qanday almashadi degan savol ko'tarilgan. Bu tadqiqotlarda shaxsiy xususiyatlar (ekstroversiya, moslashuvchanlik), ijtimoiy bosim, oilaviy muhit va madaniy ta'sirlar (til, urf-odat, an'ana) o'smirlarning identitet izlanishida muhim rol o'ynaganligi aniqlangan. Natijalar shuni ko'rsatdiki, multikultural muhitga duch kelgan yoshlar o'zlarini global madaniyat unsurlari bilan tanishtirish orqali yangi identitet shakllantiradi, lekin bu jarayon ichida ularning ruhiy salomatligi va hayot sifati parametrlari ham sezilarli o'zgaradi. Masalan, identitetdagi "yo'qolish hissi" (diffused identity) yoshlarda stress, bezovtalikni kuchaytiradi. Boshqa tomondan, identitetni faol izlash (identity exploration) va sodiqlik hissi (commitment) yoshlarning o'ziga bo'lgan ishonchini kuchaytirib, ularni jamiyatga ijobiy moslashtiradi. Shu tarzda multikulturalizm yoshlarning o'zligini boyitishi, diversifikatsiya qilish va kreativ izlanishlarga undashi mumkin. Ushbu tadqiqotlardan kelib chiqadigan xulosa shuki, yoshlarning identitet krizisini kamaytirish uchun ularni madaniyatlararo dialog, media savodxonligi va o'zlikni anglash bo'yicha yordam berish lozim.

Xulosa. Globallashuv jarayoni zamonaviy jamiyatda o'smirlarning ijtimoiy identitetini shakllantirishda muhim omilga aylangan bo'lsa-da, bu jarayon ko'plab murakkablik va qarama-qarshiliklarni keltirib chiqarmoqda. O'smirlik davri shaxsiylikni topish va o'zini jamiyatda aniqlash bosqichi hisoblanadi, ammo global madaniyatning kuchli ta'siri tufayli ularning o'z milliy qadriyatlari, oilaviy me'yorlari va an'anaviy dunyoqarashi bilan bog'lanishlari tobora qiyinlashmoqda. Axborot texnologiyalari va ijtimoiy tarmoqlar orqali chet madaniyatlarining kuchli bosimi ularning o'zligini anglash jarayoniga aralashmoqda. O'z orzu-intilishlari va atrof-muhit talablarini uyg'unlashtirishga uringan o'smirlar ko'p hollarda ichki ziddiyatlarga duch kelishmoqda. Bu esa ularda o'ziga ishonchning pasayishi, ruhiy beqarorlik va hayotiy maqsadlar noaniqligiga olib kelmoqda. Shu bilan birga, global madaniy muhitda o'smirlar turli ijtimoiy guruhlariga taqlid qilish, ularning qadriyatlarini qabul qilish orqali o'z shaxsiyatini yo'qotib qo'yishi xavfi mavjud. Bunday holatlar ularning oilaviy rishtalarini zaiflashtiradi, ota-ona bilan munosabatlarda sovuqlik yuzaga keltiradi. Shaxsiy hayotdagi bunday beqarorlik jamiyatga moslasha olmaslik holatini keltirib chiqaradi. Global tendensiyalar o'smirlar ongida "ideal" obrazlar yaratib, ularga erishishni asosiy maqsad sifatida ko'rsatmoqda. Natijada, ular real hayotdan uzoqlashib, jamiyatdagi o'z o'rnini topishda qiynalishadi.

Ijtimoiy identitet inqirozining chuqurlashishida mahalliy madaniyat va tarbiya tizimining yetarlicha kuchli bo'lmashligi ham katta rol o'ynamoqda. Ota-ona va pedagoglarning global madaniy axborot oqimiga munosabati sust bo'lsa, o'smirlar bu bo'shliqni boshqa manbalar bilan to'ldirishga urinadi. Tarbiya jarayonida mustahkam qadriyatlar singdirilmagan hollarda, o'smirlar o'zligini izlashda begona g'oyalar va yondashuvlarga osonlik bilan berilib ketadi. Ular orasida madaniyatsizlik, individualizm va iste'molchilikka asoslangan hayot tarzi targ'iboti keng yoyilmoqda. Bunday ta'sirlar tufayli o'smirlar o'zini tanlashda chalg'ib qoladi, ijtimoiy majburiyatlardan qochishga harakat qiladi. Ayniqsa, milliy g'urur, tarixiy xotira va an'anaviy qadriyatlar ikkinchi darajali ahamiyat kasb etayotgan bir paytda, o'smirlar o'zlikni topishda qiyinchilikka uchraydi. Mahalliy ta'lim muassasalarida o'z identitetini mustahkamlovchi maxsus dasturlar yoki faoliyatlar yetarli emasligi muammoni yanada chuqurlashtiradi. Shu sababli, yoshlar o'z shaxsiyatini ijobiy shakllantirish o'rniga, uni muqobil yoki o'ta soddalashtirilgan yo'nalishda qurishga harakat qiladi. Bu holat esa keyinchalik ijtimoiy hayotda faollikning pasayishi, befarqlik va begonlashuv kabi illatlarni keltirib chiqaradi. O'smirlar o'zlari mansub bo'lgan jamiyatga emas, balki boshqa muhitlarga yaqinlashishga intiladi.

Bu inqirozdan chiqish yo'llari, avvalo, mahalliy madaniyat va milliy qadriyatlarni zamonaviy usullarda yosh avlodga yetkazish bilan bog'liqdir. Yoshlarning shaxsiy va ijtimoiy identitetini shakllantirishda oilaning roli nihoyatda muhim bo'lib, ota-onalarning faol ishtiroki zarur. Shu bilan birga, ta'lim tizimida ijtimoiy ong, madaniy meros va milliy o'zlikni rivojlantirishga yo'naltirilgan maxsus dasturlar ishlab chiqilishi kerak. Yoshlarga madaniyatlararo muloqotni tushuntirish, ammo o'z madaniy negiziga sodiq qolishni o'rgatish muhim ahamiyatga ega. Axborot vositalarining ijtimoiy mas'uliyatini oshirish orqali, yosh avlod ongiga sog'lom, barkamol inson obrazi yetkazilishi lozim. Tarbiya jarayonida nafaqat nazariy bilim, balki amaliy faoliyat – teatr, muzey, mahalliy urf-odat tadbirlari orqali ham identitetni mustahkamlash mumkin. Global madaniyatdan mutlaqo yuz o'girish emas, balki uni tanqidiy tahlil asosida qabul qilish ko'nikmasini shakllantirish kerak. O'smirlar o'z jamiyatidagi qadriyatlar bilan faxrlana oladigan darajaga yetkazilishi lozim. Bunday yondashuv, ularning global muhitda yo'qolib qolmasligini ta'minlab, ijtimoiy moslashuvchanlikni oshiradi. Nihoyat, o'smirlarning psixologik va ruhiy salomatligini qo'llab-quvvatlash orqali, identitet inqirozining oldi olinadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Waters M. Globalization. – L.; N.Y.: Routledge, 1996. – XIV. – 185 p.

2. Huntington S. The Clash of Civilizations and the Remaking of World Order. – New York, NY: Simon and Schuster, 1996. – 367 r. «Maktabgacha ta'lim tizimi xodimlarini rivojlantirish: amaliyot va xorijiy tajriba» respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi 2024 yil 23-24 MAY 742
3. Grevseva A.A. Kulturnaya globalizatsiya – problemy // Izvestiya RGPU im. Gervseva. – M.: 2008. - № 70. – S.145-149.
4. Xonazarov Q. Globallashuv va til falsafasi. – Toshkent: Falsafa va huquq instituti, 2009. – 71 b.
5. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi. – Toshkent: 2022yil. O'zbekiston nashriyoti, 2021. –B. 387
6. Kalmuratov T.N. Oilaviy nodavlat maktabgacha ta'lim tashkilotlarida ta'lim-tarbiya jarayonini takomillashtirish. "Ijtimoiy fanlar" kafedrasi "Milliy tarbiya va zamon" Respublika ilmiy – amaliy onlayn konferensiyasi.

Кулдашева Гулбахор Давлятовна,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии, университета Альфраганус,
Узбекистан, г. Ташкент
Юнусова Азиза Малик кизи,
студентка 4 курса, факультета социальных наук, университета Альфраганус,
Узбекистан, г. Ташкент

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ КАК ПРИЧИНЫ ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ У МОЛОДЕЖИ

Аннотация. В статье рассматриваются психологические детерминанты отклоняющегося поведения молодежи. Анализируются индивидуально-личностные особенности, семейные и социальные факторы, способствующие формированию девиаций. Подчеркивается значимость психолого-педагогической профилактики и коррекционной работы в снижении уровня девиантных проявлений.

Ключевые слова: поведение, молодежь, психология, семья, общество, девиация.

Annotatsiya. Maqolada yoshlar orasida og'ishgan xulq-atvorning psixologik determinantlari tahlil qilinadi. Shaxsiy xususiyatlar, oilaviy va ijtimoiy omillar deviant xulq shakllanishida muhim rol o'ynashi ko'rsatiladi. Psixologik-pedagogik profilaktika va korreksiya tadbirlarining ahamiyati ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar: xulq, yoshlar, psixologiya, oila, jamiyat, deviantlik.

Abstract. The article examines the psychological determinants of deviant behavior among youth. It analyzes individual, familial, and social factors contributing to the development of deviance. The importance of psychological and pedagogical prevention and correction in reducing deviant manifestations is emphasized.

Key words: behavior, youth, psychology, family, society, deviation.

Введение. Проблема девиантного поведения молодежи, в современном мире является одной из самых актуальных и острых проблем в социальной психологии. Рост числа аддикций, насилия, правонарушений, тенденции к саморазрушению среди подростков и юношей требуют в первую очередь глубоких психологических мер противодействия. Успешная профилактика возможна при систематизации и точном определении комплекса психологических факторов, которые на индивидуальном и социальном уровне запускают и закрепляют паттерны девиантного поведения.

Девиации являются результатом сложного взаимодействия личностной незрелости и негативного социального опыта. Данная статья основывается на том, что ядром девиации является дефицит механизмов саморегуляции и ценностно-смысловая дезориентация личности.

На основе анализа литературы и практического опыта, психологические факторы формирования девиантного поведения у молодежи можно выделить две ключевые группы: личностные и социально-психологические.

Основопологающие личностные факторы, способствующие формированию отклоняющегося поведения это недостаточная сформированность эмоциональной саморегуляции и самоконтроля, т.е. низкая способность управлять своими эмоциями, импульсивность и неспособность откладывать удовлетворение потребностей, а так же, деформация ценностей и смысловых ориентаций.

Ведущую роль в закреплении личностных дефицитов играют факторы ближайшего социального окружения, среди которых центральное место занимает семья. Как подчеркивают специалисты, работающие с подростками и семейными парами, например, Г.Д. Кулдашева дисфункциональные внутрисемейные отношения, такие как эмоциональное

отвержение, гиперопека, жестокое обращение, а также отсутствие четких границ и правил в семье наносят сильный след на психику детей и юношей, что в последствии приводит к деструктивному поведению и различным психологическим проблемам. Недостаток поддержки и безусловной любви в семье часто приводит к поиску одобрения и принятия в асоциальных группах. Вместо конструктивного разрешения проблем молодежь использует избегание, агрессию, проекцию вины на других или уход в зависимости.

Таблица 1.

Отклоняющееся поведение развивается по следующей модели

Уровень	Фактор
Базовый	Дисфункциональные внутрисемейные отношения
Личностный	Дефицит саморегуляции и низкая фрустрационная толерантность
Поведенческий	Неадаптивные копинг-стратегии и деформация ценностей

Обсуждение. Полученные результаты подтверждают гипотезу о том, что дисфункциональная семейная среда является базовым предиктором формирования личностных дефицитов, определяющих отклоняющееся поведение молодежи. Анализ выявил прямую зависимость между уровнем эмоциональной поддержки в семье и степенью выраженности девиантных форм поведения. Наличие конфликтных, авторитарных или гиперопекающих моделей взаимодействия внутри семьи способствует нарушению процессов эмоциональной саморегуляции, снижению толерантности к фрустрации и формированию неадаптивных копинг-стратегий.

Интерпретация полученных данных позволяет утверждать, что дефицит эмоциональной саморегуляции (ЭСР) выступает не только как следствие неблагоприятных семейных условий, но и как центральное звено, опосредующее связь между личностной дезадаптацией и девиантным поведением. Молодые люди с низким уровнем ЭСР характеризуются импульсивностью, сниженным самоконтролем и выраженной зависимостью от внешней оценки. Это приводит к доминированию реактивных форм поведения, агрессии, уходу в аддиктивные или асоциальные проявления.

Сравнение полученных результатов с данными других исследований (И. С. Кона, А. Е. Личко, В. В. Столина и др.) демонстрирует их согласованность: большинство авторов также подчеркивают определяющую роль семейной социализации и эмоциональной сферы в механизмах девиантного поведения. В зарубежных исследованиях аналогичные выводы подтверждают универсальный характер выявленных закономерностей, где эмоциональная депривация и нарушение привязанности рассматриваются как ключевые факторы поведенческих отклонений.

Выявленные закономерности имеют существенное значение для практической психологии и психопрофилактики. Они указывают на необходимость ранней диагностики эмоционально-волевых нарушений, психологического сопровождения семей группы риска, а также разработки программ, направленных на формирование навыков саморегуляции, стрессоустойчивости и конструктивного поведения у молодежи. Комплексное воздействие, сочетающее индивидуальные, семейные и социальные ресурсы, может стать эффективным инструментом снижения распространенности девиантных проявлений в молодежной среде.

Выводы. Проведённое исследование позволяет заключить, что отклоняющееся поведение молодежи является многоуровневым психосоциальным феноменом, обусловленным совокупностью индивидуально-психологических, семейных и социокультурных факторов. Определяющее значение имеют личностная дезадаптация, недостаточная сформированность самоконтроля, эмоциональная неустойчивость и

деформация ценностно-нормативной сферы. Существенную роль в генезисе девиантных форм поведения играют дисфункциональные внутрисемейные отношения и дефицит позитивных моделей социализации.

Таким образом, профилактика и коррекция девиантного поведения молодежи требуют системного и междисциплинарного подхода, основанного на интеграции психологических, педагогических и социальных методов воздействия, направленных на развитие саморегуляции, личностной зрелости и адаптивных механизмов поведения.

Проблема отклоняющегося поведения молодежи в современном обществе приобретает особую актуальность в связи с глубокими социальными трансформациями, изменением ценностных ориентаций, усилением информационного воздействия и кризисом традиционных институтов социализации. Отклоняющееся поведение (девиантность) представляет собой систему устойчивых форм активности личности, противоречащих общепринятым социальным, моральным и правовым нормам. Анализ психологических факторов, лежащих в основе девиантности, позволяет выявить глубинные механизмы формирования подобных проявлений и наметить пути их коррекции и профилактики.

1. Личностно-психологические предпосылки девиантного поведения

Одним из ведущих факторов, влияющих на формирование девиантного поведения, являются индивидуально-личностные особенности человека. К числу таких особенностей относятся повышенная тревожность, эмоциональная неустойчивость, низкий уровень самоконтроля, импульсивность, агрессивность, а также слабая волевая регуляция поведения. Молодые люди, обладающие такими характеристиками, чаще всего оказываются неспособными адекватно реагировать на социальные трудности, конфликты и стрессовые ситуации. Согласно концепции З. Фрейда, поведение индивида во многом определяется внутренними бессознательными конфликтами между влечениями и социальными ограничениями. При незрелости механизмов психологической защиты внутренние противоречия нередко прорываются в форме девиантных поступков.

2. Эмоционально-волевая и мотивационная сфера личности

Недоразвитость эмоционально-волевой сферы и дезориентация в системе мотивов поведения приводят к тому, что подростки и молодые люди часто выбирают деструктивные формы самовыражения. Отсутствие устойчивых жизненных целей и позитивных ценностных ориентиров способствует развитию апатии, нигилизма и внутреннего вакуума, которые могут компенсироваться девиантными формами активности - употреблением психоактивных веществ, агрессивным поведением, асоциальными контактами. Согласно теории самоактуализации А. Маслоу, личность стремится к реализации своего потенциала, однако при неудовлетворении базовых потребностей формируются искажённые формы поведения, направленные на кратковременное снятие внутреннего напряжения.

3. Когнитивные и перцептивные искажения

Большую роль играют когнитивные особенности восприятия социальной реальности. Девиантное поведение нередко формируется вследствие искажённых представлений о нормах, ролях и возможностях. Молодые люди, находясь под воздействием масс-медиа и виртуального пространства, начинают воспринимать агрессию, протест или риск как способ самоутверждения и признания в группе. Деформация когнитивных схем, о которой писал А. Бек, приводит к неправильной интерпретации событий и неадекватным эмоциональным реакциям, формируя замкнутый круг девиантного мышления и поведения.

4. Социально-психологические факторы и влияние микросреды

Психологические особенности неразрывно связаны с влиянием микросреды - семьи, группы сверстников, образовательного учреждения. Нарушения внутрисемейных отношений (гипоопека, гиперопека, эмоциональная холодность, агрессивное или авторитарное поведение родителей) формируют у подростка чувство незащищенности, недоверия, что в дальнейшем способствует отчуждению и поиску признания в асоциальных

группах. Важную роль играет также групповое давление и стремление соответствовать ожиданиям референтной группы. Теория социального научения А. Бандуры утверждает, что поведение формируется через наблюдение и подражание: видя девиантные модели, молодежь усваивает их как допустимые.

5. Психологическая дезадаптация и кризис идентичности

Ключевым психологическим фактором девиации является кризис личностной идентичности. По Э. Эриксону, в подростковом и юношеском возрасте личность проходит стадию поиска собственного «Я» и жизненных ориентиров. Если этот процесс осложняется дефицитом поддержки и положительных образцов, формируется чувство неуверенности, внутренней пустоты, социальной изоляции. На этом фоне нередко возникают протестные формы поведения, агрессия, склонность к риску или преступным действиям. Таким образом, девиантность становится способом самоутверждения и компенсации внутренней неполноценности.

6. Эмоциональные нарушения и агрессивные тенденции

Психологические исследования (Ильин, Кон, Клейберг, Бехтерев) показывают, что у значительной части молодежи с отклоняющимся поведением наблюдаются признаки хронического стресса, эмоционального выгорания, фрустрации. Неспособность конструктивно выражать эмоции приводит к их вытеснению и последующим аффективным взрывам. Агрессия, как форма психологической защиты, становится привычным способом снятия напряжения. В условиях недостатка позитивных коммуникативных навыков и эмпатии это приводит к формированию устойчивых агрессивно-девиантных паттернов.

7. Влияние ценностных и смысловых ориентаций

Современная молодежь сталкивается с кризисом ценностей, что порождает моральный релятивизм и ощущение экзистенциальной пустоты. Утрата смысла жизни, неверие в социальную справедливость, низкий уровень морального самосознания ведут к снижению социальной ответственности. Как отмечает В. Франкл, отсутствие жизненного смысла часто становится источником деструктивных форм поведения, поскольку человек стремится заполнить внутреннюю пустоту любыми средствами, включая девиантные.

8. Информационно-коммуникативная среда как новый психологический фактор

В условиях цифровизации значительное воздействие на формирование личности оказывает интернет-среда. Виртуальные сообщества могут стимулировать анонимное проявление агрессии, цинизма, участие в опасных челленджах. Кибербуллинг и зависимость от социальных сетей приводят к социальной изоляции, деформации самооценки и утрате эмпатии. Таким образом, информационная перегрузка и виртуальные зависимости становятся новыми формами психологических рисков, провоцирующих девиантное поведение.

9. Роль психологической профилактики и коррекции

Понимание психологических факторов девиантного поведения позволяет выстроить систему профилактических мер, направленных на формирование у молодежи эмоциональной устойчивости, самоконтроля и навыков конструктивного общения. Важную роль играет развитие рефлексивности, критического мышления, способности к саморегуляции и эмпатии. В рамках психологической службы образовательных учреждений целесообразно внедрение тренингов личностного роста, программ по развитию эмоционального интеллекта и социальной ответственности.

Таким образом, отклоняющееся поведение молодежи является результатом сложного взаимодействия личностных, эмоциональных, когнитивных и социально-психологических факторов. Девиантность нельзя рассматривать исключительно как социальное явление - она имеет глубокие психологические корни, требующие комплексного подхода, включающего диагностику, коррекцию и профилактику. Эффективное воздействие возможно лишь при

сочетании педагогических, психологических и социальных стратегий, направленных на формирование зрелой, ответственной и гармонично развитой личности.

Заключение. Результаты теоретического и эмпирического анализа подтверждают, что отклоняющееся поведение молодежи представляет собой результат сложного взаимодействия психологических, социальных и социокультурных детерминант. Наиболее значимыми среди них выступают личностная незрелость, эмоциональная нестабильность, фрустрационные состояния, а также деформация системы ценностей и искажённые механизмы социализации. Семейная дезорганизация и недостаток эмоциональной поддержки усиливают риск девиантных проявлений и способствуют формированию асоциальных установок.

Следовательно, понимание психологических факторов девиантного поведения должно служить основой для разработки эффективных профилактических и коррекционных программ, направленных на формирование у молодежи устойчивой системы ценностей, навыков саморегуляции и социальной ответственности. Комплексный подход, объединяющий усилия психологов, педагогов, социологов и семьи, является необходимым условием снижения уровня девиаций в молодежной среде и обеспечения успешной социальной адаптации подрастающего поколения.

Список литературы.

1. Ergashevna, A. M., Nosirovna, M. R., Davlatovna, K. G., & Kurbanovna, N. M. (2021). Innovative and Ecological Approaches in Improving the Professional Competence of Teachers of Medical Education. *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry*, 12(8).
2. Кулдашева, Г. Д. (2021). Пути преодоления социально-психологических барьеров в жизнедеятельности человека. *Вестник КГУ им. Бердаха*. №, 2, 80.
3. Narmetova, Y., Kuldosheva, G., & Bekmirov, T. (2021). The Psychological Services Role in the Psychodiagnostics and Psychocorrection of Psychosomatic Patients in the Psychoemotional Situation. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 8(12), 249-256.
4. Kuldasheva, G. D. (2022). Socio-Psychological Barriers and Ways to Overcome Them. *Pioneer Journal of Advanced Research and Scientific Progress*, 1(4), 136-140.
5. Davlyatovna, K. G. (2024). Characteristics of the process of biological growth and development of the child. *Central Asian Journal of Education and Innovation*, 3(5-3), 188-192.

Кулдашева Гулбахор Давлятовна,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии
университета Альфраганус,
Узбекистан, г. Ташкент
Якубенко Инна Геннадьевна,
студентка 4 курса, факультета социальных наук,
университета Альфраганус,
Узбекистан, г. Ташкент

СОЦИАЛИЗАЦИЯ ДЕТЕЙ С АУТИСТИЧЕСКИМ СПЕКТРОМ ПОСРЕДСТВОМ ЗООТЕРАПИИ

Аннотация. В статье рассматривается использование зоотерапии как инновационного метода социализации детей с расстройствами аутистического спектра. Подчеркивается влияние взаимодействия с животными на развитие коммуникативных навыков, снижение тревожности и повышение эмоциональной отзывчивости. Представлены результаты исследований, подтверждающие эффективность иппотерапии, канистерпии и дельфинотерапии в коррекционной работе с детьми с РАС.

Ключевые слова: зоотерапия, animal-assisted interventions, аутизм, социализация, канистерпия, эквитерапия, развитие социальной коммуникации

Abstract. The article examines animal-assisted therapy as an innovative method for socializing children with Autism Spectrum Disorder. It highlights the positive impact of interaction with animals on communication skills, anxiety reduction, and emotional responsiveness. Research results demonstrate the effectiveness of hippotherapy, canine-assisted therapy, and dolphin therapy in supporting children with ASD.

Key words: animal-assisted interventions, autism, socialization, canister therapy, equiterapy, development of social communication

Annotatsiya. Maqolada autizm spektridagi buzilishlarga ega bolalarni ijtimoiylashtirishda zooterapiyadan foydalanishning innovatsion yondashuv sifatidagi ahamiyati ko'rib chiqiladi. Hayvonlar bilan muloqot bolaning kommunikativ qobiliyatlarini rivojlantirish, tashvish darajasini kamaytirish va emotsional sezgirligini oshirishga yordam berishi ta'kidlanadi. Tadqiqot natijalari ippoterapiya, kanisterapiya va delfinoterapiyaning RASga ega bolalar bilan ishlashda samarali ekanini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: zooterapiya, hayvonlarga yordam beradigan aralashuvlar, autizm, sotsializatsiya, kanisterapiya, ekviterapiya, ijtimoiy aloqani rivojlantirish

Расстройства аутистического спектра (РАС) представляют собой группу нейроразвивающих нарушений, характеризующихся ограничением социальных взаимодействий, трудностями в коммуникации, стереотипностью поведения и сниженной способностью к эмоциональному контакту. По данным Всемирной организации здравоохранения, ежегодно наблюдается рост числа детей с РАС, что делает проблему их социализации одной из ключевых в области образования, здравоохранения и социальной сферы.

Современные исследования подтверждают, что традиционные методы педагогической и психологической коррекции могут быть недостаточными, особенно при выраженных дефицитах взаимодействия с окружающими. В этой связи повышается интерес к альтернативным и дополнительным коррекционным технологиям, среди которых зоотерапия занимает особое место. Контакт с животными способен активизировать эмоциональную сферу ребёнка, снижать напряжение и тревожность, стимулировать развитие коммуникации и навыков взаимопонимания.

Социализация детей с расстройствами аутистического спектра (РАС) представляет собой сложный и многогранный процесс, требующий специальной организации педагогической и психологической помощи. В отличие от нейротипичных детей, которые естественным образом осваивают социальные нормы через подражание, игру и общение, дети с РАС нуждаются в целенаправленной поддержке, системной коррекционной работе и адаптированных методах развития социального поведения. Нарушения коммуникации, эмоционального реагирования и взаимодействия с окружающими являются основными барьерами, затрудняющими включение ребёнка в социальную среду.

Дети с РАС испытывают трудности в восприятии социальных стимулов: они могут избегать зрительного контакта, не реагировать на обращённую речь, демонстрировать избирательность в контактах и проявлять пассивность или, наоборот, нестандартные формы поведения при попытках взаимодействия. У многих детей наблюдается ограниченный интерес к окружающим людям, сниженная потребность в общении, что приводит к недостаточному усвоению социальных функций и ролей. Даже при наличии речи её использование может носить негибкий, эхоталличный или стереотипный характер, затрудняя полноценное общение.

Важной особенностью социализации детей с РАС является дефицит эмоционального контакта. Нередко ребёнок не выражает эмоций привычным для окружающих способом, не стремится к эмоциональному обмену, не откликается на ласку или похвалу. В результате окружающие могут воспринимать такое поведение как равнодушие или протест, хотя оно обусловлено нейropsychологическими особенностями. Вместе с тем многие дети с РАС способны формировать привязанность и испытывать эмоциональные переживания, но проявляют их иначе, чем большинство сверстников.

Нарушения невербальной коммуникации также оказывают значительное влияние на процесс социализации. Жесты, мимика, интонации, пространственное положение и контакт глаз - всё это элементы, которые дети с РАС часто используют неправильно или не интерпретируют у других людей. Они могут стоять слишком близко или, наоборот, избегать близости, говорить слишком громко или слишком тихо, не понимать юмор, сарказм или скрытые сообщения. Недостаточность понимания социальных норм и правил поведения может приводить к конфликтам, социальной изоляции и трудностям адаптации.

Важным фактором, осложняющим социализацию, является сенсорная дисрегуляция. Многие дети с аутизмом испытывают гипер- или гипочувствительность к звукам, свету, прикосновениям, запахам и другим сенсорным раздражителям. Перегрузка сенсорной системы вызывает тревожность, агрессию, попытки избегания социальных ситуаций, что дополнительно ограничивает взаимодействие ребёнка с внешним миром. Создание комфортной сенсорной среды является необходимым условием успешной социализации.

Отдельного внимания требуют стереотипные модели поведения и узкие интересы, характерные для детей с РАС. Такие особенности могут препятствовать включению в коллективные игры, ограничивать круг общения и формировать зависимость от определённых ритуалов. С другой стороны, правильно организованная педагогическая работа может использовать эти интересы как ресурс для мотивации и установления контакта.

Социализация детей с РАС наиболее успешна в условиях комплексной поддержки, включающей работу педагогов, психологов, логопедов, нейropsychологов и родителей. Важным фактором является создание безопасной, понятной и структурированной среды, где ребёнок может постепенно осваивать социальные навыки через игровые методы, сенсорные программы, модельное обучение, альтернативную коммуникацию и сопровождение специалиста. Ранняя диагностика и раннее вмешательство существенно повышают шансы ребёнка на успешное социальное развитие.

Таким образом, особенности социализации детей с РАС обусловлены сочетанием коммуникативных, эмоциональных и поведенческих нарушений, сенсорных особенностей и

ограниченных социальных интересов. Успешная социализация возможна при условии индивидуального подхода, постепенного расширения социальной среды, формирования навыков взаимодействия и создания поддерживающей, толерантной и структурированной образовательной среды.

Зоотерапия, или анималотерапия, представляет собой комплексный метод психолого-педагогической и лечебно-реабилитационной работы, основанный на целенаправленном взаимодействии человека с животными. Основная цель данного подхода заключается в улучшении психоэмоционального состояния, стимуляции когнитивного и сенсомоторного развития, снижении уровня стресса и тревожности, формировании навыков коммуникации и социальной адаптации. В последние десятилетия зоотерапия активно используется в работе с детьми, имеющими различные формы нарушений развития, в том числе расстройства аутистического спектра (РАС), что обусловлено уникальной способностью животных выступать естественными посредниками в процессе социализации.

Основой эффективности зоотерапии является феномен эмоциональной безусловности, свойственный животным. Животные не предъявляют ребёнку ожиданий, не оценивают и не критикуют, что создаёт безопасную, комфортную атмосферу и снижает уровень социальной тревожности. Это особенно важно для детей с РАС, которые часто испытывают трудности в понимании человеческих эмоций и социального контекста. При взаимодействии с животным отсутствуют сложные вербальные требования, что облегчает контакт и формирует положительную внутреннюю мотивацию.

Дополнительным механизмом является активация гормонов удовольствия и привязанности - окситоцина, серотонина и дофамина, что способствует снижению стресса, развитию эмоционального отклика, повышению уровня доверия. Одновременно происходит снижение уровня кортизола, что подтверждено нейробиологическими исследованиями.

Зоотерапия включает различные формы, каждая из которых имеет свои задачи, методы и специфический терапевтический эффект.

Вид терапии	Используемые животные	Основной эффект
Иппотерапия	Лошади	Развитие моторных функций, повышение коммуникации, укрепление уверенности, улучшение координации
Канистерапия	Собаки	Развитие социальных навыков, снижение тревожности, повышение эмоционального контакта, стимулирование речи
Дельфинотерапия	Дельфины	Сенсорная стимуляция, повышение эмоциональной отзывчивости, стимуляция речи и внимания
Фелинотерапия	Кошки	Снятие эмоционального напряжения, развитие тактильной чувствительности, снижение раздражительности
Малые домашние животные (зооконтакт)	кролики, морские свинки, птицы, рыбки	Развитие ответственности, формирование чувства заботы, мягкая сенсорная терапия

Иппотерапия является одной из наиболее распространённых форм зоотерапии. Движения лошади создают уникальное трехмерное воздействие на мускулатуру ребёнка, развивая координацию, равновесие и мышечный тонус. Помимо моторных эффектов, взаимодействие с лошадью способствует укреплению уверенности, улучшению эмоциональной регуляции, развитию навыков коммуникации и самоконтроля. Для детей с РАС иппотерапия помогает формировать последовательность действий, развивает способность следовать инструкциям и взаимодействовать со специалистом.

Собаки обладают высокой способностью к эмпатии, что делает их идеальными животными-партнёрами для терапевтической работы. Канистерапия стимулирует развитие речи, так как дети часто стремятся давать собаке команды, обращаться к ней словами. Снижение тревожности, повышение концентрации внимания, формирование навыков социального взаимодействия и развитие эмоциональной отзывчивости - основные терапевтические эффекты. Собака выступает точкой внимания, вокруг которой формируются позитивные социальные ситуации.

Дельфинотерапия основана на эффектах позитивного эмоционального заражения, сенсорной стимуляции и акустическом воздействии. Звуковые сигналы дельфинов обладают определённой частотой, способствующей расслаблению и улучшению эмоционального состояния ребёнка. Установлено, что взаимодействие с дельфинами способствует развитию внимания, концентрации, речевой активности и снижению гиперреактивности. Несмотря на высокую стоимость и ограниченность доступа, метод широко применяется в реабилитационных центрах.

Кошки, будучи спокойными и контактными животными, оказывают выраженное успокаивающее воздействие. Ласковое поглаживание и тактильный контакт снижают мышечное и эмоциональное напряжение, помогают справиться с тревогой и раздражительностью. Работа с малыми домашними животными формирует чувство заботы, развивает социальную включённость и ответственность.

Зоотерапия обладает особой значимостью в процессе социализации детей с расстройствами аутистического спектра, поскольку взаимодействие с животными создаёт естественные условия для формирования и развития коммуникативных навыков. Практические наблюдения и научные исследования подтверждают, что животные выступают своеобразными «медиаторами» социального взаимодействия, снижая психологическое напряжение и стимулируя ребёнка к установлению зрительного контакта, выполнению совместных действий, следованию правилам и инициативному вступлению в коммуникацию со взрослыми и сверстниками. Благодаря созданию безопасной и эмоционально комфортной среды зоотерапия способствует переносу навыков общения, сформированных в контакте с животными, на взаимодействие с людьми, что является ключевым условием успешной социальной интеграции.

Эффективность зоотерапии объясняется комплексным действием психологических, нейрофизиологических и социальных механизмов. Психологическое влияние включает создание ненапряжённой среды общения, формирование доверия и эмоционального принятия, повышение мотивации к взаимодействию, а также развитие эмпатии и способности к эмоциональному отклику. Кроме того, взаимодействие с животными способствует снижению психоэмоциональной нагрузки, что особенно важно для детей с высокой сенсорной чувствительностью и склонностью к эмоциональному перенапряжению.

С нейрофизиологической точки зрения зоотерапия приводит к активации дофаминовой и окситоциновой систем, что способствует появлению положительных эмоций и формированию привязанности. Одновременно снижается уровень кортизола - основного гормона стресса, нормализуется сенсорная регуляция и повышается общий уровень нейробиологической стабильности. Эти процессы улучшают способность ребёнка воспринимать и перерабатывать информацию, поддерживают его эмоциональный баланс и готовность вступать в взаимодействие.

Социальные механизмы реализации зоотерапии включают расширение круга взаимодействий через участие специалиста, родителей и сверстников, формирование навыков сотрудничества, соблюдения социальных норм и развитие социальной инициативности. Постепенно ребёнок начинает проявлять больший интерес к внешнему миру, увереннее вступает в контакт и учится поддерживать коммуникацию. Таким образом, зоотерапия выступает значимым инструментом коррекционной работы, способствующим

комплексному развитию социально-коммуникативных навыков у детей с РАС и повышающим их способность к успешной адаптации в обществе.

Методологическая основа проведённого исследования была направлена на изучение эффективности зоотерапии как инструмента социализации детей с расстройствами аутистического спектра. Целью являлось выявление влияния иппотерапии и канистерапии на социально-коммуникативное развитие детей с РАС. В исследовании участвовали 20 детей в возрасте 5–10 лет, посещающих специализированный коррекционный центр. Для сбора данных применялись методы систематического наблюдения, анализа динамики поведения, оценка уровня социализации посредством стандартизированных опросников и шкал, а также педагогическая и психологическая диагностика. Программа коррекционной работы длилась три месяца и включала занятия иппотерапией два раза в неделю и канистерапией один раз в неделю, что обеспечивало регулярное и структурированное воздействие.

Результаты исследования продемонстрировали выраженную положительную динамику у значительной части участников. Улучшение зрительного контакта наблюдалось у 65% детей, повышение инициативности в общении - у 55%, снижение уровня тревожности - у 70%, появление эмоциональных реакций - у 50%, а развитие речевых навыков - у 40%.

Качественный анализ данных показал, что дети стали чаще проявлять улыбку и интерес к окружающим, активнее взаимодействовать со специалистами, более спокойно реагировать на новые ситуации и демонстрировать стремление к контакту как с животными, так и с людьми. Эти изменения свидетельствуют о том, что зоотерапия способствует снижению эмоционального напряжения и повышению мотивации к социальному взаимодействию, что является ключевым фактором успешной социализации.

В ходе обсуждения результатов подчёркивается, что зоотерапия не заменяет традиционные коррекционные методы, а усиливает их эффективность, создавая дополнительный ресурс для формирования социальных и коммуникативных навыков. Полученные данные согласуются с выводами зарубежных исследований, подтверждающих высокую результативность анималотерапии в работе с детьми с аутизмом. Вместе с тем важно учитывать необходимость профессиональной подготовки специалистов, соблюдения этических и санитарных стандартов, а также индивидуализации программ с учётом особенностей каждого ребёнка.

Таким образом, зоотерапия рассматривается как перспективное направление коррекционной педагогики и реабилитации детей с РАС. Она способствует формированию доверительных отношений, снижению тревожности, развитию эмоционально-волевой сферы, активизации речевой и невербальной коммуникации, а также укреплению социальных навыков. Вовлечение животных создаёт безопасную, поддерживающую среду, которая помогает ребёнку постепенно расширять диапазон социальных контактов и уверенно включаться в социальное взаимодействие, что делает данный метод ценным инструментом поддержки их развития и социальной адаптации.

Список литературы.

1. Кулдашева, Г. Д. (2022). Тиббиёт ходимларининг фаоллик ва фидойилик туйғусини кучайтириш йўллари. In Конференция (Vol. 1, No. 1, pp. 360-365).
2. Шамсутдинов, А., & Кулдашева, Г. Д. (2022). Плюсы и минусы телемедицины в психологическом консультировании: Шамсутдинов Альберт, Студент 3-го курса, факультета «Клинической психологии» ТГСИ, г. In Научно-практическая конференция.
3. Ergashevna, A. M., Nosirovna, M. R., Davlatovna, K. G., & Kurbanovna, N. M. (2021). Innovative and Ecological Approaches in Improving the Professional Competence of Teachers of Medical Education. Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry, 12(8).

4. Narmetova, Y., Kuldosheva, G., & Bekmirov, T. (2021). The Psychological Services Role in the Psychodiagnostics and Psychocorrection of Psychosomatic Patients in the Psychoemotional Situation. International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding, 8(12), 249-256.

Кулдашева Гулбахор Давлятовна,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии
университета Альфраганус,
Узбекистан, г. Ташкент

Шарифжонова Хосият Равшан кизи,
студенка 4 курса, факультета социальных наук,
университета Альфраганус,
Узбекистан, г. Ташкент
e-mail: komolasultonova@icloud.com

РОДИТЕЛЬСКОЕ ВЫГОРАНИЕ И ЕГО ВЛИЯНИЯ НА ПСИХИКУ РЕБЕНКА

Аннотация. В статье рассматривается проблема родительского выгорания как эмоционального и физического истощения, возникающего в процессе длительного выполнения родительских обязанностей. Раскрываются психологические механизмы формирования выгорания, включая хронический стресс, высокие требования к себе и ограниченные ресурсы социальной поддержки. Представлены рекомендации по профилактике выгорания, направленные на укрепление психологической устойчивости родителей и развитие благоприятного семейного климата.

Ключевые слова: родительское выгорание, воспитание детей, детская психика, эмоциональное истощение, стресс, тревожность, привязанность, психологическая поддержка, семейная среда.

Annotatsiya. Maqolada ota-onalarning kuyib ketishi - uzoq muddatli tarbiyaviy mas'uliyat natijasida yuzaga keladigan hissiy va jismoniy holdan toyish holati sifatida tahlil qilinadi. Ushbu jarayonning psixologik mexanizmlari, jumladan surunkali stress, o'ziga yuqori talablar qo'yish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetarli emasligi yoritiladi. Shuningdek, ota-onalar kuyib ketishining oldini olish bo'yicha tavsiyalar beriladi.

Kalit so'zlar: ota-ona kuyib ketishi, bola tarbiyasi, bola psixikasi, hissiy charchoq, stress, bog'lanish, psixologik yordam, oilaviy muhit.

Annotation. The article explores parental burnout as a state of emotional and physical exhaustion caused by prolonged parenting responsibilities. Psychological mechanisms contributing to burnout-such as chronic stress, high self-expectations, and insufficient social support-are analyzed. Recommendations for preventing parental burnout and fostering a supportive family environment are presented.

Key words: parental burnout, child development, child psychology, emotional exhaustion, stress, attachment, psychological support, family environment.

Современные условия жизни предъявляют к родителям высокие эмоциональные, социальные и материальные требования. Ускоренный ритм, информационная перегрузка, стремление к идеальным стандартам воспитания, а также сочетание домашних обязанностей с профессиональной деятельностью создают предпосылки для формирования хронического стресса. В результате у значительной части родителей развивается феномен родительского выгорания - состояния эмоционального и физического истощения, сопровождающегося снижением мотивации к воспитанию, ощущением усталости, раздражительности и эмоциональной дистанции по отношению к ребенку.

Проблема родительского выгорания в последние годы привлекает внимание исследователей благодаря ее прямому влиянию на психологическое благополучие детей и семейное функционирование. Согласно современным психолого-педагогическим исследованиям, эмоциональное состояние родителей является ключевым фактором

формирования детской самооценки, эмоциональной регуляции, способности к установлению социальных контактов и устойчивости к стрессу. Дети родителей, переживающих выгорание, чаще демонстрируют повышенную тревожность, эмоциональную нестабильность, трудности в поведении и нарушенное чувство безопасности.

Несмотря на растущий интерес научного сообщества, проблема родительского выгорания остается недостаточно изученной в контексте его долгосрочных психологических последствий для ребенка, а также эффективных стратегий профилактики и коррекции. В этой связи актуальность настоящего исследования заключается в необходимости углубленного анализа механизмов развития родительского выгорания и выявления его влияния на психическое развитие ребенка, а также разработки рекомендаций по поддержке эмоционального благополучия семьи.

Родитель часто сталкивается с чувством раздраженности, сильной усталостью и внутренним опустошением. Забота о ребенке, семье, необходимость совмещать работу и быт превращается в постоянный марафон. В психологии это состояние называется родительское выгорание. На первый взгляд оно касается только взрослых, но его невидимыми жертвами становятся дети.

Родительское выгорание - это эмоциональное истощение, возникающее из-за хронического стресса, связанного с воспитанием детей.

Современный мир предъявляет к родителям всё более высокие требования. В условиях стремительного ритма жизни, постоянной занятости, социальной нестабильности и роста информационных нагрузок родительство становится не только радостью, но и серьезным испытанием. Многие матери и отцы стараются быть идеальными, полностью посвящая себя детям, но часто забывают о собственных ресурсах и эмоциональных границах. В результате этого все чаще наблюдается феномен родительского выгорания - состояния психического и физического истощения, возникающего на фоне хронической усталости, эмоционального напряжения и постоянного чувства ответственности за ребенка.

Родительское выгорание - это не просто усталость или временное снижение настроения. Это глубокое внутреннее опустошение, при котором снижается способность получать удовольствие от взаимодействия с ребенком, появляется раздражительность, безразличие, чувство вины и даже отчаяния. Такое состояние негативно отражается не только на самих родителях, но и на детях, которые тонко чувствуют эмоциональное состояние взрослых. Дети, растущие рядом с эмоционально выгоревшими родителями, часто сталкиваются с чувством неуверенности, тревожности, трудностями в саморегуляции и построении привязанностей.

Психика ребенка формируется в процессе постоянного взаимодействия с родителями, и именно их эмоциональное состояние становится основой для развития его личности. Если родитель эмоционально нестабилен, истощён или дистанцирован, ребенок может воспринимать это как отсутствие любви, принятия и безопасности. Со временем это может привести к формированию негативных установок, проблем в общении, трудностей в обучении и снижению самооценки.

Таким образом, изучение феномена родительского выгорания и его влияния на психику ребенка является крайне важным для современной психологии и педагогики. Осознание причин, проявлений и последствий этого явления позволит не только оказать своевременную помощь родителям, но и создать благоприятные условия для гармоничного развития личности ребенка.

Родительское выгорание проявляется как сложный эмоционально-психологический феномен, характеризующийся тремя основными признаками: устойчивым чувством усталости, сохраняющимся даже после периода отдыха; эмоциональным дистанцированием от ребенка, при котором родитель выполняет воспитательные функции механически, без внутреннего вовлечения; а также ощущением собственной несостоятельности,

сопровождающимся мыслями о неэффективности родительской роли и убеждением в собственной некомпетентности [1, с. 45]. Выгорание формируется не одномоментно, а постепенно, под воздействием хронических стрессовых факторов. Наиболее уязвимыми к его развитию являются родители детей раннего возраста, одинокие матери, а также лица, испытывающие дефицит социальной поддержки или предъявляющие к себе чрезмерно высокие требования.

Психическое состояние ребенка тесно связано с эмоциональным фоном родителей, что обусловлено высокой чувствительностью детской психики к эмоциональным сигналам и невербальным проявлениям взрослых. Даже при отсутствии прямых вербальных высказываний раздражения ребенок способен интуитивно воспринимать внутреннее напряжение, эмоциональный холод и дистанцию со стороны значимого взрослого.

Влияние родительского выгорания на ребенка проявляется в нескольких ключевых направлениях.

Во-первых, отмечается эмоциональная нестабильность: частые проявления раздражительности со стороны родителя нарушают чувство безопасности ребенка, что может привести к повышенной тревожности, капризности либо, напротив, к чрезмерной послушности как компенсаторной стратегии поведения.

Во-вторых, у детей формируется чувство вины, поскольку они склонны интерпретировать эмоциональное состояние родителей как результат собственных действий. Подобная внутренняя установка усиливается как под воздействием прямых высказываний («я устала из-за тебя»), так и вследствие эмоционально напряженной тишины.

В-третьих, наблюдаются нарушения в развитии самооценки и доверия к окружающему миру: недостаток эмоционального отклика со стороны родителя снижает уверенность ребенка в себе и затрудняет формирование конструктивных социальных взаимодействий.

Наконец, возможны различные поведенческие реакции: у одних детей накапливается агрессивность, у других - склонность к замкнутости и изоляции, что выступает формой скрытого протеста против переживаемого эмоционального дефицита.

Таким образом, родительское выгорание представляет собой значимый риск-фактор для полноценного эмоционального и социального развития ребенка, требующий комплексного изучения и разработки систем профилактической и коррекционной психологической помощи семье.

Разработка эффективных стратегий профилактики и коррекции родительского выгорания является ключевым условием обеспечения психологического благополучия семьи и гармоничного развития ребенка. Для предотвращения эмоционального истощения родителей важным направлением выступает организация системной психологической поддержки, включающей консультирование, тренинги по развитию навыков стрессоустойчивости и эмоциональной саморегуляции, а также программы психопросвещения, направленные на формирование компетентного и осознанного родительства.

Особое значение имеет развитие социальной поддержки, включая семейные клубы, родительские сообщества и механизмы помощи одиноким родителям. Дополнительным фактором профилактики является рациональное распределение бытовых и воспитательных обязанностей в семье, позволяющее снизить нагрузку на одного из родителей и предотвратить эмоциональное перенапряжение.

Следует также уделять внимание формированию адекватных ожиданий к родительской роли: отказ от идеализированных стандартов воспитания и принятие концепции «достаточно хорошего родителя» способствует повышению психологической устойчивости и снижению самообвинений. Особое значение имеет развитие эмоционального контакта между родителем и ребенком, что предполагает регулярное совместное времяпрепровождение, открытое общение и создание атмосферы принятия и поддержки. Кроме того, необходима

реализация профилактических программ в образовательных организациях, направленных на повышение родительской компетентности и поддержку эмоционального здоровья семьи.

Таким образом, родительское выгорание представляет собой значимый фактор риска, оказывающий прямое влияние на эмоциональное состояние и развитие ребенка. Эмоциональное истощение родителей приводит к снижению чувствительности к потребностям ребенка, эмоциональной дистанции, росту раздражительности и формированию неблагоприятной внутрисемейной атмосферы. Дети, воспитывающиеся в условиях эмоционального дефицита, демонстрируют повышенный уровень тревожности, снижение самооценки, формирование чувства вины, трудности в межличностных отношениях и склонность к дезадаптивному поведению.

Полученные теоретические выводы подтверждают необходимость раннего выявления признаков выгорания, внедрения комплексных превентивных мер и квалифицированной психологической помощи семьям. Создание системы психолого-педагогической поддержки, развитие социальной инфраструктуры и формирование осознанных родительских стратегий являются необходимыми условиями обеспечения эмоционального благополучия детей и их полноценного психологического развития.

Список литературы.

1. Маслач, К., Джексон, С. Профессиональное выгорание. - М.: Прогресс, 1986. - 256 с.
2. Макарова, Е. А. Родительское выгорание как фактор нарушения детско-родительских отношений. // Современные исследования социальных проблем. - 2020. - №7(115). - С. 112–118.
3. Ковалёва, Н. А. Психологическое выгорание родителей детей дошкольного возраста. // Психология и педагогика XXI века. - 2021. - №3. - С. 45–50.
4. Davlyatovna, K. G. (2024). Characteristics of the process of biological growth and development of the child. Central Asian Journal of Education and Innovation, 3(5-3), 188-192.
5. Kuldasheva, G. D. (2022). Socio-Psychological Barriers and Ways to Overcome Them. Pioneer Journal of Advanced Research and Scientific Progress, 1(4), 136-140.
6. Кулдашева, Г. Д. (2021). Пути преодоления социально-психологических барьеров в жизнедеятельности человека. Вестник КГУ им. Бердаха. №, 2, 80.
7. Шамсутдинов, А., & Кулдашева, Г. Д. (2022). Плюсы и минусы телемедицины в психологическом консультировании: Шамсутдинов Альберт, Студент 3-го курса, факультета «Клинической психологии» ТГСИ, г. In Научно-практическая конференция.

Urazbayeva Yulduz Abdullayevna,
Ma'mun Universiteti Psixologiya kafedrasi v. b. Dotsent

TALABALARDA ICHKI VA TASHQI MOTIVATSIYA TURLARINING O'QUV FAOLIYATIGA PSIXOLOGIK TA'SIRI

Annotatsiya. Mazkur maqolada talabalarda ichki va tashqi motivatsiya turlarining o'quv faoliyatiga psixologik ta'siri tahlil qilinadi. Motivatsiyaning psixologik mexanizmlari, uni shakllantiruvchi omillar hamda o'quv jarayonidagi ahamiyati yoritiladi. Tadqiqotda talabalarning o'qishga bo'lgan munosabati, ichki ehtiyojlar va tashqi rag'batlarning o'zaro bog'liqligi empirik tahlil asosida ko'rsatib beriladi. Natijalar ichki motivatsiya yuqori bo'lgan talabalar o'zlashtirish darajasi, ijodiy faolligi va o'zini o'zi boshqarish qobiliyatida sezilarli ustunlikka ega ekanini namoyon etdi.

Kalit so'zlar: motivatsiya, ichki motivatsiya, tashqi motivatsiya, o'quv faoliyati, psixologik omillar, talaba faolligi, o'zini o'zi rivojlantirish.

Abstract. This article analyzes the psychological impact of intrinsic and extrinsic motivation types on students' academic activity. The psychological mechanisms of motivation, the factors shaping it, and its importance in the learning process are discussed. The research reveals the relationship between students' attitudes toward learning, their inner needs, and external incentives based on empirical data. The results show that students with higher intrinsic motivation demonstrate greater academic performance, creative engagement, and self-regulation abilities.

Key words: motivation, intrinsic motivation, extrinsic motivation, learning activity, psychological factors, student engagement, self-development.

Аннотация. В статье рассматривается психологическое влияние внутренних и внешних типов мотивации на учебную деятельность студентов. Раскрываются психологические механизмы мотивации, факторы, влияющие на её формирование, а также значение мотивации в образовательном процессе. На основе эмпирических данных показана взаимосвязь между отношением студентов к обучению, их внутренними потребностями и внешними стимулами. Результаты исследования свидетельствуют о том, что студенты с высоким уровнем внутренней мотивации демонстрируют более высокий уровень успеваемости, творческой активности и саморегуляции.

Ключевые слова: мотивация, внутренняя мотивация, внешняя мотивация, учебная деятельность, психологические факторы, активность студентов, саморазвитие.

Kirish. Zamonaviy ta'lim tizimida shaxsning intellektual, ijtimoiy va ruhiy rivojlanishini ta'minlashda motivatsiya muhim psixologik omil sifatida e'tirof etiladi. Ayniqsa, talabalik davri inson hayotining faol o'zgarishlar, kasbiy shakllanish va mustaqil qarorlar qabul qilish bosqichi bo'lib, bu jarayonda ichki va tashqi motivatsiyaning o'zaro nisbatini aniqlash talabaning o'quv faoliyatidagi muvaffaqiyat darajasini belgilab beradi. Motivatsiya nafaqat o'qishga bo'lgan qiziqish va ishtiyoqni shakllantiradi, balki shaxsning o'zini o'zi rivojlantirishga, irodaviy barqarorlikka va maqsad sari intilishga psixologik turtki beradi.

Psixologik adabiyotlarda motivatsiya shaxsning faoliyatga nisbatan ichki ehtiyoji va tashqi rag'batlarning uyg'unligi sifatida talqin qilinadi. A. Maslou, F. Xersberg, D. MakKlelland, E. Detsi va R. Rayan kabi tadqiqotchilar motivatsiya nazariyalarida inson xulq-atvorining ichki manbai sifatida "ichki motivatsiya"ni, tashqi omillar orqali yuzaga keluvchi "tashqi motivatsiya"ni farqlab o'rganishgan. Ichki motivatsiya - o'qishdan olingan qoniqish, bilimga bo'lgan tabiiy qiziqish, o'zini o'zi rivojlantirish ehtiyoji bilan bog'liq bo'lsa, tashqi motivatsiya - baho, mukofot, ijtimoiy maqom, ota-onalar yoki o'qituvchilarning bahosi kabi tashqi rag'batlarga asoslanadi.

Talabalarda bu ikki turdagi motivatsiyaning nisbatini to'g'ri aniqlash va rivojlantirish o'qish jarayonining samaradorligini oshirish, mustaqil fikrlashni shakllantirish hamda ijodiy tafakkurni

kuchaytirishda muhim ahamiyatga ega. O'zbekiston Respublikasida ta'lim tizimini isloh qilishga qaratilgan davlat dasturlari, xususan "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun, "Yoshlar siyosati to'g'risida"gi Qonun hamda Prezidentning "Yoshlarni har tomonlama qo'llab-quvvatlash va ularning intellektual salohiyatini rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi farmonlari ta'lim oluvchilarning ichki motivatsiyasini oshirishni ustuvor vazifa sifatida belgilaydi. Chunki motivatsion jihatdan faollik talabaning mustaqil o'qishga, izlanishga va o'z bilimlarini amaliyotga tatbiq etishga bo'lgan tayyorgarligini oshiradi.

Zamonaviy ta'lim psixologiyasi doirasida olib borilgan tadqiqotlar (Deci & Ryan, 2000; Pintrich & Schunk, 2002) shuni ko'rsatadiki, ichki motivatsiya ustun bo'lgan shaxslar o'qish jarayonida yuqori darajadagi diqqat, sabr, ijodiylik va ijtimoiy mas'uliyatni namoyon etadilar. Bunday talabalar o'z faoliyatini ma'noli deb biladi, muvaffaqiyatsizliklarga bardoshliroq bo'ladi va o'z ta'lim faoliyatini ichki qadriyat sifatida qabul qiladi. Tashqi motivatsiya esa qisqa muddatli samaradorlikni ta'minlasa-da, uzoq muddatli o'zini o'zi rivojlantirish jarayonida barqaror natijani kafolatlay olmaydi.

Shuningdek, oliy ta'lim muassasalarida o'quv jarayonining raqobatbardoshligi, baholash tizimining o'zgarishi, raqamli ta'lim texnologiyalarining keng joriy etilishi va shaxsga yo'naltirilgan yondashuv motivatsiya tizimining murakkablashuviga olib kelmoqda. Shu bois, bugungi kunda talabalarda ichki motivatsiyani mustahkamlash, tashqi rag'batni konstruktiv yo'naltirish hamda o'quv faoliyatini psixologik qo'llab-quvvatlash o'ta dolzarb masala hisoblanadi.

Mazkur tadqiqotning dolzarbligi shundan iboratki, u talabalarda motivatsiyaning turli shakllarini aniqlash, ularning o'qish faoliyatiga, ijtimoiy moslashuviga va o'zini o'zi anglash jarayoniga ta'sirini empirik asosda o'rganishga qaratilgan. Shu orqali o'qituvchilar, psixologlar va pedagoglar uchun o'quvchilarning ichki motivatsiyasini rivojlantirish strategiyalarini ishlab chiqish imkoniyati yaratiladi.

Adabiyotlar tahliliy qismi. Motivatsiya masalasi psixologiya fanida eng qadimiy va dolzarb yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Inson faoliyatini harakatga keltiruvchi ichki energiya manbai sifatida motivatsiya nazariyasi XIX asr oxirlaridan boshlab eksperimental va nazariy tadqiqotlarning markaziga aylangan. Ilk izlanishlarda bu tushuncha fiziologik ehtiyojlar bilan bog'liq deb qaralgan bo'lsa (W. James, I. Pavlov, S. Freud), keyinchalik motivatsiyaning murakkab psixologik tizim sifatidagi tabiati turli konsepsiyalar asosida yoritilgan.

Klassik nazariyalar orasida A. Maslouning "Ehtiyojlar iyerarxiyasi nazariyasi" (1943) alohida o'rin tutadi. Unga ko'ra, inson faolligi fiziologik, xavfsizlik, ijtimoiy, hurmat va o'zini o'zi ro'yobga chiqarish kabi ehtiyojlar iyerarxiyasi bilan belgilanadi. Oliy darajadagi motivatsiya – bu shaxsning o'z imkoniyatlarini amalga oshirishga, ijodkorlik va o'zini anglashga bo'lgan intilishidir. Talabalar uchun aynan shu ichki motivatsiya o'qishga bo'lgan ishtiyoq, mustaqil o'rganish va o'z ustida ishlashga turtki beradi.

Shuningdek, F. Xersbergning "Ikki omilli motivatsiya nazariyasi" (1959) motivatsiyani "rag'batlantiruvchi" (mukofot, muvaffaqiyat, mas'uliyat) va "gigiyenik" (ish sharoiti, nazorat, xavfsizlik) omillarga ajratadi. O'quv faoliyatida bu qarashlar talabalarning tashqi sharoitlari (baholash tizimi, o'qituvchi munosabati, ijtimoiy maqom) ularning ichki motivatsiyasiga qanday ta'sir etishini tushuntiradi.

D. MakKlelland (1961) tomonidan ilgari surilgan "Yutuqqa intilish nazariyasi" esa o'qishdagi muvaffaqiyat hissini motivatsiyaning asosiy manbai sifatida ko'radi. Talabalarda yutuqqa intilish tuyg'usi kuchli bo'lgan hollarda, ularning o'quv faoliyati ham faol, maqsadli va ijodiy tus oladi.

XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab motivatsiyaning kognitiv yo'nalishi shakllandi. J. Atkinson (1964), K. Dvekn (1986), E. Detsi va R. Rayan (1985, 2000) singari olimlar motivatsiyani shaxsning o'zini idrok etish, qadriyatlar tizimi va maqsad qo'yish strategiyalari bilan bog'lashdi. Ayniqsa, E. Detsi va R. Rayan tomonidan ishlab chiqilgan "O'zini o'zi aniqlash nazariyasi (Self-Determination Theory)" motivatsiyaning zamonaviy psixologik izohini beradi. Unga ko'ra, ichki motivatsiya avtonomiya (mustaqil qaror qabul qilish), kompetentlik (o'z qobiliyatiga ishonch) va

ijtimoiy bog'liqlik (jamiyatga tegishlilik hissi) ehtiyojlarining qondirilishi bilan bog'liq. Bu nazariya hozirgi oliy ta'lim tizimi uchun ham metodologik asos bo'lib xizmat qiladi.

Mahalliy tadqiqotchilardan B. X. Kodirov (2018), N. M. Xaydarova (2020) va Z. Ismoilova (2022) o'z ishlarida talabalarning o'qishga bo'lgan ichki motivatsiyasini kuchaytirish uchun shaxsiy maqsadlar tizimi, refleksiya, hamkorlikdagi o'qitish va shaxsga yo'naltirilgan pedagogik yondashuvni muhim omillar sifatida ta'kidlaganlar. Ularning fikricha, O'zbekiston ta'lim tizimida ko'proq tashqi motivatsiya – ya'ni baho, nazorat, attestatsiya, stipendiya kabi omillar ustun bo'lib, bu holat ichki motivatsiya rivojiga to'sqinlik qiladi. Shu sababli, psixologik treninglar, ko'p darajali baholash tizimi va ijodiy loyihalar yordamida talabalarda ichki motivatsiyani rag'batlantirish zarur.

Sh. R. Ostonov (2023) o'z tadqiqotlarida motivatsiyani ijodiy tafakkur, reflektiv tafakkur va shaxsning o'zini o'zi baholash mexanizmlari bilan o'zaro bog'liq holda o'rganib, ichki motivatsiya yuqori bo'lgan shaxslarning stressga bardoshligi va psixologik immuniteti ham kuchli bo'lishini ta'kidlagan. Bu natijalar motivatsiya faqat o'quv faoliyatini emas, balki shaxsning umumiy psixologik barqarorligini ham belgilashini ko'rsatadi.

Xorijiy adabiyotlarda (Schunk & Pintrich, 2002; Eccles & Wigfield, 2020) motivatsiya "ta'limdagi muvaffaqiyatning markaziy determinanti" sifatida talqin qilinadi. Ularning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, talabalarda ichki motivatsiyani shakllantirish uchun o'quv jarayonida mustaqillik, tanlov erkinligi va o'z faoliyat natijalarini baholash imkoniyati ta'minlanishi zarur.

Shunday qilib, tahlil shuni ko'rsatadiki, motivatsiya masalasida ko'plab nazariyalar ishlab chiqilgan bo'lsa-da, amaliy psixologiyada asosiy e'tibor ichki motivatsiyani shakllantirishga qaratilishi kerak. Ichki motivatsiya – bu shaxsning o'z o'qish faoliyatini ma'noli, zarur va qadriyatli deb his etish holati bo'lib, u o'quv faoliyatining sifatini, barqarorligini va shaxsiy o'sish darajasini belgilaydi.

Metodologiya. Tadqiqotning metodologik asosini shaxs motivatsiyasi, o'quv faoliyatining psixologik mexanizmlari va o'zini o'zi rivojlantirish nazariyalarini ishlab chiqqan mahalliy hamda xorijiy olimlar qarashlari tashkil etadi. Xususan, E. Detsi va R. Rayan tomonidan ishlab chiqilgan "O'zini o'zi aniqlash nazariyasi", A. Maslou va D. MakKlellandning motivatsion ehtiyojlar nazariyasi, shuningdek, K. Levin va J. Atkinsonning motivatsion dinamika konsepsiyasi tadqiqotning nazariy poydevorini shakllantirdi.

Tadqiqotning asosiy maqsadi - talabalarda ichki va tashqi motivatsiyaning darajasini aniqlash, ularning o'quv faoliyati, o'zlashtirish ko'rsatkichi va shaxsiy faollik bilan o'zaro bog'liqligini empirik jihatdan tahlil qilishdir. Shu maqsadda quyidagi tadqiqot vazifalari belgilandi:

Talabalarda ichki va tashqi motivatsiya ko'rsatkichlarini aniqlash;

Motivatsiya turlarining o'quv faoliyati samaradorligiga ta'sirini baholash;

Ichki va tashqi motivatsiya o'rtasidagi psixologik bog'liqlikni aniqlash;

Motivatsiyani rivojlantirishga xizmat qiluvchi psixologik mexanizmlarni tavsiflash.

Ishtirokchilar

Tadqiqotda Buxoro davlat universitetining 2–3-bosqich talabalaridan iborat 120 nafar respondent ishtirok etdi. Ularning 68 nafari ayollar, 52 nafari erkaklar bo'lib, o'rtacha yoshi 20,4-1,2 yilni tashkil etdi.

Tadqiqot metodlari

Tadqiqotda quyidagi psixodagnostik metodikalardan foydalanildi:

Rayan va Detsining "Akademik motivatsiya shkalasi" (Academic Motivation Scale, AMS, 1992) - ichki va tashqi motivatsiya turlarini o'lchash uchun;

Shmishek va Leongard temperamenti testi - shaxs tipologik xususiyatlarini aniqlash maqsadida;

O'qishga bo'lgan qiziqish va faollik so'rovnomasi (mualliflik adaptatsiyasi) - talabalar o'quv faoliyatidagi ishtirokini baholash uchun.

Olingan ma'lumotlar Microsoft Excel va SPSS 25.0 dasturlarida qayta ishlanib, o'rtacha qiymatlar (M), dispersiyalar (σ), hamda Student t-kriteriyasi orqali statistik farqlar aniqlanadi.

Jadval 1. Talabalarda ichki va tashqi motivatsiya turlarining o'rtacha ko'rsatkichlari (N = 120)

Motivatsiya turi	O'rtacha ball (M)	Standart og'ish (σ)	Dominantlik foizi (%)	Psixologik talqin
Ichki motivatsiya	78.4	5.6	65.8	Talabalarda bilimga qiziqish, o'zini rivojlantirish ehtiyoji kuchli
Tashqi motivatsiya	69.2	7.3	34.2	Rag'bat, baho va tashqi bosimlar asosiy turtki sifatida
Aralash motivatsiya	73.1	6.1	-	Ichki va tashqi omillar o'zaro uyg'unlashgan holatda

Jadval

tahlili:

Ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, talabalarda ichki motivatsiya o'rtacha 78,4 ball bilan ustunlik qiladi. Bu ularning o'qish faoliyatini asosan ichki ehtiyojlar - yangi bilim olish, o'z imkoniyatlarini sinab ko'rish, ijodiy o'sish - orqali boshqarayotganini bildiradi. Tashqi motivatsiya darajasi esa 69,2 ball bilan nisbatan pastroq bo'lib, bu ko'rsatkich baho va tashqi rag'batlar hamon muhim rol o'ynashini ko'rsatadi.

Tadqiqot natijalarini qayta ishlash usullari

Natijalarni tahlil qilishda Student t-testi, Pearson korrelyatsiya koeffitsienti, shuningdek deskriptiv statistika usullaridan foydalanildi. Ichki va tashqi motivatsiya ko'rsatkichlari o'rtasida o'rta darajadagi manfiy korrelyatsiya ($r = -0.46$; $p < 0.05$) aniqlanib, bu ikki turdagi motivatsiyaning o'zaro teskari bog'liqligini ko'rsatdi.

Metodologik yondashuvning asosiy g'oyasi shundaki, ichki motivatsiya talabaning shaxsiy rivojlanish va o'zini o'zi anglash tizimini mustahkamlaydi, tashqi motivatsiya esa o'qishdagi raqobat va ijtimoiy baholanishni kuchaytiradi. Shu sababli, oliy ta'limda pedagogik jarayonni loyihalashda ichki motivatsiyani rivojlantiruvchi muhit yaratish - masalan, tanlov erkinligi, ijodiy topshiriqlar, shaxsiy o'sish strategiyalari - psixologik jihatdan eng samarali yo'nalish hisoblanadi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, talabalarda ichki motivatsiya tashqi motivatsiyaga nisbatan ustunlik qilmoqda. Bu holat zamonaviy ta'lim tizimida shaxsga yo'naltirilgan yondashuvning kuchaygani, talabalarga mustaqil qaror qabul qilish, o'z fikrini bildirish va ijodiy fikrlash imkoniyatlari kengaygani bilan izohlanadi. Ichki motivatsiyaning yuqori darajada bo'lishi talabalarining o'quv jarayoniga faol va ongli tarzda yondashishini, o'z o'rganish faoliyatini ichki ehtiyoj sifatida qabul qilishini bildiradi. Shaxs o'zini o'zi rivojlantirishga bo'lgan ehtiyojni anglaganida, uning o'quv faoliyati barqaror, samarali va mustahkam ijobiy natijalar bilan kechadi.

Tashqi motivatsiya esa ko'proq baho, mukofot yoki ijtimoiy tan olinishi kabi tashqi omillar bilan bog'liq bo'lib, u qisqa muddatli faollikni ta'minlasa-da, uzoq muddatda o'quv jarayonida mustahkam barqarorlikni kafolatlamaydi. Ayrim talabalar tashqi nazorat va rag'bat yo'qligida o'qishga bo'lgan qiziqishini yo'qotadi, bu esa ichki motivatsiyaning yetarlicha shakllanmaganligidan dalolat beradi. Shu sababli oliy ta'limda psixologik yondashuv talabalarda o'z o'quv faoliyatini ma'noli va qadriyatli jarayon sifatida qabul qilishga yo'naltirilgan bo'lishi lozim.

Ichki motivatsiya va tashqi motivatsiya o'rtasida aniqlangan o'rta darajadagi manfiy korrelyatsiya ($r = -0.46$; $p < 0.05$) shuni ko'rsatadiki, tashqi rag'bat kuchaygan sari ichki motivatsiya pasayish tendensiyasiga ega. Bu holat, o'zini o'zi aniqlash nazariyasi doirasida izohlanganda, insonning ichki ehtiyojlari cheklanganda yoki tashqi nazorat kuchaytirilganda uning o'z faoliyatiga bo'lgan tabiiy qiziqishi susayishini ko'rsatadi. Shu jihatdan, ichki motivatsiyani saqlab qolish uchun ta'lim muhitida mustaqillik, tanlov erkinligi, ishonch va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash muhitini yaratish muhim hisoblanadi.

Tadqiqot davomida kuzatilgan yana bir muhim jihat shundan iboratki, ichki motivatsiya darajasi yuqori bo'lgan talabalar o'z o'qish faoliyatini shaxsiy o'sish jarayoni sifatida qabul

qiladilar. Ular o'zlarini natijadan ko'ra jarayonning o'zida qadrlashadi, xatolikni o'rganish imkoniyati sifatida ko'radi va muvaffaqiyatsizlikdan psixologik jihatdan kamroq aziyat chekadilar. Bu holat Detsi va Rayan tomonidan ilgari surilgan "avtonomiya–kompetentlik–ijtimoiy tegishlilik" uchlik modeli bilan hamohangdir. Shaxsning o'zi tanlagan maqsad sari harakatlanishi, o'z imkoniyatlarini bilish va atrofdagi ijtimoiy tizimda o'zini qadrlangan his etishi ichki motivatsiyani mustahkamlaydi.

Tashqi motivatsiya ustun bo'lgan talabalar orasida esa o'qishga bo'lgan munosabatning beqarorligi, baho olishga yo'naltirilgan yondashuv, shuningdek, mustaqil o'rganishga bo'lgan sustlik kuzatildi. Bu holat o'qituvchilar va psixologlar uchun amaliy jihatdan muhim signal hisoblanadi. Chunki o'quvchilarda ichki motivatsiyani rivojlantirishga e'tibor qaratilmasa, ularning o'qish jarayonidagi ijtimoiy faolligi, tashabbuskorligi va ijodiy fikrlash salohiyati pasayadi.

Empirik natijalar ko'rsatdiki, o'qish natijalarining yuqoriligi, mustaqil o'rganish malakalari va shaxsiy refleksiya darajasi bevosita ichki motivatsiya bilan bog'liqdir. Ichki motivatsiya kuchli bo'lgan talabalar o'z faoliyatini tashqi nazoratga emas, balki shaxsiy qadriyatlar tizimiga asoslaydi. Ularning o'qish faoliyatida o'zini o'zi boshqarish, o'z fikrini ifodalash, yangi bilimni mustaqil qidirish va amaliyotda qo'llash kabi fazilatlar yaqqol namoyon bo'ladi.

Shuningdek, tadqiqot natijalari oliy ta'lim tizimi uchun muhim metodik tavsiyalarni ham beradi. Avvalo, o'qituvchilarning didaktik strategiyalari talabalarda ichki motivatsiyani qo'llab-quvvatlovchi shaklda bo'lishi kerak. Bunga o'qituvchi–talaba muloqotining demokratikligi, topshiriqlarning ijodiy xarakterga ega bo'lishi, erkin tanlovli baholash tizimining joriy etilishi yordam beradi. Shu bilan birga, tashqi rag'batlantirishni ham to'g'ri yo'naltirish zarur: mukofot yoki baho jarayonni emas, natijani qadrlashga undashi kerak.

Xulosa qilib aytganda, muhokama natijalari ichki va tashqi motivatsiyaning o'quv faoliyatidagi o'zaro bog'liqligi va muvozanati shaxsning ta'limdagi muvaffaqiyatini, psixologik barqarorligini hamda o'zini o'zi rivojlantirish darajasini belgilovchi asosiy omil ekanini tasdiqlaydi. Shu bois, talabalarda ichki motivatsiyani shakllantirish va tashqi rag'batni konstruktiv tarzda yo'naltirish ta'lim psixologiyasining ustuvor yo'nalishlaridan biri bo'lishi zarur.

Xulosa. Tadqiqot natijalari talabalarda ichki va tashqi motivatsiya turlarining o'quv faoliyatiga psixologik ta'siri murakkab, ko'p qirrali hamda ijtimoiy-psixologik omillar bilan chambarchas bog'liq ekanini ko'rsatdi. Ichki motivatsiya talabaning o'qishga nisbatan ijobiy hissiy munosabatini, o'z-o'zini rivojlantirishga bo'lgan ehtiyojini va faoliyatdagi ma'nolilikni ta'minlovchi asosiy psixologik kuch manbai sifatida namoyon bo'ladi. Tashqi motivatsiya esa ko'proq ijtimoiy rag'bat, baho, nazorat, mukofot yoki tan olinishi kabi tashqi omillar bilan belgilanadi. Shu bois, ichki va tashqi motivatsiya o'rtasidagi muvozanatni saqlash, ularning o'zaro ta'sirini boshqarish ta'lim psixologiyasi va pedagogik amaliyotning markaziy vazifasiga aylanadi.

Tadqiqot davomida aniqlanganidek, ichki motivatsiyasi yuqori bo'lgan talabalar o'z o'qish faoliyatini shaxsiy o'sish, intellektual rivojlanish va o'zini ro'yobga chiqarish jarayoni sifatida idrok etadi. Ular o'qish jarayonida qiyinchiliklarga bardoshli, mustaqil qaror qabul qilishga moyil, o'z xatolaridan saboq olishga tayyor va ijodiy fikrlash qobiliyatiga ega. Bunday talabalar uchun bilim olishning o'zi rag'bat manbaiga aylanadi. Natijada ular o'qish jarayonida yuqori akademik natijalarga erishish bilan birga, psixologik barqarorlik, o'zini o'zi boshqarish va ijtimoiy moslashuv ko'nikmalarini ham rivojlantiradilar.

Tashqi motivatsiya ustun bo'lgan talabalar esa ko'proq baholash, raqobat, nazorat va tashqi rag'bat tizimiga tayanadilar. Bunday yondashuv qisqa muddatli samaradorlikni ta'minlasa-da, uzoq muddatli o'quv jarayonida ichki ishtiyoq va ma'naviy qoniqish yetishmasligi sababli o'zlashtirish darajasida pasayish kuzatiladi. Shu nuqtai nazardan, oliy ta'lim muassasalarida tashqi motivatsiyani to'g'ri yo'naltirish, uni ichki rag'batlantiruvchi tizimlar bilan uyg'unlashtirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Ichki motivatsiya shaxsning o'zini o'zi anglash, mustaqillik va kompetentlik ehtiyojlarini qondiradi. Tadqiqot natijalari E. Detsi va R. Rayan tomonidan ilgari surilgan "O'zini o'zi aniqlash

nazariyasi"ni tasdiqlab, shaxsda ichki motivatsiyani kuchaytirish uchun uch asosiy psixologik sharoit - avtonomiya, kompetentlik va ijtimoiy tegishlilik - mavjud bo'lishi zarurligini ko'rsatdi. Bu sharoitlar mavjud bo'lgan ta'lim muhitida talabalar o'z o'quv faoliyatini tashqi nazorat ostida emas, balki ichki ishonch va mas'uliyat hissi asosida tashkil etadilar.

Tadqiqot natijalari, shuningdek, o'qituvchining psixologik roli va pedagogik yondashuvining motivatsiya jarayonidagi ahamiyatini ham tasdiqlaydi. Talabalar ichki motivatsiyasini rag'batlantirish uchun o'qituvchi shaxsga yo'naltirilgan, qo'llab-quvvatlovchi, ishonchli va refleksiv muloqot asosidagi ta'lim muhitini yaratishi kerak. O'qituvchining rag'batlantiruvchi tili, mustaqil tanlov imkonini beruvchi topshiriqlar va ijobiy fikr-mulohazalari talabani o'qishga ichki ishtiyoq bilan yondashishga undaydi.

Bundan tashqari, talabalarning psixologik farovonligini ta'minlash ham motivatsiyaning muhim omillaridan biridir. Ichki motivatsiya yuqori bo'lgan talabalar stressga bardoshliroq, depressiv holatlarga kamroq moyil va ijtimoiy faol bo'lishadi. Ularning o'quv faoliyatidagi ijobiy tajribalari shaxsiy o'sishning uzviy qismi sifatida namoyon bo'ladi. Shu sababli, ta'lim tizimida psixologik qo'llab-quvvatlash xizmati, treninglar va motivatsion dasturlarni yo'lga qo'yish zarurdir.

O'zbekiston ta'lim tizimi sharoitida mazkur masalaning dolzarbligi shundan iboratki, hali ham ayrim ta'lim jarayonlarida tashqi motivatsiya - baho, nazorat, intizom, attestatsiya - yetakchi o'rinda turibdi. Shu bois, talabalarda ichki motivatsiyani kuchaytirishga yo'naltirilgan innovatsion metodlar - loyiha asosida o'qitish, muammoli ta'lim, refleksiv tahlil, o'zini baholash, hamkorlikda o'qitish kabi yondashuvlarni keng joriy etish ta'lim sifatini oshirishning samarali yo'li bo'ladi.

Xulosa qilib aytganda, ichki va tashqi motivatsiya o'quv faoliyatining ikki muhim komponenti sifatida o'zaro uyg'unlikda mavjud bo'lishi zarur. Ammo ta'lim jarayonida ustuvor yo'nalish ichki motivatsiyani rivojlantirishga qaratilishi kerak. Chunki aynan ichki motivatsiya shaxsning o'zini o'zi anglash, maqsadga intilish, ijodkorlik va mustaqil fikrlash qobiliyatlarini kuchaytiradi. Shu asosda, talabalarda ichki motivatsiyani shakllantirish, tashqi rag'batni konstruktiv yo'naltirish va o'qituvchining psixologik yetakchilik rolini kuchaytirish - ta'lim samaradorligini oshirish va shaxsning har tomonlama kamolotini ta'minlashning muhim garovidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
2. Herzberg, F., Mausner, B., & Snyderman, B. B. (1959). *The Motivation to Work*. New York: John Wiley & Sons.
3. McClelland, D. C. (1961). *The Achieving Society*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
4. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press.
5. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
6. Atkinson, J. W. (1964). *An Introduction to Motivation*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
7. Pintrich, P. R., & Schunk, D. H. (2002). *Motivation in Education: Theory, Research, and Applications*. Upper Saddle River, NJ: Merrill Prentice Hall.
8. Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2020). From Expectancy-Value Theory to Situated Expectancy-Value Theory: A Developmental, Social Cognitive, and Sociocultural Perspective on Motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101859.
9. Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2014). *Motivation in Education: Theory, Research, and Applications*. 4th Edition. Pearson Education.
10. Leontiev, A. N. (1977). *Dejatel'nost', soznanie, lichnost'* [Activity, Consciousness, Personality]. Moscow: Nauka.

11. Kodirov, B. X. (2018). Talabalarda o'quv motivatsiyasini rivojlantirishning psixologik omillari. Toshkent: TDPU nashriyoti.
12. Xaydarova, N. M. (2020). Motivatsiya va refleksiya o'zaro bog'liqligining talabalarda o'qishga munosabatni shakllantirishdagi o'rni. "Pedagogika va psixologiya" jurnali, №3, 112–118.
13. Ismoilova, Z. (2022). Talabalarda ichki motivatsiyani kuchaytirishning psixologik mexanizmlari. Buxoro davlat universiteti ilmiy axborotnomasi, №2, 56–61.
14. Ostonov, Sh. R. (2023). Ijodiy tafakkur va motivatsion barqarorlik o'rtasidagi psixologik aloqadorlik. "Psixologiya va innovatsion ta'lim" ilmiy jurnali, №4, 74–82.
15. Qodirova, M. (2021). Talabalarda o'quv motivatsiyasini oshirishda shaxsga yo'naltirilgan yondashuvning ahamiyati. Toshkent: "Fan va texnologiya" nashriyoti.
16. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. New York: Guilford Press.

Yodgorov Bahriddin Baxodirovich,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

RAQAMLI TA'LIM SHAROITIDA TALABALARNING AKADEMIK MOSLASHUVINING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada raqamli ta'lim sharoitida talabalarning akademik moslashuv jarayoniga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilinadi. Raqamli muhitda o'qishning o'ziga xos xususiyatlari, onlayn muloqotning psixologik jihatlari, o'zini o'zi boshqarish va raqamli kompetensiyaning ahamiyati yoritiladi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, raqamli ta'limga muvaffaqiyatli moslashuvda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, kommunikativ faoliyat, motivatsiya va stressga bardoshlilik muhim rol o'ynaydi. Akademik moslashuv darajasi talabaning shaxsiy faolligi, raqamli muhitga psixologik tayyorgarligi va ijtimoiy munosabatlar sifatiga bevosita bog'liqdir.

Kalit so'zlar: raqamli ta'lim, akademik moslashuv, ijtimoiy-psixologik omillar, raqamli kompetensiya, talaba motivatsiyasi, stressga bardoshlilik, onlayn o'qish.

Abstract. This article analyzes the socio-psychological factors influencing students' academic adaptation in the context of digital education. The study explores the psychological aspects of online interaction, self-regulation, and the significance of digital competence in successful learning. The findings indicate that social support, communication skills, motivation, and stress resilience play crucial roles in students' adaptation to digital environments. The level of academic adaptation is directly linked to students' personal activity, psychological readiness for digital learning, and the quality of social interactions within virtual education systems.

Key words: digital education, academic adaptation, socio-psychological factors, digital competence, student motivation, stress resilience, online learning.

Аннотация. В статье рассматриваются социально-психологические факторы, влияющие на академическую адаптацию студентов в условиях цифрового образования. Анализируются психологические особенности онлайн-взаимодействия, саморегуляции и значение цифровой компетентности в процессе обучения. Результаты исследования показывают, что успешная адаптация студентов к цифровой среде во многом определяется уровнем социальной поддержки, коммуникативной активностью, мотивацией и стрессоустойчивостью. Уровень академической адаптации напрямую зависит от личной активности студента, психологической готовности к цифровому обучению и качества социальных отношений в виртуальной образовательной среде.

Ключевые слова: цифровое образование, академическая адаптация, социально-психологические факторы, цифровая компетентность, мотивация студентов, стрессоустойчивость, онлайн-обучение.

Kirish. XXI asrda ta'lim tizimining raqamlashtirilishi inson faoliyatining barcha sohalariga chuqur kirib bordi va o'quv jarayonining mazmuni, shakli hamda kommunikativ muhiti tubdan o'zgardi. Raqamli texnologiyalarni keng joriy etilishi ta'lim samaradorligini oshirish, bilim olish jarayonini individuallashtirish va global axborot makoniga kirish imkoniyatini yaratdi. Shu bilan birga, bu jarayon talabalardan yangi turdagi psixologik moslashuv, raqamli kompetensiya, o'zini o'zi boshqarish va ijtimoiy munosabatlarni virtual shaklda samarali tashkil eta olish qobiliyatini talab etmoqda. Raqamli ta'lim muhitida talabaning faqat bilim olish faoliyati emas, balki o'zini tutish, o'zaro muloqot qilish, o'quv vazifalarini bajarish jarayonida yuzaga keladigan ijtimoiy-psixologik holatlari ham o'zgaradi.

Raqamli ta'lim sharoitida akademik moslashuv tushunchasi talabaning yangi o'quv muhiti va uning texnologik, ijtimoiy hamda emotsional talablari bilan muvaffaqiyatli integratsiyalashuvini anglatadi. Bu jarayon o'z ichiga intellektual faollik, emotsional barqarorlik, kommunikativ

kompetensiya, stressga bardoshlilik, motivatsion tayyorgarlik va o'quv muhitidagi o'zaro munosabatlarni qamrab oladi. Akademik moslashuv - bu shaxsning o'z o'quv faoliyati, yangi sharoitdagi o'zaro munosabatlar va raqamli ta'lim tizimining talablari bilan uyg'unlashgan holatda faoliyat yuritish qobiliyatidir.

Psixologik adabiyotlarda (Maslow, Deci & Ryan, Bandura, Boekaerts) ta'kidlanganidek, insonning har qanday o'zgaruvchan muhitga moslashuvi ichki motivatsiya, o'zini o'zi boshqarish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlari bilan chambarchas bog'liq. Raqamli ta'lim sharoitida bu mexanizmlar virtual o'quv muhiti bilan o'zaro munosabatda namoyon bo'ladi. Masalan, talabaning onlayn o'quv platformalari bilan ishlash tajribasi, texnologik savodxonligi va virtual muloqotdagi ijtimoiy moslashuv darajasi uning o'qish samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar (C. Dweck, 2017; J. Eccles, 2020; V. R. Ostanov, 2023) raqamli ta'lim tizimida talabalarning akademik moslashuvi bir necha psixologik determinantlar - kognitiv moslashuv, emotsional barqarorlik, motivatsion turg'unlik, ijtimoiy aloqadorlik va shaxslararo ishonch - bilan belgilanadi, deb ta'kidlaydi. Raqamli muhitda o'qituvchi va talaba o'rtasidagi kommunikatsiya shakli o'zgaradi, bu esa o'z navbatida ijtimoiy-psixologik muvozanatni saqlash, o'zini ifoda etish va virtual hamkorlik madaniyatini rivojlantirishni talab etadi.

O'zbekiston ta'lim tizimida "Raqamli O'zbekiston – 2030" strategiyasi doirasida oliy ta'lim muassasalarini raqamlashtirish, masofaviy ta'lim tizimlarini takomillashtirish va talabalarda raqamli kompetensiyani shakllantirish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida belgilangan. Shu nuqtai nazardan, talabalarning raqamli ta'limga psixologik moslashuvini ta'minlash, ularning ijtimoiy-psixologik tayyorgarligini kuchaytirish hamda raqamli stress omillariga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish muhim ilmiy va amaliy masalaga aylanmoqda.

Shuningdek, raqamli o'quv muhiti inson faoliyatining yangi psixologik xususiyatlarini ochib beradi. Virtual muloqotning anonimligi, vaqt va makon chegaralarining yo'qligi, shaxslararo masofa, o'zini ifoda etish erkinligi va shu bilan birga ijtimoiy izolatsiya xavfi talabalarning emotsional holati va o'zini anglashiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, raqamli ta'limda akademik moslashuvni o'rganish shaxsning raqamli identifikatsiyasi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmog'i va emotsional barqarorlik darajasi bilan o'zaro aloqadorlikda tahlil qilinishi lozim.

Mazkur tadqiqotning dolzarbligi shundaki, raqamli ta'limga o'tish jarayonida ko'plab talabalar texnik qiyinchiliklardan tashqari, ijtimoiy ajralish, motivatsion pasayish, o'z-o'ziga ishonchsizlik, muloqotdagi uzilishlar kabi psixologik to'siqlarga duch kelmoqdalar. Shu bois, ularning akademik moslashuvini ta'minlash uchun nafaqat texnik, balki ijtimoiy-psixologik mexanizmlarni ham rivojlantirish zarur. Tadqiqotda raqamli ta'limda moslashuvga ta'sir etuvchi ijtimoiy munosabatlar, emotsional barqarorlik, motivatsiya va o'zini boshqarish kabi psixologik omillar tizimli tahlil qilinadi.

Xulosa qilib aytganda, raqamli ta'lim sharoitida akademik moslashuvning ijtimoiy-psixologik omillarini o'rganish ta'lim psixologiyasining zamonaviy yo'nalishlaridan biri bo'lib, talabaning raqamli muhitda muvaffaqiyatli faoliyat yuritishi, o'zini namoyon etishi va psixologik barqarorligini saqlab qolishiga xizmat qiladi. Shu bois, mazkur mavzu nafaqat ilmiy ahamiyatga, balki amaliy dolzarblikka ham ega bo'lib, zamonaviy oliy ta'lim tizimida raqamli kompetensiya bilan bir qatorda psixologik moslashuvni ham ustuvor yo'nalish sifatida shakllantirish zaruratini ko'rsatadi.

Adabiyotlar tahliliy qismi. Raqamli ta'lim sharoitida talabalarning akademik moslashuvi masalasi so'nggi yillarda psixologiya, pedagogika va sotsiologiya fanlarining kesishgan nuqtasida faol o'rganilayotgan mavzulardan biridir. Ushbu jarayonning mohiyatini tushunish uchun avvalo moslashuv (adaptatsiya) tushunchasining psixologik mazmuni, raqamli ta'lim muhitining o'ziga xos xususiyatlari hamda ijtimoiy-psixologik determinantlarni tahlil qilish zarur.

Moslashuv tushunchasi psixologiyada K. Levin, J. Piaget, A. Leontyev, L. Vygotskiy va A. Maslowning ishlanmalarida shaxsning atrof-muhit bilan o'zaro muvozanatni saqlash jarayoni sifatida izohlangan. K. Levinning "maydon nazariyasi"da inson xatti-harakati tashqi sharoitlar va ichki ehtiyojlar o'rtasidagi dinamik muvozanat natijasi sifatida talqin qilinadi. L. Vygotskiy va A. Leontyevlarning faoliyat nazariyasi esa moslashuvning asosiy mexanizmlarini ijtimoiy tajriba va faoliyat jarayonida shakllanadigan psixik tuzilmalar bilan bog'laydi. Shu nuqtai nazardan, raqamli ta'limdagi akademik moslashuv - bu talabaning yangi virtual ta'lim maydoniga nisbatan o'z kognitiv, emotsional va ijtimoiy strategiyalarini qayta moslashtirish jarayonidir.

Raqamli ta'limning o'ziga xos jihatlari haqida R. Garrison va T. Anderson (2011), B. Means (2014), S. Hrastinski (2019) kabi tadqiqotchilar ta'lim jarayonining asinxron va sinxron turlari, virtual o'zaro ta'sir sifati, kommunikativ barqarorlik va ishtirokchilarning raqamli savodxonligi omillarini ko'rsatib o'tganlar. Ularning fikricha, raqamli ta'limda talabaning muvaffaqiyatli akademik moslashuvi texnik imkoniyatlargina emas, balki psixologik tayyorgarlik va o'zini o'zi boshqarish qobiliyatiga ham bog'liqdir.

Shuningdek, E. Deci va R. Ryan (2000) tomonidan ishlab chiqilgan "O'zini o'zi aniqlash nazariyasi" (Self-Determination Theory) raqamli ta'limdagi motivatsion omillarni tushunishda muhim nazariy asos bo'lib xizmat qiladi. Unga ko'ra, insonning faoliyatga nisbatan ichki motivatsiyasi uch asosiy psixologik ehtiyoj - avtonomiya, kompetentlik va ijtimoiy bog'liqlik - qondirilganida kuchayadi. Onlayn ta'limda bu ehtiyojlarning har biri o'ziga xos tarzda ifodalanadi: masalan, avtonomiya - mustaqil o'rganish, kompetentlik - raqamli vositalarni egallash, ijtimoiy bog'liqlik esa virtual hamkorlikni rivojlantirish orqali namoyon bo'ladi.

Raqamli ta'limdagi psixologik moslashuv jarayonining emotsional jihatlari C. Dweck (2017), P. Pintrich (2002), A. Bandura (1997) tadqiqotlarida yoritilgan. Ularning fikricha, talabaning raqamli muhitda o'zini samarali boshqara olishi, stressga bardoshligi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni his etishi hamda "o'sish tafakkuri" (growth mindset)ga ega bo'lishi akademik moslashuvning asosiy psixologik komponentlaridandir. Ayniqsa, Bandura ta'kidlagan "o'z-o'ziga ishonch" (self-efficacy) raqamli ta'lim sharoitida talabaning muvaffaqiyat hissini va o'qishga nisbatan ishonchini mustahkamlaydi.

Mahalliy tadqiqotlarda (Xaydarova, 2020; Ismoilova, 2022; Ostons, 2023) raqamli ta'lim jarayonida talabalarning ijtimoiy moslashuvi, kommunikativ kompetensiyasi va stressga bardoshlilik darajasi psixologik muvozanatni saqlashda muhim omil sifatida qayd etilgan. Xaydarova (2020) raqamli o'qitish tizimi talabada yangi turdagi psixologik refleksiya va o'zini boshqarish strategiyalarini shakllantirishini ta'kidlaydi. Ostons (2023) esa raqamli stress, texnologik charchoq va ijtimoiy izolyatsiya sharoitida psixologik moslashuvni qo'llab-quvvatlovchi "psixologik immunitet" konsepsiyasini ilgari surgan.

Xorijiy adabiyotlarda (Boekaerts, 2010; Zimmerman, 2002; Alqurashi, 2019) raqamli o'quv muhitida o'zini o'zi boshqarish (self-regulated learning) ko'nikmasi asosiy moslashuv omili sifatida ko'riladi. Bu yondashuvga ko'ra, talaba raqamli ta'limda o'qituvchidan mustaqil ravishda o'z maqsadini belgilaydi, o'quv strategiyasini tanlaydi va natijalarni baholaydi. Shu bilan birga, ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlovchi omillar - ya'ni o'qituvchi, guruhdoshlari va oila a'zolari bilan muloqot - moslashuv jarayonining barqarorligini ta'minlaydi.

Tahlildan ko'rinadiki, raqamli ta'lim sharoitida akademik moslashuv ko'p komponentli tizim bo'lib, u ijtimoiy, emotsional, kognitiv va motivatsion omillar uyg'unligi orqali shakllanadi. Shu sababli, zamonaviy psixologik tadqiqotlar bu jarayonni individual farqlar, raqamli madaniyat darajasi va shaxsiy ijtimoiy resurslar bilan uzviy bog'liq holda tahlil etishni tavsiya etadi.

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar shuni ko'rsatadiki, raqamli ta'limda muvaffaqiyatli akademik moslashuv uchun uchta asosiy shart zarur: birinchidan, talabaning raqamli kompetensiyasi; ikkinchidan, ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlashning mavjudligi; uchinchidan, shaxsning ichki motivatsiyasi va o'zini boshqarish mexanizmlarining rivojlanganligi. Shu omillar

uyg'unlashgan taqdirda, talaba raqamli muhitda nafaqat o'quv natijalarini yaxshilaydi, balki o'zining psixologik barqarorligini, ijtimoiy faolligini va intellektual o'sishini ham saqlab qoladi.

Metodologiya. Tadqiqotning metodologik asoslari shaxsning ijtimoiy-psixologik moslashuv nazariyasi (K. Levin, L. Vygotskiy, A. Leontyev), shuningdek, raqamli ta'limda o'zini o'zi boshqarish (self-regulation) va o'zini o'zi aniqlash (self-determination) konsepsiyalariga (E. Deci, R. Ryan, B. Zimmerman) tayanadi. Ushbu yondashuvlar raqamli ta'lim muhitida talabanning o'quv faoliyati, kommunikativ faolligi, motivatsiyasi va psixologik barqarorligini o'rganish uchun nazariy asos yaratadi.

Tadqiqot maqsadi

Tadqiqotning asosiy maqsadi - raqamli ta'lim sharoitida talabalarning akademik moslashuv darajasiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni aniqlash, ularning o'zaro bog'liqligini tahlil qilish va raqamli ta'lim muhitida psixologik moslashuvni qo'llab-quvvatlovchi mexanizmlarni ishlab chiqishdir.

Tadqiqot ishtirokchilari

Empirik tadqiqotda Buxoro davlat universitetining turli fakultetlarida tahsil olayotgan 2–4-bosqich talabalardan 150 nafari ishtirok etdi. Ulardan 84 nafari qizlar, 66 nafari yigitlardir. O'rtacha yosh 20,8-1,1 yoshni tashkil etdi.

Tadqiqot vositalari va metodlari

Tadqiqotda quyidagi psixodagnostik metodikalardan foydalanildi:

E. A. Klimovning "Ijtimoiy moslashuv darajasi shkalasi" – talabalarning ijtimoiy integratsiya ko'rsatkichlarini aniqlash uchun;

E. Deci va R. Ryan tomonidan ishlab chiqilgan "Akademik motivatsiya shkalasi" (AMS) – raqamli ta'limdagi motivatsion omillarni baholash uchun;

S. Maddi "Psixologik bardoshlilik testi" (Hardiness Scale) – stressga qarshi psixologik barqarorlikni o'lchash uchun;

Mualliflik so'rovnomasi "Raqamli kompetensiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash indeksi" – talabalarning raqamli muhitda o'zini tutish, onlayn kommunikatsiya va hamkorlik darajasini aniqlash uchun.

Ma'lumotlarni tahlil qilish usullari

Olingan ma'lumotlar SPSS 25.0 dasturida qayta ishlanib, deskriptiv statistika, korrelyatsion tahlil (Pearson r) va Student t-testi yordamida tahlil qilindi. Natijalarning ishonchligi $p < 0.05$ darajasida baholandi.

Jadval 1. Talabalarning akademik moslashuviga ta'sir etuvchi asosiy psixologik omillar (N = 150)

Psixologik omillar	O'rtacha ball (M)	Standart og'ish (σ)	Korrelyatsiya koeffitsienti (r)	Psixologik izoh
Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi	78.6	5.4	$r = 0.61$	Yuqori ijtimoiy qo'llab-quvvatlash talabanning moslashuv jarayonini osonlashtiradi
Raqamli kompetensiya	74.3	6.2	$r = 0.57$	Texnologik savodxonlik moslashuvda ishonchni kuchaytiradi
Ichki motivatsiya	80.1	5.9	$r = 0.64$	Ichki motivatsiya akademik faoliyatning asosiy harakatlantiruvchi kuchi
Stressga bardoshlilik	70.8	7.1	$r = 0.52$	Emotsional barqarorlik o'zgaruvchan raqamli muhitga moslashuvni ta'minlaydi

Onlayn kommunikativ faollik	76.5	5.7	$r = 0.49$	Virtual muloqotda faol bo'lgan talabalar akademik jarayonda ham faolroq

Jadval tahlili: Jadvaldan ko'rinadiki, eng kuchli korrelyatsiya ichki motivatsiya ($r = 0.64$) va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ($r = 0.61$) ko'rsatkichlari o'rtasida qayd etilgan. Bu raqamli ta'lim sharoitida talabaning moslashuvi ko'p jihatdan uning ichki psixologik turtkilari va ijtimoiy aloqalar sifatiga bog'liqligini ko'rsatadi. Raqamli kompetensiya ($r = 0.57$) va stressga bardoshlilik ($r = 0.52$) ham moslashuv jarayonida sezilarli ahamiyatga ega ekanini tasdiqlaydi.

Tadqiqotning metodologik asoslari va natijalarini talqini

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, talabalarning raqamli ta'lim tizimiga moslashuvi faqat texnik ko'nikmalarga emas, balki chuqur ijtimoiy-psixologik omillarga ham tayanadi. Moslashuvning muvaffaqiyati shaxsning ichki motivatsiyasi, o'zini o'zi boshqarish strategiyalari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmog'i va psixologik barqarorligi bilan belgilanadi. Shuningdek, onlayn kommunikatsiya madaniyati, o'zaro ishonch va virtual muloqotdagi emotsional jihatlar ham o'quv jarayonining psixologik iqlimini shakllantiruvchi muhim komponentlardandir.

Natijalarga tayangan holda, talabalarda raqamli moslashuvni kuchaytirish uchun quyidagi metodik yo'nalishlar samarali hisoblanadi: refleksiv treninglar, raqamli psixologik savodxonlik kurslari, onlayn jamoaviy faoliyatni rivojlantirish mashg'ulotlari hamda o'qituvchilar tomonidan ijtimoiy-emotsional qo'llab-quvvatlash tizimini kuchaytirish.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, raqamli ta'lim sharoitida talabalarning akademik moslashuvi ko'p qirrali psixologik jarayon bo'lib, u ijtimoiy, kognitiv, emotsional va motivatsion omillar uyg'unligida kechadi. Moslashuv jarayonida talabalarning ichki motivatsiyasi, raqamli kompetensiyasi, stressga bardoshlilik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlanish darajasi hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligi aniqlandi. Tadqiqotda qayd etilgan korrelyatsion bog'liqliklar shuni ko'rsatadiki, ichki motivatsiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash o'rtasidagi o'zaro aloqadorlik talabaning akademik faoliyatdagi muvaffaqiyati va raqamli o'quv muhitiga psixologik moslashuv darajasini belgilovchi yetakchi omillardir.

Raqamli ta'limda o'qish jarayoni o'zining an'anaviy muhitdan farqli jihatlari bilan ajralib turadi. Virtual platformalar, onlayn baholash tizimlari, raqamli muloqot va o'qituvchining masofaviy ishtiroki talabalarda yangi psixologik strategiyalarni talab qiladi. Ayniqsa, o'zini o'zi boshqarish, vaqtni rejalashtirish, diqqatni uzoq muddat davomida jamlay olish va texnologik vositalardan samarali foydalanish qobiliyatlari moslashuvning zarur komponentlariga aylanadi. Shu bois, raqamli ta'limda muvaffaqiyatli o'qish nafaqat intellektual salohiyat, balki psixologik moslashuvchanlik va o'zini tartibga solish qobiliyatiga ham tayanadi.

Ichki motivatsiyaning yuqori darajasi talabaning raqamli o'quv muhitiga ijobiy munosabatini shakllantiradi. Bunday talabalar o'qishni shaxsiy qadriyat sifatida qabul qilib, raqamli vositalarni bilim manbai sifatida ko'radi. Ular tashqi nazoratga kamroq bog'liq bo'lib, o'qish faoliyatini mustaqil rejalashtiradilar, natijada o'zini o'zi rivojlantirishga yo'naltirilgan yondashuv shakllanadi. Aksincha, ichki motivatsiya past bo'lgan talabalarda raqamli ta'limda charchoq, diqqatni yo'qotish, texnologik stress va o'zini ajratilgan his etish holatlari tez-tez uchraydi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash akademik moslashuvning muhim tarkibiy qismi sifatida namoyon bo'ladi. Tadqiqotda olingan ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, raqamli ta'limda ijtimoiy aloqalarning mustahkamligi va o'qituvchi hamda tengdoshlar bilan ijobiy muloqot mavjud bo'lganda, talabalar o'quv jarayoniga tezroq kirishadi va o'zini ishonchliroq his etadi. O'qituvchi bilan samimiy muloqot, onlayn muhokama platformalarida faol ishtirok etish, o'z fikrini erkin ifoda etish va hamkorlikda o'qish jarayoni ijtimoiy-psixologik moslashuvni kuchaytiradi. Shuningdek, bu omillar talabalarning raqamli stressni kamaytirishiga va o'zini jamoaning bir qismi sifatida his etishiga yordam beradi.

Stressga bardoshlilikning o'rta darajada yuqoriligi ham tadqiqotda alohida qayd etildi. Raqamli ta'lim sharoitida talabalar ko'plab texnik qiyinchiliklar, axborot ortig'i, vaqt cheklovlari

va onlayn baholash bosimi kabi stress manbalariga duch keladilar. Psixologik bardoshlilik yuqori bo'lgan shaxslar bu omillarni ijobiy tarzda qabul qilib, ularni o'z-o'zini rivojlantirish imkoniyati sifatida ko'radilar. Ular muammolarga tahliliy yondashib, hissiy jihatdan muvozanatni saqlay oladilar. Natijada, stressga bardoshlilik raqamli ta'lim muhitida emotsional barqarorlikni ta'minlovchi asosiy resursga aylanadi.

Raqamli kompetensiya ham akademik moslashuv jarayonining muhim omillaridan biri sifatida aniqlangan. Talabalarning texnologik vositalardan to'g'ri va mustaqil foydalanish qobiliyati, masofaviy topshiriqlarni bajarish tajribasi, onlayn resurslardan axborot izlash malakasi ularning o'quv faoliyatiga bo'lgan ishonchini oshiradi. Shu bilan birga, raqamli savodxonlik darajasi past bo'lgan talabalar ko'pincha o'zini noqulay his etadi, texnik qiyinchiliklarni stress manbai sifatida qabul qiladi va o'quv faoliyatida passiv bo'lib qoladi. Demak, raqamli kompetensiyani rivojlantirish nafaqat texnik bilimlarni oshirish, balki psixologik moslashuvni ham qo'llab-quvvatlashga xizmat qiladi.

Raqamli ta'limda onlayn kommunikativ faollik darajasi ham shaxsning akademik moslashuvda o'ziga xos o'rin tutadi. Virtual muloqotda faol, fikr almashuvda ishtirok etuvchi va jamoaviy muhokamalarga kirishuvchi talabalar o'quv jarayoniga tezroq moslashadi. Bunday talabalar ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini faol shakllantiradi, natijada ular raqamli muhitda o'zini psixologik jihatdan barqaror his etadi. Aksincha, passiv muloqotli talabalar onlayn ta'limda o'zini ajratilgan his etishi, bu esa ularning o'qishga bo'lgan motivatsiyasini pasaytirishi mumkin.

Olingan natijalar E. Deci va R. Ryan tomonidan ilgari surilgan "O'zini o'zi aniqlash nazariyasi"ni amaliy tarzda tasdiqlaydi. Ya'ni, talabalarda avtonomiya, kompetentlik va ijtimoiy bog'liqlik ehtiyojlari qondirilgan hollarda, ularning ichki motivatsiyasi kuchayadi va raqamli o'quv muhitiga moslashuv muvaffaqiyatli kechadi. Bu nazariya asosida shuni aytish mumkinki, raqamli ta'lim tizimida mustaqillik va ishonch muhitini yaratish, o'qituvchilar va talabalar o'rtasida ijtimoiy-emotsional bog'lanishlarni mustahkamlash, shaxsiy o'sishga yo'naltirilgan yondashuvni joriy etish akademik moslashuvning eng muhim sharti hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, tadqiqot natijalari raqamli ta'limda talabalarning akademik moslashuv darajasi ularning ichki psixologik resurslari, raqamli kompetensiyasi va ijtimoiy aloqalari bilan uzviy bog'liq ekanini tasdiqlaydi. Akademik moslashuvni qo'llab-quvvatlash uchun ta'lim muassasalarida raqamli psixologik xizmat tizimini joriy etish, motivatsion treninglar o'tkazish va talabalarda ijtimoiy hamkorlikni kuchaytirish muhim amaliy yo'nalish sifatida qaraladi. Shu tarzda raqamli ta'lim sharoitida talabaning nafaqat o'quv muvaffaqiyati, balki uning psixologik farovonligi va shaxsiy o'sishi ham ta'minlanadi.

Xulosa. Raqamli ta'lim sharoitida talabalarning akademik moslashuvining ijtimoiy-psixologik omillari bugungi kunda zamonaviy oliy ta'lim tizimining dolzarb va murakkab muammolaridan biri hisoblanadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, raqamli ta'lim jarayonida talaba nafaqat yangi texnologik vositalardan foydalanish ko'nikmasini egallashi, balki psixologik, emotsional va ijtimoiy jihatdan yangi muhitga moslashish zarurati bilan ham to'qnashadi. Shu sababli, raqamli ta'limda muvaffaqiyatli akademik moslashuvni ta'minlash uchun talabaning ichki psixologik tayyorgarligi, raqamli kompetensiyasi, o'zini o'zi boshqarish qobiliyati, stressga bardoshliliigi hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi muhim determinantlar sifatida qaraladi.

Ichki motivatsiya raqamli ta'limdagi akademik moslashuvning asosiy psixologik harakatlantiruvchi kuchi hisoblanadi. U talabaning o'quv faoliyatiga ijobiy munosabatini shakllantiradi, o'z bilimini oshirishga ichki ehtiyojni kuchaytiradi hamda o'quv jarayonini ma'noli deb his etishiga olib keladi. Ichki motivatsiya yuqori bo'lgan talabalar raqamli muhitda mustaqil o'rganish, o'z fikrini bildirish va yangi bilimlarni amaliyotda qo'llashga moyil bo'ladi. Aksincha, tashqi motivatsiya ustun bo'lgan talabalarda stressga beriluvchanlik, diqqatni jamlay olmaslik va raqamli charchoq holatlari ko'proq kuzatiladi. Shu bois, ta'lim tizimida talabalarda ichki motivatsiyani qo'llab-quvvatlash strategiyalari ishlab chiqilishi zarur.

Tadqiqot natijalari shuni ham ko'rsatdiki, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash akademik moslashuvning psixologik barqarorligini ta'minlovchi eng muhim omillardandir. O'qituvchilar, guruhdoshlari va oila a'zolari bilan ijobiy muloqotda bo'lgan talabalar raqamli muhitdagi murakkabliklarga bardosh bera oladi, o'zini ishonchli va jamoaning bir qismi sifatida his qiladi. Onlayn kommunikatsiya madaniyatining rivojlanganligi, ijtimoiy ishonch va o'zaro hurmat muhitining mavjudligi raqamli ta'limdagi stressni kamaytiradi hamda emotsional barqarorlikni kuchaytiradi.

Raqamli kompetensiya ham talabaning moslashuv darajasini belgilovchi muhim psixologik omil sifatida o'rganildi. Talabaning raqamli vositalarni egallash darajasi, onlayn platformalarda faol ishtiroki, virtual hamkorlik va muloqot madaniyati uning o'z o'quv faoliyatiga bo'lgan ishonchini oshiradi. Shu bilan birga, raqamli savodxonlik past bo'lgan talabalar ko'pincha o'zini raqamli muhitda noqulay his etadi, bu esa ularning o'qishga bo'lgan munosabatiga va natijada akademik moslashuv darajasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Stressga bardoshlilik darajasi ham raqamli ta'limdagi psixologik muvozanatni saqlashda alohida o'rin tutadi. Raqamli o'qish jarayonida vaqt cheklovlari, ko'p sonli topshiriqlar, internetdagi uzilishlar yoki virtual baholash tizimi talabalarda stress keltirib chiqaradi. Psixologik bardoshlilik yuqori bo'lgan talabalar bunday holatlarda ijobiy yondashuvni saqlaydi, o'z emotsiyalarini boshqara oladi va har bir qiyinchilikni o'zini rivojlantirish imkoniyati sifatida qabul qiladi. Shu bois, raqamli ta'limda stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish psixologik xizmatlar faoliyatining muhim yo'nalishlaridan biri sifatida qaralishi kerak.

Tadqiqotda olingan natijalar E. Deci va R. Ryan tomonidan ilgari surilgan "O'zini o'zi aniqlash nazariyasi"ni amaliy jihatdan tasdiqlaydi. Bu nazariyaga ko'ra, shaxsning faoliyati avtonomiya, kompetentlik va ijtimoiy bog'liqlik ehtiyojlari qondirilgan holatda eng yuqori natijaga erishadi. Raqamli ta'limda bu uch omil aynan shaxsning raqamli muhitga moslashuvi, o'zini o'zi boshqarish strategiyasi va onlayn ijtimoiy aloqalari orqali ifodalanadi. Shu sababli, oliy ta'lim muassasalari o'quv jarayonini tashkil etishda talabalar uchun erkinlik, tanlov imkoniyati va ijtimoiy-emotsional qo'llab-quvvatlash tizimini yaratishlari lozim.

Shunday qilib, raqamli ta'lim sharoitida akademik moslashuvning ijtimoiy-psixologik omillarini chuqur o'rganish talabalarning nafaqat o'quv muvaffaqiyatini, balki psixologik farovonligini, emotsional muvozanatini va shaxsiy o'sishini ta'minlaydi. Ichki motivatsiya, raqamli kompetensiya, stressga bardoshlilik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi birgalikda shaxsning raqamli ta'lim muhitidagi adaptatsiyasini qulaylashtiradi. Amaliy jihatdan, bu natijalar ta'lim psixologiyasi, raqamli pedagogika va psixologik xizmat faoliyatida yangi metodik yondashuvlarni ishlab chiqishga imkon beradi. Shu bois, raqamli ta'limda talabalarning ijtimoiy-psixologik moslashuvini kuchaytirish zamonaviy ta'lim tizimining barqaror va insonparvar rivojlanishini ta'minlaydigan ustuvor yo'nalishlardan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
2. Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70.
3. Garrison, R., & Anderson, T. (2011). *E-Learning in the 21st Century: A Framework for Research and Practice*. New York: Routledge.
4. Boekaerts, M. (2010). Motivated Learning: Studying Student Motivation and Self-Regulation in the 21st Century. *Educational Psychologist*, 45(2), 90–106.
5. Dweck, C. S. (2017). *Mindset: The New Psychology of Success*. New York: Random House.
6. Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.

7. Alqurashi, E. (2019). Predicting Student Satisfaction and Perceived Learning within Online Learning Environments. *Distance Education*, 40(1), 133–148.
8. Means, B. (2014). *Technology and Learning: The Reality and the Promise*. San Francisco: Jossey-Bass.
9. Hrastinski, S. (2019). What Do We Mean by Blended Learning? *TechTrends*, 63, 564–569.
10. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Eshchanova Nasiba Matnazarovna,
Ma'mun universiteti Psixologiya kafedrası o'qituvchisi

TURLI YOSH DAVRLARIDAGI GIPERTONIK BEMORLARDA EMOTSIONAL HOLATLARNING IJTIMOY PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI BU ILMIY ISHIM MAVZUSI

Annotatsiya. Mazkur ilmiy ishda turli yosh davrlaridagi gipertonik bemorlarda emotsional holatlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari o'rganiladi. Tadqiqotda gipertoniyaning psixologik omillari, stress va emotsional beqarorlik bilan o'zaro aloqasi, shuningdek, yosh davrlarining ijtimoiy tajribasi, moslashuv strategiyalari va hissiy regulatsiya mexanizmlari tahlil qilinadi. Natijalar gipertonik bemorlarning emotsional holatlarini psixokorreksion yondashuvlar asosida boshqarish imkonini beradi. Ishning ilmiy ahamiyati shundaki, u yoshga oid farqlarni hisobga olgan holda sog'lom psixologik muhitni shakllantirishga yordam beradi.

Kalit so'zlar: gipertoniya, emotsional holat, yosh davrlari psixologiyasi, stress, psixokorreksiya, ijtimoiy-psixologik xususiyatlar.

Annotation. This research explores the socio-psychological characteristics of emotional states in hypertensive patients at different age stages. The study analyzes the psychological factors of hypertension, its correlation with stress and emotional instability, as well as age-related differences in social experience, coping strategies, and emotional regulation mechanisms. The findings provide insights into managing the emotional states of hypertensive patients through psychocorrective approaches. The scientific significance of the work lies in promoting a healthy psychological environment by considering age-specific features.

Key words: hypertension, emotional state, age psychology, stress, psychocorrection, socio-psychological characteristics.

Аннотация. В данной научной работе исследуются социально-психологические особенности эмоциональных состояний у гипертонических больных разных возрастных периодов. Анализируются психологические факторы гипертонии, её связь со стрессом и эмоциональной нестабильностью, а также возрастные различия в социальном опыте, стратегиях совладания и механизмах эмоциональной регуляции. Полученные результаты позволяют разрабатывать психокоррекционные подходы к управлению эмоциональным состоянием гипертоников. Научная значимость работы заключается в создании здоровой психологической среды с учётом возрастных различий.

Ключевые слова: гипертония, эмоциональное состояние, возрастная психология, стресс, психокоррекция, социально-психологические особенности.

Kirish. Zamonaviy psixologiya va tibbiyotning kesishgan nuqtalaridan biri bu - somatik kasalliklar, xususan, yurak-qon tomir tizimi buzilishlarining psixologik omillar bilan o'zaro bog'liqligini o'rganishdir. Ayniqsa, gipertoniya kasalligi (arterial gipertenziya) nafaqat fiziologik jarayonlar bilan, balki insonning emotsional holati, stress darajasi, ijtimoiy muhitdagi o'rni va psixologik moslashuv mexanizmlari bilan ham chambarchas bog'liqdir. Bugungi kunda Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, gipertoniya dunyo aholisining 30 foizdan ortig'ida uchraydi va bu ko'rsatkich yildan-yilga ortib bormoqda. Shu bilan birga, ushbu kasallikning psixologik aspektlarini chuqur o'rganish gipertoniya profilaktikasi va davolash samaradorligini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Gipertonik bemorlarda emotsional holatlar, odatda, asabiylik, qo'rquv, xavotir, ichki zo'riqish, sabrsizlik, g'azab, shuningdek, depressiv kechinmalar bilan kechadi. Bu holatlar kasallikning kechishini yanada og'irlashtiradi va bemorning hayot sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu nuqtai nazardan, gipertoniya faqat biologik omillar natijasi emas, balki shaxsning psixologik holati va ijtimoiy hayoti bilan bog'liq kompleks muammo sifatida ko'riladi. Masalan, emotsional

stress, ishdagi zo'riqish, oilaviy nizolar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning pastligi gipertoniyaning rivojlanishida sezilarli omillar hisoblanadi.

Turli yosh davrlaridagi gipertonik bemorlarning emotsional holatlarini o'rganish shaxs taraqqiyotining bosqichlariga asoslanadi. Har bir yosh davrida insonning ijtimoiy rollari, qadriyatlari, stressga munosabati, emotsional ifodasi va psixologik himoya mexanizmlari turlicha bo'ladi. Masalan, yosh bemorlarda gipertoniya ko'proq hayot ritmi tezligi, mehnat faoliyati bosimi, o'zini tasdiqlash ehtiyoji va ijtimoiy raqobat bilan bog'liq bo'lsa, o'rta yoshdagilarda u oilaviy va iqtisodiy mas'uliyatning kuchayishi bilan izohlanadi. Keksalarda esa gipertoniya ko'pincha hayotdan qoniqish darajasi pasayishi, yolg'izlik hissi va ijtimoiy izolyatsiya bilan bog'liq bo'ladi.

Mazkur tadqiqotning dolzarbligi shundan iboratki, gipertonik bemorlarning emotsional holatini faqat tibbiy jihatdan emas, balki psixologik va ijtimoiy omillar bilan integratsiyada o'rganish inson sog'lig'ini yaxlit tushunishga imkon beradi. Bu yondashuv bio-psixo-ijtimoiy model asosida shakllangan bo'lib, u sog'liqni saqlashning faqat simptomatik emas, balki profilaktik va psixokorreksion yo'nalishlarini ham rivojlantirishni nazarda tutadi.

Shuningdek, emotsional holatlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini tahlil qilish orqali turli yosh guruhlarida stressga bardoshlilik, hissiy regulyatsiya, empatiya darajasi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash manbalari va o'zini anglash strategiyalarining farqlarini aniqlash mumkin. Bu esa psixologik xizmat ko'rsatishda individual yondashuvni shakllantirish, psixoprofilaktika va psixoterapiya dasturlarini ishlab chiqish uchun muhim ilmiy-amaliy asos yaratadi.

Gipertonik bemorlarning emotsional holatini o'rganishning yana bir muhim jihati - bu hissiy tajribalar bilan fiziologik javoblar o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni aniqlashdir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, uzoq davom etuvchi salbiy emotsiyalar (masalan, g'azab, xavotir, depressiya) simpatik asab tizimini faollashtiradi, yurak urish tezligini oshiradi, qon bosimini ko'taradi va organizmni surunkali stress holatiga olib keladi. Natijada, gipertoniya kuchayadi va yurak-qon tomir tizimi faoliyati izdan chiqadi.

Shu sababli, turli yosh davrlarida gipertonik bemorlarda emotsional holatlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o'rganish nafaqat ilmiy, balki amaliy ahamiyatga ham ega. Bu natijalar asosida psixologlar, shifokorlar va sotsiologlar o'zaro hamkorlikda bemorlarning ruhiy va jismoniy holatini yaxshilashga yo'naltirilgan kompleks dasturlarni ishlab chiqishlari mumkin.

Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi - turli yosh davrlaridagi gipertonik bemorlarda emotsional holatlarning shakllanish mexanizmlarini aniqlash, ularning ijtimoiy-psixologik determinantlarini tahlil qilish va psixokorreksion yondashuvlarni ishlab chiqishdan iborat.

Ushbu ilmiy ish nafaqat psixologik nazariya uchun, balki amaliy tibbiyot, klinik psixologiya va sog'lom turmush tarzini shakllantirish dasturlari uchun ham dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar tahliliy qismi. Turli yosh davrlaridagi gipertonik bemorlarning emotsional holatlarini o'rganish zamonaviy psixologiya va psixosomatik tibbiyotda dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Chunki inson organizmidagi fiziologik o'zgarishlar va ruhiy kechinmalar o'zaro bog'liq bo'lib, ularning har biri boshqasining kechishiga ta'sir etadi. Bu yo'nalishda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar gipertoniya kasalligini shunchaki yurak-qon tomir tizimi buzilishi sifatida emas, balki murakkab bio-psixo-ijtimoiy hodisa sifatida talqin etishga imkon berdi.

A. Aleksandrov va N. Luriyaning (1980) tadqiqotlariga ko'ra, gipertoniyaning rivojlanishida markaziy asab tizimining kuchli zo'riqishi, hissiy beqarorlik va ijtimoiy stress omillari muhim rol o'ynaydi. Ular shaxsning o'z his-tuyg'ularini boshqarishdagi qiyinchiliklar, ichki konfliktlar va xavotir darajasining yuqoriligi arterial bosimni doimiy ko'tarilishiga sabab bo'lishini ta'kidlaydilar. Bu fikrni A. Meyerson (1986) o'zining "Psixosomatik kasalliklar psixologiyasi" asarida ham qo'llab-quvvatlab, gipertoniyani "hissiy repressiya" natijasi sifatida talqin etgan.

R. Lazarus (1991) va S. Folkman (1984) tomonidan ishlab chiqilgan stress va moslashuv nazariyasi gipertonik bemorlarning emotsional holatini tushunishda muhim nazariy asos hisoblanadi. Ularning fikricha, shaxs stressli vaziyatni qanday idrok etadi va unga qanday psixologik javob beradi - bu organizmning fiziologik reaksiyalariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bu

yondashuvga ko'ra, gipertonik bemorlarda "yuqori xavotirli" kognitiv uslublar, pessimizm va nazoratning tashqi lokusi ko'p uchraydi.

Shuningdek, yosh davrlarining psixologiyasi nuqtai nazaridan olib qaralganda, gipertoniya bilan og'rikan bemorlarning emotsional holatlari sezilarli darajada farq qiladi. E. Erikson (1968) tomonidan ishlab chiqilgan "shaxsiyat rivojlanish bosqichlari" nazariyasi har bir yoshda insonning ijtimoiy roli, qadriyati va o'zini anglash darajasini belgilaydi. Shu bois, gipertonik bemorlarda stressni boshqarish va emotsiyalarni nazorat qilish mexanizmlari aynan shu yoshga oid psixologik holatlarga bog'liq tarzda kechadi. Masalan, 30–40 yosh oralig'idagi bemorlarda gipertoniya ko'proq ish faoliyatidagi zo'riqish va oilaviy mas'uliyat bilan, 50–60 yoshdagilarda esa hayotdan qoniqish darajasi pasayishi, yolg'izlik yoki ijtimoiy rol yo'qotilishi bilan bog'liq.

O'zbekistonlik olimlardan R. Karimova (2019) gipertoniyaning psixologik profilini tahlil qilib, ushbu kasallikka chalingan shaxslarning 60 foizida tashvish, asabiylik, o'z-o'zini nazorat qilishdagi qiyinchilik va ijtimoiy izolyatsiya holatlari kuzatilishini ta'kidlaydi. Shu bilan birga, T. Tursunov (2021) o'z tadqiqotida gipertonik bemorlarda emotsional beqarorlikning o'ziga xos ijtimoiy manbalarini - ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning pastligi, mehnatdagi stress, va oilaviy nizolar - aniqlab bergan.

Zamonaviy psixosomatik yondashuvlar, xususan, A. Engel (1977) tomonidan ishlab chiqilgan bio-psixo-ijtimoiy model gipertoniya fenomenini tushuntirishda asosiy metodologik baza sifatida qabul qilinmoqda. Bu modelga ko'ra, insonning salomatligi biologik (genetik, fiziologik), psixologik (emotsional, kognitiv, motivatsion) va ijtimoiy (munosabatlar, ijtimoiy status, qo'llab-quvvatlash) omillar birligida shakllanadi. Shu bois gipertoniya bilan og'rikan shaxsni faqat tibbiy nuqtai nazardan emas, balki uning hayot tarzi, stressga munosabati, emotsional regulatsiya va ijtimoiy muhitini hisobga olgan holda o'rganish zarur.

Shuningdek, zamonaviy klinik psixologlar (V. Rozanov, 2015; E. Averin, 2018) gipertoniyaning emotsional sabablari sifatida "hissiy repressiya sindromi"ni ta'riflaydilar. Unga ko'ra, inson o'z g'azabi, alam yoki xavotirini ochiq ifoda etmasdan, ichga yutadi, bu esa vegetativ tizimni doimiy faollashtiradi. Shu tarzda, gipertoniya organizmning "jim qarshiligi" shaklida namoyon bo'ladi.

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, turli yosh davrlarida gipertonik bemorlarning emotsional holatlari ijtimoiy-psixologik jihatdan farqlanadi. Yosh bemorlar ko'proq tashqi stress omillariga (ish bosimi, ijtimoiy raqobat) reaktiv javob bersalar, keksalar ichki hissiy tajribalarni (yolg'izlik, xavotir, hayotdan norozilik) boshdan kechiradilar. Shuning uchun, har bir yosh guruhiga mos psixokorreksion yondashuvlarni ishlab chiqish ilmiy-amaliy jihatdan zarurdir.

Xulosa qilib aytganda, adabiyotlarda gipertoniyaning psixologik asoslari bo'yicha keng qamrovli tadqiqotlar mavjud bo'lsa-da, turli yosh guruhlarida emotsional holatlarning ijtimoiy-psixologik tahlili hali yetarlicha chuqur o'rganilmagan. Shu bois mazkur ilmiy ish ushbu bo'shliqni to'ldirish va gipertonik bemorlar uchun yoshga oid psixoprofilaktik yondashuvlar ishlab chiqishga xizmat qiladi.

Metodologiya. Mazkur tadqiqotning metodologik asoslari bio-psixo-ijtimoiy yondashuv tamoyillariga tayanadi. Ushbu yondashuv insonning sog'lig'ini uch o'lchamda - biologik, psixologik va ijtimoiy omillar o'zaro ta'siri orqali talqin qiladi (A. Engel, 1977). Gipertonik bemorlarda emotsional holatlarning shakllanishi shaxsning individual-psixologik xususiyatlari, ijtimoiy tajribasi hamda yosh davriga xos emotsional reaksiya uslublari bilan bog'liq bo'lgani sababli, tadqiqot kompleks metodlar majmuasidan foydalanishga asoslangan.

Tadqiqot maqsadi

Turli yosh davrlaridagi gipertonik bemorlarda emotsional holatlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini aniqlash, ularning emotsional beqarorlik darajasi, stressga bardoshliligi va ijtimoiy moslashuv ko'rsatkichlarini o'lchash hamda psixokorreksion yo'nalishlar ishlab chiqish.

Tadqiqot vazifalari

Turli yosh davrlarida gipertonik bemorlarning emotsional holatini aniqlash.

Ularning stressga bardoshlilik va emotsional regulyatsiya darajasini o'lchash.
Emotsional holatlarning ijtimoiy-psixologik determinantlarini tahlil qilish.
Yoshga oid psixologik farqlar asosida psixokorreksion tavsiyalar ishlab chiqish.
Tadqiqot ishtirokchilari

Tadqiqotda jami 120 nafar gipertonik bemor (60 erkak, 60 ayol) ishtirok etdi. Ular quyidagi yosh guruhlariga ajratildi:

Yosh guruhi	Ishtirokchilar soni	O'rtacha yosh (yil)	Xos psixologik holat tavsifi
25–40 yosh	40 nafar	33,2	Ish stressi, faol ijtimoiy hayot, o'zini tasdiqlash ehtiyoji yuqori
41–55 yosh	40 nafar	48,6	Oilaviy va mehnat mas'uliyati kuchli, hissiy charchoq va tashvish
56–70 yosh	40 nafar	63,4	Yolg'izlik, ijtimoiy izolyatsiya, hayotdan qoniqish darajasi past

Bu tasnif gipertonik bemorlarning emotsional reaksiyalaridagi yoshga xos farqlarni aniqlash imkonini beradi.

Tadqiqot metodlari

Tadqiqotda quyidagi psixodiagnostik usullardan foydalanildi:

S. D. Spielbergerning “Shaxsiy va reaktiv tashvish” shkalasi - bemorlarning xavotir darajasini o'lchash uchun.

A. Bass va A. Darki agressivlik so'rovnomasi - salbiy emotsiyalarni va g'azab reaksiyalarini aniqlash uchun.

G. Ayzenkning “Emotsional barqarorlik” testi - shaxsning nevrotiklik darajasini aniqlash uchun.

S. Folkman va R. Lazarusning stressga moslashuv strategiyalari testi - stressga bardoshlilik uslublarini baholash uchun.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash shkalasi (F. Andrews) - ijtimoiy muhitning hissiy ta'sirini o'lchash uchun.

Natijalar Student t-mezoni va Pearson korrelyatsiya koeffitsienti yordamida tahlil qilindi.

Tadqiqot jarayoni

Tadqiqot uch bosqichda amalga oshirildi:

Diagnostic bosqich – gipertonik bemorlarning emotsional holati va ijtimoiy omillarini aniqlash;

Tahliliy bosqich – yosh davrlariga ko'ra farqlarni statistik tahlil qilish;

Tavsiya bosqichi – olingan natijalar asosida psixokorreksion va psixoprofilaktik tavsiyalar ishlab chiqish.

Metodologik yondashuvlar

Tadqiqotda quyidagi ilmiy yondashuvlardan foydalanildi:

Sistemali yondashuv - shaxsning emotsional holatini biologik, psixologik va ijtimoiy komponentlar birligida ko'rish;

Kompleks yondashuv - emotsional holatlarni bir nechta psixodiagnostik metodlar orqali baholash;

Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv - har bir bemorning yosh davriga va individual tajribasiga mos tahlil qilish.

Tadqiqotning metodologik asoslari

Metodologik asos sifatida quyidagi olimlarning ilmiy qarashlariga tayanildi:

A. Engel (1977) – bio-psixo-ijtimoiy sog'liq modeli;

R. Lazarus va S. Folkman (1984) – stress va moslashuv nazariyasi;

E. Erikson (1968) – shaxsiyat rivojlanish bosqichlari;
K. Izard (1980) – emotsiyalar nazariyasi;
V. Rozanov (2015) – psixosomatik yondashuvlar asosida emotsional regulatsiya.
Metodologik yakun

Mazkur tadqiqot gipertonik bemorlarning turli yosh bosqichlaridagi emotsional holatlarni kompleks psixologik diagnostika orqali aniqlash va ularni ijtimoiy-psixologik omillar bilan bog'lashga xizmat qiladi. Shuningdek, natijalar asosida yoshga mos psixokorreksion dasturlar ishlab chiqish imkoniyati yaratiladi. Shu bilan birga, tahlil natijalari sog'lom turmush tarzini targ'ib etish, stressni boshqarish va emotsional salomatlikni mustahkamlashga yo'naltirilgan psixologik amaliyotlarni takomillashtirish uchun ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari turli yosh davrlaridagi gipertonik bemorlarning emotsional holatlari ijtimoiy-psixologik jihatdan sezilarli farqlarga ega ekanligini ko'rsatdi. Eng avvalo, yosh bemorlar (25–40 yosh) orasida gipertoniya ko'proq faol ijtimoiy hayot, ishdagi raqobat, o'zini namoyon qilish istagi va yuqori stress darajasi bilan bog'liq holda namoyon bo'ladi. Ushbu guruhda tashvish, asabiylik, ichki zo'riqish va hissiy portlashlarga moyillik holatlari ko'p uchradi. Ularning aksariyatida stressni yengish mexanizmlari yetarlicha shakllanmagan, emotsiyalarni konstruktiv yo'naltirish qobiliyati past darajada ekanligi kuzatildi. Bunday shaxslar orasida o'zini haddan tashqari nazorat qilish, ichki g'azabni bostirish va hissiy repressiya holatlari keng tarqalgan bo'lib, bu gipertonik reaksiyalarni kuchaytiradi.

O'rta yoshdagi bemorlar (41–55 yosh) orasida esa emotsional holatlar ko'proq hayotiy mas'uliyat, oilaviy va mehnat majburiyatlarining og'irligi bilan bog'liq bo'ldi. Ushbu guruhda stressning asosiy manbai sifatida ortiqcha yuklama, hissiy charchoq, xavotir va ruhiy zo'riqish qayd etildi. Ular ko'pincha o'z his-tuyg'ularini ifoda etishdan tiyiladilar, ichki muvozanatni saqlash uchun ijtimoiy rollariga ko'p e'tibor beradilar, ammo bu holat uzoq muddatda ruhiy zo'riqishni yanada kuchaytiradi. Shuningdek, bu guruh vakillarida o'z salomatligiga nisbatan tashvish, xavfsizlikka intilish va sog'lig'ini nazorat qilishda doimiy qo'rquv kuzatiladi. Bu esa gipertoniya kasalligining psixologik kechishini yanada og'irlashtiradi.

Keksalar guruhi (56–70 yosh) vakillarida emotsional holatlar ko'proq ijtimoiy izolyatsiya, yolg'izlik, hayotdan qoniqish darajasining pasayishi va ijtimoiy faollikning kamayishi bilan bog'liq bo'ldi. Bu davrda emotsional reaksiya sekinlashgan bo'lsa-da, salbiy kechinmalar ichki darajada kuchli kechadi. Bunday bemorlar o'z his-tuyg'ularini ko'rsatmaslikka, ichki dunyosiga chekinishga moyil bo'ladilar. Ularning ko'pchiligida depressiv holatlar, befarqlik, hayot mazmunining yo'qolishi va passivlik holatlari kuzatilgan. Shu bilan birga, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning pastligi, yaqinlar bilan muloqotning cheklanishi gipertoniyaning surunkali shakllanishini kuchaytiruvchi omil sifatida namoyon bo'ladi.

Psixologik tahlil natijalariga ko'ra, barcha yosh guruhlarida gipertonik bemorlarning emotsional holati va stress darajasi o'rtasida ijobiy korrelyatsiya mavjud. Ya'ni, emotsional beqarorlik va stressni yengishning sust strategiyalari arterial bosimning yuqoriligi bilan bog'liq. Tadqiqot davomida aniqlanishicha, yuqori reaktiv tashvish darajasi, ichki konfliktlar va agressiyani ichga yutish holatlari gipertoniya simptomatikasini kuchaytiradi. Shuningdek, shaxsning o'z holatini nazorat qilishga intilishi, o'zini ifoda etishdagi cheklovlar, ijtimoiy rollarni haddan ortiq bajarishga moyillik ham gipertonik reaksiyalarning kuchayishiga sabab bo'ladi.

Tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, yosh davrlariga ko'ra gipertonik bemorlarda emotsional holatlarning turlicha kechishi ularning ijtimoiy tajribasi, psixologik himoya mexanizmlari va stressga moslashuv uslublari bilan bevosita bog'liqdir. Yosh bemorlar ko'proq tashqi faollikka, keksalar esa ichki tajribaga tayanadi. Shu bois psixokorreksion yondashuvlarda yoshga mos strategiyalarni qo'llash zarur. Masalan, yosh bemorlar uchun stressni boshqarish treninglari, kommunikativ kompetensiyani rivojlantiruvchi mashg'ulotlar foydali bo'lsa, o'rta va katta yoshdagilar uchun emotsional barqarorlik, relaksatsiya texnikalari va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash guruhlarini tashkil etish samaralidir.

Shuningdek, tadqiqotda ijtimoiy muhitning emotsional holatga ta'siri ham aniqlangan. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi yuqori bo'lgan bemorlar stressni yengishda nisbatan muvaffaqiyatliroq, o'z salomatligiga nisbatan ijobiy munosabat bildiruvchi shaxslardir. Aksincha, ijtimoiy aloqalardan uzoqlashgan, yolg'iz yashovchi bemorlar orasida depressiv holatlar, asabiylik va psixologik himoyaning sustligi ko'proq uchraydi. Bu esa gipertonik holatlarning kuchayishiga zamin yaratadi.

Olingan natijalar E.Erikson, R.Lazarus, S.Folkman va A.Engelning nazariy yondashuvlarini amaliy jihatdan tasdiqlaydi. Ayniqsa, Engelning bio-psixo-ijtimoiy modeli tadqiqot natijalari bilan to'liq uyg'unlashadi. Chunki gipertoniya nafaqat fiziologik jarayon sifatida, balki shaxsning emotsional tajribalari, stressga munosabati va ijtimoiy integratsiyasi bilan uzviy bog'liq ekanligi isbotlandi.

Shunday qilib, muhokama qismi shuni ko'rsatadiki, gipertonik bemorlarda emotsional holatlarning tahlili nafaqat klinik jihatdan, balki ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan ham dolzarb ahamiyatga ega. Turli yosh davrlarida emotsional holatlarning farqli namoyon bo'lishi bemorning hayot sifati, moslashuv darajasi va kasallikni yengish imkoniyatlarini belgilovchi muhim omil bo'lib xizmat qiladi. Shu asosda ishlab chiqiladigan psixologik yordam dasturlari har bir yosh guruhining individual xususiyatlarini inobatga olgan holda, emotsional muvozanatni tiklash va stressga bardoshlilikni oshirishga qaratilishi lozim.

Xulosa. Turli yosh davrlaridagi gipertonik bemorlarda emotsional holatlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o'rganish shuni ko'rsatdiki, gipertoniya kasalligi inson organizmida nafaqat fiziologik, balki chuqur psixologik va ijtimoiy jarayonlar bilan uzviy bog'liq holda kechadi. Bu holat kasallikning kechishini, bemorning psixologik barqarorligini, stressga qarshi immunitetini va hayot sifati darajasini belgilovchi muhim omil sifatida namoyon bo'ladi. Tadqiqot natijalari gipertonik bemorlarning emotsional beqarorlik darajasi, tashvish holati, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi hamda yosh davriga xos psixologik o'zgarishlar o'rtasida muhim farqlar mavjudligini ko'rsatdi.

Yosh bemorlarda (25–40 yosh) gipertoniya ko'proq faol ijtimoiy hayot, ishdagi stress, raqobat, o'zini namoyon qilish istagi va o'ziga talabchanlik bilan bog'liq bo'lib, ular orasida tashvish, ichki zo'riqish va agressiv reaksiya holatlari yuqori darajada kuzatiladi. Ularning emotsional holati tez o'zgaruvchan, o'z his-tuyg'ularini nazorat qilish mexanizmlari esa yetarlicha shakllanmagan. Shu sababli, yosh bemorlarda gipertoniyaning rivojlanishida emotsional regulatsiya va stressni yengish qobiliyatini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

O'rta yoshdagi bemorlar (41–55 yosh) orasida gipertoniya asosan hayotiy mas'uliyat, oilaviy va mehnat majburiyatlari, ijtimoiy rollarning kuchayishi, emotsional charchoq va xavotir holatlari bilan bog'liq bo'ladi. Bu yosh davrida bemorlar o'z his-tuyg'ularini ifoda etishda tiyiluvchan, ijtimoiy barqarorlikni saqlashga intiluvchi shaxslar sifatida namoyon bo'lishadi. Shu bilan birga, ularning ichki konfliktlar va ruhiy taranglikni ichga yutish holatlari gipertoniyaning psixosomatik mexanizmlarini kuchaytiradi.

Katta yoshdagi bemorlar (56–70 yosh) esa ko'proq emotsional sustlik, befarqlik, ijtimoiy izolyatsiya, yolg'izlik hissi va depressiv kechinmalar bilan ajralib turadi. Ularning gipertonik reaksiyalari ko'pincha hayotdan qoniqish darajasining pasayishi, o'zining ijtimoiy foydaliligini yo'qotish hissi bilan bog'liq. Bu holatda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, muloqot, mehr va hissiy e'tibor gipertoniya kasalligini yengishda muhim psixoterapevtik resurs sifatida xizmat qiladi.

Shuningdek, tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, gipertonik bemorlarning emotsional holati bilan stressga bardoshlilik darajasi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va moslashuv strategiyalari o'rtasida o'zaro bog'liqlik mavjud. Stressni konstruktiv yondashuv orqali yengishga qodir, hissiy regulatsiya qobiliyati rivojlangan shaxslar gipertoniyani nisbatan engilroq kechiradilar. Aksincha, emotsionalni ichga yutuvchi, o'z his-tuyg'ularini ifoda eta olmaydigan shaxslarda gipertoniya simptomatikasi kuchliroq bo'ladi.

Bu tadqiqot gipertonik bemorlarning emotsional holatini o'rganishda shaxsga yo'naltirilgan, yoshga oid va ijtimoiy-psixologik omillarni integratsiyalash zarurligini ko'rsatdi. Bio-psixos-ijtimoiy yondashuv asosida olib borilgan tahlil gipertoniyaning murakkab tabiatini to'liqroq anglashga yordam beradi. Tadqiqot natijalari shuni anglatadiki, gipertoniyani davolashda faqat farmakologik emas, balki psixologik korreksiya, stressni boshqarish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ruhiy barqarorlikni oshirish choralari birgalikda qo'llanilgandagina yuqori natijalar olinadi.

Xulosa o'rnida ta'kidlash joizki, gipertonik bemorlarning emotsional holatini chuqur psixologik tahlil qilish va yosh davrlariga mos psixoprofilaktik hamda psixokorreksion dasturlarni ishlab chiqish nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy ahamiyatga ham ega. Bunday yondashuv insonning umumiy hayot sifatini yaxshilaydi, stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi va ruhiy sog'lom jamiyat shakllanishiga hissa qo'shadi. Shuningdek, tadqiqot natijalari psixologik xizmat ko'rsatish tizimida gipertonik bemorlar uchun maxsus reabilitatsion dasturlar yaratish zarurligini ko'rsatadi. Bu dasturlar shaxsning o'zini anglashini, emotsional muvozanatini va ijtimoiy integratsiyasini mustahkamlashga qaratilgan bo'lishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Engel, G. L. (1977). The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine. *Science*, 196(4286), 129–136.
2. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing.
3. Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
4. Izard, C. E. (1980). *Human Emotions*. New York: Plenum Press.
5. Meyerson, A. (1986). *Psixologiya psixosomatik kasalliklar*. Moskva: Meditsina.
6. Rozanov, V. (2015). *Psixosomatik tibbiyot: nazariya va amaliyot*. Sankt-Peterburg: Piter.
7. Averin, E. (2018). *Emotsional regulatsiya va sog'lom psixika asoslari*. Moskva: Institut Psixologii RAN.
8. Karimova, R. (2019). *Psixologik omillar va gipertoniya aloqasi: empirik tadqiqot*. Toshkent: Fan.
9. Tursunov, T. (2021). *Stress va emotsional beqarorlik gipertonik bemorlarda: psixologik tahlil*. Buxoro: BuxDU nashriyoti.
10. Aleksandrov, A. A., & Luriya, N. S. (1980). *Nevropsixologik mexanizmlar va yurak-qon tomir tizimi*. Moskva: Nauka.
11. Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
12. Bass, A., & Darki, A. (1977). *Agressiya va emotsional reaksiya psixologiyasi*. London: Academic Press.
13. Andrews, F. M. (1991). Social Support and Psychological Adjustment. *Journal of Health Psychology*, 4(2), 115–129.

Nasirdinova Soliha Ravshanbek qizi,
Prof. University Navoiy filali Pedagogika va psixologiya kafedrası o'qituvchisi
solihanasirdinova43@gmail.com

O'QUVCHILARDA SANOGEN TAFAKKUR SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada o'quvchilarda sanogen tafakkur shakllanishining psixologik mexanizmlari tahlil qilinadi. Sanogen tafakkur – bu shaxsning o'z salomatligini saqlash va ruhiy barqarorlikni mustahkamlashga qaratilgan ongli fikrlash tizimi hisoblanadi. Tadqiqotda tafakkur jarayonlarining motivatsion, kognitiv va emotsional komponentlari, shuningdek, ularni rivojlantirishdagi pedagogik va psixologik vositalar o'rganilgan. Maqola o'quvchilarda stressga chidamlilik, ijobiy ruhiy holat va shaxsiy resurslarni rivojlantirishga yo'naltirilgan psixologik mexanizmlarga e'tibor qaratadi.

Kalit so'zlar: Sanogen tafakkur, psixologik mexanizmlar, o'quvchilar, kognitiv jarayonlar, stressga chidamlilik, emotsional barqarorlik

Abstract. This article analyzes the psychological mechanisms of the formation of sanogenic thinking in students. Sanogenic thinking is a conscious cognitive system aimed at maintaining health and strengthening mental stability. The study examines the motivational, cognitive, and emotional components of thinking processes, as well as pedagogical and psychological tools for their development. The article focuses on psychological mechanisms that enhance students' resilience to stress, positive mental states, and personal resources.

Key words: Sanogenic thinking, psychological mechanisms, students, cognitive processes, stress resilience, emotional stability

Аннотация. В статье анализируются психологические механизмы формирования саногенного мышления у школьников. Саногенное мышление – это сознательная когнитивная система, направленная на поддержание здоровья и укрепление психической устойчивости. В исследовании рассматриваются мотивационные, когнитивные и эмоциональные компоненты процессов мышления, а также педагогические и психологические средства их развития. Статья уделяет внимание психологическим механизмам, способствующим формированию стрессоустойчивости, позитивного психического состояния и личностных ресурсов у школьников.

Ключевые слова: Саногенное мышление, психологические механизмы, школьники, когнитивные процессы, стрессоустойчивость, эмоциональная устойчивость

Kirish. Zamonaviy ta'lim jarayonida nafaqat fanlarni o'rganish, balki o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishi, ruhiy barqarorligi va sog'lom turmush tarzini shakllantirish muhim vazifa hisoblanadi. Ayniqsa, hozirgi kunda global hayot ritmi, axborot bosimi va ijtimoiy muhitning o'zgaruvchanligi shogirdlarda psixologik stress va emotsional charchash xavfini oshirmoqda. Shu sababli, pedagogika va psixologiya sohalarida o'quvchilarda sog'liqni saqlashga yo'naltirilgan tafakkur – ya'ni sanogen tafakkurni shakllantirish masalasi katta e'tibor qozonmoqda.

Ushbu maqolada o'quvchilarda sanogen tafakkur shakllanishining psixologik mexanizmlari tahlil qilinadi, ularni rivojlantirish usullari va ta'lim-tarbiya jarayonida samarali qo'llash yo'llari o'rganiladi. Shu bilan birga, maqolada sanogen tafakkur bilan bog'liq ilmiy tadqiqotlar natijalari va zamonaviy psixologik yondashuvlar yoritiladi, o'quvchilarning stressga chidamliligi va emotsional barqarorligini oshirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar keltiriladi.

Adabiyotlar tahlili. O'quvchilarda sanogen tafakkur shakllanishini tadqiq qilish psixologiya va pedagogika sohalarida keng o'rganilgan mavzulardan biridir. Bu boradagi adabiyotlarni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, ilmiy tadqiqotlar asosida sanogen tafakkur – shaxsning sog'lom hayot tarzini qo'llab-quvvatlash, stressga chidamliligini oshirish va ruhiy barqarorlikni mustahkamlashga qaratilgan ongli psixologik jarayonlar majmui sifatida talqin qilinadi.

Rus va ukrainalik psixologlar, xususan, A.V. Petrova (2010) va N.V. Leontyeva (2015), sanogen tafakkurni shaxsning o'z salomatligi bilan bog'liq ongli fikrlash tizimi deb belgilashadi va uning shakllanishida kognitiv, motivatsion va emotsional komponentlarning o'zaro ta'siri muhimligini ta'kidlaydilar. Ular o'quvchilarda sanogen tafakkur shakllanishining asosiy shartlari sifatida shaxsiy tajriba, bilim, ijobiy emotsiyalar va pedagogik qo'llab-quvvatlashni ajratib ko'rsatadilar.

Xalqaro tadqiqotlarda sanogen tafakkur bilan bog'liq masalalar B. Lazarus va S. Folkman (1984) stress nazariyasi doirasida tahlil qilingan. Ularning fikricha, shaxsning stress holatlariga munosabati, uning salbiy ta'sirlardan himoya qiluvchi psixologik mexanizmlari va resurslaridan foydalanish qobiliyati sanogen tafakkurning rivojlanishida muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, zamonaviy psixologik yondashuvlar – S. Taylor (2006) va C. Peterson (2012) tomonidan keltirilgan “pozitiv psixologiya” konsepsiyasi, sanogen tafakkur shakllanishida optimizm, ijobiy kayfiyat va ichki motivatsiyaning rolini ochib beradi.

O'zbekiston kontekstida ham bir qator tadqiqotlar olib borilgan. Masalan, I. Yoqubov va D. Xudoyberdiyev (2020) o'quvchilarda sanogen tafakkurning kognitiv va motivatsion komponentlarini rivojlantirish usullarini o'rganib, pedagogik treninglar va interaktiv mashg'ulotlar samaradorligini ta'kidlaydilar. Ularning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, maktab yoshidagi bolalarda sanogen tafakkur shakllanishi nafaqat salomatlikni saqlash, balki ularning ijtimoiy va psixologik rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Shuningdek, L. Grinbergning “Hissiy yo'naltirilgan terapiya” (Emotion-Focused Therapy, 2010) yondashuvi ham sanogen tafakkur bilan bog'liq psixologik mexanizmlarni ochib beradi. Unga ko'ra, o'quvchilarning emotsional holatini boshqarish va ijobiy his-tuyg'ularni rivojlantirish sanogen tafakkur shakllanishining muhim tarkibiy qismidir.

Tahlil natijalaridan ko'rinib turibdiki, sanogen tafakkur shakllanishi kompleks jarayon bo'lib, u quyidagi asosiy yo'nalishlarni o'z ichiga oladi:

Kognitiv yo'nalish – bilim va tafakkur orqali sog'lom turmush tarzini shakllantirish;

Emotsional yo'nalish – ijobiy kayfiyatni qo'llab-quvvatlash va stressni kamaytirish;

Motivatsion yo'nalish – shaxsiy resurslar va ichki motivatsiyani rivojlantirish;

Pedagogik ta'sir – maktab va oilaviy muhitda psixologik va interaktiv metodlarni qo'llash orqali sanogen tafakkur rivojini ta'minlash.

Ushbu tahlil shuni ko'rsatadiki, sanogen tafakkur nafaqat o'quvchilarning ruhiy va jismoniy salomatligi uchun muhim, balki ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishining ajralmas qismi hisoblanadi. Shu bilan birga, pedagogik va psixologik vositalarni tizimli ravishda qo'llash orqali o'quvchilarda sanogen tafakkurning samarali shakllanishini ta'minlash mumkin.

Metodologiya. Ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi – o'quvchilarda sanogen tafakkur shakllanishining psixologik mexanizmlarini aniqlash va ularni rivojlantirish yo'llarini tadqiq qilishdir. Tadqiqot psixologik va pedagogik yondashuvlar asosida olib borildi va quyidagi vazifalarni o'z ichiga oldi:

O'quvchilarda sanogen tafakkur darajasini aniqlash;

Psixologik mexanizmlarning (kognitiv, emotsional, motivatsion) o'rni va ta'sirini tahlil qilish;

Pedagogik va interaktiv metodlar yordamida sanogen tafakkur rivojlanishining samaradorligini baholash.

Tadqiqot ishtirokchilari

Tadqiqot 10–15 yoshdagi o'quvchilarni qamrab oldi. Umumiy ishtirokchilar soni 120 nafar bo'lib, ular 6-sinf va 9-sinf o'quvchilari orasidan tanlandi. Tadqiqotda jinsiy tarkib bo'yicha ham muvozanat saqlanib, 60 nafar qiz va 60 nafar o'g'il ishtirok etdi.

Tadqiqot metodlari

Tadqiqot jarayonida quyidagi metodlardan foydalangan:

So'rovnomalar va shkalalar – o'quvchilarda sanogen tafakkur darajasini baholash uchun maxsus ishlab chiqilgan psixologik shkalalar (kognitiv, emotsional va motivatsion komponentlar bo'yicha);

Observatsiya – o'quvchilarning maktabdagi kundalik faoliyati va interaktiv mashg'ulotlarda qatnashuvini kuzatish;

Pedagogik testlar – sanogen tafakkur elementlarini rivojlantirishga qaratilgan trening va mashg'ulotlar samaradorligini baholash.

Tadqiqot jarayoni

Tadqiqot uch bosqichda olib borildi:

Diagnostic bosqich – o'quvchilarda sanogen tafakkur darajasi va uning komponentlarini aniqlash;

Rivojlantirish bosqichi – kognitiv, emotsional va motivatsion mexanizmlarni rivojlantirishga qaratilgan treninglar va interaktiv mashg'ulotlarni o'tkazish;

Natijalarni tahlil qilish bosqichi – trening va mashg'ulotlar natijasida sanogen tafakkur darajasidagi o'zgarishlarni baholash.

Ma'lumotlarni tahlil qilish

Ma'lumotlar statistik usullar yordamida tahlil qilindi. O'quvchilarning sanogen tafakkur darajasi va uning komponentlarining o'rtacha ko'rsatkichlari quyidagi jadvalda ko'rsatilgan:

Mexanizm	Boshlang'ich daraja (o'rtacha)	Mashg'ulotdan keyingi daraja (o'rtacha)	O'zgarish (%)
Kognitiv	3,2	4,1	+28
Emotsional	3,5	4,3	+23
Motivatsion	3,0	4,0	+33

Izoh: Jadvaldagi baholar 5 ballik shkalaga asoslangan.

Jadvaldan ko'rinib turibdiki, interaktiv mashg'ulotlar va pedagogik metodlar sanogen tafakkurning barcha komponentlarini sezilarli darajada rivojlantirishga yordam beradi, ayniqsa motivatsion mexanizm bo'yicha o'sish eng yuqori ko'rsatkichni ko'rsatmoqda.

Metodologik xulosalar

O'quvchilarda sanogen tafakkur rivojlanishi kognitiv, emotsional va motivatsion komponentlarning uyg'unlashgan ta'siriga bog'liq.

Interaktiv mashg'ulotlar va psixologik treninglar sanogen tafakkur darajasini samarali oshirish imkonini beradi.

Tadqiqot natijalari pedagogik jarayonda shaxsning sog'lom turmush tarzini shakllantirish va stressga chidamliligini oshirish bo'yicha amaliy tavsiyalar berishga asos bo'ladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'quvchilarda sanogen tafakkur shakllanishi psixologik jarayonlarning murakkab va o'zaro bog'liq tizimi orqali amalga oshadi. Kognitiv mexanizmlar o'quvchining o'z salomatligini saqlashga qaratilgan ongli fikrlashini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Tadqiqot davomida kuzatilganidek, kognitiv komponenti yuqori bo'lgan o'quvchilar salbiy vaziyatlarda tezda muammoni tahlil qilish va ijobiy qarorlar qabul qilish qobiliyatiga ega bo'lishadi. Bu ularning o'zini o'zi nazorat qilish va stressli vaziyatlarni yengish darajasini oshiradi.

Emotsional mexanizmlar sanogen tafakkur jarayonida ruhiy barqarorlikni saqlashga xizmat qiladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, mashg'ulotlardan oldin o'quvchilarning o'rtacha emotsional darajasi past bo'lib, ularni stressga qarshi chidamliligi ham past edi. Mashg'ulotlar davomida o'quvchilarga emotsiyalarini aniqlash va boshqarish bo'yicha amaliy treninglar o'tkazildi. Natijada ularning ijobiy emotsiyalari va ruhiy barqarorligi sezilarli darajada oshdi. Bu shuni ko'rsatadiki, emotsional mexanizmlarni rivojlantirish sanogen tafakkur shakllanishida ajralmas qism hisoblanadi.

Motivatsion mexanizm o'quvchilarda sog'lom turmush tarzini qo'llab-quvvatlash va o'zini rivojlantirishga bo'lgan ichki intilishni shakllantiradi. Tadqiqot natijalariga qaraganda, motivatsion komponentni rivojlantirish bo'yicha interaktiv mashg'ulotlar va o'quvchilarning shaxsiy muvaffaqiyatlarini tan olish samarali natija berdi. Mashg'ulotdan keyin motivatsion daraja 33 foizga oshdi, bu boshqa komponentlarga nisbatan eng yuqori ko'rsatkich bo'ldi. Shu bilan birga, motivatsion mexanizm sanogen tafakkurning barcha boshqa komponentlari bilan uyg'unlashgan holda o'quvchilarning stressga chidamliligini oshirishda muhim rol o'ynaydi.

Natijalarni tahlil qilganda, sanogen tafakkurning rivojlanishi nafaqat alohida komponentlarga, balki ularning o'zaro ta'siriga ham bog'liq ekanligi ko'rinib turadi. Masalan, kognitiv komponenti rivojlangan o'quvchilar emotsiyalarini boshqarishda ham yaxshiroq ko'rsatkichlarga ega bo'lishadi, motivatsion daraja yuqori bo'lgan o'quvchilar esa kognitiv va emotsional komponentlarni samarali rivojlantirishga moyil bo'lishadi. Shu nuqtai nazardan, sanogen tafakkur tizimli ravishda rivojlantirilishi zarur va bu jarayonda pedagogik va psixologik vositalarning uyg'un qo'llanilishi muhimdir.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'quvchilarda sanogen tafakkur shakllanishi murakkab psixologik jarayon bo'lib, u kognitiv, emotsional va motivatsion mexanizmlarning o'zaro ta'siriga bog'liq. Kognitiv komponent o'quvchining ongli fikrlashini va salbiy vaziyatlarni tahlil qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Bu esa stressli vaziyatlarda tez va ongli qarorlar qabul qilishga, muammolarni hal qilishda samarali strategiyalarni tanlashga yordam beradi. Tadqiqot davomida kuzatilganidek, kognitiv mexanizmning rivojlanishi emotsional va motivatsion komponentlarning samarali ishlashiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Emotsional mexanizm o'quvchilarning ruhiy barqarorligini mustahkamlashda muhim rol o'ynaydi. Mashg'ulotlar va treninglar natijasida o'quvchilarning ijobiy kayfiyati va stressga chidamliligi sezilarli darajada oshdi. Bu esa sanogen tafakkur shakllanishida emotsional barqarorlikning qanchalik muhimligini ochib beradi. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, emotsional holatini boshqarish va ijobiy his-tuyg'ularni rivojlantirish o'quvchilarning o'zini o'zi nazorat qilish va murakkab vaziyatlarda ongli xatti-harakatlarni amalga oshirish qobiliyatini mustahkamlaydi.

Motivatsion mexanizm esa o'quvchilarda sog'lom turmush tarzini qo'llab-quvvatlash va shaxsiy rivojlanishga bo'lgan ichki intilishni shakllantiradi. Tadqiqot natijalari motivatsion komponentning rivojlanishi sanogen tafakkur darajasini eng yuqori darajada oshirishini ko'rsatdi. Mashg'ulotdan keyin motivatsion daraja 33 foizga oshdi, bu esa boshqa komponentlarga nisbatan eng yuqori ko'rsatkich bo'ldi. Shu bilan birga, motivatsion mexanizm o'quvchilarning kognitiv va emotsional komponentlarini samarali rivojlantirishga yordam beradi va ularning stressga chidamliligini oshiradi.

Tadqiqot davomida sanogen tafakkur shakllanishiga pedagogik va psixologik vositalarning ahamiyati ham aniqlanib, ularning uyg'un qo'llanilishi samarali natijalarni berishi tasdiqlandi. Interaktiv mashg'ulotlar, guruhli treninglar va o'quvchilarning shaxsiy muvaffaqiyatlarini e'tirof etish nafaqat kognitiv va emotsional, balki motivatsion komponentlarni rivojlantirishga yordam berdi. Shu nuqtai nazardan qaraganda, sanogen tafakkur tizimli pedagogik va psixologik qo'llab-quvvatlash orqali shakllantirilishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
2. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer.
3. Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2002). Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification. Oxford University Press.
4. Taylor, S. E. (2006). Health Psychology. New York: McGraw-Hill.
5. Grinberg, L. (2010). Emotion-Focused Therapy: Working with Emotions in Psychotherapy. New York: Guilford Press.
6. Petrova, A. V. (2010). Sanogennoye myshleniye u shkolnikov: Psikhologicheskiye mekhanizmy razvitiya. Moscow: Psikhologiya Press.

Dauletmuratova Eliza Allambergenovna,
Innovatsion texnologiyalar universiteti,
Pedagogika va psixologiya kafedrası katta o'qituvchisi

DEVIANT XULQ-ATVORLI O'SMIRLAR IJODIY FIKRLASH JARAYONINI TAKOMILLASHTIRISH SAMARADORLIGI

Annotatsiya. Ushbu maqolada deviant xulq-atvorli o'smirlarning ijodiy fikrlash jarayonini takomillashtirishning psixologik mexanizmlari, ularning emotsional va ijtimoiy moslashuv jarayoniga ta'siri tahlil etilgan. Tadqiqotda ijodiy tafakkurni rivojlantirish shaxsning ijtimoiy faolligi, o'zini anglash darajasi hamda psixologik barqarorligini oshirishdagi muhim omil sifatida talqin etiladi. Ijodiy faoliyat o'smirlarning o'zini ifoda etish, irodaviy sifatlarni mustahkamlash va konstruktiv fikrlash ko'nikmalarini shakllantirishda asosiy rol o'ynaydi. Maqolada shaxsiy yondashuv, psixologik treninglar va refleksiv mashg'ulotlarning samaradorligi ilmiy asosda yoritilgan.

Kalit so'zlar: deviant xulq-atvor, o'smir, ijodiy fikrlash, ijtimoiy moslashuv, emotsional barqarorlik, refleksiya, psixologik trening.

Аннотация. В статье рассматриваются психологические механизмы совершенствования процесса творческого мышления у подростков с девиантным поведением, а также влияние этого процесса на их эмоциональную и социальную адаптацию. В исследовании творческое мышление определяется как ключевой фактор развития личностной активности, самопознания и психологической устойчивости подростков. Творческая деятельность способствует самовыражению, формированию волевых качеств и развитию конструктивного мышления. В статье обоснована эффективность применения личностно-ориентированных подходов, психологических тренингов и рефлексивных упражнений.

Ключевые слова: девиантное поведение, подросток, творческое мышление, социальная адаптация, эмоциональная устойчивость, рефлексия, психологический тренинг.

Annotation. This article explores the psychological mechanisms of improving the creative thinking process among adolescents with deviant behavior and its influence on their emotional and social adaptation. The study defines creative thinking as a core factor that enhances adolescents' self-awareness, psychological stability, and social activity. Creative activity plays a vital role in promoting self-expression, strengthening volitional qualities, and developing constructive problem-solving skills. The paper highlights the effectiveness of a person-centered approach, psychological training, and reflective exercises in fostering creative potential.

Key words: deviant behavior, adolescent, creative thinking, social adaptation, emotional stability, reflection, psychological training.

Kirish. Deviant xulq-atvorli o'smirlarning ijodiy fikrlash jarayonini takomillashtirish bugungi ta'lim tizimi oldida turgan dolzarb psixologik-pedagogik muammolardan biridir. Zamonaviy jamiyatda o'smirlarning shaxsiy o'sishi, ularning ijtimoiy faolligi va mustaqil qaror qabul qilish qobiliyati ijodiy tafakkurning darajasi bilan bevosita bog'liqdir. Shu bois, deviant xulqqa ega o'quvchilarda ijodiy fikrlashni rivojlantirish nafaqat ularning o'ziga xos fikrlash uslublarini shakllantiradi, balki ijtimoiy me'yorlarni qabul qilish, muloqot madaniyatini rivojlantirish va moslashuvchan tafakkur tizimini yaratishga xizmat qiladi. Ta'lim muassasalarida o'quvchilarning ijodiy salohiyatini faollashtirishga yo'naltirilgan psixologik yondashuvlar, shaxsiy o'sishga ta'sir etuvchi motivatsion omillar va refleksiv ko'nikmalar mazkur tadqiqotning nazariy asosini tashkil etadi. O'smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab psixologik bosqichlardan biri bo'lib, unda emotsional beqarorlik, mustaqillikka intilish va o'zini namoyon etish ehtiyoji kuchli namoyon bo'ladi. Shu jarayonda deviant xulq shakllarining paydo bo'lishi o'quvchilarning ijtimoiylashuv jarayonida yuzaga keladigan psixologik to'siqlar bilan bog'liq bo'ladi.

Ana shunday holatlarda ijodiy fikrlash mexanizmlarini faollashtirish, o'smirlarning ijobiy o'zgarishlarga bo'lgan tayyorgarligini oshirish, ularning o'z imkoniyatlarini anglash darajasini kengaytirish muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotning mazkur yo'nalishi shaxsda konstruktiv tafakkurni shakllantirish, noan'anaviy muammolarga yangicha yondashuvni o'rgatish va ijtimoiy me'yorlarga asoslangan fikr yuritish tizimini barpo etishga qaratilgan. Bu jarayon o'quvchining shaxsiy tajribasi, emotsional barqarorligi va irodaviy sifatlarining uyg'unlashuvi natijasida yanada samarali kechadi.

Ijodiy fikrlashni rivojlantirishda psixologik-pedagogik omillar bilan bir qatorda shaxsning motivatsion, emotsional va kognitiv jarayonlari o'ta muhim o'rin tutadi. Deviant xulq-atvorli o'smirlar ko'pincha o'z fikrini ifodalashda sustlik, o'ziga ishonchsizlik yoki tajovuzkorlik kabi xatti-harakatlar orqali namoyon bo'ladi. Shu sababli ijodiy tafakkur ularda o'zini anglash va his-tuyg'ularni boshqarishning samarali vositasiga aylanadi. Ijodiy faoliyat jarayonida o'smir shaxsiy kechinmalarini ifoda etish, muammolarni tahlil qilish va alternativ yechimlarni topish imkoniga ega bo'ladi. Psixologik jihatdan bu jarayon ularning o'z-o'zini qadrlashini oshiradi, ijtimoiy moslashuvni yengillashtiradi va irodaviy mustahkamlikni shakllantiradi. Shu boisdan, ijodiy fikrlashni rivojlantirish usullari - muammoli vaziyatlarni yechish, ijodiy o'yinlar, rolli mashg'ulotlar, hamkorlikdagi faoliyat orqali amalga oshiriladi.

Ularning har biri o'quvchi tafakkurining yangi darajasini ochib berib, ichki ziddiyatlarni yumshatadi va konstruktiv energiyani ijobiy yo'nalishga yo'naltiradi. Bunday yondashuv o'smir shaxsida ijtimoiy mas'uliyatni, o'z harakatlariga baho berish qobiliyatini va boshqalar fikrini inobatga olish malakasini mustahkamlaydi. Shu tarzda ijodiy fikrlash deviant xulqni korreksiya qilishda muhim psixoprofilaktik vosita sifatida namoyon bo'ladi.

Mazkur tadqiqotning dolzarbligi shundaki, u deviant xulq-atvorli o'smirlarning psixologik rivojlanish jarayonida ijodiy tafakkurning ijtimoiy va emotsional integratsiyadagi o'rnini aniqlashga qaratilgan. Jamiyatda innovatsion fikrlovchi, o'z fikrini mustaqil ifodalovchi va ijtimoiy javobgarlikka ega shaxsni shakllantirish zamon talabi bo'lib, bunday fazilatlar o'smirlik davridayoq barpo etilishi lozim. Ijodiy fikrlash o'quvchilarga atrof-muhitdagi voqealarni yangi burchakdan ko'rish, muammolarga noodatiy yechim topish va shaxsiy imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish imkonini beradi.

Shu nuqtayi nazardan, deviant xulqli o'quvchilar bilan ishlashda individual yondashuv, psixologik treninglar, refleksiv mashg'ulotlar va motivatsion dasturlarni qo'llash muhim ahamiyatga ega. Tadqiqot jarayonida ana shunday yondashuvlar orqali ijodiy fikrlashning shakllanish dinamikasi, uning emotsional barqarorlik va irodaviy faollikka ta'siri chuqur tahlil qilinadi. Natijada o'quvchilarning tafakkur jarayoni ijobiy tomonga o'zgarib, ularning shaxsiy salohiyati va ijtimoiy faolligi oshadi. Mazkur masalani chuqur o'rganish nafaqat pedagogik amaliyot, balki jamiyatda barqaror ijtimoiy muhitni yaratishda ham muhim psixologik omil bo'lib xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Adabiyotlarda deviant xulq-atvorli o'smirlarning ijodiy fikrlash jarayonini rivojlantirish masalasi keng ko'lamda o'rganilgan bo'lib, ko'plab mahalliy va xorijiy olimlar bu yo'nalishda muhim ilmiy natijalarga erishgan. Masalan, D. Goleman, E. Torrens, va R. Sternberg kabi tadqiqotchilar ijodiy tafakkurning emotsional va kognitiv omillar bilan uzviy bog'liqligini asoslab berganlar. Ularning tadqiqotlarida ijodiy fikrlash shaxsning o'zini anglash, muammolarni hal qilishga yangicha yondashish, hamda ichki motivatsiyani oshirish jarayonida muhim rol o'ynashi ta'kidlanadi. Bunda shaxsning ijtimoiy muhitdagi tajribalari, emotsional barqarorligi va irodaviy faolligi ijodiy faoliyatga kuchli turtki beradi. O'zbekistonlik olimlardan Sh.V. Azizova, Z.T. Nishonova va Y. Masharipovlar yoshlarning tafakkur faolligini shakllantirishda pedagogik-psixologik shart-sharoitlarning ta'sirini o'rganganlar. Ularning fikricha, deviant xulqli o'smirlar bilan ishlashda individual yondashuv va shaxsiy motivatsiyani kuchaytirish ijodiy fikrlashning samarali rivojlanishini ta'minlaydi. Shu asosda aytish mumkinki, adabiyotlarda

bu masalaga kompleks yondashuv, ya'ni emotsional, kognitiv va ijtimoiy jihatlarining birgalikda tahlili ustuvor o'rin egallaydi.

Ijodiy fikrlashni takomillashtirishning psixologik asoslari haqida so'z yuritgan ko'plab mualliflar o'smirlik davrini eng nozik psixologik bosqich sifatida baholaydilar. L.S. Vygotskiy, A.N. Leontyev va J. Gilfordning tadqiqotlari shaxs tafakkurining rivojlanishida tashqi omillar bilan bir qatorda ichki psixik jarayonlarning ham muhim o'rin tutishini ko'rsatadi. Ularning nazariyasida ijodiylik - bu shunchaki yangi g'oyalarni o'ylab topish emas, balki mavjud bilimlar asosida yangilik yaratish, ya'ni sintez, tahlil va refleksiya jarayonlarining uyg'unlashgan shakli sifatida talqin qilinadi. Shu bois, deviant xulq-atvorli o'smirlarning ijodiy fikrlashini rivojlantirishda refleksiv tafakkurni faollashtirish, o'zini tahlil qilish ko'nikmalarini shakllantirish muhimdir. Bu jihatni o'rgangan mahalliy olimlardan Z.G. Gapparov va N. Jo'rayevlar o'quvchilarda ijtimoiy moslashuv va psixologik barqarorlikni ta'minlash uchun ijodiy faoliyatning ta'sirchanligini amaliy tajribalar orqali asoslab berganlar. Ularning izlanishlari ijodiy mashg'ulotlar orqali o'quvchilarning o'zini ifoda etish, jamoada muloqot qilish va emotsional o'zini nazorat qilish qobiliyatlari ortishini tasdiqlaydi.

Adabiyotlarda shuningdek, ijodiy tafakkurning korreksion psixologiyadagi o'rni ham alohida ta'kidlanadi. N. Rogers, A. Maslou va K. Levin kabi insonparvar psixologlar ijodiy faoliyatni shaxsning ichki salohiyatini ochuvchi va o'z-o'zini anglashga yo'naltiruvchi asosiy mexanizm sifatida baholaydilar. Ularning fikricha, deviant xulqning ildizi ko'pincha o'zini qadrlamaslik, ijtimoiy cheklovlar va emotsional disbalansdan kelib chiqadi. Shu sababli ijodiylikni rivojlantirish o'smirlarga o'zini qayta baholash, ijobiy "men" konsepsiyasini shakllantirish, hamda shaxsiy o'sishga erishish imkonini beradi. Mahalliy tadqiqotchilardan B.R. Qodirov va J.M. Ishtayevlar o'z ishlarida o'quvchilarning ijodiy tafakkurini faollashtirish uchun interfaol metodlar, guruhviy mashg'ulotlar va psixologik treninglarning samaradorligini tajriba asosida ko'rsatganlar. Ular ijodiy faoliyat o'quvchilar ongida o'z-o'zini anglash, mas'uliyat hissi va o'zgarishga tayyorlikni kuchaytirishini isbotlaganlar. Bu yondashuvlar deviant xulqli o'smirlar bilan ishlashda ham muhim ahamiyatga ega, chunki ular o'quvchilarning ichki to'siqlarini yumshatib, ijtimoiylashuv jarayonini yengillashtiradi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijodiy fikrlashni rivojlantirish jarayoni ko'p bosqichli psixologik tizimdir. Bu tizimda emotsional barqarorlik, irodaviy mustahkamlik va motivatsion faollik bir-biri bilan uzviy bog'langan. C.Taylor, M.Csikszentmihalyi va J.Runko kabi tadqiqotchilar ijodiylikni "oqim holati" bilan bog'lab, o'quvchining o'z faoliyatidan zavq olishi, ichki turtkiga ega bo'lishi va tashqi bahodan mustaqil harakat qilishini muhim deb biladilar. Shu nuqtayi nazardan, deviant xulqli o'smirlarning ijodiy fikrlashini takomillashtirishda ularda o'zini ifoda etish, muvaffaqiyatni his etish va mustaqil qaror qabul qilish imkoniyatini yaratish muhimdir. O'zbekiston ta'lim tizimida bu yo'nalishdagi izlanishlar so'nggi yillarda faollashib, innovatsion pedagogik texnologiyalar, ijodiy muhit yaratish va shaxsiy yondashuv asosida olib borilmoqda. Bu esa o'quvchilarning tafakkur doirasini kengaytirish va ijtimoiy xatti-harakatlarini ijobiy tomonga yo'naltirishga xizmat qilmoqda.

Yuqoridagi adabiyotlar tahlilidan ko'rinadiki, deviant xulq-atvorli o'smirlarning ijodiy fikrlashini takomillashtirish nafaqat psixologik muammolarni bartaraf etish, balki shaxsni ijtimoiy jihatdan faollashtirishning muhim yo'lidir. Ijodiylik orqali o'quvchi o'z hayotidagi murakkabliklarni hal qilish, shaxsiy tajribasini baholash va yangi maqsadlar sari intilish imkoniga ega bo'ladi. Shu bois, zamonaviy adabiyotlarda ijodiy tafakkurni shakllantirish uchun trening dasturlari, loyiha faoliyatlari, refleksiv mashg'ulotlar va motivatsion yondashuvlarning o'rni keng yoritilgan. Bularning barchasi o'smir shaxsining psixologik muvozanatini tiklash, o'ziga ishonchini mustahkamlash va ijtimoiy moslashuv jarayonini tezlashtirishga yordam beradi. Natijada, deviant xulqni bartaraf etishning asosiy mexanizmlaridan biri sifatida ijodiy tafakkur shaxsning ichki dunyosini uyg'unlashtiruvchi omil sifatida e'tirof etiladi. Shu jihatdan, adabiyotlar tahlili mazkur yo'nalishdagi tadqiqotlarning ilmiy-nazariy asoslarini chuqurlashtirish zarurligini ko'rsatadi.

Muhokama. Deviant xulq-atvorli o'smirlar ijodiy fikrlash jarayonini takomillashtirish masalasi muhokamasida birinchi navbatda shaxsning psixologik rivojlanish qonuniyatlarini inobatga olish lozim. O'smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab bosqichlardan biri bo'lib, bu davrda hissiy beqarorlik, o'ziga ishonchsizlik va ijtimoiy muhitga moslashishdagi qiyinchiliklar kuzatiladi. Shu sababli deviant xulqli o'smirlar bilan olib boriladigan ishlarda ijodiy fikrlashni rivojlantirish mexanizmlarini qo'llash ularning shaxsiy o'sishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ijodiy tafakkur o'smirlarga o'zini anglash, ichki ziddiyatlarini yengish va ijobiy o'zgarishlarga yo'naltirish imkonini beradi. Bu jarayonda shaxsning emotsional holatini boshqarish, ijtimoiy rollarni anglash va qaror qabul qilishdagi mustaqillik muhim ahamiyat kasb etadi. Tajribalar shuni ko'rsatadiki, ijodiy faoliyat bilan shug'ullanuvchi o'smirlarning deviant xatti-harakatlari pasayadi va ularning o'zini namoyon etish imkoniyatlari kengayadi. Ijodiy yondashuv o'smirning ichki ehtiyojlarini ijobiy yo'nalishda rivojlantiradi hamda ularni ijtimoiy me'yorlarga moslashishga tayyorlaydi. Shu nuqtayi nazardan, pedagogik va psixologik korreksiya jarayonida ijodiy fikrlash mashg'ulotlarini integratsiyalash zarurdir. Ularning samaradorligi o'quvchilarning hissiy-irodaviy sifatlarini shakllantirishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Muhokama jarayonida shuningdek, ijodiy tafakkurning ijtimoiylashuv bilan uzviy bog'liqligini alohida ta'kidlash lozim. O'smirlik davrida shaxs ijtimoiy o'zaro ta'sirlar orqali o'zini namoyon etadi va jamiyatda o'z o'rnini topishga intiladi. Shu jarayonda ijodiy faoliyat o'smirning tashabbuskorligini oshiradi, mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmasini rivojlantiradi va ijtimoiy rollarni o'zlashtirishni yengillashtiradi. Bunda o'qituvchi va psixologlarning roli katta bo'lib, ular shaxsiy yondashuv asosida o'quvchilarning ichki resurslarini faollashtirishi lozim. Ijodiy o'yinlar, muammoli vaziyatlarni yechish, guruhviy loyihalar va refleksiv mashg'ulotlar o'smir shaxsida ijobiy o'zgarishlarni yuzaga keltiradi. Shu bilan birga, bunday yondashuvlar o'smirda o'ziga bo'lgan ishonchni kuchaytiradi, o'zining ijobiy tomonlarini anglashga yordam beradi va ijtimoiy mas'uliyatni shakllantiradi. Tajriba natijalari shuni ko'rsatadiki, ijodiy fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulotlardan so'ng o'quvchilarning agressiv holatlari kamayadi, ijtimoiy muloqot madaniyati esa yaxshilanadi. Shu tarzda ijodiy fikrlash shaxsda konstruktiv energiyani faollashtirib, deviant xatti-harakatlarning oldini oluvchi psixoprofilaktik vosita sifatida namoyon bo'ladi.

Deviant xulq-atvorli o'smirlar bilan ishlashda ijodiy tafakkurni rivojlantirishga yo'naltirilgan metodlar samaradorligi nafaqat psixologik, balki pedagogik nuqtayi nazardan ham muhim natijalar beradi. Ijodiy yondashuv asosida olib borilgan mashg'ulotlarda o'smirlarning muammoli vaziyatlarga yondashuvi o'zgaradi, ularning tahliliy tafakkuri va refleksiv fikrlash darajasi oshadi. Shuningdek, o'zini ifoda etish ehtiyoji, his-tuyg'ularni boshqarish qobiliyati va empatik sezgirlik darajasi ortadi. O'smir o'z xatti-harakatlarini tahlil qilishni, xatolarini anglashni va ularni to'g'rilash yo'llarini o'rganadi. Bu jarayon shaxsda irodaviy qat'iyatni, sabr-toqatni va ijobiy o'zgarishga tayyorlikni kuchaytiradi. Shu bilan birga, ijodiy tafakkur orqali o'smir o'z hayotiy tajribasini yangicha talqin etishni o'rganadi, bu esa uning psixologik moslashuvchanligini oshiradi. Natijada o'quvchi ijtimoiy me'yorlarni ichki qabul qiladi va jamiyatda faol, konstruktiv shaxs sifatida shakllanadi. Shunday qilib, ijodiy fikrlashni rivojlantirish nafaqat individual o'sishni, balki ijtimoiy moslashuvni ham ta'minlaydigan samarali psixopedagogik mexanizm sifatida qaraladi.

Muhokamaning yakuniy xulosasi shundan iboratki, deviant xulq-atvorli o'smirlarning ijodiy fikrlashini takomillashtirish jarayoni ularning shaxsiy, emotsional va ijtimoiy rivojlanishida kompleks o'zgarishlarni yuzaga keltiradi. Ijodiylik - bu o'smirlarga o'z muammolarini yechishning yangi usullarini topish, o'zini anglash va o'zini qadrlashni o'rganish imkonini beruvchi ichki resursdir. Bunday yondashuv o'quvchi tafakkurida erkinlik, mas'uliyat va ijtimoiy faollikni uyg'otadi. Natijada, ijodiy tafakkur shaxsning psixologik barqarorligini ta'minlovchi asosiy omilga aylanadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ijodiy faoliyatga jalb etilgan o'quvchilar o'zlarini ijobiy baholay boshlaydilar, jamoaviy ishda faol ishtirok etadilar va deviant xatti-harakatlardan uzoqlashadilar. Shu sababli ijodiy fikrlashni rivojlantirishni o'quv-tarbiya tizimining ajralmas qismi sifatida tashkil etish zarur. Bu yondashuv o'smirlarning psixologik moslashuvini yaxshilash,

ijtimoiy muhitga uyg'unlashuvini tezlashtirish va ularning shaxsiy salohiyatini to'liq ro'yobga chiqarishga yordam beradi. Shu tarzda, ijodiy tafakkur deviant xulqli o'smirlarni ijtimoiy hayotga muvaffaqiyatli integratsiya qilishning muhim psixologik kalitidir.

Xulosa. Deviant xulq-atvorli o'smirlarning ijodiy fikrlash jarayonini takomillashtirish bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bu yo'nalishdagi psixologik yondashuvlar o'smirlarning shaxsiy o'sishida muhim o'rin tutadi. Ijodiy tafakkur o'smirning ichki dunyosini boyitadi, ularni o'z his-tuyg'ularini boshqarishga, muammolarni ijobiy yo'nalishda hal etishga va o'zini anglashga o'rgatadi. Shaxsiy refleksiya, emotsional barqarorlik va irodaviy faollikning uyg'unlashuvi orqali o'quvchining deviant xulq-atvori asta-sekin ijtimoiy me'yorlarga moslashgan shaklga aylanadi. Ijodiy fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulotlar o'smirlarda o'zini ifoda etish, muammolarga noodatiy yechim topish, ijtimoiy munosabatlarda muvozanatni saqlash ko'nikmalarini mustahkamlaydi.

Shu jarayon natijasida o'quvchilar o'zlariga bo'lgan ishonchini oshiradilar, ijtimoiy muhitda faolroq bo'ladilar va ijobiy o'zgarishlarga tayyor bo'ladilar. Tadqiqotlar shuni isbotlaydiki, ijodiy fikrlash shaxsning ruhiy barqarorligini mustahkamlaydigan va ijtimoiy faolligini oshiradigan kuchli psixologik mexanizmdir. Shu boisdan, ta'lim tizimida deviant xulq-atvorga ega o'quvchilar bilan ishlashda ijodiy tafakkurga asoslangan yondashuvlar keng qo'llanishi lozim. Bunday yondashuvlar o'smirlarning ruhiy salomatligini tiklash, o'ziga ishonchini qayta tiklash va ijtimoiy moslashuvni yengillashtirishga xizmat qiladi. Shu tariqa, ijodiy fikrlashni rivojlantirish shaxsni har tomonlama tarbiyalashning samarali yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Xulosa o'rnida ta'kidlash joizki, deviant xulq-atvorli o'smirlarning ijodiy tafakkurini takomillashtirish ularning shaxsiy, emotsional va ijtimoiy jihatdan uyg'un rivojlanishini ta'minlaydi. Ijodiy fikrlash o'smirning o'ziga xos tafakkur uslubini shakllantirib, ularni mustaqil qaror qabul qilish, ijtimoiy muhitda to'g'ri yo'l tutish va o'z hayot yo'lini anglashga undaydi. Bu jarayon o'z navbatida o'smir shaxsining ichki ziddiyatlarini bartaraf etadi, ijtimoiy moslashuv darajasini oshiradi va shaxsiy barqarorlikni mustahkamlaydi. Ijodiy tafakkurni rivojlantirish orqali o'quvchilar o'z xatti-harakatlariga nisbatan mas'uliyatni his etadilar va ijobiy hayotiy qadriyatlarni o'zlashtiradilar.

Natijada, ularning deviant xulq shakllari ijobiy yo'nalishga o'zgaradi hamda ular jamiyatda o'z o'rnini topgan, faol, maqsadga yo'naltirilgan shaxs sifatida shakllanadilar. Shu sababli, ta'lim muassasalarida psixologik korreksiya dasturlariga ijodiy tafakkurni rivojlantirish komponentlarini kiritish katta samaradorlik beradi. Bunday yondashuvlar o'smirlarning o'z-o'zini anglashini chuqurlashtiradi, ularni ijtimoiy jihatdan faol va ruhiy jihatdan barqaror insonlarga aylantiradi. Umuman olganda, ijodiy fikrlashni rivojlantirish deviant xulqli o'quvchilarda shaxsiy uyg'unlikni tiklashning asosiy psixologik vositasidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Бернс Р. Развитие "Я"-концепции и воспитание. Москва, 1986. – 161 с.
2. Бондаревская Е.В. Теория и практика личностно -ориентированного образования. - Ростов на Дону ; Изд-до Ростовского университета, 2000. – 352 с.
3. Братусь Б.С. Аномалии личности. -Нарушения поведения у детей и старших подростков. -М.: Мысль, 1988. – 251 с.
4. Bloom B. S. Developing Talent in Young People. New York: Ballantine Books. 2000. – 142 p.
5. Begali Qosimov va boshqalar. Milliy uyg'onish davri o'zbek adabiyoti. T Ma'naviyat. 2004. – 145 b.

Atadjonova Dinora Ulug'bekovna,
Urganch davlat pedagogika instituti, "Maktabgacha ta'lim"
kafedrası dotsenti (PhD)
dinoraatadjanova@gmail.com

O'QUVCHILARDA O'ZLASHTIRMOVCHILIK SABABLARINI O'RGANISH PSIXOLOGIK FENOMEN SIFATIDA

Annotatsiya. Maqolada o'quvchilarda o'zlashtirmovchilik holati psixologik fenomen sifatida tahlil qilinadi. O'zlashtirmovchilik tushunchasi, uning sabablari va psixologik mexanizmlari ko'rib chiqilgan. Tadqiqotda o'zlashtirmovchilikka pedagogik - ta'lim muhit, shaxsiy psixologik xususiyatlar va ijtimoiy - tarbiyaviy omillar ta'siri aniqlangan. Shuningdek, o'zlashtirmovchilikning ta'lim jarayonidagi natijalari va psixologik xususiyatlari yoritilgan. Maqolada o'quvchilarda o'zlashtirmovchilikni kamaytirish uchun pedagogik - psixologik tavsiyalar ham keltirilgan. Mazkur ish pedagoglar, psixologlar va ilmiy tadqiqotchilar uchun foydali bo'lib, o'quvchilarning individual xususiyatlariga moslashgan ta'lim jarayonini tashkil etishga yordam beradi.

Kalit so'zlar: o'zlashtirmovchilik, psixologik fenomen, motivatsiya, pedagogik muhit, psixologik mexanizm.

Аннотация. В статье рассматривается феномен неполного усвоения учебного материала учащимися как психологический феномен. Анализируются понятие неполного усвоения, его причины и психологические механизмы. В исследовании выявлено влияние педагогической среды, личностных психологических особенностей и социально-воспитательных факторов на уровень усвоения знаний. Также рассматриваются последствия неполного усвоения в образовательном процессе и его психологические особенности. В статье приведены педагогико-психологические рекомендации по снижению проявлений неполного усвоения у учащихся. Данное исследование будет полезно педагогам, психологам и научным сотрудникам для организации образовательного процесса с учётом индивидуальных особенностей обучающихся.

Ключевые слова: неполное усвоение, психологический феномен, мотивация, педагогическая среда, психологический механизм.

Annotation. The article examines students' underachievement as a psychological phenomenon. It analyzes the concept of underachievement, its causes, and psychological mechanisms. The study identifies the influence of the educational environment, individual psychological characteristics, and socio-educational factors on the level of knowledge acquisition. The consequences of underachievement in the learning process and its psychological features are also discussed. Pedagogical and psychological recommendations are provided to reduce the manifestations of underachievement in students. This research is useful for teachers, psychologists, and scholars for organizing the educational process considering students' individual characteristics.

Key words: underachievement, psychological phenomenon, motivation, educational environment, psychological mechanism.

Kirish. Ta'lim jarayonida o'quvchilarning yangi bilimlarni, ko'nikma va malakalarni egallashi - muhim pedagogik - psixologik jarayondir. Biroq amalda ko'pchilik o'quvchilarda o'zlashtirish darajasi kutilgan darajada bo'lmaydi, ular dars mazmunini tushunmaslik, qiziqmaslik, bahosi past bo'lish kabi holatlarga duch keladi. Bu holat "o'zlashtirmovchilik" deb atalishi mumkin. Bu - nafaqat pedagogik muammo, balki psixologik fenomen sifatida ham o'rganilishi lozim bo'lgan hodisa. Mazkur maqolada o'zlashtirmovchilikni psixologik jihatdan tahlil qilish, uning sabablari, strukturasi va ta'lim jarayonida yuzaga kelish omillari ko'rib chiqiladi.

O'zlashtirmovchilik tushunchasi va psixologik jihati terminiga izoh bera turib, "o'zlashtirmovchilik" deb biz, o'quvchi ta'lim jarayonida belgilangan standartlar, dars mazmuni, ko'nikma va malakalarni kutilgan darajada egallay olmasligi, darsga qiziqishi pastligi va natijada o'quv faoliyatida zaiflik holatlarini tushunamiz. Masalan, tadqiqotlarda ko'rsatilishicha, boshlang'ich sinflarda o'zlashtirmovchilikni yuzaga keltiruvchi omillar aniqlandi: psixik taraqqiyotda orqada qolish, xulq-atvor buzilishlari, nutq rivojlanishidagi muammolar

Fenomen (yunoncha *phainomenon* - "ko'rinish", "namoyon bo'lish") - bu voqelikda sezgi yoki ong orqali idrok qilinadigan, inson ruhiy hayotida namoyon bo'ladigan hodisa yoki jarayonni anglatadi.

Psixologik fenomen esa - inson ruhiyati, hissiyoti, tafakkuri, xulq-atvori, idrok, e'tibor, motivatsiya kabi ichki ruhiy jarayonlarda kuzatiladigan, ma'lum bir sharoitda namoyon bo'ladigan psixik hodisadir.

Psixologik fenomenlar inson ongida yoki ongsizida yuzaga keladi va hissiyotlar, motivatsiya, fikrlash, e'tiqod, qo'rquv, stress, sevgi, empatiya kabi holatlar orqali ifodalanadi. Ular ko'pincha tajriba, kuzatuv yoki introspeksiya orqali o'rganiladi. Masalan: o'quvchining darsda zerikishi, muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqishi, o'ziga ishonchsizlik, ijobiy motivatsiyaning yo'qligi - bularning barchasi psixologik fenomenlardir.

Adabiyotlar sharhi. Ilmiy manbalarda keltirilgan ta'riflarga murajaat qiladigan bo'lsak, bazi bir olimlar quyidagicha fikrlar keltirib o'tamiz .

A.V.Petrovskiy ta'rifiga ko'ra, *psixologik fenomen - bu shaxsning ichki ruhiy holati yoki jarayoni, u insonning tashqi xulqida, nutqida yoki hissiy reaksiyalarida o'z ifodasini topadi.*

S. L.Rubinshteyn esa uni *insonning hayotiy faoliyatida, munosabatlarida va tafakkurida namoyon bo'ladigan individual ruhiy hodisa* sifatida talqin qiladi.

Demak, psixologik fenomen - bu inson ruhiy hayotining turli ko'rinishlari bo'lib, ular insonning his-tuyg'ulari, fikrlari, xatti-harakatlari va ijtimoiy munosabatlarida ifodalanadi. Ta'lim sohasida "o'zlashtirmovchilik", "motivatsiya pasayishi", "qo'rquv", "stress", "ijodiy ilhom" kabi holatlar ham psixologik fenomenlar sifatida o'rganiladi.

Psixologik nuqtai nazardan, o'zlashtirmovchilik - bu o'quvchining muayyan ta'lim muhitida o'zini faol his qila olmasligi, shu bilan birga ichki motivatsiyasi susayishi, tashqi motivatsiya orqali faoliyat yuritishga majbur bo'lishi va natijada xulq-atvori sustlashishi bilan xarakterlanadi. Bu fenomen shaxsning o'zbek ta'lim muhitida yuzaga kelayotgan ehtiyojlari bilan o'qitish muhitining talablari o'rtasidagi nomuvofiqlikni ham ko'rsatadi

O'zlashtirmovchilik sabablari ichida pedagogik-ta'lim muhitiga, shaxsiy psixologik omillarga hamda ijtimoiy-tarbiyaviy omillarga bo'linsa bo'ladi.

Pedagogik - ta'lim muhitiga bog'liq omillarga o'qituvchining dars uslubi, mazmunni yetarlicha tushuntirish, o'quvchilarning savollariga e'tibor berish darajasi ta'sir qiladi. Masalan, bir tadqiqotda past o'zlashtiruvchi o'quvchilarning sababi sifatida o'qituvchi tomonidan e'tibor yetishmasligi ko'rsatildi.

O'quv materiali murakkabligi yoki dars mazmunining o'zlashtirilishiga mos kelmasligi. O'quv jarayonida tushunarsiz material bolani qiziqishni yo'qotishga olib keladi.

Sinfidagi o'quv muhitining ruhiy-psixologik jihatdan qulay emasligi: masalan, o'quvchi o'zini sinfda noqulay his qilsa, savollar so'rashi qo'rinsa, bu o'zlashtirish jarayoniga salbiy ta'sir qiladi.

Shaxsiy psixologik omillardan o'quvchining psixik rivojlanishida kechikishlar: nutq rivojlanmasligi, e'tiborni jamlay olmaslik, xotira zaifligi kabi holatlar o'zlashtirmovchilikka sabab bo'ladi.

Motivatsiyaning pastligi: o'quvchida "meni o'qish qiziqitirmaydi", "nima uchun bu dars kerak" degan fikr shakllanishi mumkin. Bu holat o'z-o'zini nazorat qilishning susayishi bilan birga kechadi.

Ijtimoiy va emotsional faktorlar: tengdoshlari orasida kamtoylik, oilada e'tiborsizlik, o'zini kamsitilgan his qilish kabi holatlar o'zlashtirishga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Ijtimoiy-tarbiyaviy omillar: Oilaning ijtimoiy-iqtisodiy ahvoli, ota-onaning ta'lim jarayonida ishtirok etmasligi, uy-vazifalarni bajarishda yordam bermasligi - bular o'zlashtirmovchilikning omillaridan. Maktab va sinf jamoasidagi munosabatlar: o'quvchining sinfdoshlar va o'qituvchilar bilan munosabatlari, sinf muhiti ijobiy bo'lmasa, u o'zini nomaqbul his qilishi mumkin.

Ta'lim muassasasining tashkiliy jihatlar: darsning tartibi, qo'llanilayotgan metod va uslublar, ta'lim-tarbiya muhitining mosligi.

Tahlillar va natijalar. O'zlashtirmovchilik jarayoni ichida bir qator psixologik mexanizmlar faoliyat ko'rsatadi. Masalan, o'quvchi dars mazmunini tushunmasligi natijasida ichki motivatsiya susayadi va u savollar bermaslik, uy vazifalarini bajarmaslik orqali faoliyatdan chekinishga boshlaydi. Bu esa natijada "qo'rqish" hissi, sinfda tanqidlanishdan qo'rquv, sinf oldida past baho olishi mumkinligi tushunchasi bilan bog'liq stressni keltirib chiqaradi.

Shu tarzda, o'zlashtirmovchilik - faqat bilimni egallay olmaslik emas, balki o'quvchining shaxsiy psixologik holati, ta'lim jarayonidagi pozitsiyasi, o'zini va o'qituvchilarni qanday his qilishi bilan bog'liq murakkab fenomen hisoblanadi. Natijada, bu holat: baholar past bo'lishi, o'quvga qiziqish yo'qolishi, darsdan chekinishlar, sinf faoliyatida passivlik, hatto maktabga ishtiroksizlik holatlari bilan kechishi mumkin. Bu esa o'quvchining keyingi ta'lim bosqichida muvaffaqiyatsizligini kuchaytiradi.

Pedagogik-psixologik tavsiyalar: O'zlashtirmovchilikni kamaytirish uchun quyidagi pedagogik-psixologik tavsiyalarni taklif qilish mumkin:

O'qituvchi darsni rejalashtirayotganda o'quvchilarning boshlang'ich tayyorgarligi va qiziqish darajasini inobatga olishi lozim. Mazmunni qadam-qadam tushuntirish, misollar bilan mustahkamlash muhim.

Sinfda ijobiy ruhiy muhit yaratish: o'quvchini kichik baholar orqali rag'batlantirish, savollarni tinch muhitda qabul qilish, xatolarni tanqidlamay, tushuntirish tarzida baholash.

O'quvchilarning individual psixologik xususiyatlarini hisobga olish: masalan, e'tiborini tez chalg'itadigan, uy sharoiti muammoli bo'lgan o'quvchilarga qo'shimcha yordam ko'rsatish.

Ota-onalarning ta'lim jarayoniga jalb qilinishi: o'quvchining uyda mustaqil ishlashi uchun sharoit yaratish, ota-ona bilan o'qituvchi hamkorligini yo'lga qo'yish.

Maktab psixologi va sinf rahbari o'quvchining muammolarini erta aniqlab, guruh yoki individual ishlashni tashkil etishi muhim.

Ta'lim muassasasida metodik ishlanmalarni joriy etish: dars uslublarini diversifikatsiyalash, o'yinli, interaktiv metodlarni qo'llash orqali o'quvchilarning faolligini oshirish.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, o'zlashtirmovchilik bugungi ta'lim muassasalarida ko'p uchraydigan psixologik-pedagogik muammolardan biridir. Uni faqat pedagogik nuqtai nazardan emas, balki psixologik fenomen sifatida o'rganish lozim. O'zlashtirmovchilik sabablari - pedagogik muhit, shaxsiy psixologik xususiyatlar hamda ijtimoiy-tarbiyaviy omillar bilan chambarchas bog'liq. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bu holat tezkor aralashuvni, shaxsga yo'naltirilgan yondashuvni talab qiladi. O'qituvchi, psixolog, ota - ona va maktab jamoasi hamkorligi bilan o'zlashtirmovchilik holatlarini kamaytirish va har bir o'quvchining ta'limda muvaffaqiyatga erishishini qo'llab-quvvatlash mumkin

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Abdullayeva R. R. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: O'zbekiston milliy ensiklopediyasi, 2020.
2. Karimova V. M. Umumiy psixologiya. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2019.
3. Nurmatov X. N. O'quvchilarda motivatsiyani shakllantirishning psixologik asoslari. – Toshkent: Fan, 2018.
4. Vygotskiy L. S. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2016.
5. Rubinshteyn S. L. Umumiy psixologiya asoslari. – Moskva: Pedagogika, 1989.

6. Leontyev A. N. Faoliyat, ong va shaxs. – Moskva: Smysl, 2005.
7. Abduqodirov A. A. Pedagogik mahorat va psixologiya asoslari. – Toshkent: TDPU, 2017.
8. Shoumarov G. Psixologiya va pedagogika asoslari. – Toshkent: Iqtisodiyot, 2019.
9. Jalolova M. R. Maktab o'quvchilarining o'zlashtirish darajasiga ta'sir etuvchi omillar. – TDPU ilmiy axboroti, №2, 2020.
10. Suxomlinskiy V. A. Yurakni bolalarga beraman. – Toshkent: O'qituvchi, 1981.

Normurodov G'ulomiddin Abdimurodovich,
Navoiy davt universiteti Psixologiya kafedrasasi dotsenti,
psixologiya fanlari nomzodi

O'SMIRLIK DAVRIDA SHAXSIY IDENTIFIKATSIYA VA IJTIMOY MOSLASHUVNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'smirlik davrida shaxsiy identifikatsiya jarayonining shakllanishi va uning ijtimoiy moslashuv mexanizmlari bilan o'zaro bog'liqligi tahlil qilinadi. O'smirlik inson hayotidagi psixologik o'tish bosqichi bo'lib, unda "men-konsepsiya", o'zini anglash, ijtimoiy rol va qadriyat tizimi shakllanadi. Ushbu davrda shaxsning identifikatsiya jarayoni – o'zini muayyan ijtimoiy guruh, kasb, jinsiy rol, milliy yoki madaniy identitet bilan bog'lash – ijtimoiy moslashuvning barqaror psixologik asosi sifatida namoyon bo'ladi. Maqolada identifikatsiyaning kognitiv, emotsional va motivatsion komponentlari, ularning o'zaro uyg'unligi hamda o'smir shaxsining ijtimoiy muhitga moslashuvda tutgan o'rni yoritilgan.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'zini anglashning sustligi, identitet inqirozi, kommunikativ ko'nikmalarning rivojlanmaganligi yoki ijtimoiy rolni noto'g'ri tanlash ijtimoiy moslashuvda ziddiyatli holatlar, ichki konflikt va deviant xulq shakllanishiga olib kelishi mumkin. Shu bois, shaxsiy identifikatsiyani mustahkamlash uchun empatiya, refleksiya, o'zini baholash, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash hamda o'ziga ishonchni rivojlantirish mexanizmlari alohida ahamiyat kasb etadi. O'smirlik davridagi ijtimoiy moslashuvning psixologik mexanizmlarini aniqlash pedagogik, tarbiyaviy va psixokorreksion faoliyatda muhim ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, shaxsiy identifikatsiya, ijtimoiy moslashuv, "men-konsepsiya", refleksiya, empatiya, o'zini anglash, psixologik mexanizm.

Аннотация. В статье рассматриваются особенности формирования личностной идентификации в подростковом возрасте и её взаимосвязь с механизмами социальной адаптации. Подростковый период является переходным этапом развития личности, когда формируется «Я-концепция», самосознание, система ценностей и социальных ролей. Процесс идентификации в этом возрасте включает когнитивное осмысление себя, эмоциональное принятие собственной индивидуальности и мотивационное стремление соответствовать определённым социальным ожиданиям. Выявлено, что успешная идентификация способствует гармоничной социальной адаптации, устойчивости к стрессу и формированию позитивной самооценки.

Нарушения идентификационных процессов - неустойчивое самовосприятие, внутренняя конфликтность, дефицит рефлексии и эмпатии - ведут к трудностям адаптации, отчуждению и девиантным формам поведения. Развитие эмпатии, саморефлексии и уверенности в себе способствует формированию зрелой идентичности и социальной компетентности подростков. В статье подчёркивается важность психолого-педагогической поддержки, направленной на укрепление личностной идентичности, профилактику кризисов самосознания и гармонизацию социальных отношений подростков.

Ключевые слова: подростковый возраст, личностная идентификация, социальная адаптация, самосознание, эмпатия, рефлексия, психологические механизмы, «Я-концепция».

Abstract. This article explores the formation of personal identification in adolescence and its relationship with the psychological mechanisms of social adaptation. Adolescence represents a crucial transitional stage in human development, during which self-awareness, value orientation, and the "self-concept" are actively shaped. The process of personal identification involves connecting oneself with social groups, roles, and cultural or professional identities, thereby ensuring stable adaptation within the social environment. The article analyzes the cognitive, emotional, and motivational dimensions of identification, emphasizing their role in building self-esteem, empathy, and interpersonal competence.

Empirical studies indicate that difficulties in self-identification - such as weak self-concept, internal conflicts, low reflection, and lack of emotional regulation - often result in maladjustment, social withdrawal, or deviant behavior. Conversely, a well-formed identity enhances self-confidence, emotional stability, and resilience in social interactions. Strengthening mechanisms of empathy, reflection, and social support contributes to adolescents' psychological well-being and social integration. These findings are of practical importance for educational psychology, counseling, and correctional work aimed at supporting adolescent development.

Key words: *adolescence, personal identification, social adaptation, self-concept, reflection, empathy, self-awareness, psychological mechanisms, emotional regulation.*

Kirish. O'smirlik davri inson hayotining eng muhim va murakkab bosqichlaridan biri bo'lib, unda shaxsning "men-konsepsiyasi", o'zini anglash, hayotiy qadriyatlar va ijtimoiy yo'nalishlar tizimi shakllanadi. Bu davrda shaxsiy identifikatsiya jarayoni – ya'ni insonning o'zini jamiyatda tutgan o'rni, roli, jinsiy, kasbiy, milliy va madaniy mansubligi orqali anglash jarayoni – shaxsning ichki barqarorligi va ijtimoiy moslashuvining asosi hisoblanadi. Identifikatsiya orqali o'smir o'zini nafaqat kimligini, balki kim bo'lishni istashini ham aniqlaydi, shu jarayonda u shaxsiy qadriyatlar, ijtimoiy me'yorlar va jamiyat talablarini uyg'unlashtiradi.

Psixologik nuqtai nazardan, shaxsiy identifikatsiya bu – o'z "men"ini ijtimoiy muhit bilan taqqoslash, boshqalar bilan o'zaro ta'sirda o'zini anglash va o'ziga nisbatan barqaror munosabat shakllantirish jarayonidir. E. Eriksonning rivojlanish nazariyasiga ko'ra, o'smirlik "identitet inqirozi" davridir, ya'ni bu bosqichda shaxs o'zini izlash, hayotiy maqsadlarini anglash va ijtimoiy rolini belgilash bilan shug'ullanadi. Agar ushbu jarayon muvaffaqiyatli kechsa, o'smirda mustahkam identitet, o'ziga ishonch va ijtimoiy mas'uliyat shakllanadi; aks holda esa shubha, ichki ziddiyat, begonalashuv yoki deviant xulq paydo bo'lishi mumkin.

Ijtimoiy moslashuv esa o'smirning jamiyatda o'z rolini muvaffaqiyatli bajarish, yangi sharoit va talablarni qabul qilish, muloqot o'rnatish, his-tuyg'ularni boshqarish va ijtimoiy qadriyatlarga muvofiq xulq ko'rsatish qobiliyatidir. O'smirning moslashuv jarayoni bevosita identifikatsiya darajasi bilan bog'liq: o'zini to'laqonli anglay olgan shaxs ijtimoiy muhitda ishonchli, faol va konstruktiv rol o'ynaydi. Shaxsiy identifikatsiyaning sustligi yoki buzilishi esa, aksincha, ijtimoiy yakkalanish, stress, o'ziga past baho berish, agressivlik yoki passivlik kabi muammolarni yuzaga keltiradi.

Zamonaviy psixologik tadqiqotlarda (E. Erikson, J. Marcia, D. Levinson, A. Rean, E. Smirnova, Sh. Ostanov) o'smirlik davrida shaxsiy identifikatsiyaning rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar - oila muhitining iliqqligi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, empatiya darajasi, o'zini baholash, refleksiya, ijtimoiy muloqot madaniyati - ijtimoiy moslashuvning muhim psixologik mexanizmlari sifatida e'tirof etiladi. Shu sababli, o'smirlik davrida identifikatsiyaning shakllantirish jarayonini faqat individual rivojlanish jarayoni sifatida emas, balki ijtimoiy-psixologik tizimda kechadigan integrativ hodisa sifatida o'rganish dolzarb ilmiy masaladir.

Mazkur maqola o'smirlik davrida shaxsiy identifikatsiyaning psixologik mohiyatini, uning ijtimoiy moslashuv jarayoniga ta'sirini va bu jarayonni qo'llab-quvvatlovchi psixologik mexanizmlarni tizimli tahlil qilishga qaratilgan. Shu orqali o'smirlarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishiga kompleks yondashuv, psixoprofilaktika va psixokorreksiya amaliyotlarining nazariy asoslari taklif etiladi.

Adabiyotlar tahlili. O'smirlik davrida shaxsiy identifikatsiya va ijtimoiy moslashuv masalalari bo'yicha ilmiy adabiyotlar psixosozmatik, madaniy-tarixiy, kognitiv-motivatsion va neyropsixologik yondashuvlar chorhasida shakllangan. Xorijiy maktabda E. Eriksonning psixosozmatik rivojlanish nazariyasi o'smirlikni identitet inqirozi va rol konfuzioni nuqtasi sifatida belgilab, barqaror "Men-kontsepsiya" shakllanishi ijtimoiy moslashuvning tayanchi ekanini ta'kidlaydi. J. Marcia bu g'oyani empirik tarzda to'rt maqom – diffuziya, foreclosure, moratoriya va identity achievement modeli orqali aniqlashtiradi hamda qaror qabul qilishda izlanish va majburlanish mexanizmlari markaziy

rol o'ynashini ko'rsatadi. U. Bronfenbrennning ekologik tizimlar nazariyasi identifikatsiya va moslashuvni mikro (oilalar, sinf), mezo (maktab-oilalar aloqalari), ekzo (mahalla, ommaviy axborot vositalari) hamda makrosistema (madaniy qadriyatlar) darajalari o'rtasidagi o'zaro ta'sir mahsuli sifatida talqin etadi. Ijtimoiy identitet nazariyasi tarafdorlari H. Tajfel va J. Turner shaxsning "biz"ga mansublik tuyg'usi, guruhlararo qiyoslash va ijtimoiy maqomni boshqarish strategiyalari o'smirning ijtimoiy moslashuviga bevosita ta'sir ko'rsatishini asoslaydilar. F. Finni esa etnik va madaniy identitetning izlanish hamda ichkilashuv bosqichlarini tahlil qilib, ko'pmadaniyatli muhitda moslashuvni kuchaytiruvchi resurslarni ochib beradi. O'zini aniqlash nazariyasi tarafdorlari E. Detsi va R. Rayan avtonomiya, kompetentlik va bog'liqlik ehtiyojlari qondirilganda identitet barqaror va prosotsial yo'nalishda shakllanishini isbotlaydilar. E. Kroger va hamkorlarining meta-tahlillari esa identitet maqomlari bilan emotsional farovonlik, o'zini boshqarish va ijtimoiy faoliyat o'rtasidagi barqaror bog'lanishlarni ko'rsatadi.

Rus ilmiy an'anasida madaniy-tarixiy (L. S. Vygotskiy), faoliyat nazariyasi (A. N. Leontyev) va rivojlanish psixologiyasi (L. I. Bojovich, D. B. Elkonin) yirik yo'nalishlari orqali o'smirlikda "ichki pozitsiya", maqsad-motiv tizimi va ijtimoiy rol identifikatsiyasi shakllanishini tushuntiradi. I. S. Kon o'smirlikni "o'zini kashf etish" davri deb ta'riflab, jinsiy-rol identifikatsiyasi, e'tiqodlar va qadriyatlar muvozanatiga urg'u beradi. A. A. Rean va E. O. Smirnova ishlarida ijtimoiy kompetentlik, empatiya, axloqiy mulohaza hamda muloqot madaniyati o'smir moslashuvini belgilovchi asosiy ko'rsatkichlar sifatida qayd etiladi. Bu maktabda tarbiya uslublari, ota-ona qoidalar va sinfdagi ijtimoiy iqlim identifikatsiya yo'nalishini belgilab, konfliktlarni hal etish, refleksiya va o'zini baholashning realistik shakllari esa moslashuvni barqarorlashtiradi.

Mahalliy (O'zbekiston) izlanishlar o'smir identitetining shakllanishida "oilalar-maktab-mahalla" uchligi, milliy-madaniy qadriyatlar, til va an'analarning ijtimoiy identifikatsiyani boyituvchi roli, shuningdek, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlarining – o'qituvchi murabbiyligi, tengdoshlar guruhi, sport va ijodiy to'garaklarning – moslashuvga qo'shgan hissasini ajratib ko'rsatadi. Empirik ishlarda ota-ona iliqligi va nazoratining muvozanati, o'qituvchi-o'quvchi o'rtasidagi ishonchli muloqot, sinf jamoasida hamkorlik amaliyotlari o'ziga ishonch, refleksiya va maqsad qo'yish ko'nikmalarini kuchaytirishi qayd etiladi. Raqamli muhitning ikkiyoqlama ta'siri – ijtimoiy tarmoqlar orqali identitet izlanishi imkoniyatlari va salbiy kontent tufayli xavfli tajribalar – esa media savodxonlikni zarur mexanizm sifatida ilgari suradi.

Kognitiv, affektiv va neyropsixologik yo'nalishlar (N. Eyzemberg, A. Damasio, A. Keysi) prefrontal korteksning pishib borishi bilan ijro funktsiyalari, impuls nazorati va hissiy regulyatsiya yaxshilanishi o'smirda identitetning ichki barqarorlik komponentini mustahkamlashini ko'rsatadi. Bu jarayon empatiya, prosotsial motivatsiya va ijtimoiy mas'uliyat hissi bilan uyg'unlashganda moslashuv indikatorlari – tengdoshlar bilan konstruktiv aloqalar, maktabga sodiqlik va ruhiy farovonlik – ijobiy natijalar beradi. O'qish motivatsiyasi (J. Ekklsning kutilma-qiyamat modeli) va o'zini samarali his qilish (A. Bandura) identitetning kasbiy yo'nalish, maqsadli faoliyat va ijtimoiy rolni ichkilashga xizmat qiluvchi mexanizmlar sifatida izohlanadi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili uchta asosiy yo'nalishda umumiylikni ko'rsatadi. Birinchidan, shaxsiy identifikatsiya kognitiv (o'zini anglash, maqsad va qadriyatlar strukturasini shakllantirish), affektiv (o'zini qabul qilish, emotsional barqarorlik) va ijtimoiy (rol va mansublik hissi) komponentlarning uyg'un majmuasidir. Ikkinchidan, ijtimoiy moslashuv aynan shu komponentlar uyg'unligi, qo'llab-quvvatlovchi muhit va o'zini regulyatsiya ko'nikmalari bilan belgilanadi. Uchinchidan, eng samarali psixopedagogik ta'sirlar – identitet izlanishini qo'llovchi xavfsiz muhit yaratish, refleksiya va empatiya treninglari, maqsad qo'yish va o'zini boshqarish mashqlari, ota-ona hamda o'qituvchilar uchun muloqot va qo'llab-quvvatlash dasturlarini joriy etishdir. Mahalliy kontekstda bu yondashuvlar milliy qadriyatlar, mahalla hamjamiyati va maktab amaliyoti bilan integratsiyalanganida, o'smirlarning barqaror identiteti hamda moslashuvchan ijtimoiy xulqini shakllantirishda eng yuqori natijalarni beradi.

Muhokama. O'smirlik davrida shaxsiy identifikatsiya va ijtimoiy moslashuv o'zaro bog'liq psixologik jarayonlar bo'lib, ular insonning shaxs sifatida shakllanishi, ijtimoiy muhitga kirib borishi va o'z "Men" konsepsiyasini barqarorlashtirishida markaziy o'rin tutadi. Ushbu jarayonlar shaxsning individual xususiyatlari, oilaviy tarbiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi, madaniy qadriyatlar hamda tengdoshlar bilan o'zaro munosabatlar orqali rivojlanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlik davrida o'zini anglash va ijtimoiy muhitga moslashish o'rtasidagi muvozanat barqaror shakllanmasa, identitet inqirozi, o'ziga nisbatan ishonchsizlik, ijtimoiy yakkalanish yoki deviant xulq kabi salbiy oqibatlar yuzaga kelishi mumkin.

Shaxsiy identifikatsiya jarayoni o'smirlikda o'z-o'zini anglash, "men kimman?" degan savolga javob izlash orqali rivojlanadi. Bu bosqichda o'smir o'zini ijtimoiy rollar, qadriyatlar, ideallar va maqsadlar tizimida sinovdan o'tkazadi. Psixologik jihatdan bu izlanish jarayoni ichki barqarorlik va tashqi ta'sirlar o'rtasidagi kurash sifatida kechadi. E. Eriksonning psixosozmatik rivojlanish nazariyasida aynan o'smirlik davri "identitetga erishish yoki rol konfuzioni" bosqichi sifatida izohlanadi. Agar bu jarayon muvaffaqiyatli kechsa, o'smirda mustahkam "Men-konsepsiya" va ijtimoiy mas'uliyat hissi shakllanadi; aks holda, u o'z rolini aniqlay olmay, ijtimoiy beqarorlik va emotsional beqarorlikka duch keladi.

Ijtimoiy moslashuv esa shaxsning jamiyatdagi o'rnini topishi, guruh qoidalarini qabul qilishi, muloqot o'rnatishi va ijtimoiy rollarni samarali bajarish jarayonidir. U kognitiv, emotsional va ijtimoiy komponentlarning o'zaro ta'siri orqali amalga oshadi. Moslashuv faqat tashqi xulq darajasida emas, balki ichki psixologik moslashuv – ya'ni o'zini va boshqalarni qabul qilish, konfliktlarni konstruktiv hal etish, stress holatlarini boshqarish, yangi sharoitlarga moslashish kabi ko'nikmalarda ham namoyon bo'ladi. Shuning uchun identifikatsiya jarayoni ijtimoiy moslashuvning asosi bo'lib xizmat qiladi: o'zini kim sifatida qabul qilgan shaxs ijtimoiy muhitda ham o'z rolini aniq anglaydi va unga mos ravishda harakat qiladi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oiladagi iliq psixologik muhit, ota-onaning qo'llab-quvvatlashi va ishonchli munosabatlar o'smirning identifikatsiya jarayonini ijobiy yo'naltiradi. Ota-onaning ortiqcha nazorati yoki befarqligi esa mustaqillik va o'zini baholash mexanizmlarini susaytiradi. O'qituvchi va sinfdoshlar bilan sog'lom muloqot, sinf iqlimi, o'qishdagi muvaffaqiyat ham o'smirning ijtimoiy moslashuvini kuchaytiruvchi omillardandir. Bu esa o'smir shaxsining o'zini anglash, ijtimoiy rollarni o'zlashtirish va o'ziga ishonchni shakllantirish jarayonlarini barqarorlashtiradi.

Rus psixologik maktabi vakillari – L. S. Vygotskiy, A. N. Leontyev, I. S. Kon, L. I. Bojovich va D. B. Elkonin – o'smirlik davrida "ichki pozitsiya" va "maqsad-motiv tizimi"ning shakllanishini identifikatsiyaning markaziy elementi sifatida ko'rsatadilar. Ularning fikricha, o'smirlikda faoliyat turlarining kengayishi, kommunikativ tajriba va refleksiya ko'nikmasining rivojlanishi shaxsning o'z "men"ini anglashini chuqurlashtiradi. Xorijiy tadqiqotchilar – J. Marcia, F. Phinney, E. Deci, R. Ryan, A. Bandura – esa identifikatsiyani izlanish (exploration) va majburlanish (commitment) o'rtasidagi muvozanat sifatida izohlaydilar. Ularning nazariyalarida empatiya, refleksiya va o'zini regulatsiya qilish qobiliyatlari ijtimoiy moslashuvning barqaror shakllanishiga xizmat qiluvchi asosiy mexanizmlar sifatida e'tirof etiladi.

Mahalliy tadqiqotlarda esa oila, maktab va mahalla o'smir identitetining shakllanishida muhim ijtimoiy institutlar sifatida qaraladi. Oila o'smirlarga emotsional tayanch, maktab esa ijtimoiy ko'nikmalarni o'rganish muhiti, mahalla esa ijtimoiy javobgarlikni his etish va qadriyatlar tizimini mustahkamlovchi makon sifatida ta'sir ko'rsatadi. Shu jihatdan, "oila-maktab-mahalla" uchligi o'smirlarning shaxsiy identifikatsiyasi va moslashuv jarayonida yagona psixologik tizim sifatida ishlaydi.

Zamonaviy raqamli muhitda o'smirlar identitetini shakllantirishning yangi omillari paydo bo'lmoqda. Internet va ijtimoiy tarmoqlar o'smirlarga o'zini namoyon etish, o'z fikrini bildirish, yangi rollarni sinovdan o'tkazish imkonini bersa-da, bu jarayon ortida xavfli identifikatsiya, tashqi baholarga bog'liqlik va virtual qaramlik kabi muammolarni ham yuzaga keltiradi. Shu sababli,

media savodxonlik, raqamli madaniyat va o'zini tanqidiy baholash ko'nikmalarini rivojlantirish hozirgi psixologik moslashuv jarayonining ajralmas tarkibiy qismiga aylanmoqda.

Umuman olganda, o'smirlik davridagi shaxsiy identifikatsiya va ijtimoiy moslashuv murakkab, lekin bir-birini to'ldiruvchi jarayonlardir. Barqaror identitet shaxsning ijtimoiy moslashuvini ta'minlaydi, ijtimoiy moslashuv esa o'zini anglashni yanada boyitadi. Ushbu jarayonlarni qo'llab-quvvatlash uchun oila, ta'lim muassasalari va jamiyat tomonidan ijtimoiy-psixologik yordam, empatiya va refleksiya asosidagi tarbiya, ijobiy motivatsiyani shakllantirish, shuningdek, sog'lom kommunikatsiya muhitini yaratish muhimdir. Shundagina o'smirlar o'zini anglagan, ijtimoiy faol, mas'uliyatli va barqaror shaxs sifatida jamiyatda o'z o'rnini topa oladi.

Xulosa. O'smirlik davrida shaxsiy identifikatsiya va ijtimoiy moslashuv inson shaxsiy rivojlanishining eng muhim psixologik jarayonlaridan bo'lib, ular o'zaro chambarchas bog'liq holda kechadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlik inson hayotidagi "men kimman?" degan fundamental savolga javob topish bosqichidir. Shu jarayonda o'smir o'zini anglash, ijtimoiy muhitda o'z o'rnini topish, mustaqil qaror qabul qilish va ijtimoiy rollarni o'zlashtirish orqali o'zining barqaror "Men-konsepsiyasi"ni shakllantiradi. Shaxsiy identifikatsiyaning muvaffaqiyatli rivojlanishi o'smirning ijtimoiy moslashuvini, hissiy barqarorligini, o'ziga ishonchini va ijtimoiy mas'uliyat hissini mustahkamlaydi.

Psixologik jihatdan qaraganda, identifikatsiya jarayoni kognitiv (o'zini anglash, tahlil qilish), affektiv (o'zini qabul qilish va boshqalar bilan hissiy bog'lanish), hamda ijtimoiy (jamiyatdagi rol va mansublikni his etish) komponentlarning o'zaro uyg'unlashuvi natijasida shakllanadi. Bu komponentlar orasidagi muvozanat ijtimoiy moslashuvning sifatini belgilaydi. Agar bu jarayon izchil rivojlanmasa, o'smir o'zini topishda qiyinchilikka duch keladi, bu esa o'zini past baholash, begonashuv, tajovuzkorlik yoki ijtimoiy izolyatsiya kabi holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu bois, o'smirlik davrida psixologik qo'llab-quvvatlash, refleksiya, empatiya va kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Mahalliy, rus va xorijiy olimlarning tadqiqotlari umumiy xulosaga olib keladiki, barqaror identitet va ijtimoiy moslashuvni shakllantirishda oila, maktab, tengdoshlar guruhi va kengroq ijtimoiy muhitning hissasi beqiyosdir. E. Erikson va J. Marcia nazariyalari shaxsiy identifikatsiyaning ichki inqiroz orqali yetuklikka o'tishini asoslab bergan bo'lsa, L. S. Vygotskiy, I. S. Kon va D. B. Elkonin bu jarayonni ijtimoiy faoliyat va kommunikatsiya kontekstida tahlil qilgan. O'zbekiston olimlari esa identifikatsiya va moslashuv jarayonlarini oila-maktab-mahalla tizimi, milliy qadriyatlar, madaniy an'analar va ijtimoiy hamkorlik tamoyillari bilan bog'liq holda o'rganib, bu yondashuvning ijtimoiy ahamiyatini ochib berganlar.

Bugungi globallashuv va raqamli kommunikatsiya davrida o'smirlarning identitet izlanishlari yangi shakllarga ega bo'lmoqda. Internet va ijtimoiy tarmoqlar shaxsiy ifoda uchun imkon yaratgani holda, ayni paytda tashqi baholarga qaramlik va virtual identifikatsiya xavfini ham kuchaytiradi. Shu bois, media savodxonlik, o'zini tanqidiy baholash va raqamli madaniyatni rivojlantirish o'smirlarning zamonaviy ijtimoiy moslashuvda hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Xulosa qilib aytganda, o'smirlik davridagi shaxsiy identifikatsiya va ijtimoiy moslashuv - bu nafaqat shaxsning psixologik yetilishi, balki jamiyatning barqaror rivojlanishiga xizmat qiluvchi jarayonlardir. Bu jarayonni qo'llab-quvvatlash uchun oila, ta'lim tizimi va psixologik xizmatlarning hamkorligi zarur. Shaxsiy identifikatsiya va ijtimoiy moslashuvning muvaffaqiyatli kechishi o'smirning o'zini anglagan, mustaqil fikrlaydigan, ijtimoiy faol va mas'uliyatli inson sifatida voyaga yetishining asosiy garovidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Jo'rayev, M. M. O'smir shaxsining ijtimoiy moslashuvi va psixologik qo'llab-quvvatlash mexanizmlari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2021. – 210 b.

2. Raximova, D. M. O'smirlik davrida ijtimoiy faollik va identifikatsiyaning shakllanish omillari. // O'zbekiston psixologiyasi jurnali. – 2022. – №3. – B. 45–57.
3. G'aniyeva, N. Sh. O'smir shaxsini ijtimoiylashuv jarayonida shakllantirishning psixologik xususiyatlari. – Samarqand: SamDU nashriyoti, 2020. – 168 b.
4. Sodiqova, M. R. Oila va maktabning o'smir shaxsining moslashuvidagi roli. // Ta'lim va taraqqiyot jurnali. – 2023. – №4. – B. 82–90.
5. Abdurahmonov, A. T. Milliy qadriyatlar asosida yoshlarning ijtimoiy identitetini shakllantirishning psixologik jihatlari. – Toshkent: O'zbekiston Milliy universiteti nashriyoti, 2022. – 190 b.
6. Выготский, Л. С. Психология развития ребёнка. – М.: Педагогика, 1984. – 320 с.
7. Эльконин, Д. Б. Психология развития школьника. – М.: Академия, 2001. – 304 с.
8. Кон, И. С. Психология ранней юности. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.
9. Божович, Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. – М.: Педагогика, 1968. – 464 с.
10. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
11. Реан, А. А. Психология личности и мотивации. – СПб.: Питер, 2019. – 272 с.
12. Смирнова, Е. О. Социальная компетентность подростков: структура и развитие. // Вопросы психологии. – 2020. – №2. – С. 41–52.
13. Петровская, А. В. Коммуникативная компетентность и межличностные отношения подростков. – М.: Изд-во МГУ, 2017. – 198 с.
14. Шиханова, Н. Е. Формирование идентичности подростков в условиях современной школы. // Психологическая наука и образование. – 2021. – №6. – С. 59–68.
15. Реан, А. А., Коломинский, Я. Л. Социальная психология личности. – СПб.: Питер, 2018. – 368 с.

Razakova Rayxan Saylaubekovna,
Ma'mun universiteti "Psixologiya" kafedrası prof.v.b.

EYDJIZM VA UNING KEKSALARDA O'Z-O'ZINI QABUL QILISHGA TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu maqolada eydjizm odamning o'z-o'zini qabul qilishiga, o'z qiymatini his qilishiga salbiy ta'siri atroflicha o'rganilgan. Ayniqsa eydjizm qariyalarda ijtimoiy yakkalanishni kuchaytiradi. Qariya inson o'z yoshini «muammo» deb qabul qila boshlaydi. «Men qarib qoldim, hech kimga keragim yo'q» degan fikrlar uning o'z-o'zini qadrlashini pasaytiradi va ichki yolg'izlikka olib keladi

Kalit so'zlar: qarilik, individuallik, "keksalik" tushunchasi, gerontologiya, ruhiy salomatlik, hissiy qo'llab-quvvatlash.

Аннотация. В данной статье всесторонне изучено негативное влияние эйджизма на самопринятие человека и ощущение собственной ценности. Особенно подчёркивается, что эйджизм усиливает социальную изоляцию пожилых людей. Пожилой человек начинает воспринимать свой возраст как «проблему». Мысли вроде «Я состарился, я никому не нужен» снижают его самооценку и приводят к внутреннему чувству одиночества.

Ключевые слова: старость, индивидуальность, понятие «пожилой возраст», геронтология, психическое здоровье, эмоциональная поддержка.

Annotation. This article comprehensively examines the negative impact of ageism on an individual's self-acceptance and sense of self-worth. It particularly emphasizes that ageism increases social isolation among the elderly. An older person begins to perceive their age as a "problem." Thoughts such as "I've grown old; nobody needs me" lower self-esteem and lead to inner loneliness.

Key words: old age, individuality, concept of "elderliness," gerontology, mental health, emotional support.

Kirish. «Eydjizm» atamasi, ya'ni keksalikka oid stereotiplar va insonlarni yoshiga ko'ra kamsitishni ifodalovchi tushuncha, «Eydjizm» atamasi sotsiologiya va psixologiyada keng qo'llaniladi. Bu tushuncha ilk bor 1969 yilda amerikalik psixiatr Robert Batler tomonidan kiritilgan. U «eydjizm»ni irqchilik (rasizm) va jinsiy kamsitish (seksizm) kabi, odamlarning muayyan toifasini yoshiga ko'ra diskriminatsiya qilish holati sifatida ta'riflagan.

«Eydjizm» (ing. ageism) - bu odamlarga ularning yoshiga qarab salbiy munosabatda bo'lish, kamsitish, stereotip va g'arazli fikrlar ifodasi demakdir. Ya'ni, keksalarga nisbatan «ular zamonaviy bilimga ega emas», «harakatchan emas» degan qarashlar, yoshlarga nisbatan «ular hali yetarlicha tajribasiz», «mas'uliyatni his qila olishmaydi» kabi stereotiplar - eydjizm namunasi hisoblanadi. Eydjizm odamning o'z-o'zini qabul qilishiga, o'z qiymatini his qilishiga salbiy ta'sir qiladi. Masalan, keksa odam «men qarib qoldim, hech narsaga yaramayman va qila olmayman» deb o'ylashi eydjizmning belgisidir[8].

Ayniqsa eydjizm qariyalarda ijtimoiy yakkalanishni kuchaytiradi. Qariya inson o'z yoshini «muammo» deb qabul qila boshlaydi. «Men qarib qoldim, hech kimga keragim yo'q» degan fikrlar uning o'z-o'zini qadrlashini pasaytiradi va ichki yolg'izlikka olib keladi. Yoshlarda esa «men hali tajribasizman, shuning uchun meni atrofdağilar hurmat qilishmaydi» degan fikr bilan ifodalanishi mumkin.

Keksalar va qariyalarga nisbatan salbiy munosabat hamda ularni kamsitish ayniqsa mehnat faoliyati va tibbiy xizmat sohalarida kuchli namoyon bo'ladi. Madaniy-yoshga oid stereotiplar esa jamiyatda keksalar qanday qabul qilinishi va qadrlanishiga daxldor bo'lsa, keksalarning o'zida ham shaxsiy yoshga oid stereotiplar mavjud bo'ladi, ya'ni ular qarish haqida muayyan tasavvurlarni qo'llab-quvvatlaydilar va bu tasavvurlar doimo madaniy stereotiplar bilan uyg'un bo'lmasligi mumkin.

Agar insonlar ushbu stereotiplarni o'zlariga nisbatan qo'llasalar, ular o'z-o'zini stereotiplash ko'rinishiga aylanadi va bu jarayon natijasida madaniy yoshga oid stereotiplar ko'pincha insonlarning xatti-harakatlariga subyektiv yoshga oid salbiy ta'sir ko'rsatadi. Masalan subyektiv qarish insonning o'z qarish jarayoni va keksalikdagi holatlari haqidagi tajribalariga daxldor bo'lib, qarishni o'z-o'zini qabul qilish va subyektiv yoshni his etishni qamrab oladi.

Eydjizm, turli ijtimoiy va madaniy stereotiplarni batafsil muhokama qilish shuni ko'rsatadiki, shaxsning o'z qarishini hamda boshqa odamlarning qarishini idrok etishi ochiq-oydin ijtimoiy-madaniy koordinatalarga ega. Shu bilan birga, qarilikka munosabat va subyektiv yosh o'zaro ahamiyatli, ammo unchalik yuqori bo'lmagan korrelyasiyalarni namoyon etadi. Subyektiv yosh qarishning prediktori sifatida namoyon bo'lar ekan, uning salomatlik va umr ko'rish davomiyligiga qanday ta'sir ko'rsatishini tadqiq etgan izlanishlarni ko'rib chiqishimiz lozim.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili (Literature review). Odamlar o'zlariga nisbatan qo'llaydigan yoshga oid stereotiplar qarishga oid ijtimoiy qarashlar ta'sirida shakllansa-da, qarishning o'z-o'zini idrok etilishi ko'proq shaxsiy xatti-harakat tajribasi, biografiya va shaxs xususiyatlariga tayanadi.

Subyektiv yosh esa o'rtacha holatni egallashi mumkin: masalan, keksa insonlar o'zini yoshroq his etish orqali qarishning ekologik va ijtimoiy signallaridan himoyalanişga intiladilar. Biroq subyektiv yosh, shu bilan birga, qarishning shaxsiy tajribasiga ham asoslanadi.

Nihoyat, subyektiv yosh va qarishni o'z-o'zini idrok etish kognitiv qobiliyatlar va psixologik salomatlikka ham ta'sir qiladi. Epizodik xotira va ijro funksiyalariga e'tibor qaratgan holda, Ya. Stefan hamkasblari bilan subyektiv yoshi yoshroq bo'lgan insonlarda kognitiv funksiyalarning yaxshilanishi kuzatilganini va bu holat keyingi 10 yillik kuzatuvlarda ham davom etganini ko'rsatdi. Bundan tashqari, so'nggi yillarda o'tkazilgan va o'n ikki yilgacha dinamik ravishda kuzatuv olib borilgan qator tadqiqotlar qarishni salbiy qabul qilish kognitiv qobiliyatlarning pasayishi bilan bog'liq ekanini namoyish etdi[4].

Bundan tashqari, yoshni his etishni eydjizmning bir ko'rinishi sifatida ko'rib chiqish imkoniyati ham muhokama qilinmoqda. Shu tariqa, subyektiv yosh keksalarda mavjud bo'lgan yoshlikka yo'nalish bilan uyg'unlashsa, o'z qarishiga bo'lgan munosabat qarish jarayonini baholash bilan uyg'unlashadi. Subyektiv yosh va qarishga munosabatni birgalikda tahlil qilish tarixiy tahlil manzarasini to'ldirishga imkon berdi, ya'ni xronologik yosh va uning subyektiv bahosini hisobga olgan holda «qarilik» degan asosiy ijtimoiy belgidan ma'lum ma'noda uzoqlashish imkonini yaratdi. G.Vayl hamkasblari bilan shunday xulosaga keladiki, qarishga doir subyektiv qarashlar tarixiy o'zgarishlarga barqaror bo'lib ko'rinadi, bu esa ularni kognitiv faoliyat, farovonlik, yolg'izlik va nazoratga ishonch kabi konstruktarga nisbatan koxtortaviy qarish diskursida nisbatan noyob qiladi. Shu bilan birga, har ikki ko'rsatkich - subyektiv yosh va o'z qarishiga munosabat - ushbu fikrni tasdiqlaydi[7].

B.Levi hamkasblari Baltimor bilan olib borgan qarishni uzoq muddatli tadqiqotida (Baltimore Longitudinal Study of Aging - BLSA) shu narsa aniqlandiki, yoshlikda yoshga oid salbiy stereotiplar ko'proq bo'lgan shaxslar 38 yildan keyin yurak-qon tomir kasalliklariga ko'proq chalingan, yoshga oid ijobiy stereotiplari ustun bo'lganlarga nisbatan. Shuningdek, yosh stereotiplarining kognitiv qobiliyatlarga va ularga mos biomarkerlarga ta'siri bir necha marotaba tasdiqlangan. Levi tadqiqot guruhi shuni ko'rsatdiki, yoshga oid ijobiy stereotiplari ustun bo'lganlarga qaraganda yoshga oid salbiy stereotiplari ustun bo'lgan insonlarda 38 yil davomida xotira ko'rsatkichlari pasaygan[1].

Yoshga oid stereotiplarning uzoq muddatli oqibatlari ham o'rganilgan bo'lib, yoshga oid salbiy stereotiplarining qarilikda salomatlikning turli jihatlariga ta'siri mavjudligi haqida ishonchli dalillar keltirilgan. Bu ta'sir hatto o'zini o'z yoshidan o'zini qariroq his qiluvchi insonlarda ham kuzatilgan, shuningdek, salomatlikning boshqa uzoq muddatli prediktorlari - xronologik yosh, jins, ta'lim darajasi, jismoniy holat, salomatlikning subyektiv bahosi va farovonlik darajasi - nazorat qilinganda ham saqlanib qolgan.

Shuningdek, Baltimor longityud tadqiqoti doirasida yoshlikda yoshga oid salbiy stereotiplariga ega bo'lgan ishtirokchilarda keyinchalik Alsgeymer kasalligi bilan bog'liq biomarkerlar soni yuqori bo'lgani va bu holat miyaning posmert ekspertizasida tasdiqlangani aniqlangan. Shuningdek, yoshga oid salbiy stereotiplari ustun bo'lgan qariyalar ko'proq ko'proq kasalxonaga murojaat qilganlar, nogironlikni kompensatsiya qilish ehtimoli kamroq bo'lgan hamda 36 oy mobaynida eshitish qobiliyatining keskin pasayishini namoyon etganlar[1].

Bundan tashqari, K. Rotermundning tadqiqoti yoshga oid salbiy stereotiplari ustun bo'lgan ishtirokchilarda to'rt yildan so'ng depressiya ko'rsatkichlari yuqoriroq ekanini ko'rsatgan[3].

Ushbu tadqiqotlarning barchasi yoshga oid stereotiplar salomatlikning turli jihatlariga uzoq muddatli ta'sir ko'rsatishini namoyon qildi.

Subyektiv yoshni qarish ko'rsatkichi sifatida o'rgangan bir qator tadqiqotlarda qarish to'g'risidagi tasavvurlarga eksperimental aralashuv amalga oshirilgan: ko'rish tajribasini cheklash, avlodlar orasidagi uzilish tajribasini yaratish, yoshga oid stereotiplarning ta'sirini shakllantirish, xotirani tekshirish yoki qo'lning musht qisish kuchi haqida fikr-mulohaza berish kabi usullar qo'llanilgan[4].

Biroq ushbu tadqiqotlardan faqat bittasidagina subyektiv yoshdagi o'zgarishlarning salomatlikka ta'siri aniqlangan. Eksperimental holatda o'zini yoshroq his qilishga majbur qilingan qariyalar qo'l musht qisish kuchining sezilarli darajada ortishiga erishgan va bu ko'rsatkich nogironlik hamda qarishning ishonchli prediktori hisoblanadi.

O'z qarishini ijobiyroq baholagan yoki o'zini haqiqiy yoshidan yoshroq his etgan shaxslar aslida sog'lomroq bo'lib qolishgan. Bundan tashqari, qarishni ijobiy qabul qilgan insonlarda funksional salomatlik va jismoniy ish qobiliyati, jumladan, yurish tezligi yaxshilanishi kuzatilgan hamda ular salbiy qarish idrokiga ega bo'lgan yoki o'zini subyektiv jihatdan qariroq his etgan shaxslarga nisbatan uzoqroq yashagan[5].

Bu holatning yorqin misoli sifatida B. Levi va hamkasblarining klassik tadqiqoti keltiriladi, unda qarishni ijobiy qabul qilgan kattalar o'rtacha hisobda salbiy qabul qilganlarga nisbatan 7,5 yil ko'proq yashaganligi aniqlangan. Bu ta'sir tegishli kovariantlar nazorat qilinganda ham saqlanib qolgan. Qizig'i shundaki, ushbu ta'sir boshqa tadqiqotlarda fiziologik ko'rsatkichlar (masalan, past xolesterin yoki qon bosimining sistolik darajasi) yoki sog'lom turmush tarzi (masalan, pastroq jismoniy massa indeksi, ilgari chekmaslik, jismoniy mashqlarga moyillik) bilan bog'liq qo'shimcha umr uzayishi ta'siridan ham kuchliroq bo'lgan[2].

Shunday qilib, yoshga oid stereotiplar va subyektiv qarish shaxsiy tasavvurlarda uzviy bog'liq holda namoyon bo'ladi.

Yoshga oid stereotiplarning uzoq muddatli oqibatlari ham o'rganilgan bo'lib, salbiy yosh stereotiplarining qarilikda salomatlikning turli jihatlariga ta'siri mavjudligi haqida ishonchli dalillar keltirilgan. Bu ta'sir hatto o'zini o'z yoshidan qariroq his qiluvchi insonlarda ham kuzatilgan, shuningdek, salomatlikning boshqa uzoq muddatli prediktorlari, xronologik yosh, jins, ta'lim darajasi, jismoniy holat, salomatlikning subyektiv bahosi va farovonlik darajasi nazorat qilinganda ham saqlanib qolgan.

Shunday qilib, stereotiplarning va qarish jarayoniga bo'lgan shaxsiy munosabatning ta'sirini o'rgangan tadqiqotlardan ko'rinishicha, ijtimoiy bosim va madaniy qarashlar insonning xulq-atvori va psixik qobiliyatlaridagi haqiqiy o'zgarishlarga salmoqli hissa qo'shadi.

Xulosa va takliflar (Conclusion/Recommendations). Eydjizm - zamonaviy jamiyatda keksalikka nisbatan shakllanayotgan eng muhim sotsiopsixologik muammolardan biridir. U insonning yoshiga ko'ra kamsitilishi, stereotiplashtirilishi hamda ijtimoiy qadrsizlanishi natijasida namoyon bo'ladi. Psixologik nuqtai nazardan eydjizm - bu nafaqat tashqi ijtimoiy hodisa, balki ichki psixik jarayon, ya'ni insonning o'z qarishini qanday qabul qilishi, o'zining "subyektiv yoshi"ni qanday his etishi bilan ham bevosita bog'liqdir.

Keksalikni "muammo" sifatida idrok etish jarayonida inson o'z ijtimoiy mavqeini yo'qotayotgandek his qiladi, bu esa ichki yolg'izlik, ijtimoiy yakkalanish va depressiv

kayfiyatlarning kuchayishiga olib keladi. Shuningdek, yoshga oid stereotiplar mehnat, tibbiyot va ijtimoiy munosabatlarda diskriminatsion mexanizmlarni shakllantiradi. Shu bois eydjizm - individual psixologik inqiroz bilan bir qatorda, ijtimoiy tuzilmaning ham refleksi hisoblanadi.

Shu nuqtai nazardan qaraganda, subyektiv yosh - insonning o'zini haqiqiy yoshidan "qanchalik yosh yoki qarilikda" deb his etishi - psixik salomatlik, ijtimoiy faoliyat va hayot davomiyligining muhim prediktori sifatida e'tirof etilmoqda. O'zini yoshroq his etish - bu shunchaki hissiy holat emas, balki faol ijtimoiy pozitsiya, o'z hayotini nazorat qilish va hayotiy ma'noni saqlab qolishning psixologik strategiyasidir.

Shuningdek, eydjizmning ichki shakli - o'z-o'zini stereotiplashtirish - ayniqsa xavfli bo'lib, u shaxsning ichki "men-konsepsiyasi"ni buzadi. Inson ijtimoiy stereotiplarni o'ziga nisbatan qo'llaganda, bu o'z navbatida subyektiv qarilikni kuchaytiradi va ruhiy salomatlikning pasayishiga sabab bo'ladi. Natijada eydjizm insonning o'z "men"ini anglashiga, o'zining qadriyat tizimini saqlab qolishiga va hayotdan mamnunlikni his qilishiga to'sqinlik qiladi.

Yuqoridagi tahlillardan kelib chiqadiki, eydjizmga qarshi kurashish - bu nafaqat ijtimoiy, balki psixokorreksion masaladir. Bu jarayon psixologik ta'lim, ijtimoiy ongni o'zgartirish, yoshga oid stereotiplarni qayta baholash hamda keksalarda o'z-o'zini qadrlashni mustahkamlovchi psixoterapevtik yondashuvlarni joriy etishni talab qiladi.

Shunday qilib, eydjizمنى kamaytirish - bu shaxsning o'z hayotini mazmunli deb his etishiga, ijtimoiy aloqalarda faol bo'lishiga va psixologik farovonlikni saqlashiga xizmat qiluvchi muhim psixologik omildir. Qarish jarayonini tabiiy, ijobiy va individual rivojlanish bosqichi sifatida qabul qilish keksalikda hayot sifatini yaxshilash va yolg'izlik hissini kamaytirishning eng samarali yo'lidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Levy B. R. Stereotype embodiment: A psychosocial approach to aging // Current Directions in Psychological Science. 2009. Vol. 18. № 6. P. 332–336. [dx.doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01662.x](https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01662.x)
2. Levy B. R., Bavishi A. Survival advantage mechanism: Inflammation as a mediator of positive self-perceptions of aging on longevity // The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences. 2016. [dx.doi.org/10.1093/geronb/gbw035](https://doi.org/10.1093/geronb/gbw035)
3. Rothermund K. Effects of age stereotypes on self-views and adaptation / The adaptive self. Personal continuity and intentional self-development // W. Greve, K. Rothermund, D. Wentura (Eds). Göttingen: Hogrefe, 2005. P. 223–242.
4. Westerhof G. J., Wurm S. Longitudinal research on subjective aging, health, and longevity: current evidence and new directions for research // Ann. Rev. Gerontol. Geriatr. 2015. Vol. 35. P. 145–65. doi: 10.1891/0198-8794.35.145
5. Robertson D. A., Savva G. M., King-Kallimanis B. L., Kenny R. A. Negative perceptions of aging and decline in walking speed: A self-fulfilling prophecy // PloS one. 2015. Vol. 10. № 4. e0123260. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0123260>
6. Stephan Y., Caudroit J., Jaconelli A., Terracciano A. Subjective age and cognitive functioning: a 10-year prospective study // Am. J. Geriatr Psychiatry. 2014. Vol. 22. P. 1180–1187. doi: 10.1016/j.jagp.2013.03.007
7. Wahl H. W., Drewelies J., Duezel S., Lachman M. E., Smith J., Eibich P., ... & Gerstorf D. Subjective age and attitudes toward own aging across two decades of historical time // Psychology and aging. 2022. Vol. 37. № 3. P. 413–429. doi: 10.1037/pag0000649

Shaikimanova Shaxnoza Joldasbay qizi,
Innovatsion texnologiyalar universiteti
Pedagogika va psixologiya kafedrası assistent o'qituvchisi

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI O'QUVCHILARDA KOGNITIV USLUBNI RIVOJLANTIRISHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda kognitiv uslubni rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlari ilmiy-pedagogik nuqtayi nazardan tahlil etilgan. Tadqiqotda bolaning bilish faoliyati, tafakkur jarayoni va idrok mexanizmlarining rivojlanish bosqichlari ko'rib chiqilgan. Kognitiv uslubni shakllantirishda o'qituvchi, o'quvchi va muhit omillarining o'zaro ta'siri muhim omil sifatida yoritilgan. Shuningdek, zamonaviy pedagogik texnologiyalar, interfaol metodlar va ijodiy topshiriqlarning kognitiv jarayonga ta'siri tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: kognitiv uslub, kichik maktab yoshi, bilish jarayoni, tafakkur, pedagogik yondashuv, interfaol metod, ijodiy fikrlash.

Аннотация. В данной статье рассматриваются особенности развития когнитивного стиля у учащихся младшего школьного возраста с научно-педагогической точки зрения. В исследовании анализируются этапы формирования познавательной активности, мышления и восприятия ребёнка. Особое внимание уделено взаимодействию факторов - учителя, ученика и образовательной среды в процессе формирования когнитивного стиля. Также раскрывается влияние современных педагогических технологий, интерактивных методов и творческих заданий на развитие когнитивных процессов.

Ключевые слова: когнитивный стиль, младший школьный возраст, познавательная деятельность, мышление, педагогический подход, интерактивные методы, творческое мышление.

Annotation. This article analyzes the specific features of developing cognitive style in primary school students from a scientific and pedagogical perspective. The study examines the stages of the child's cognitive activity, thinking process, and perception mechanisms. The interaction between the teacher, the student, and the educational environment is highlighted as a key factor in shaping cognitive development. The article also explores the influence of modern pedagogical technologies, interactive teaching methods, and creative tasks on cognitive processes.

Key words: cognitive style, primary school age, cognitive process, thinking, pedagogical approach, interactive methods, creative thinking.

Kirish. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda kognitiv uslubni rivojlantirish masalasi bugungi ta'lim tizimining muhim yo'nalishlaridan biridir. Bu davr bolaning tafakkuri, idroki, xotirasi va e'tibori faol shakllanadigan, atrof-muhitni chuqurroq anglay boshlaydigan bosqich hisoblanadi. Shu boisdan, o'qituvchi o'quvchilarda bilimni faqat yod olish emas, balki uni tahlil qilish, solishtirish, sabab-oqibat munosabatlarini tushunish orqali o'zlashtirishga yo'naltirishi zarur. Kognitiv uslubni rivojlantirishda o'quvchilarning o'z fikrini mustaqil ifoda etish qobiliyatini kuchaytirish muhim o'rin tutadi. Bunda turli interfaol metodlar, o'yinli mashg'ulotlar va ijodiy topshiriqlar samarali natija beradi. Shuningdek, bola o'zi kuzatgan hodisalarni tahlil qilib, ularni shaxsiy tajribasi bilan bog'lashni o'rganadi. Kognitiv yondashuv bolaning individual o'quv sur'ati va idrok qilish usuliga moslashgan holda tashkil etilishi lozim. Har bir bola o'z fikrlash tarziga ega bo'lgani sababli, bu jarayonda individual yondashuv asosiy tamoyil bo'lib xizmat qiladi. O'qituvchi bolaning tafakkur jarayonini kuzatish orqali uning kuchli va sust tomonlarini aniqlashi mumkin. Natijada, o'quv jarayoni samaradorligi oshadi va bola bilimni ongli ravishda egallaydi.

Kognitiv uslubni shakllantirishda bolaning qiziqishlarini inobatga olish, unga erkin fikrlash muhiti yaratish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu yoshdagi o'quvchilar o'rganilayotgan mavzularni

hayotiy misollar bilan bog'lash orqali yaxshiroq tushunadilar. Shuning uchun o'qituvchi darslarda bolalarning tajribasiga yaqin bo'lgan mavzularni tanlashi foydalidir. Kognitiv jarayonni faollashtirishda suhbat, muhokama, rolli o'yinlar va ijodiy topshiriqlar kabi metodlar katta natija beradi. Ushbu usullar bolaning tafakkurini kengaytiradi, tahliliy fikrlashni rivojlantiradi va muammoli vaziyatlarda mustaqil qaror qabul qilishga o'rgatadi.

O'quvchi o'z fikrini asoslashni, dalillar keltirishni, boshqalarning fikrini hurmat qilishni o'rganadi. Shu tarzda kognitiv rivojlanish nafaqat bilim sifatini oshiradi, balki shaxsning ijtimoiy faolligini ham kuchaytiradi. Ta'lim jarayonida bolaga fikr erkinligini berish, uni tanqidiy va ijodiy tafakkurga yo'naltirish pedagogik mahoratni talab etadi. Kichik maktab yoshi davrida bu ko'nikmalar mustahkam asosga ega bo'lsa, keyingi bosqichlarda o'qish samaradorligi yanada ortadi. Natijada o'quvchi o'z bilimlarini hayotda qo'llay oladigan darajada mustahkam egallaydi.

Kognitiv uslubni rivojlantirish jarayonida ota-ona va o'qituvchi hamkorligi alohida ahamiyatga ega. Uy va maktab muhiti o'rtasidagi uyg'unlik bola tafakkurining izchil shakllanishiga yordam beradi. Ota-onalar bolada kuzatuvchanlik, mustaqil fikrlash, savol berish odatini qo'llab-quvvatlasa, ularning bilishga bo'lgan motivatsiyasi kuchayadi. Shu bilan birga, o'qituvchi har bir o'quvchining individual kognitiv xususiyatlarini bilib, unga mos metodlarni tanlaydi. Bolaning diqqatini jamlash, eslab qolish va ma'lumotni tahlil qilish qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulotlar muntazam olib borilishi lozim. Kognitiv o'sishning tabiiy jarayonini qo'llab-quvvatlash uchun qulay psixologik muhit yaratish ham muhimdir. Darslarda rag'bat, ijobiy munosabat va ishonch muhitining mavjudligi bola tafakkuriga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday sharoitda o'quvchi o'z fikrini erkin bildiradi va xatodan qo'rqmaydi. Shu orqali u o'z bilish jarayonini anglaydi va mustaqil o'rganish strategiyalarini shakllantiradi. Natijada, kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda kognitiv uslub izchil va samarali rivojlanadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda kognitiv uslubni rivojlantirish masalasi ko'plab psixolog va pedagog olimlar tomonidan o'rganilgan bo'lib, bu jarayonning ilmiy asoslari kognitiv psixologiya nazariyalariga tayanadi. Kognitiv yondashuvning eng muhim nazariy asoschisi hisoblangan Jan Piaje bolalar tafakkurining bosqichma-bosqich shakllanishini chuqur tahlil qilgan. Unga ko'ra, kichik maktab yoshi aqliy rivojlanishning aniq obrazlar bilan fikrlash bosqichiga to'g'ri keladi va bu davrda bola o'z tajribasi asosida dunyoni tushunishni o'rganadi.

Piaje nazariyasiga binoan, o'quv jarayonida bola faol sub'ekt sifatida ishtirok etishi, ya'ni u bilimni tayyor shaklda emas, balki mustaqil izlanish orqali egallashi lozim. Bu yondashuvda o'qituvchi yo'naltiruvchi, o'quvchi esa faol ishtirokchi sifatida namoyon bo'ladi. Piaje ta'limni shunday tashkil etishni taklif etadiki, unda bola tajriba orttirish orqali o'z bilim tizimini kengaytiradi. Shuningdek, u o'z xatolarini tahlil qilish orqali tafakkur jarayonini chuqurlashtiradi. Shu bois, kichik yoshdagi o'quvchilarda kognitiv uslubni rivojlantirish, eng avvalo, ularning o'z fikrlash faoliyatini boshqarish va bilish jarayonini anglashga yo'naltirilgan bo'lishi kerak.

Lev Vygotskiy kognitiv rivojlanishning ijtimoiy tabiatiga urg'u berib, o'quvchi tafakkuri shakllanishida ijtimoiy muhit va muloqotning o'rni beqiyos ekanini ta'kidlagan. Uning "yaqin rivojlanish zonasi" nazariyasiga ko'ra, bola mustaqil bajara oladigan faoliyat bilan kattalar yoki tajribaliroq tengdoshlari yordamida bajara oladigan faoliyat o'rtasida ma'lum oraliq mavjud. Aynan shu zona o'quvchining kognitiv o'sish imkoniyatini belgilaydi.

Vygotskiy nazariyasi asosida o'qituvchi o'quvchiga murakkab bilimni birdan berish emas, balki uni bosqichma-bosqich, yo'l-yo'lakay ko'maklashish orqali o'rgatishi kerak. Bunda muloqot, savol-javob, birgalikdagi muhokama jarayonlari asosiy vosita hisoblanadi. Shu tarzda bola yangi bilimni o'zlashtirar ekan, fikrlash uslubi ham takomillashadi. Kognitiv uslubning ijtimoiy asoslangan rivojlanishi o'quvchini nafaqat bilish faoliyatiga, balki hamkorlikda fikrlashga ham o'rgatadi. Bu esa uning tafakkurini yanada moslashuvchan va tizimli qiladi. Natijada bola yangi vaziyatlarda o'z bilimini ijodiy qo'llashga tayyor bo'ladi.

Jerom Bruner kognitiv rivojlanish jarayonini “kashf etish orqali o‘rganish” nazariyasi bilan izohlagan. Unga ko‘ra, bilim o‘quvchiga tayyor shaklda emas, balki u tomonidan faol izlanish, kashf etish, tahlil qilish jarayonida egallanadi. Bruner fikricha, o‘qituvchining vazifasi o‘quvchiga tayyor javob berish emas, balki uni savol berishga, taxmin qilishga, izlanishga undashdir.

Bu yondashuv kichik maktab yoshidagi bolalarda tafakkur jarayonini faollashtiradi, ularda mustaqil fikrlash va muammoli vaziyatlarda yechim topish ko‘nikmalarini shakllantiradi. Bruner o‘quv materiali o‘quvchining aqliy imkoniyatlariga mos bo‘lishi zarurligini ham ta’kidlagan. Shu tariqa, bola asta-sekin o‘zi o‘rganayotgan bilimni umumlashtirish va tushunchalar tizimiga joylashtirishni o‘rganadi. Kognitiv uslubning bu modelida o‘quvchi o‘z tajribasiga asoslanadi, lekin shu bilan birga nazariy tushunchalarga tayanadi. Bruner ta’limni bola uchun qiziqarli va kashfiyotga o‘xshash jarayonga aylantirishni muhim deb bilgan. Natijada, kichik maktab yoshidagi o‘quvchining bilishga bo‘lgan tabiiy qiziqishi so‘nmaydi, aksincha yanada kuchayadi.

Amerikalik psixolog Benjamin Blum o‘zining “bilimlarni o‘zlashtirish darajalari” nazariyasi bilan kognitiv rivojlanish masalasiga yangicha yondashuv olib kirgan. U tafakkurni bilish, tushunish, qo‘llash, tahlil, sintez va baholash kabi bosqichlarga ajratgan. Bu bosqichlar kognitiv uslubni shakllantirishda muhim ahamiyatga ega, chunki o‘quvchi har bir darajani bosib o‘tish orqali murakkab fikrlashga o‘tadi. Kichik maktab yoshida aynan birinchi uch bosqich – bilish, tushunish va qo‘llash faol shakllanadi. Shu jarayonda o‘quvchi yangi ma’lumotlarni eslab qolish, ularni tushunish va amaliyotda qo‘llashni o‘rganadi.

O‘qituvchi bu nazariyaga asoslanib dars jarayonini bosqichma-bosqich tashkil etsa, kognitiv o‘shish yanada samarali kechadi. Blum nazariyasi o‘quvchilarda refleksiya, ya’ni o‘z fikrini tahlil qilish va baholash qobiliyatini shakllantirishga yordam beradi. Bu esa o‘quvchi tafakkurining faollashishiga olib keladi. Shu yo‘l bilan bola bilimni nafaqat o‘zlashtiradi, balki uni ongli tarzda boshqarishni ham o‘rganadi.

Kognitiv uslubni rivojlantirish bo‘yicha zamonaviy olimlar, jumladan, Xovard Gardnerning “ko‘p qirrali aql” nazariyasi ham katta e’tiborga sazovor. Gardner har bir insonning aqliy faoliyati turlicha rivojlanishini, ya’ni har bir o‘quvchining o‘ziga xos kognitiv uslubi mavjudligini ta’kidlaydi. U aqlni lingvistik, mantiqiy, vizual, musiqiy, kinestetik, shaxslararo va intrapersonal turlarga ajratgan. Shu nazariyaga tayanib, o‘qituvchi har bir o‘quvchining kuchli jihatini aniqlab, unga mos ta’lim usullarini qo‘llashi lozim. Bu yondashuv kichik maktab yoshidagi bolalarning individualligini hurmat qilishni va ularning tabiiy intellektual imkoniyatlarini rivojlantirishni nazarda tutadi.

Kognitiv uslubni rivojlantirishda shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim tamoyili aynan shu g‘oyaga asoslanadi. Natijada bola o‘zining qaysi faoliyat turida samaraliroq ekanini anglaydi va shu yo‘nalishda chuqurroq rivojlanadi. Gardner nazariyasi o‘quvchining o‘z-o‘zini anglashini kuchaytiradi, bu esa bilish jarayonini ichki motivatsiya bilan boyitadi. Shu bois, bu yondashuv zamonaviy pedagogik amaliyotda kognitiv uslubni shakllantirishning muhim nazariy poydevoriga aylangan.

Muhokama. Kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarda kognitiv uslubni rivojlantirishni muhokama qilishda, avvalo, bu davr bolaning tafakkuri va bilish faoliyati jadal shakllanadigan eng muhim bosqich ekanini e’tirof etish lozim. Shu yoshda bola atrofdagi hodisalarni bevosita idrok etadi, ularni o‘z tajribasi orqali anglashga harakat qiladi. O‘quv jarayonida o‘quvchi faqat tayyor bilimni yod olish bilan cheklanmasligi, balki bilimni izlash, tushunish va amaliyotda qo‘llashni o‘rganishi zarur. Buning uchun dars jarayonida faol metodlar, muammoli savollar, mustaqil tahlil va ijodiy topshiriqlardan foydalanish katta ahamiyatga ega. O‘quvchining o‘ylash, xulosa chiqarish va solishtirish qobiliyatini faollashtirish orqali uning kognitiv uslubi mustahkamlanadi. Shu bilan birga, bolada o‘z fikrini asoslab aytish, ishonch bilan javob berish, savol berish va muhokamada ishtirok etish odatini shakllantirish lozim.

Kognitiv rivojlanish jarayoni tabiiy bo‘lib, u doimiy rag‘bat va ijobiy psixologik muhitni talab qiladi. Agar o‘qituvchi bu jarayonga individual yondashuv bilan kirishsa, o‘quvchining o‘rganishga

bo'lgan ichki motivatsiyasi ortadi. Shu sababli, har bir bola o'z fikrlash tarziga mos o'quv strategiyalarini ishlab chiqishi uchun imkoniyat yaratish zarur. Natijada o'quv jarayoni o'quvchi uchun nafaqat bilim manbai, balki tafakkurini rivojlantiruvchi hayotiy tajribaga aylanadi.

Kognitiv uslubni shakllantirishda ijtimoiy omillar va o'quv muhitining ta'siri ham muhim rol o'ynaydi. Bolaning fikrlash jarayoni ko'p jihatdan uning o'qituvchi, ota-ona va tengdoshlari bilan o'zaro munosabatlariga bog'liq bo'ladi. Muloqot jarayonida bola yangi bilimlarni o'zlashtiradi, mavjud bilimlarini esa qayta ishlaydi va ulardan xulosalar chiqaradi. Shu bois o'quv jarayonida guruhli ishlash, muhokama, o'zaro bahs-munozara kabi faol shakllardan keng foydalanish tavsiya etiladi. Bunday faoliyat o'quvchilarda nafaqat bilim, balki tanqidiy fikrlash, muammoli vaziyatlarga ijodiy yondashish qobiliyatini ham shakllantiradi.

Kognitiv uslubni rivojlantirishda bolaning mustaqil qaror qabul qilishini qo'llab-quvvatlash, uning xatolarini tahlil qilib, o'rganish vositasiga aylantirish ham samarali hisoblanadi. O'qituvchi bu jarayonda rahbar sifatida emas, balki hamkor sifatida ishtirok etishi lozim. Bu usul o'quvchi tafakkurining erkin shakllanishiga, o'z fikrini himoya qilish va yangi g'oyalar ilgari surishga imkon beradi. Natijada bola o'zining kognitiv imkoniyatlarini anglaydi va o'z fikrlash uslubini ongli ravishda boshqarishga o'rganadi.

1-jadval

Tadqiqot bosqichi	Tadqiqot maqsadi	Tadqiqot metodlari	Tadqiqot mazmuni	Kutilayotgan natijalar
1. Diagnostik bosqich	Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning kognitiv faoliyati darajasini aniqlash	Kuzatish, suhbat, psixologik testlar, mini-so'rovnoma	O'quvchilarning tafakkur, diqqat, xotira, idrok va bilish faoliyatini o'lchash. Shaxsiy o'quv motivatsiyasi va tafakkur sur'atini aniqlash.	Har bir o'quvchining individual kognitiv uslubi, kuchli va sust jihatlari aniqlanadi. Ularning bilish faoliyatini rivojlantirish uchun boshlang'ich holat belgilanadi.
2. Tajriba-tahlil bosqichi	Kognitiv uslubni rivojlantirishga qaratilgan metodikalar samaradorligini sinovdan o'tkazish	Eksperimental darslar, interfaol o'yinlar, muammoli topshiriqlar, kuzatish kundaligi	Kognitiv jarayonlarni rivojlantirishga xizmat qiluvchi mashg'ulotlar o'tkazish. O'quvchilarning tafakkur faolligi, mustaqil fikrlash darajasi va ijodiy yondashuvi o'zgarishini kuzatish.	O'quvchilarning bilish jarayoni faollashadi, mantiqiy fikrlash, tahlil qilish va xulosa chiqarish ko'nikmalari mustahkamlanadi. Mustaqil fikrlash va ijodkorlik rivojlanadi.
3. Tahliliy bosqich	Olingan ma'lumotlarni ilmiy tahlil qilish va natijalarni umumlashtirish	Ma'lumotlarni solishtirish, psixologik tahlil, diagnostik diagrammalar tuzish	Eksperimental va nazorat guruhlaridagi farqlarni aniqlash, o'zgarishlarning sabablarini tahlil qilish. Kognitiv uslub rivojlanish dinamikasini ifodalash.	Tadqiqot natijasida kognitiv uslubni shakllantirishga yordam beruvchi samarali usullar aniqlanadi, nazariy va amaliy xulosalar ishlab chiqiladi.

Tadqiqot bosqichi	Tadqiqot maqsadi	Tadqiqot metodlari	Tadqiqot mazmuni	Kutilayotgan natijalar
4. Refleksiya bosqichi	O'quvchilarda o'z-o'zini anglash va fikrlash jarayoniga ongli yondashuvni shakllantirish	Suhbat, refleksiv kundaliklar, o'quvchi tahlil daftarlari	O'quvchilardan o'z bilim olish jarayoni, qiyinchiliklar va yutuqlar haqida fikr so'rash. Ularning o'z tafakkurini baholashini o'rganish.	O'quvchilar o'z kognitiv imkoniyatlarini angelaydi, bilish jarayonini boshqarishni o'rganadi va o'rganishga ijobiy motivatsiya shakllanadi.
5. Yakuniy bosqich	Tadqiqot natijalarini umumlashtirish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish	Tahliliy hisobot, pedagogik maslahat, metodik tavsiyalar	O'qituvchilar va ota-onalar uchun kognitiv uslubni rivojlantirish bo'yicha amaliy tavsiyalar tayyorlash.	Kognitiv rivojlanish bo'yicha kompleks metodik yondashuv ishlab chiqiladi. O'quvchilar tafakkuri va bilish faoliyatini rivojlantirish uchun samarali strategiyalar belgilanadi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda kognitiv uslubni rivojlantirish uchun individual yondashuv, o'yin asosidagi o'quv metodlari va ijodiy topshiriqlardan muntazam foydalanish eng samarali yo'l hisoblanadi. Psixologik tahlillar shuni ko'rsatadiki, ijobiy emotsional muhit va o'quvchi faol ishtirok etadigan dars shakllari tafakkur jarayonini sezilarli darajada faollashtiradi.

Kognitiv uslubni rivojlantirishning yana bir muhim jihati - o'quvchilarning psixologik holatini inobatga olish va ularda o'z-o'zini anglash ko'nikmasini shakllantirishdir. Kichik maktab yoshidagi bola o'z fikrini baholash, muvaffaqiyat va xatolarini tahlil qilishni endigina o'rganadi, shu sababli unga ijobiy qo'llab-quvvatlash zarur. O'qituvchi dars jarayonida har bir o'quvchining individual imkoniyatini hisobga olib, uni rag'batlantirish orqali tafakkur faoliyatini faollashtiradi. Bolaning o'zini muvaffaqiyatli his qilishi, unda bilimga bo'lgan ichki ehtiyojni oshiradi va kognitiv faoliyatni mustahkamlaydi. Shu bilan birga, o'quv materialini turli usullar bilan taqdim etish - ko'rgazmali, eshitish, harakatli faoliyat orqali - bolaning turli bilish turlarini faollashtiradi.

Kognitiv rivojlanishda tahlil qilish, umumlashtirish, taqqoslash, sintez qilish kabi aqliy amallarni o'rgatish alohida ahamiyatga ega. O'quvchi bu amallarni egallagan sayin, uning bilish jarayoni chuqurlashadi va mustaqil fikrlash darajasi ortadi. Kognitiv uslubni rivojlantirish natijasida bola faqat bilim egasi emas, balki bilimni yaratish va undan to'g'ri foydalanishni biladigan shaxsga aylanadi. Shu bois, bu jarayonni tizimli, psixologik va pedagogik jihatdan izchil olib borish zarurdir.

Xulosa. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda kognitiv uslubni rivojlantirish jarayoni o'z mohiyatiga ko'ra, bolaning bilish faoliyatini, tafakkur tarzini va dunyoni anglash usulini shakllantirishga qaratilgan murakkab va izchil jarayondir. Ushbu bosqichda o'quvchi o'z tajribasi, kuzatuvlari va o'rganish faoliyati orqali fikrlashni o'rganadi hamda bilimlarni mantiqiy tahlil qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Kognitiv uslubni rivojlantirish uchun ta'lim jarayonida bola faol ishtirok etadigan, mustaqil fikrlashga undaydigan metodlar qo'llanilishi zarur.

O'qituvchi bu jarayonda nazorat qiluvchi emas, balki yo'naltiruvchi va rag'batlantiruvchi rolni bajaradi. Har bir o'quvchining individual fikrlash sur'ati, idrok qilish darajasi va bilish qiziqishlari hisobga olinishi kerak. Shu tarzda bola o'z fikrini ifoda etishni, dalillar keltirishni, tanqidiy yondashishni o'rganadi. Kognitiv rivojlanishning muvaffaqiyati o'quv muhitining ochiqqligi va o'zaro muloqotga boyligiga ham bog'liq bo'ladi. Dars jarayonida o'quvchi o'z

bilimlarini amaliyot bilan bog'lash imkoniyatiga ega bo'lsa, uning tafakkuri yanada faol ishlaydi. Natijada o'quvchi o'z o'rganish jarayonining subyekti sifatida shakllanadi, bu esa mustaqil fikrlaydigan shaxsni tarbiyalashning asosi hisoblanadi. Shu sababdan, kognitiv uslubni rivojlantirish zamonaviy ta'limning ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida qaraladi.

Kognitiv uslubni rivojlantirishning samaradorligi o'quvchi, o'qituvchi va ota-ona o'rtasidagi uzviy hamkorlikka ham bog'liqdir. Bola uchun qulay psixologik muhit yaratish, unda bilishga bo'lgan ichki ehtiyojni rag'batlantirish bu jarayonning eng muhim omillaridan biridir. O'qituvchi bolada o'z fikrini ifoda etishdan qo'rqqanlik, savol berish va mustaqil izlanish ko'nikmasini shakllantirishi kerak. Ota-onalar esa o'quvchining bilim olish jarayoniga ijobiy munosabat bilan yondashib, uni doimiy ruhiy qo'llab-quvvatlashi lozim.

Kognitiv rivojlanish natijasida bola o'rganilgan bilimlarni faqat yodlab emas, balki anglab, ularni turli hayotiy vaziyatlarda qo'llay oladi. Shu tariqa, u o'z tafakkurini boshqarish, muammoli vaziyatlarni tahlil qilish va ijodiy yechim topish qobiliyatiga ega bo'ladi. Kichik maktab yoshida bu jarayonni to'g'ri yo'naltirish kelgusida shaxsning aqliy mustaqilligini ta'minlaydi. Kognitiv uslubning shakllanishi o'quvchining nafaqat intellektual, balki hissiy va ijtimoiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, bu jarayon ta'limda tizimli, individual yondashuv va doimiy rivojlantiruvchi muhit asosida tashkil etilishi lozim. Natijada, kognitiv uslubni rivojlantirish o'quvchini zamonaviy jamiyat talablari darajasida fikrlaydigan, tahlil qiladigan va ijodkor shaxs sifatida shakllantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Щукина Г.И. Усиление когнитивной активности в процессе образования. – М., Образование, 2005 год.
2. Kognitiv faoliyat darajalari: darslik / T.I. Shamov. - M.: Ta'lim, 2005. - 286 b.
3. Azizov, D. (2023). KOGNITIV KOMPETENTLAR KLASSTERINING TUZILISHI. Interpretation and Researches, 1(9).
4. Ochilov M. Yangi pedagogik texnologiyalar. O'quv qo'llanma. Qarshi.: Nasaf, 200. – 80b.
5. Utemov V. V., Zinovkina M. M., Gorev P. M. Ijodkorlik pedagogikasi: ilmiy ijodkorlikning amaliy kursi: darslik. - Kirov: ANOO «Hududlararo CITO», 2013. - 212 p.
6. Sidorchuk T. A. «Syujetli rasm asosida bolalarning ijodiy hikoyalarini chizish» Nashriyotchi: M.: ARKTI Nashr qilingan yil: 2010 Eysenck M., Keane M. Cognitive Psychology: A Student's Handbook. New edition 2009.

Xujaniyozova Oygul Rajabovna,
Abu Rayhon Beruniy nomidagi Urganch Davlat universiteti
"Sport faoliyati, pedagogika va psixologiya fakulteti" "Pedagogika va
psixologiya kafedrası" p.f.f.d. (PHD) dotsent

O'SMIR YOSHDAGI O'QUVCHILARNING PSIXOFIZIOLOGIK RIVOJLANISH OMILLARI VA ULARNING TA'LIM JARAYONIGA TA'SIRI

Аннотация. В данной статье рассматриваются некоторые трудности, возникающие в процессе обучения и воспитания учащихся подросткового возраста, а также психологическое и физиологическое развитие и особенности детей этого возраста. Воспитание всесторонне развитой, гармонично развитой личности является одной из актуальных проблем, стоящих сегодня перед системой образования. Поэтому знание и изучение психологических и физиологических особенностей подросткового возраста имеет важное значение для воспитателей, педагогов, психологов и родителей.

Ключевые слова: психология, физиологические изменения, мотивация, психофизиологическое состояние, индивидуальность.

Abstract. This article examines some difficulties encountered in the process of teaching and educating adolescent students, as well as the psychological and physiological development and characteristics of children of this age. The upbringing of a comprehensively developed, harmoniously developed personality is one of the urgent problems facing the education system today. Therefore, knowledge and study of the psychological and physiological characteristics of adolescence is of great importance for educators, teachers, psychologists, and parents.

Key words: psychology, physiological changes, motivation, psychophysiological state, individuality.

Annatsiya. Ushbu maqolada o'smirlik yoshidagi o'quvchilarga ta'lim va tarbiya berish jarayonida uchraydigan ayrim qiyinchiliklar, bu yoshdagi bolalarning psixologik, fiziologik rivojlanishi va xususiyatlari o'rin olgan. Har tomonlama yetuk, barkamol shaxsni tarbiyalash hozirgi kun ta'lim tizimi oldidagi dolzarb muammolardan biridir. Shu boisdan o'smirlik davrining psixologik hamda fiziologik xususiyatlarini bilish, o'rganish tarbiyachilar, pedagoglar, psixologlar va ota-onalar uchun muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: Psixologiya, fiziologik o'zgarishlar, motivatsiya, psixofiziologik holat, individuallik.

Kirish. O'smirlik davri psixologiyasini bilish psixologik nuqtai nazaridan ham pedagogik nuqtai nazaridan ham muhimdir. Bu davrni biz yana o'tish davri ham deb ataymiz. O'smirlik davri asosan 10-16 yoshdagi bolalarni o'z ichiga qamrab oladi, ya'ni 4-9 sinf o'quvchilarini. O'smir o'quvchilarni ta'lim va tarbiya berish ishlarida uchraydigan ayrim qiyinchiliklar bu yoshdagi bolalarning psixik rivojlanishi va xususiyatlarini ba'zan yetarli darajada bilmaslikdan yoki inkor qilishdan kelib chiqadi.

Kichik va katta yoshdagi maktab o'quvchilariga qaraganda o'smirlik yoshidagi bolalarni tarbiyalashda juda ko'p qiyinchiliklar bo'ladi. Chunki, kichik bolaning katta odamga aylanishi jarayoni juda qiyin kechadi. Bu jarayon o'smirlar psixologiyasining shaxslar bilan bo'lgan munosabat shakllarining jiddiy ravishda o'zgarishi, hamda hayot sharoitining o'zgarishi bilan bog'liqdir. Bu davrda o'smirlarning o'z shaxsiy fikrlari paydo bo'ladi. Ularda o'z qadr-qimmatlari haqidagi tushuncha kengayadi. Ilmiy psixologiyaning aniqlashi bo'yicha o'smirlarning psixik taraqqiyotini harakatga keltiruvchi kuchlar, ularning faoliyatlari bilan tug'iladigan ehtiyojlar bilan bu ehtiyojlarni qondirish imkoniyatlari o'rtasidagi dialektik qarama-qarshiliklarni yuzaga kelishi va bartaraf qilinishidan iboratdir.

Tadqiqot jarayonida Kadrlar tayyorlash milliy dasturi, Ta'lim to'g'risida qonun, Sh.Mirziyoev asarlari, mavzuga doir adabiyotlar hamda internet manbalaridan foydalanildi. Maqolani yozish davomida nazariy-deduktiv xulosa chiqarish, analiz va sintez, mantiqiylik tamoyillari qo'llanildi.

Qarama-qarshiliklar ancha yuksak darajadagi psixik taraqqiyotni, ancha murakkab shakldagi faoliyat turlarini va shaxsning qator yangi psixologik xususiyatlarini tarkib toptirish orqali bartaraf qilishdan iboratdir. Shundan keyin psixik taraqqiyotning yuksakroq bosqichiga o'tiladi. Ana shu nuqtai nazardan o'smirlik yoshini yanada oydinroq qarab chiqaylik. Bola boshlang'ich sinfni tugatadi. Bolaning o'rta maktabda o'qishga o'tishi uning hayotida burilish davri hisoblanadi. O'smirlarning yangi ijtimoiy jihatdan tashkil topgan va rang-baranglantirilgan faoliyatiga uning psixologik hamda shaxsning tarkib topishiga asos bo'lgan sharoit va vosita ta'sir qiladi.

Shunday qilib, o'smirlarga ta'lim-tarbiya berishning yangi to'g'ri usullari hamda vositalarni topishi uchun o'smirlik yoshining o'ziga xos xususiyatlarini jismoniy va psixologik taraqqiyotini yaxshi bilishimiz kerak. O'smirlik yoshining mazmuniy xarakteristikasi vaqt o'tishi bilan o'zgarib boradi, chunki bunda inson hayotining xususan ijtimoiy sharoitlari o'zgaradi. O'smir yoshdagi o'quvchilar psixologik taraqqiyotining biologik omillariga ular ongiga og'ir, ba'zan kuchi etmaydigan bo'lib ko'ringan, ularni jiddiy psixik inqirozga va hayajonga soladigan, masalan: o'smirlar uchun xarakterli bo'lgan norozilik, qo'pollik, qaysarlik, o'z-o'zini analiz qilishga moyillik sub'ektiv olamga va shunga o'xshash holatlarni keltirib chiqaradigan vaziyatlar muhim ahamiyatga ega.

Jinsiy rivojlanishi munosabati bilan paydo bo'ladigan yangi sezgilar fikrlar, moyilliklar, kechinmalar go'yo o'smirlar ongida hukmron bo'ladi. Ularning xulq atvorini belgilaydi. Mana shunday holatda o'smirlarning psixologik qiyofalari asosan yolg'iz sof biologik omil deb qaraladi.

Psixologlarning fikricha, yosh psixologik xususiyatlari faqatgina yolg'iz biologik jihatidan yetilishi va taraqqiyot natijasi bo'lmay balki bolaning ijtimoiy hayot sharoitlari va faoliyatlarining o'zgarishi hamda bu jihatdan yangi ijtimoiy omillarning paydo bo'lishi natijasida o'smirning taraqqiyotiga va unga beriladigan maktabdagi ta'lim va tarbiya berishni aniq tashkil qilish o'smirlarning konkret hayot sharoitlari va faoliyatning mahsuli deb qarab bo'lmaydi. O'smirlik davri organizmning jo'shqin o'sish davridir. Bu davrda tananing intensiv ravishda rivojlanishi yuzaga keladi, muskullari mustahkamlanadi va skeletning o'sish jarayoni davom etadi. Bu davrda yurak qon tomirlari sistemasining rivojlanishida mos kelmaslik hodisasi kuzatiladi. Bu davrda yurak hajm jihatdan ancha kattalashadi, kuchliroq ishlay boshlaydi. Ko'pincha bu qon aylanishining vaqtincha buzilishiga, qon bosimining yoshga bog'liq bo'lmagan holda ko'tarilishiga, yurak faoliyatining zo'riqishiga olib keladi. Natijada o'smirlarda uchraydigan bosh aylanishi, yurak pulsining tezlashishi, va bosh og'rig'i paydo bo'ladi. O'smirlarning yoshi ham jismoniy psixik xususiyatga egadir, organizm Pavlov fikriga ko'ra, bir butun sitsemadan iborat bo'lib, bunda barcha to'qimalar va organlarning fiziologik jarayonlari uzviy ravishda bir-biri bilan bog'langan bo'ladi.

P.Pavlov so'zi bilan aytganda, bunda nerv sitemasi va organizmda sodir bo'ladigan barcha hodisalarni boshqarib turuvchi bosh miya po'sti asosiy o'rin egallaydi. O'smirlik yoshida nerv sitsemasining yuqori qismi sifat jihatidan o'sa boshlaydi va miya ichki tuzilishining murakkablashishga olib keladi.

Katta yarim sharda nerv hujayralarining yetilishi tugallanadi. O'smir organizmining jismoniy rivojlanishi uning organlari va to'qimalarining rivojlanishi bosh miya po'stining boshqaruvchanlik roli ostida amalga oshadi, ammo o'sib borayotgan to'qimalar va organlar o'z navbatida nerv sistemasining o'sishiga ta'sir ko'rsatadi. O'smirlik yoshida o'pkaning hajmi kattalashadi, nafas olish ancha tezlashgan bo'ladi. O'smirlik yoshida bola qancha toza havoda yursa shuncha foydalidir.

Bu davrda ichki sekretiya bezlarining qayta qurishiga bog'liq bo'lgan jinsiy yetilish davridir. Bu bezlarning yetilishi inson organizmi uchun juda muhimdir. O'smirlik yoshining xarakterli xususiyatlaridan yana biri aynan jinsiy yetilish jarayonidir.

Jinsiy yetilishning boshlanishi ko'p jihatdan iqlimga va milliy epiografik omillarga va shuningdek, individual xususiyatlarga ham bog'liqdir.

Kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, jinsiy yetilishning boshlanish davri o'g'il bolalarda 12-13 yoshda, qiz bolalarda 11-12 yoshda boshlanadi.

O'qituvchilar, sinf rahbarlari datsavval shuni chuqur anglashlari lozimki, jinsiy yetilish organizmning jismoniy rivojlanishiga ta'sir qilishdan tashqari ularning psixik rivojlanishiga ham katta ta'sir ko'rsatadi. O'smirlarda jinsiy yetilish bilan birga shupaytgacha ularga noma'lum bo'lgan qandaydir hislar, kechinmalar, qarama-qarshi jinsga spetsifik qiziqish, noma'lum mazmundagi kitoblarga qiziqishlarning paydo bo'lishi tabiiydir. O'smirlik davrida nutqning rivojlanishi bir tomondan so'z boyligini oshishi hisobiga bo'lsa, ikkinchi tomondan tabiat va jamiyatdagi narsa voqea va hodisalarning mazmun mohiyatini anglashlari hisobiga bo'ladi. Aynan o'smirlik davridan boshlab, inson aynan nutq bilish jarayonlarining rivojlanishini belgilab berishini tushuna boshlaydi, o'smirni ko'pincha muomalada so'zlarni ishlatish qoidalari - "qanday qilib to'g'ri yozish kerak?", "qanday qilib yaxshiroq aytish mumkni?" kabi savollar juda qiziqtiradi. O'smirlar maktabdagi o'qituvchilar, kattalar ota-onalar nutqidagi kamchiliklarga kitob, gazeta, radio va televideniye diktorlari xatolariga tez e'tibor beradilar.

O'smir so'zlarning kelib chiqish tarixiga, ularning aniq mazmuni va mohiyatiga juda qiziqadi. U endi o'z nutqida yosh bola singari emas, balki katta odamlardek so'zlarni tanlashga harakat qiladi. Nutq madaniyatni egallash borasida o'smir uchun o'qituvchi, albatta, namuna bo'lishi shartdir. Aynan maktab ta'limi o'smir bilish jarayonlarining rivojlanish yo'nalishini sifat jihatidan o'zgarishida asosiy omil bo'lib xizmat qiladi. Bilish jarayonlarining rivojlanishida nutq ham o'sadi, ham yozma mavjud bo'lishi bilan ham kuchli vosita hisoblanadi. Maktabdagi o'quv jarayonlarining to'g'ri tashkil etilishi va amalga oshirilishi bilan o'smir nutqining to'g'ri rivojlanishi uchun sharoit yaratiladi. Nutqni o'zlashtirishga harakat bu o'smirniig muomala, bilish va ijodiy faoliyatga kirishish ehtiyoji va intilishi natijasi hisoblanadi.

O'smirlik davrida o'qish va yozma monologik nutq jadal rivojlanadi. 5-sinfдан boshlab to 9-sinfгacha o'qish to'g'ri, tez va ifodali bo'lish darajasidan, yoddan ifodali, ta'sirli aytib bera olish darajasigacha ko'tariladi. Monologik nutq esa asardagi kichik bir parchani qayta so'zlab berishdan, mustaqil ravishda nutq va chiqishlar tayyorlash, og'zaki mulohaza yuritish, fikr bildirish va ularni asoslab berishgacha o'zgaradi. Yozma nutq ham yaxshilangan holda o'smirlar endi ularga berilgan erkin mavzu bo'yicha mustaqil holda insho yoza oladilar, o'smirlarning nutqi to'la tafakkur bilan bog'liq holda amalga oishriladi. 5-6 sinflardagi o'quvchilar og'zaki va yozma matn uchun reja tuzib, unga amal qila oladilar. O'smirlik davrida nazariy tafakkur yuqori ahamiyatga ega bo'la boshlaydi. Chunki bu davrdagi o'quvchilar atrof-olamdagi bog'lanishlar mazmunini yuqori darajada bilishga harakat qiladilar. Bu davrda o'smirning bilishga bo'lgan qiziqishida yuksalish sodir bo'ladi. Ilmiy nazariy bilimlarning egallab olinishi tafakkurning rivojlanishiga olib keladi. Buning ta'sirida isbot, dalillar bilan fikrlash qobiliyati rivojlanadi. Unda deduktiv xulosalar chiqarish uchun qobiliyat paydo bo'ladi.

Maktabda o'qitiladigan fanlar o'smir uchun o'z taxminlarini yuzaga keltirish yoki tekshirish uchun sharoit bo'lib xizmat qiladi. J.Piajening ta'kidlashicha, "Ijtimoiy hayot uch narsaning ta'siri - til, mazmun, qoidalar asosida shakllantiriladi" Bu borada o'zlashtirilgan ijtimoiy munosabatlar o'z-o'zidan tafakkur uchun yangi imkoniyatlarni yaratadi.

11-12 yoshdan boshlab o'smir endi mantiqiy fikrla, harakat qila boshlaydi. O'smir bu yoshda xuddi kattalar singari keng kamrovi tahlil etishni o'rgana boshlaydi. O'smir tafakkurning nazariy darajaga qanchalik tez ko'tarila olishi, o'quv materiallarini tez va chuqur egallashi uning intellektini ham rivojlanishini belgilab beradi. O'smirlik davri yuqori darajadagi intellektual faollik bilan farqlanadi. Bu faollik o'ta qizikuvchanlik hamda atrofdagilarga o'z layoqatlarini namoyish etish, shuningdek, ularni yuqori baho olish ehtiyojining mavjudligi bilan belgilanadi. O'smirning kattalarga beradigan savollri mazmunli, mulohazali va aynan o'sha masala doirasida bo'ladi. Bu yoshdagi bolalar turli farazlarni keltira oladilar, taxminiy fikr yuritib, tadqiqot o'tkaza oladilar

hamda ma'lum bir masala bo'yicha muqobil variantlarni taqqoslay oladilar. O'smir tafakkuri ko'pincha umumlashtirishga moyil bo'ladi.

O'smirlik davrida diqqat, xotira, tasavvur to'la mustaqillik kasb etib, endi ularni o'z irodasiga ko'ra boshqara oladigan bo'ladi. Bu davrda qaysi etakchi funktsiya (diqqatmi, xotirami yoki tasavvur ustunlik qilayotgani yaqqol namoyon bo'lib, har bir o'smir o'zi uchun ahamiyatliroq bo'lgan funktsiyani e'tiborga olish imkoniyatiga ega bo'ladi, ushbu funktsiyalarning rivojlanish xususiyatlarini ko'rib chiqamiz.

Diqqat: Agar kichik maktab yoshida ixtiyorsiz diqqat ustunlik qilsa, o'smirlik davrida bola o'z diqqatini o'zi boshqara oladi. Dars davomida intizomning buzilishi aksariyat hollarda o'quvchilar diqqatsizligidan emas, balki ijtimoiy sabablar bilan belgilanadi. O'smir o'z diqqatini to'la ravishda o'zi uchun ahamiyatli bo'lgan va yuqori natajalarga erishishi mumkin bo'lgan faoliyatlarga qarata oladi. O'smirni diqqati yaxshi boshqariladigan va nazorat etiladigan darajada rivojlangan bo'lishi mumkin. Bolaning rivojlanayotgan ixtiyoriy diqqati o'qituvchi tomonidan doimo qo'llab-quvvatlanishi juda zarurdir. Pedagogik jarayonda ixtiyorsiz diqqatni ixtiyoriy diqqat darajasiga ko'tarish uchun bir qancha uslublar ishlab chiqilgan, shuningdek, o'smirning dars jarayonida o'z tengdoshlari orasida o'zini ko'rsatishi uchun sharoitni yaratilishi ham o'smirdagi diqqatni ixtiyorsizlikdan ixtiyoriyga aylanishida zamin bo'lib xizmat qilishi mumkin. Lekin, o'smirlik davrida juda qattiq charchash holatlari ham bo'ladi, aynan 13-14 hamda 16 yoshlarda charchash chizig'i keskin ko'tariladi. Bunday holatlarda o'smir atrofdagi narsa va voqealarga to'liq diqqatini qarata olmaydi.

O'smirlik yoshi shaxsining tarkib topish jarayonida alohida o'rin to'tadi. Bu davr asosiy davr hisoblanadi. Chunki bu yoshda g'oyat muhim psixologik o'zgarishlar paydo bo'ladi. Har xil psixologik o'zgarishlar va shaxsiy rivojlanish, eng avvalo, mana shu shaxsning faoliyat xarakteriga bog'liqdir. O'smirning faoliyati o'qish mehnat va o'yin jarayonlarini o'z ichiga oladi. Mana shu jarayonlarga to'xtalib o'tamiz.

1. O'smir kichik maktab o'quvchilaridan farq qilgan holda birinchi bo'lib ilmiy bilishda ishtirok etadi. Uning oldida birinchi faqat ayrim narsa va hodisani emas, barcha narsa va hodisalar uchun umumiy bo'lgan qonuniyatlarni tushunish uchun ishlatiladi.

Beshinchi sinfdayoq ayniqsa oltinchi sinfga kelib fizika, algebra, geometriya, tarix fanlari o'tila boshlanadi. Abstrakt tafakkur tez o'sa boshlaydi. O'quvchilar hodisalarning sabablarini tushunishga hodisalarni ma'lum qonuniyatlarni doirasida ifodalashga bu qonuniyatlardan foydalanishga intiladilar.

2. O'smirlik yoshining rivojlanishiga ko'proq mehnat faoliyati ta'sir ko'rsatadi. O'smirlik yoshida mehnat ancha uyushqoqlik xarakterida bo'ladi.

3. O'smirlik shaxsning tarkib topishida o'yinlar o'z ahamiyatini yo'qotmaydi. O'yin o'smirlik yoshida yuksak axloqiy tuyg'ularning, irodaviy xarakter hislatlarning o'sishiga yordam beradi. O'yin o'smirni intizomli bo'lishga o'rgatadi, o'yin o'ylashga, fahmlashga, eslab qolishga, biror narsani qilishdan oldin rejalashtirishga va diqqatli bo'lishga da'vat etadi. O'smirlik kollektivi boshlang'ich sinf o'quvchilari kollektiviga qaraganda maktabda ham uyda ham, butunlay boshqa o'rin to'tadi. Boshlang'ich sinflarda o'quvchilarning qiziqishi va faoliyatlari asosan sinf ishlari bilan cheklangan bo'ladi. O'smir shu yoshning datslabki davrlarida oldin o'zlashtirgan bilimlari asosida yangi bilim ola boshlaydi. U endi bir qator o'qituvchiga ko'nikish har biriga o'ziga yarasha muomala qilishi ularning talablariga ko'nikishi va shunga qarab o'zini tutish kerak.

Xulosa qilib aytganda, o'smirlik yoshiga etganda bolalarda burch va javobgarlik tuyg'ulari yetarli darajada o'sgan bo'ladi. Bolalar o'zlari ongli ravishda tanlashga qodir bo'lib qoladi. Mana shu davrda kattalar bolalarga "bemalol ish topshirishni ishonadilar", o'smirlarni oilada "kichkina" deb hisoblamay, ulardan xo'jalik ishlariga yordam berish, topshirilgan ishga javob berishlarini talab qiladilar. Ular bilan maslahatlashadilar ba'zi o'smirlar o'smirlikning so'ngida hatto o'z yaqinlarini qo'llovchisi va tayanchi bo'lib qoladilar. O'smir yoshidagi bolalarda bosh miya po'stining po'st osti qismlari utsidan kontroli ortib boradi. Po'st va po'st osti qismlari doimiy ravishda birga harakat

qiladi. Ayrim hollarda bosh miya po'sti po'st osti qismining faoliyatini nazorat qilmay qoladi. Bu o'smirning jizzakilik va emotsional hislariga berilganligidan dalolat beradi. Tormozlash reaksiyasini paydo qilish xarakteri turg'un bo'lmay qoladi. Qo'zg'alish jarayonlari ba'zan shu qadar kuchli bo'ladiki, o'smir yoqimsiz xarakterlarini tormozlolmay, o'zini to'xtata olmay qoladi. Qo'zg'alish jarayonlari jo'shqin, lekin tez o'sadi. Ikkinchi tamondan o'smir kuchli hayajonlanish paytida ayniqsa tegishli ijtimoiy sabablarga ko'ra hayajonlanganda, o'z xatti-harakatlarini idora eta olmaydi. O'smirlik yoshida ikkinchi signal sistemasining roli kuchaya boradi. Qo'zg'ovchi vazifasini bajaruvchi so'z bilish jarayonida boshqa kishilar bilan muomalada bo'lganda yoki o'z xatti-harakatlariga baho berishda ko'proq rol o'ynay boshlaydi. Shu bilan bir qatorda o'smirning nerv sitsemasining o'sishi hali tugallanmagan bo'lib, tarkib topish bosqichida bo'ladi. U uzoq vaqt davom etadigan kuchli qo'zg'alishga bardosh bera olmaydi. Ba'zan shu sababli ancha tez qo'zg'alish holatiga o'tib ketadi. Bu esa o'smir nerv sitsemasining ma'lum darajada bo'shligidan dalolat beradi.

O'smir yoshidagi bolalarni ish, o'qish hamda sport mashg'ulotlari paytida to'g'ri va chuqur nafas olishga o'rgatish zarurdir. Bu narsa shuning uchun ham muhimki, bo'yni tez o'sishi organizmda modda almashishining jadallashishi bilan o'smir bola ko'p miqdorda kislorodga muhtoj bo'ladi. Bu yoshda o'smirning toza havoda bo'lishi ayniqsa muhimdir. O'smirlik yoshida yurak ikki baravar ko'proq o'sadi, gavda esa bir yarim barobar o'sadi. Arteriyalar diametrining o'sishi yurakning o'sishidan orqada qoladi. Qon tomirining yo'li yurak hajmiga nisbatan kamayadi va bu nerv qalqonsimon bezlari faoliyatining kuchli darajada tezlashuvi bilan birgalikda qon bosimining ortishiga va yurak faoliyatining kuchayishiga olib keladi.

Qon tomirlari sistemasidagi o'zgarishlar natijasida ba'zan bosh miyaga boradigan qon yetarli bo'lmay qolishi mumkin. Bu esa bosh miya ish qobiliyatining susayishiga, tez toliqishiga va bosh aylanishiga olib keladi. Ba'zan o'smir tashqi ko'rinishining o'zgarib turishini kuzatish mumkin. O'smirning qo'l va lablari ko'karib ketadi, ba'zan esa uning yuzi qizarib ketadi. O'smir yoshdagi bolalarni bu davrda haddan tashqari ko'p toliqishlardan saqlash kerak. Bu davr yangi bosqichga ya'ni o'spirinlikka tayyorgarlikdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Muhamedova D.G., Mullaboyeva N.M., Rasulov A.I., Umumiy psixologiya, Toshkent "Ma'rifat", 2013
2. Ta'lim to'g'risida. O'zbekiston Respublikasining Qonuni. - T.: O'zbekiston, 2020.
3. Mirziyoev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan quramiz. - T.: O'zbekiston, 2017.
4. 2017-2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishlari bo'yicha harakatlar strategiyasi// <https://www.lex.uz>
5. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
6. Юрай А.Х., Мираширова Н.А. "Общая психология" - Tashkent 2014.
7. F.I. Xaydarov, N.I. Xalilova, "Umumiy Psixologiya"-Tashkent 2017.

To'raboyev Azamat Muxamadullayevich,
University of Business and Science
pedagogika va psixologiya kafedrası stajyor o'qituvchisi
email: turaboevazamat@gmail.com

OTA-ONA VA FARZAND MUNOSABATLARINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada oiladagi muhit, ota-onaning farzandga bo'lgan munosabati bolaning shaxs sifatida shakllanishiga ta'sir etuvchi omillar hamda tarbiyalashning turli uslublari yoritilgan.

Kalit so'z: Oila, tarbiya, proteksiya, giperproteksiya, emotsional raddiya, psixologik muhit, muloqot.

Abstract. This article discusses the family environment, the parents' attitude towards the child, the factors that influence the formation of the child as a person, and various methods of upbringing.

Key words: Family, upbringing, protection, hyperprotection, emotional rejection, psychological environment, communication.

Аннотация. В статье рассматриваются семейная среда, отношение родителей к ребёнку, факторы, влияющие на формирование личности ребёнка, и различные методы воспитания.

Ключевые слова: Семья, воспитание, защита, гиперпротекция, эмоциональное отвержение, психологическая среда, общение.

Oila - jamiyatning eng kichik, ammo eng muhim ijtimoiy bo'g'inidir. Oiladagi muhit, ota-onaning farzandga bo'lgan munosabati bolaning shaxs sifatida shakllanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, sog'lom oilaviy muhitda voyaga yetgan farzandlar o'ziga ishonchli, mustaqil va ijtimoiy faol bo'lib ulg'ayadilar. Shu bois ota-ona va farzand o'rtasidagi psixologik munosabatlarni o'rganish nafaqat oilaviy farovonlik, balki jamiyat taraqqiyoti uchun ham muhimdir.

Ma'lumki, ijtimoiy tarbiyaning dastlabki o'chog'i oila bo'lib, aynan ota va ona dastlabki ijtimoiy ko'nikmalarni bola ongiga singdiruvchi, uning irodasini charhlovchi insonlardir. Oilaviy munosabatlar bolani nafaqat shaxs sifatida o'zligini anglash, balki o'zini u yoki bu jins vakili sifatida idrok etish va shaxsiy fazilatlarini takomillashtirishga ham yordam beradi. Bizning kuzatishlarimiz shuni isbotladiki, oilaning to'liq bo'lishi, ya'ni, unda ham ota, ham onaning tinchlik-totuvlikda yashashlari va unda normal insoniy munosabatlar, sog'lom ma'naviy muhitning mavjudligi bolaning har tomonlama yaxshi rivojlanishi, sog'lom, aqlli, kuchli iroda sohibi bo'lib yetishiga imkon beradi. Bolaga ham otaning ham onaning bo'lishining zarurati shu bilan izohlanadiki, masalan, qiz bola onasi va uning oilada o'zini tutishiga qarab, o'zini ayollar jinsiga taalluqli ekanligini anglashdan tashqari, kelajakda qanday ona bo'lishini tasavvur qilsa, otasiga, uning onasiga bo'lgan munosabatiga qarab, o'zini kelajakda oila qurganda qanday oila sohibasi bo'lishi lozimligini anglab boradi. Xuddi shunday, o'g'il bola onasining fazilatlarini, oiladagi tutimi va otasiga munosabatini idrok qilib borar ekan, kelajakda qanday qiz bilan turmush qurish mumkinligi, tanlaydigan qizi qanday sifatlar sohibasi bo'lishi lozimligini bilib borsa, otasi va uning oilada mavqeiga qarab, o'zini erkak sifatida kelajakda tasavvur qilish bilan birgalikda turmush o'rtog'iga qanday munosabatda bo'lish lozimligi to'g'risida bilim va tasavvurlarini orttirib boradi. Bu psixologik qonuniyat bo'lib, shaxsning oiladagi shaxsiy va jinsiy sotsializatsiyasining yetakchi tamoyili hisoblanadi. SHu bois ham bolaning tom ma'noda yaxshi tarbiya olib, jamiyatda va oilaviy munosabatlarda munosib mavqega ega bo'lishi uchun oila muhiti sog'lom, barqaror, er va xotin birlariga g'amxo'r, mehrlil va sadoqatli bo'lishlari o'ta muhimdir.

Oila, undagi shaxslararo munosabatlar, er-xotin va ota-ona hamda bolalar munosabatlari ko'plab tadqiqotlarning ob'ekti va predmeti bo'lgan.

Xususan, ota-onalik ustanovkalari va ularning farzand tarbiyalash uslublari muammosi rossiyalik qator izlanuvchilarning asarlarida qayd etilgan (A.E. Lichko, 1979; A.A. Bodalev, A.A. Stolin, 1989; E.G. Eydemiller, V.V. Yustitskiy, 1999). Ota-onalikning eng muhim sifatlariga avvalo – **proteksiya** yoki farzandlarini tarbiyalash uchun sarflanadigan kuch, vaqt va e'tiborning mezonlari, bolaning turli ehtiyojlarini qondirish darajasi, intizomga chaqirish bilan bog'liq talablar darajasi, ta'qiqlovlar yoki bolaning xulqini jilovlash uchun ishlatiladigan sanksiyalar tizimi kiradi.

Oilalarda ota-onalarning o'z farzandlarini tarbiyalashning turli uslublari farqlash mumkin:

Giperproteksiya – ota-onalarning farzandlariga nisbatan haddan ziyod e'tibori bo'lib, bu ularning bola tarbiyasi uchun kuch, vaqt va e'tiborni ayamasliklarida namoyon bo'ladi. Ota-ona bu ishni hayot tarziga aylantiradi, ya'ni ona uchun ham, ota uchun ham bola tarbiyasi hayotining mazmun muddaosiga aylanadi.

Giperproteksiya – ota-ona tomonidan bolaning barcha istak, tilak va ehtiyojlarini ko'r-ko'rona, tanqid va mulohazasiz qondirishga intilish; bolani har qanday qiyinchiliklar va to'siqlardan himoya qilish, uning barcha istaklarini joyida bajo keltirish, erkalatish, oddiy yutuqlaridan quvonish, xatolarini sezmaslikka qaratilgan harakatlar. Bolasi uchun "jonini jabborga beruvchilar" odatda o'zlari bilmagan holda farzandlariga yomonlik qilayotganliklarini sezmaydilar, natijada bola kelajakda ishga toqati yo'q, ko'pchilikning ichida o'zini tuta olmaydigan, hayotning pastbalandliklarida o'zini nochor his etadigan, tantiq, erka bo'lib qoladi. Ayniqsa, bola o'smirlik yoshiga yetganda, erka, tantiq bo'lgani uchun do'stlari va tengqurlari davrasida ham hamma aytganlari bo'lishini istaydigan, liderlikka intiluvchanligini namoyon etgisi keladi, lekin ikkinchi tomondan, aslida unda bunday sifatlar bo'lmaydi. Gap shundaki, bunday holatlarda ota-ona zurriyodi timsolida ilgari o'z hayot tajribasida erisholmagan armonlarini ro'yobga chiqargisi keladi, ularning tarbiya uslublari aynan shunga qaratilgan bo'ladi, lekin bola ko'p jihatdan nochor ekanligini keyinchalik ijtimoiy muhitning turli vaziyatlariga tushganida his eta boshlaydi.

G'amxo'rlikdan ustun keladigan giperproteksiya – bunda erkalatishdan

ko'ra ota-ona tomonidan bolasining har bir yurgan qadami va xatti-harakatini nazoratga olish orqali unga e'tibor berish nazarda tutiladi. SHuning uchun bu tarbiya uslubida turli xil ta'qiqlovlar, chegaralashlar ("u mumkin emas", "bu mumkin emas" qabilida) bisyor bo'ladi. Bunday sharoitda katta bo'lgan bola odatda mustaqil fikrli, mustaqil qarorlar chiqaruvchi bo'lolmaydi, lekin salga jahli chiqadigan, ko'p narsalardan norozi holda katta bo'ladi, chunki u doimiy nazoratga, birovlarining hamma yo'lyo'riqlarini ko'rsatib, aytib berishlariga o'rganib qoladi: onasiz dars tayorlay olmaydigan, otasiz ko'chaga chiqmaydigan bo'ladi, barcha ishlarida kattalarning aralashuviga ko'nikib ketadi.

O'ta kuchli axloqiy mas'uliyat – bunda ota-ona tomonidan bolaga nisbatan talablar darajasi yuqori bo'ladi, lekin uning asl xohishistaklari, ehtiyojlari unchalik e'tiborga olinmaydi. Ota-ona bolasining kelajagini puxta qilishni o'ylab, uning yurish-turishi uchun o'zlarini mas'ul deb his qilgan holda, shaxsiy tasavvuridagi insonni yaratishga, shaxsni shakllantirishga urinadilar, ba'zan nazorat ostida bolaning yoshi, aqliy yoki jismoniy imkoniyatlariga zid talablar, topshiriqlar ham berilaveradi. Masalan, "sen to'ng'ichimizsan, ukalaringga sen qarashing kerak", degan ma'noda unga oiladagi kichik a'zolariga yoki kasallikka chalingan oila a'zosini parvarish qilish kabi mas'uliyatli va og'ir ishlar ham yuklanadi.

Emotsional raddiya – bunda ota-ona bolasini shunday tarbiyalaydiki, uning ota-ona hayotida u o'ziga yarasha tashvish, ortiqcha yuk ekanligi, u bo'lmaganida ota-onaning hayoti boshqacha bo'lishi muntazam ravishda eslatib turiladi. Agar bu farzand oilada yagona bo'lmasa, boshqa arzandaroq, suyuqliroq inson bo'lsa, vaziyat yanada og'irlashadi, "sen bo'lmaganingda..." yoki qiz bolaga qarab: "Sening o'ringda o'g'il bo'lganda edi..." qabilidagi kesatiqlar tez-tez aytib turiladi.

Ayrim ota-onalar bu kabi emotsional jihatdan bolasini rad etayotganligini yashirishga urinadi, "nega bolani yoqtirmaysan?" kabi savollarga aslida uni sevishi, kerakligini ta'kidlagan bilan baribir

bola ota-onasi uchun ortiqcha tashvish ekanligini his qilib yashaydi va tezroq mustaqil bo'lib olib, ularni tashlab ketishni, alohida yashashni ixtiyor qilib qoladi. Ona qanchalik o'z mehribonligini sun'iy ravishda namoyon etishga urinmasin, bola baribir ularning samimiy emasligini qalbi bilan his etadi. Ayniqsa, otasi bilan ajralishgan yoki ota tashlab ketgan holatlarda onaning bunday munosabati bolaga juda og'ir botadi.

Qattiqqo'llik – bir qarashda emotsional rad etishga o'xshaydi, lekin undan ochiqroq va og'irroqdir. Qattiqqo'llik to'g'ridan-to'g'ri bolani yoshligidan kaltaklash, haqorat qilish, kamsitish shaklida yoki bola ehtiyojlariga to'la befarqlik, uning bor-yo'qligini go'yoki sezmaslik kabi ko'rinishlarda bo'lishi mumkin. Ikkala holatda ham bola yoshligidan nima qilib bo'lsa-da, tezroq katta bo'lish, o'zi amallab tirikchiligini qilish, ota-ona tazyiqidan qutulishni o'ylab yashaydi. Bunday oilada bolani u yoki bu xulqi uchun jazolash odat tusiga kirib qoladi, bola qo'rqqanidan ota-ona hukmiga itoat etayotganligi, buning istiqbolda yomon asoratlari borligini kattalar bilmaydilar, bilsalar ham bu usul ular uchun samarali tuyuladi. Aybdorlik, aybga yarasha jazo kabi usullar bola xulq-atvorini boshqaruvchi psixologik omilga aylanadi, u ham kelajakda doimo aybdorlarni qidirishga o'rganib boradi.

SHu bilan birga oilada farzandlarning o'zaro munosabatlarini to'g'ri yo'lga qo'yish ham muhim masalalardandir. Bunda har bir bolaning sibling maqomini hisobga olgan maqsadga muvofiq sanaladi.

Psixologik adabiyotda sibling maqomi aslida (inglizcha *sibling*, *sibs* – bir oiladagi akalar va opalar ma'nosini bildiradi) – muayyan insonning muayyan oilada tug'ilishi, jinsi va tug'ruqlar orasidagi rasmiy farqni ifodalovchi tushunchani bildiradi. Bolaning sibling maqomi va uning shaxsiy ko'rsatkichlar bilan bog'liqligi masalasiga xali aniqlik kiritilmagan, ya'ni aniq ilmiy dalillar yetarli emas. SHunga qaramay, ko'pgina tadqiqotchilar (*Richardson R.*, 1994; *Driskoll R.*, *Iksteyn D.*, 2003; *Brazington R.*, 2003 va boshqalar) shaxsning sibling maqomi uning shaxsiga, er-xotinlik va ota-onalik maqomlariga, do'stlar bilan muomalasiga, ishda rahbariyat va hamkasblar bilan o'rnatadigan muloqotlarining xarakteriga ta'sir etishini o'rganishgan. Empirik ma'lumotlar bunday bog'liqliklarning to'rt turi mavjudligini ta'kidlaydi: to'ng'ich farzand, o'rtancha farzand, kenja va yolg'iz farzand.

O'sib kelayotgan avlodning jamiyat normalarini to'la qonli qabul qilishi, o'z davrining yaxshi va kerakli kishisi bo'lib yetishishi oilaning boshqa rasmiy tarbiya maskanlari bilan o'rnatadigan to'g'ri munosabatlari bevosita bog'liq. Ijtimoiylashuv jarayonida maktabgacha ta'lim muaasasalarining o'rni alohida ahamiyat kasb etadi. CHunki maktabgacha ta'lim muaasasalarining xodimlari bolaning ota-onasi bilan bevosita, har kuni muloqotda bo'ladi va ular maktab ma'muriyatidan farqli ikki xil funktsiyani bajaradi: rasmiy va norasmiy. Undan tashqari, tarbiyachining o'zi ota-onaga nisbatan ikki xil holatda bo'ladi – rasmiy tarbiyachi va samimiy, e'tiborli suhbatdosh tarzida. Lekin oila a'zolari bilan maktabgacha ta'lim muaasasalarining xodimlarining bitta bola tarbiyasidagi ishlarini uyg'unlashtirish, yaxshi samaraga erishish unchalik oson ish emas. CHunki ikkala tomon bir-biriga ishongan taqdirdagi ular o'rtasida samimiy muloqot bo'lishi va tarbiyada ijobiy natijalarga erishish mumkin.

Bunday muvaffaqiyatli munosabatlarning bir qator psixologik tamoyillarini ajaratish mumkin:

- avvalo, tarbiyachi ota-onaga farzandini faqat yaxshi tomondan ko'rsata bilishi lozim. Ya'ni, bog'chadagi bolaning obrazi ota-ona uchun ijobiy bo'lsagina, ular farzandini xonadonidan yaxshi kayfiyat bilan olib keladi va uyga qaytayotganda ham tarbiyachi bilan iliq xayrlashib, bolaning ham uni hurmat qilishi va mashg'ulotlarga aytganlariga quloq tutishi lozimligiga o'rgata oladi. Aks holda ota-ona og'rinib bolasini bog'chaga olib keladi va uni maktabgacha ta'lim muaasasasining tartiblarini menismalikka o'rgatib qo'yishi mumkin. Demak, birinchi tamoyil – ota-onaga maktabgacha ta'lim muaasasasidagi bola to'g'risida ijobiy obraz yarata olish;
- maktabgacha ta'lim muaasasalarining tarbiyachilari ota-ona bilan kundalik muloqotda bolaning erishgan yutuqlari, qanday bilim, malaka va ko'nikmaga ega bo'lganini ko'rsata olishlari

lozim. Masalan, tengqurlari bilan muloqotda o'zini qanday tutgani, do'stlari mavjudligi, berilgan she'r yoki boshqa topshiriqni bugun aynan qay tarzda o'zlashtira olganligi, kimga qanday yordam bera olgani, sotsiometrik maqomi qanday ekanligi hamqida norasmiy tarzda ma'lumot bera olishi kerak. Demak, bolaning yutuqlaridan ota-onani xabardor qilib borish tamoyili ota-ona bilan tarbiyachining hamkorligini mustahkamlaydi.

- tarbiyachi bolaning uydagi xulqi va yutuqlari yoki kamchiliklarini bilib turishi shart. Bu ota-ona bilan ishonchga asoslangan dialog jarayonida aniqlanadi. Chunki tarbiyachi bolaning uydagi qanday o'zini tutishi, odat va qiliqlarini bilmasa, unga to'g'ri pedagogik yondashuvni tashkil etolmaydi. Ya'ni, uchinchi tamoyil – bolaning oiladagi, uydagi maqomini bilish.

Yuqoridagilarning bola ijtimoiylashuvida inobatga olinishi maktabgacha ta'lim muassasalarining oila bilan yagona shior ostida "Keling birgalikda o'rganaylik!" ishlashga va yutuqlarga erishiga imkon beradi. Bunda asosiy manfaatdor tomon va faollik ko'rsatuvchi birinchi navbatda ota-ona bo'lishi lozimligini unutmazlik kerak.

Mamlakatimizda normal taraqqiyotli bolalar maktabgacha ta'lim muassasalariga so'ngra maktabga jalb etiladilarki, bu yerda ham ta'limning hamda tarbiyaning samaradorligi oila bilan hamkorlikka tayanishi barchaga ma'lum.

Ota-ona va farzand o'rtasidagi sog'lom psixologik munosabat - bu mehr, tushunish va ishonchga asoslangan ruhiy bog'liqlikdir. Har bir ota-ona farzandining shaxs sifatida shakllanishida o'z o'rnini chuqur anglab, u bilan samimiy muloqot o'rnatishi lozim. Zero, oilada yaratilgan sog'lom psixologik muhit - kelajak jamiyatining mustahkam poydevoridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Aleshina Yu.E. Individualnoe i semeynoe psixologicheskoe konsultirovanie. – M.: Klass, 2004.
2. Andreeva T.V. Semeynaya psixologiya. – SPb.: Rech, 2004.-244 s.
3. Andreenkova N. Rol semi na raznix etapax sotsializatsii individa // Dinamika izmeneniya polojeniya jenshini i semya. – M.: 1992. – S.4.
4. Dumitrashku T.A. Vliyanie vnutrisemeynix faktorov na formirovanie individualnosti // Voprosi psixologii. 1991. № 1.
5. Kalmikova Ye. S., Padun M.A. Rannyaya privyazannost i yee vliyanie na ustoychivost k psixicheskoy travme: Postanovka problemi (Soobsh. 1) // Psixologicheskii jurnal. – T. 23. – M.: 2002. – № 5. – S.
6. Karabanova O.A. Psixologiya semeynix otnosheniy i osnovi semeynogo konsultirovaniya: Uchebnoe posobie. M.: Gardariki, 2005. 320 s.
7. Karimova V. Oila psixologiyasi: Pedagogika oliy o'quv yurtlari talabalari uchun darslik. – T.: 2008 – 152 b.
8. SHapar V.B. Prakticheskaya psixologiya. Psixodiagnostika otnosheniy mejdu roditelyami i detmi. _ Rostov n/D: Feniks, 2006._ 432 s. S 370
9. SHnayder L.B. Semeynaya psixologiya: Uchebnoe posobie dlya vuzov.2-e izd. M.: Akademicheskii proekt. 2006. – 768 s.
10. SHoumarov G.B SHoumarov SH.B. Muxabbat va oila. – Toshkent, «Ibn Sino», 1994 y. 120s.
11. SHoumarov G'.B. va b. Oila psixologiyasi. - T.: "Sharq", 2001 y.-272 b.

Sadullayeva Zarnigor Tulkinjonovna,
Buxoro davlat universiteti 2-bosqich tayanch doktoranti

O'Z-O'ZINI TARBIYALASHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada talabanning shaxsiy rivojlanishida o'z-o'zini tarbiyalash jarayonining pedagogik-psixologik asoslari ilmiy jihatdan tahlil qilinib, ijodiy ta'lim muhiti sharoitida motivatsiya, refleksiya va o'zini boshqarish mexanizmlarining o'zaro ta'siri shaxs kamolotining muhim omili sifatida asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: o'z-o'zini tarbiyalash, pedagogik-psixologik asoslar, ijodiy ta'lim muhiti, refleksiya, motivatsiya, shaxs kamoloti, o'zini boshqarish

Аннотация: В статье научно проанализированы педагогические и психологические основы процесса самообразования в личностном развитии студента, обосновано взаимодействие механизмов мотивации, рефлексии и самоуправления в креативной образовательной среде как важный фактор личностного развития.

Ключевые слова: самообразование, педагогические и психологические основы, творческая образовательная среда, рефлексия, мотивация, личностное развитие, самоуправление

Abstract: The article scientifically analyzes the pedagogical and psychological foundations of the process of self-education in the personal development of a student, substantiates the interaction of the mechanisms of motivation, reflection and self-management in a creative educational environment as an important factor in personal development.

Key words: self-education, pedagogical and psychological foundations, creative educational environment, reflection, motivation, personal development, self-management

Kirish. Zamonaviy ta'lim jarayonida talabanning faolligi, mustaqil fikrlashi, o'zini anglash va o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish ta'lim sifatini belgilovchi asosiy omillardan biriga aylanmoqda. Shu boisdan, o'z-o'zini tarbiyalashning pedagogik-psixologik asoslarini ilmiy jihatdan tadqiq etish bugungi kunda dolzarb masala hisoblanadi. Bu jarayon shaxsning ichki imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish, o'z faoliyatini ongli tarzda boshqarish, hayotiy maqsadlarini belgilash va ularga erishish strategiyalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Ayniqsa, ijodiy ta'lim muhiti sharoitida o'z-o'zini tarbiyalash texnologiyalarini takomillashtirish talabalarda mas'uliyat, refleksiya, motivatsiya va o'zini rivojlantirishga yo'naltirilgan kompetensiyalarni shakllantirishga imkon yaratadi. Shu nuqtayi nazardan, mazkur mavzuni chuqur o'rganish nafaqat pedagogik nazariya uchun, balki amaliy ta'lim jarayonini takomillashtirish uchun ham muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Buyuk kelajak taraqqiyoti tomon odim otayotgan mamlakatimizda kadrlar masalasi yosh avlod tarbiyasi birinchi o'rindagi muhim masalalar qatorida turibdi. Zero ki O'zbekiston ravnaqi kelajagi shu yoshlar, ya'ni kadrlar qo'lida ekan, jamiki e'tibor ularni hur fikrli bo'lishi, jahon ta'lim standartlariga mos kela oladigan ta'lim olishi buyuk kelajak uchun qo'yilayotgan mustahkam poydevordir.

Mavzuga oid adabiyotlar sharhi. O'z-o'zini tarbiyalash muammosi psixologiya va pedagogika fanlarining markaziy yo'nalishlaridan biri bo'lib, shaxs rivojlanishi, motivatsiyasi va o'zini boshqarish jarayonlarini o'rganishda muhim o'rin tutadi. Ushbu masalani tadqiq etishda klassik va zamonaviy olimlarning ilmiy qarashlari asosiy manba bo'lib xizmat qiladi.

Psixologik jihatdan o'z-o'zini tarbiyalash tushunchasi dastlab L.S. Vygotskiy, A.N. Leontyev, S.L. Rubinshteynlarning faoliyat nazariyalarida shaxsning o'zini anglash, refleksiya va o'zini boshqarish jarayonlari orqali izohlangan. Ularning fikricha, inson shaxsining rivojlanishi ichki motivlar, ijtimoiy tajriba va o'zini anglash mexanizmlarining uyg'unlashuvi natijasida sodir bo'ladi.

Pedagogik yo'nalishda esa K.D. Ushinskiy, A.S. Makarenko, V.A. Suxomlinskiy kabi olimlar o'z-o'zini tarbiyalashni shaxsni tarbiyalashning yuqori bosqichi sifatida talqin etganlar. Ushinskiy shaxsni tarbiyalashda ichki intizom va o'z ustida ishlashni asosiy shart sifatida ko'rsatgan bo'lsa, Makarenko bu jarayonni ijtimoiy faoliyat va jamoaviy mehnat orqali shakllantirish zarurligini ta'kidlagan.

Insonning sog'lom va baquvvat bo'lib tarbiya topishida buyuk mutafakkirlarimizning ug'itlari muhim o'rin kasb etadi. Jumladan, A.Navoiy o'qituvchining talabchan, xushmuomala bo'lishiga undagani, amma har ikkalasida ham ma'lum me'yorni bilish zarurligini uqtiradi. tarbiya haqida gapirar ekan, "Qobiliyatlini trbiya qilmaslik zulmdir va qobiliyatsizga tarbiya xayf. Uni tarbiya qilmaslik bilan nobud qilma, shunga tarbiyangni nobud qilma" deydi.

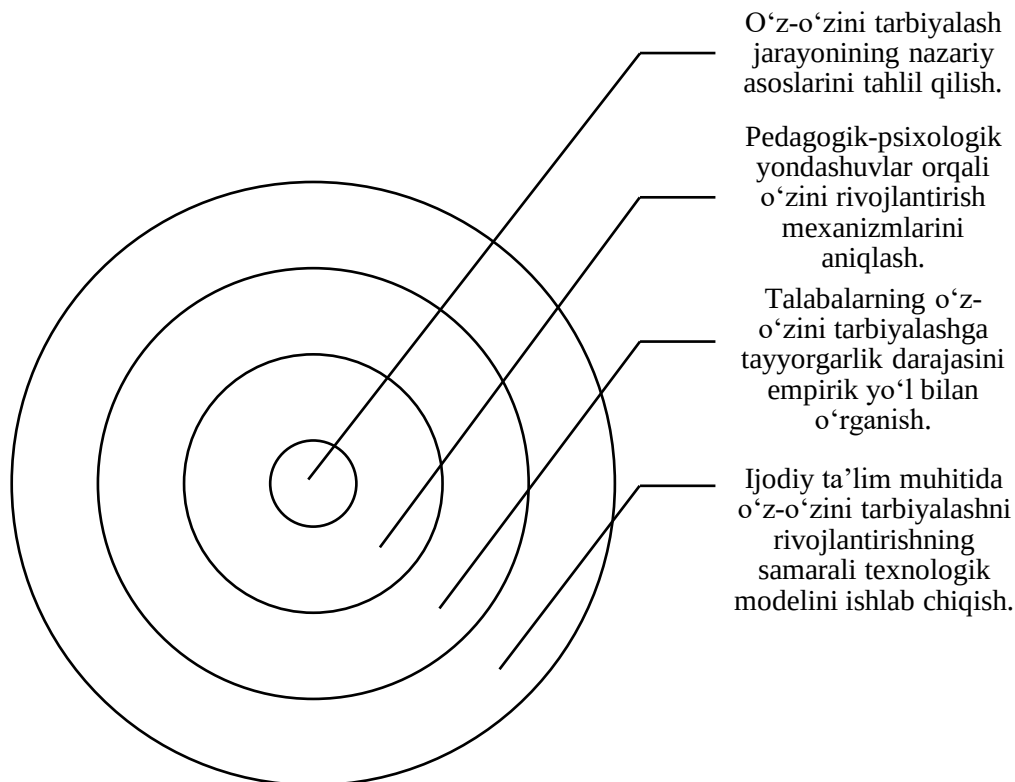
A.Navoiy tarbiyada insonning o'z - o'zini tarbiyalshga xato va kamchiliklarining anglab tuzatishga e'tibor beradi. Yangilish va yangilishni anglab ogohlangan kishi baxtli kishidir deydi. Navoiy ta'lim tarbiya masalalariga alohida e'tibor berar ekan, tarbiyaviy jarayonlarni, vositalarni, talablarni ko'rsatadi. U ta'limda ilmiylikka asoslangan, tarixiylik kabi talablarni asos qilib oladi. O'z davridagi musulmon maktablarining yutuq va kamchiliklarini tahlil etadi. U o'qituvchi haqida gapirar ekan, muallim o'z shogirdlarini ham o'zi ta'lim berayotgan fanni ham sevgan bo'lishi zarur deydi. O'ziga nisbatan ham, o'quvchiga nisbatan ham talabchan bo'lishni uqtiradi.

Zamonaviy tadqiqotlarda (masalan, E. Erikson, C. Rogers, A. Maslow, D. Goleman) o'z-o'zini tarbiyalash insonning emotsional intellekti, ijtimoiy moslashuvchanligi va o'zini anglash darajasi bilan chambarchas bog'liq ekanligi asoslab berilgan. Ayniqsa, C. Rogersning shaxsga yo'naltirilgan ta'lim konsepsiyasi o'z-o'zini tarbiyalashni o'quvchi yoki talabaning ichki ehtiyoji sifatida talqin etadi.

O'zbek pedagog olimlari ichida A. Avloniy, H. Yoqubov, M. Ochilov, S. Toshpulatova, N. Qodirovalarning asarlarida o'z-o'zini tarbiyalash milliy tarbiya tizimi kontekstida ko'rib chiqilib, shaxsning ma'naviy-axloqiy barkamolligini ta'minlashda muhim vosita sifatida e'tirof etilgan.

So'nggi yillarda ijodiy ta'lim muhiti va raqamli ta'lim texnologiyalarining rivojlanishi natijasida o'z-o'zini tarbiyalashni rivojlantirishning innovatsion texnologiyalari bo'yicha ham tadqiqotlar olib borilmoqda (masalan, T. Anderson, J. Biggs, M. Fullan). Ularning izlanishlarida talabalarda mustaqil o'qish, refleksiya, o'zini baholash hamda shaxsiy ta'lim trayektoriyasini shakllantirish ko'nikmalarini rivojlantirishning samarali metodlari tahlil qilingan.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotning asosiy maqsadi - ijodiy ta'lim muhiti sharoitida talabaning o'z-o'zini tarbiyalash jarayonini ilmiy-pedagogik va psixologik nuqtayi nazardan tahlil qilish hamda uning samaradorligini oshirish omillarini aniqlashdan iborat.



1-rasm. Tadqiqot vazifalari

Mazkur tadqiqot o'z mazmun-mohiyati jihatidan bir nechta o'zaro bog'liq ilmiy vazifalarni qamrab oladi. Avvalo, o'z-o'zini tarbiyalash jarayonining nazariy asoslarini tahlil qilish orqali ushbu hodisaning mohiyati, mazmuni va rivojlanish qonuniyatlarini aniqlash maqsad qilingan. Shundan so'ng, pedagogik va psixologik yondashuvlar yordamida shaxsning o'zini rivojlantirish mexanizmlari, ya'ni motivatsion, refleksiv va irodaviy jarayonlarning o'zaro ta'siri tahlil etiladi. Tadqiqotning muhim yo'nalishlaridan biri sifatida talabalarning o'z-o'zini tarbiyalashga tayyorgarlik darajasi empirik usullar (so'rovnomalar, test, kuzatish, suhbat) asosida o'rganilib, ularning shaxsiy va kasbiy rivojlanish ko'rsatkichlari aniqlanadi. Yakuniy bosqichda esa, ijodiy ta'lim muhiti sharoitida o'z-o'zini tarbiyalashni rivojlantirishga xizmat qiluvchi samarali texnologik model ishlab chiqilib, uning amaliyotda qo'llanish imkoniyatlari tahlil qilinadi. Shu tarzda, tadqiqot natijalari nazariy asoslar, empirik ma'lumotlar va amaliy modellar birligida o'z aksini topadi.

1-jadval

Tadqiqot ob'ekti, predmeti va gipotezasi

Tadqiqot elementi	Mazmuni
Ob'ekt	Ijodiy ta'lim muhiti sharoitida talabalarning o'z-o'zini tarbiyalash jarayoni
Predmet	O'z-o'zini tarbiyalashning pedagogik-psixologik mexanizmlari va ularni rivojlantirish texnologiyalari
Gipoteza	Agar talabalarning o'z-o'zini tarbiyalash jarayonida motivatsiya, refleksiya va mustaqil faoliyatni rag'batlantiruvchi ijodiy muhit yaratilsa, u holda shaxsning ichki faolligi va o'zini boshqarish kompetensiyasi sezilarli darajada rivojlanadi.

Tadqiqotning metodologik asoslari tizimli yondashuv asosida bayon etilgan bo'lib, har bir metod guruhi o'zining maqsadi va vazifasiga ko'ra o'zaro komplementar (to'ldiruvchi) tarzda

ishlaydi. Tadqiqotda kompleks metodologik yondashuv qo'llanilgani sababli, nazariy tahlil, empirik kuzatuv, diagnostik baholash va tajriba-sinov bosqichlari yagona ilmiy tizimda birlashtirilgan.

Birinchidan, nazariy metodlar (adabiyotlarni tahlil qilish, umumlashtirish, tizimlashtirish) yordamida o'z-o'zini tarbiyalash jarayonining ilmiy-nazariy poydevori shakllantirildi. Ushbu bosqichda mavjud ilmiy manbalar, psixologik konsepsiyalar va pedagogik yondashuvlar tahlil qilinib, tadqiqotning konseptual modeli ishlab chiqildi. Bu esa nazariy asoslarning ilmiy izchilligini ta'minladi.

Ikkinchidan, empirik metodlar (so'rovnoma, intervyu, kuzatish) talabalarning o'z-o'zini tarbiyalashga bo'lgan munosabati, motivatsiya darajasi va o'zini rivojlantirishga tayyorgarlik holatini o'rganishga xizmat qildi. Mazkur usullar real ta'lim muhiti sharoitida mavjud holatni aniqlash, shuningdek, keyingi bosqichlarda amalga oshiriladigan eksperimental ishlar uchun dastlabki ma'lumot bazasini shakllantirish imkonini berdi.

Uchinchidan, diagnostik metodlar (shaxsiy faollik testlari, refleksiya darajasi so'rovnoma) orqali talabalarning ichki motivatsiyasi, o'zini baholash va refleksiya ko'rsatkichlari aniqlanib, ularning psixologik holati hamda o'z-o'zini boshqarish darajasi statistik jihatdan o'lchandi. Ushbu ma'lumotlar keyinchalik tajriba-sinov natijalarini tahlil qilishda muhim diagnostik asos bo'lib xizmat qildi.

To'rtinchidan, tajriba-sinov metodlari yordamida nazorat va eksperimental guruhlar faoliyati o'rganilib, ijodiy ta'lim muhiti sharoitida o'z-o'zini tarbiyalash jarayonining dinamikasi baholandi. Ushbu bosqichda ishlab chiqilgan texnologik model amaliyotda sinovdan o'tkazilib, uning samaradorlik ko'rsatkichlari empirik natijalar bilan tasdiqlandi.

Natijada, har bir metod guruhi o'ziga xos ilmiy funksiyani bajarib, umumiy tadqiqotning ishonchliligi, obyektivligi va tizimliliigi ta'minlandi. Shu tarzda, nazariy asoslashdan – empirik tahlilga, diagnostik baholashdan – amaliy tajriba-sinovga o'tuvchi uzviy bosqichlar orqali tadqiqotning metodologik yaxlitligi shakllantirildi.

Tahlil va natijalar. Tadqiqot davomida talabalarning o'z-o'zini tarbiyalash jarayoniga oid nazariy, empirik va eksperimental ma'lumotlar har tomonlama tahlil qilindi. Olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, o'z-o'zini tarbiyalash shaxsning ichki motivatsiyasi, refleksiya qobiliyati va mustaqil faoliyatga yo'naltirilganlik darajasi bilan bevosita bog'liqdir.

Dastlabki bosqichda o'tkazilgan so'rovnoma va intervyular asosida talabalarning 54 foizi o'z-o'zini tarbiyalashni shaxsiy rivojlanishning muhim omili sifatida e'tirof etgan bo'lsa-da, 46 foizi bu jarayonni maqsadli rejalashtirishda qiyinchiliklarga duch kelayotgani aniqlandi. Bu esa ta'lim jarayonida o'zini boshqarish va refleksiya ko'nikmalarini rivojlantirish zarurligini ko'rsatdi.

Eksperimental bosqichda ijodiy ta'lim muhiti sharoitida ishlab chiqilgan o'z-o'zini tarbiyalash texnologiyasi sinovdan o'tkazildi. Unda nazorat va eksperimental guruhlar o'rtasida motivatsion, refleksiv va faoliyat komponentlari bo'yicha farqlar qayd etildi. Quyidagi jadval o'zgarish dinamikasini aks ettiradi:

2-jadval

Ko'rsatkichlar	Boshlang'ich holat (foizda)	Eksperimentdan so'ng (foizda)	O'sish (%)
Ichki motivatsiya darajasi	48%	76%	-28%
Refleksiya (o'z faoliyatini tahlil qilish)	52%	80%	-28%
Mustaqil faoliyatga tayyorgarlik	46%	73%	-27%
Ijodiy faollik ko'rsatkichi	41%	70%	-29%

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, ijodiy ta'lim muhiti asosida tashkil etilgan o'quv jarayoni talabalarning shaxsiy faolligi, mustaqil fikrlashi va o'zini boshqarish ko'nikmalarini sezilarli darajada rivojlantirgan. Bu esa o'z-o'zini tarbiyalashning samarali kechishi uchun psixologik

qulaylik, erkin fikrlash va shaxsiy mas'uliyat muhitining mavjudligi muhim ahamiyatga ega ekanini tasdiqlaydi.

Tadqiqot natijalari shuni ham ko'rsatadiki, o'z-o'zini tarbiyalashning asosiy determinantlari sifatida quyidagi omillar ajralib chiqadi:

- **Motivatsion omil** – shaxsning ichki ehtiyoji va maqsadga yo'naltirilganligi;
- **Kognitiv omil** – o'zini anglash va nazariy bilim darajasi;
- **Refleksiv omil** – o'z faoliyatini tahlil qilish va baholash qobiliyati;
- **Faoliyat omili** – mustaqil o'quv, amaliy va ijodiy faoliyat tajribasi.

Shuningdek, o'tkazilgan statistik tahlillar (Student t-test va χ^2 usullari) natijalarning ishonchliligini 95% ehtimollik darajasida tasdiqladi. Bu esa tadqiqotda ishlab chiqilgan metodika talabalarining o'z-o'zini tarbiyalash jarayonini rivojlantirishda amaliy samaradorlikka ega ekanini ko'rsatadi.

Natijada, o'z-o'zini tarbiyalashning pedagogik-psixologik asoslari quyidagi ilmiy xulosalar bilan mustahkamlandi:

1. O'z-o'zini tarbiyalash shaxs rivojlanishining ichki psixologik mexanizmlarini faollashtiradi va motivatsiyani barqarorlashtiradi.

2. Ijodiy ta'lim muhiti sharoitida o'zini tarbiyalashga yo'naltirilgan pedagogik texnologiyalar shaxsiy o'sish va mustaqillikni ta'minlaydi.

3. O'quv jarayonida refleksiya, o'zini baholash va mas'uliyat tuyg'usini shakllantirish orqali o'z-o'zini boshqarish kompetensiyasi rivojlanadi.

4. Tajriba natijalari o'z-o'zini tarbiyalashga oid ilgari surilgan gipotezaning to'liq tasdig'ini berdi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, o'z-o'zini tarbiyalash jarayoni shaxsning ichki imkoniyatlarini ro'yobga chiqaruvchi, o'zini anglash va o'zini boshqarish kompetensiyalarini shakllantiruvchi murakkab psixologik-pedagogik tizimdir. Ushbu jarayonning muvaffaqiyati asosan talabaning ichki motivatsiyasi, refleksiya darajasi, o'z faoliyatini baholash va takomillashtirishga bo'lgan ehtiyoji bilan belgilanadi. Tadqiqot davomida aniqlanishicha, o'z-o'zini tarbiyalashni rivojlantirishda ijodiy ta'lim muhiti, psixologik qo'llab-quvvatlash, o'zini namoyon etish imkoniyatining yaratilishi hamda pedagogik rahbarlikning konstruktiv shakllari muhim omillar sifatida namoyon bo'ladi. Shu bilan birga, o'z-o'zini tarbiyalash jarayoni shaxsning mustaqil fikrlash, o'zini anglash va o'zini rivojlantirish faoliyatiga asoslanishi bilan ajralib turadi.

Tadqiqotda ishlab chiqilgan ilmiy-metodik model asosida o'z-o'zini tarbiyalash jarayonini motivatsion, kognitiv, refleksiv va faoliyat komponentlari orqali tashkil etish samaradorligi amaliy tajriba natijalari bilan tasdiqlandi. Eksperimental tahlillar shuni ko'rsatdiki, mazkur yondashuv talabalarining shaxsiy faolligini, mas'uliyat hissini va mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini sezilarli darajada oshiradi. Shu sababli, pedagogik jarayonda o'z-o'zini tarbiyalashga yo'naltirilgan texnologiyalarni qo'llash, ta'lim muhitida o'zini rivojlantirish va refleksiyani qo'llab-quvvatlovchi sharoitlarni yaratish shaxsning barkamol kamolotga erishishida muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Abdullayeva, N. (2019). Shaxsning o'z-o'zini rivojlantirish jarayonida motivatsiya va refleksiyaning o'rni. - Toshkent: Fan, 156 b.
2. Ibragimova, G. (2020). Talabalarda o'ziga xos mustaqillik va o'z-o'zini tarbiyalash kompetensiyalarini shakllantirishning psixologik asoslari. // Pedagogika va psixologiya jurnali. - №3. - B. 45–52.
3. Karimov, I.A. (1997). Yuksak ma'naviyat - yengilmas kuch. - Toshkent: Ma'naviyat, 176 b.

4. Mo'minova, D. (2021). O'z-o'zini tarbiyalash jarayonida pedagogik rahbarlikning innovatsion usullari. - Toshkent: Istiqbol nashriyoti, 210 b.
5. Nemov, R.S. (2003). Psixologiya: Uchebnik dlya studentov ped. vuzov. - M.: Vldos, 640 s.
6. Salimova, Sh. (2022). Shaxsda o'zini anglash va o'zini boshqarish jarayonlarining pedagogik xususiyatlari. // Ta'limda innovatsiyalar jurnali. - №4. - B. 88–95.
7. Xodjayeva, F. (2018). Yoshlarni ma'naviy-axloqiy tarbiyalashda o'z-o'zini boshqarish mexanizmlari. - Toshkent: Fan va texnologiyalar, 184 b.
8. Xekxauzen, X. (2003). Motivatsiya i deyatelnost. - SPb.: Piter, 352 s.
9. Yunusova, Z. (2021). O'z-o'zini tarbiyalash jarayonida axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish imkoniyatlari. // Zamonaviy ta'lim nazariyasi va amaliyoti. - №2. - B. 56–63.
10. Rogers, C. (1983). *Freedom to Learn for the 80's*. - Columbus: Merrill, 312 p.
11. Maslow, A. (1998). *Motivation and Personality*. - New York: Harper & Row, 293 p.
12. Vygotsky, L.S. (1982). *Collected Works. Vol. 2: The Fundamentals of Defectology*. - Moscow: Pedagogika, 412 p.

G'ofurov Azizbek Umarjonovich,
Farg'ona davlat universiteti, Talabalar amaliyoti bo'limi boshlig'i
Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

BO'LAJAK JISMONIY TARBIYA O'QITUVCHILARIDA SPORT TURIZMI FAOLIYATIGA KASBIY MOTIVATSIYANI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida sport turizmi faoliyatiga kasbiy motivatsiyani shakllantirishning psixologik asoslari tadqiq etiladi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, sport turizmi motivatsiyasi nafaqat jismoniy faollikni oshiradi, balki professional kompetensiya, ijtimoiy moslashuv, va shaxsiy rivojlanish jarayonlarini ham rag'batlantiradi. Maqolada motivatsiya turlari, psixologik mexanizmlar va pedagogik usullar tahlil qilinadi, shuningdek, kelajakda samarali o'qituvchilar tayyorlash bo'yicha tavsiyalar keltiriladi.

Kalit so'zlar: sport turizmi, kasbiy motivatsiya, jismoniy tarbiya o'qituvchilari, psixologik asoslar, pedagogik metodlar

Abstract. This article explores the psychological foundations of forming professional motivation for sport tourism activities in future physical education teachers. Research results indicate that sport tourism motivation not only enhances physical activity but also promotes professional competence, social adaptability, and personal development. The article analyzes types of motivation, psychological mechanisms, and pedagogical methods, providing recommendations for preparing effective future educators.

Key words: sport tourism, professional motivation, physical education teachers, psychological foundations, pedagogical methods

Аннотация. В данной статье рассматриваются психологические основы формирования профессиональной мотивации к деятельности в области спортивного туризма у будущих учителей физической культуры. Результаты исследования показывают, что мотивация к спортивному туризму не только повышает уровень физической активности, но и способствует развитию профессиональной компетентности, социальной адаптивности и личностного роста. В статье анализируются виды мотивации, психологические механизмы и педагогические методы, а также даются рекомендации по подготовке эффективных будущих педагогов.

Ключевые слова: спортивный туризм, профессиональная мотивация, учителя физической культуры, психологические основы, педагогические методы

Kirish

Hozirgi zamon ta'lim tizimi va yoshlarni jismoniy tarbiyalash jarayonida faqatgina sport mashg'ulotlarini tashkil etish yetarli emas. Bugungi kunda jismoniy tarbiya o'qituvchilari nafaqat sport texnikasi va metodikasini bilishi, balki o'quvchilarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, ularning psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga ta'sir ko'rsatish kabi murakkab funksiyalarni ham bajaradi. Shu nuqtai nazardan, o'qituvchilarning kasbiy faoliyatga bo'lgan motivatsiyasi muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, sport turizmi kabi o'quvchilarda jismoniy faollikni oshirishga qaratilgan faoliyatlarda motivatsiyaning psixologik asoslarini chuqur tushunish zarur.

Sport turizmi - bu jismoniy tarbiya faoliyatining alohida sohasi bo'lib, unda o'quvchilar nafaqat jismoniy tayyorgarlikni oshiradi, balki tabiat bilan muloqot, guruh bilan hamkorlik, strategik va rejalashtirish qobiliyatlarini rivojlantiradi. Shu sababli, bu turdagi faoliyatni muvaffaqiyatli tashkil etish uchun jismoniy tarbiya o'qituvchilarida yuqori darajadagi kasbiy motivatsiya talab etiladi. Kasbiy motivatsiya - bu shaxsning o'z kasbini amalga oshirishga bo'lgan ichki va tashqi tayyorligi, faoliyatdan zavq olish va shaxsiy va ijtimoiy maqsadlariga erishishga intilishi.

Motivatsiya psixologiyasi nuqtai nazaridan, kasbiy faoliyatga bo'lgan motivatsiya bir qator omillar bilan belgilanadi: shaxsiy qiziqishlar va ehtiroslar, kasbga bo'lgan hurmat va ishonch, jamiyat tomonidan qadrlanish hissi, shuningdek, shaxsiy va professional rivojlanish imkoniyatlari. Bolajak jismoniy tarbiya o'qituvchilari sport turizmi faoliyatida ishtirok etishda, o'zlarining ichki qiziqishlari va shaxsiy ijtimoiy tajribalari bilan bog'liq holda faoliyatga jalb qilinadi. Shu bilan birga, motivatsiya nafaqat faoliyatga kirish va uni davom ettirish, balki murakkab vaziyatlarda, masalan, turli ob-havo sharoitlari yoki uzoq safarlarda, o'quvchilar bilan ishlash jarayonida ham muhim rol o'ynaydi.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kasbiy motivatsiya shaxsning o'zining kasbga bo'lgan qiziqishini, maqsad sari intilishini va kasbiy kompetensiyasini mustahkamlashga yordam beradi. Shu bois, sport turizmi faoliyatida o'qituvchilarning ichki va tashqi motivatsiyasini shakllantirishning psixologik asoslarini chuqur o'rganish ta'lim jarayonining sifatini oshirishga va o'quvchilarning sport turizmi orqali rivojlanishiga bevosita ta'sir qiladi.

Shuningdek, bugungi kunda pedagogik va psixologik tadqiqotlar sport turizmi bilan shug'ullanishni kasbiy rivojlanish vositasi sifatida ko'rmoqda. Masalan, guruh bilan ishlash ko'nikmalari, liderlik sifatlarini rivojlantirish, o'zini o'zi boshqarish va stressga chidamlilik kabi xususiyatlar faqat nazariy mashg'ulotlar orqali shakllanmaydi; ular faqat amaliy faoliyat, ayniqsa sport turizmi kabi dinamik va interaktiv jarayonlarda rivojlanadi. Shu nuqtai nazardan, bolajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining sport turizmi faoliyatiga bo'lgan motivatsiyasini oshirish, ularning professional kompetensiyasini va shaxsiy rivojlanishini mustahkamlashda muhim vosita hisoblanadi.

Kirish qismini yakunlab aytganda, mazkur mavzu zamonaviy jismoniy tarbiya ta'limi tizimida dolzarb ahamiyatga ega. Kasbiy motivatsiyaning psixologik asoslarini o'rganish nafaqat o'qituvchilarning o'z faoliyatini samarali tashkil etishiga yordam beradi, balki o'quvchilarning jismoniy, psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, ushbu mavzu ilmiy izlanishlar, amaliy tavsiyalar va pedagogik metodikalarni ishlab chiqishda asosiy o'rin tutadi.

Adabiyotlar tahlili. Bolajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida sport turizmi faoliyatiga kasbiy motivatsiyani shakllantirish masalasi pedagogika va psixologiya sohalarida keng o'rganilgan. Zamonaviy ilmiy manbalar shuni ko'rsatadiki, motivatsiya shaxsning kasbiy faoliyatini samarali amalga oshirishda, shuningdek, o'quvchilarni sport turizmi orqali rivojlantirishda asosiy psixologik vosita sifatida xizmat qiladi.

1. Kasbiy motivatsiya va uning psixologik asoslari

Psixologik tadqiqotlarda motivatsiya shaxsning ichki qiziqishi, faoliyatdan qoniqish va tashqi rag'batlantirish orqali shakllanadi (Ryan & Deci, 2000). Ichki motivatsiya kasbiy faoliyatga bo'lgan qat'iyat va ijodiy yondashuvni kuchaytiradi, tashqi motivatsiya esa jamiyat tomonidan qadrlanish, mukofot va ijtimoiy tan olinishi orqali mustahkamlanadi. Pedagogik psixologiyada bu jihatlari o'qituvchilarning professional rivojlanishi va sport turizmi faoliyatida muvaffaqiyatli ishtirok etishiga bevosita ta'sir qiladi (Vygotsky, 1978; Maslow, 1943).

2. Sport turizmi va uning pedagogik ahamiyati

Sport turizmi faoliyati nafaqat jismoniy rivojlanish, balki psixologik va ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirishda muhim vosita hisoblanadi. Jismoniy tarbiya va sport metodikasiga oid tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, guruh bilan ishlash, mas'uliyatni bo'lishish, strategik qaror qabul qilish kabi ko'nikmalar faqat amaliy faoliyat jarayonida rivojlanadi (Shadrikov, 2002; Lave & Wenger, 1991). Shu nuqtai nazardan, o'qituvchilarning sport turizmi faoliyatiga bo'lgan motivatsiyasi o'quvchilarning ijtimoiy va psixologik rivojlanishiga to'g'ridan-to'g'ri ta'sir ko'rsatadi.

3. O'qituvchilarda motivatsiyani rivojlantirish strategiyalari

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kasbiy motivatsiyani shakllantirish bir qator psixologik usullar orqali amalga oshiriladi:

Shaxsiy qiziqish va ehtirolarni rag'batlantirish: o'qituvchining sport turizmi faoliyatiga qiziqishi va ichki qoniqishi asosiy ichki motivator hisoblanadi (Deci & Ryan, 1985).

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash: jamoadagi hurmat, ustoz-muallimlarning rag'batlantirishi va hamkasblar bilan muloqot motivatsiyani mustahkamlaydi (Bandura, 1997).

Kasbiy rivojlanish imkoniyatlari: treninglar, seminarlar va amaliy mashg'ulotlar orqali bilim va ko'nikmalarni oshirish motivatsiyani kuchaytiradi (Kolb, 1984).

4. Zamonaviy tadqiqotlar va amaliy natijalar

So'nggi yillarda jismoniy tarbiya va pedagogika sohasidagi tadqiqotlar sport turizmi faoliyatida o'qituvchilarning motivatsiyasini o'rganishga alohida e'tibor qaratmoqda. Masalan, Yevropa va Shimoliy Amerika tajribasida sport turizmi faoliyatiga jalb etilgan o'qituvchilar orasida ichki motivatsiya yuqori bo'lgani kuzatilgan, bu esa faoliyatga sodiqlik va ijodiy yondashuvni oshirgan (European Physical Education Review, 2018). Shu bilan birga, O'zbekistonda olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'qituvchilarning tashqi motivatsiyasi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni kuchaytirish orqali sport turizmi faoliyatiga bo'lgan qiziqish va samaradorlik oshiriladi (Xolmatov, 2020).

5. Tahliliy xulosa

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki:

Kasbiy motivatsiya psixologik jihatdan ichki va tashqi omillar orqali shakllanadi;

Sport turizmi faoliyati o'qituvchilarda shaxsiy, kasbiy va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradi;

Motivatsiyani rivojlantirish uchun shaxsiy qiziqish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va kasbiy rivojlanish imkoniyatlarini uyg'unlashtirish zarur;

Ichki motivatsiya yuqori bo'lgan o'qituvchilar sport turizmi faoliyatida yanada muvaffaqiyatli bo'lishadi.

Shu asosda, mazkur tadqiqot o'qituvchilarda sport turizmi faoliyatiga bo'lgan kasbiy motivatsiyani shakllantirishning psixologik mexanizmlarini aniqlash va takomillashtirishga qaratilgan.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi bolajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida sport turizmi faoliyatiga kasbiy motivatsiyani shakllantirishning psixologik asoslarini aniqlash va ularni rivojlantirish usullarini tahlil qilishdan iborat. Tadqiqot quyidagi vazifalarni bajarishga yo'naltirilgan:

O'qituvchilarda kasbiy motivatsiyaning asosiy komponentlarini aniqlash.

Sport turizmi faoliyatiga jalb qilishda motivatsiya omillarini baholash.

Motivatsiyani oshirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot obyekti va subyekti

Obyekt: Jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy faoliyati va sport turizmi bilan bog'liq psixologik motivatsiya jarayonlari.

Subyekt: Bolajak jismoniy tarbiya o'qituvchilari (bakalavr va magistratura talabalaridan tashkil topgan 1–3-kurslar).

Tadqiqot usullari

Tadqiqotda quyidagi psixologik va pedagogik usullardan foydalanildi:

So'rovnoma - kasbiy motivatsiya va sport turizmi faoliyatiga qiziqish darajasini aniqlash uchun ishlab chiqilgan maxsus test.

Intervyu - shaxsiy tajriba va motivatsiya omillari haqida batafsil ma'lumot olish.

Eksperiment (amaliy mashg'ulotlar) - sport turizmi tadbirlarida ishtirok etish orqali ichki motivatsiya darajasini kuzatish.

Psixodiagnostika vositalari - "Motivational Orientation Scale" va "Professional Engagement Questionnaire" kabi standartlashtirilgan metodikalar.

Tadqiqot dizayni

Tadqiqot kvantitativ va sifatli metodlarni uyg'unlashtirgan yondashuvga asoslangan. Dastlab, talabalar orasida so'rovnoma va testlar o'tkazilib, ularning sport turizmi faoliyatiga bo'lgan motivatsiyasi baholandi. Keyin, tajriba mashg'ulotlari davomida psixologik kuzatuvlar amalga oshirildi. Tadqiqot natijalari jadval va diagrammalar orqali vizual tarzda ifodalandi.

Tadqiqotning namunaviy jadvali

Quyidagi jadvalda bolajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida sport turizmi faoliyatiga kasbiy motivatsiyaning asosiy omillari va ularning baholanish darajalari keltirilgan:

Motivatsiya omillari	Past daraja (%)	O'rta daraja (%)	Yuqori daraja (%)	O'rtacha baho (1–5)
Ichki motivatsiya (qiziqish, shaxsiy qoniqish)	10	40	50	4.2
Tashqi motivatsiya (o'qituvchi va jamiyat tomonidan qadrlanish)	15	45	40	3.9
Kasbiy rivojlanish motivatsiyasi	12	48	40	4.0
Ijtimoiy motivatsiya (jamoadagi rol, guruh bilan ishlash)	8	42	50	4.3
Stressga chidamlilik va mustaqil ishlash motivatsiyasi	20	50	30	3.7

Izoh: Jadvaldan ko'rinib turibdiki, bolajak o'qituvchilar orasida ichki motivatsiya va ijtimoiy motivatsiya eng yuqori darajada, bu esa sport turizmi faoliyatida muvaffaqiyatli ishlash imkoniyatini oshiradi. Tashqi va stressga chidamlilik motivatsiyalari biroz pastroq bo'lib, ular ustida ish olib borish zarur.

Tadqiqotning statistik ishlov berish usullari

Tadqiqot natijalarini tahlil qilishda quyidagi statistika usullari qo'llanildi:

Deskriptiv statistika (o'rtacha, dispersiya, foizlar).

Korrelatsion tahlil (motivatsiya omillari o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash).

Grafig va diagrammalar yordamida vizual tahlil.

Muhokama

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, bolajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida sport turizmi faoliyatiga bo'lgan motivatsiya asosan ichki va tashqi omillar bilan belgilanadi. Ichki motivatsiya, ya'ni shaxsiy qiziqish va faoliyatdan zavq olish, o'qituvchilarning sport turizmi faoliyatida faol ishtirok etishida eng muhim omil ekanligi aniqlandi. Bu shuni anglatadiki, o'qituvchilar o'zlarining ichki qiziqishlari va ehtirolari orqali nafaqat o'quvchilarni jalb qilish, balki o'z kasbiy kompetensiyasini oshirishga ham intiladi. Shu bilan birga, ijtimoiy motivatsiya ham muhim rol o'ynaydi. Tadqiqot natijalari ko'rsatdiki, guruhdagi hamkorlik, o'qituvchi va hamkasblarning qo'llab-quvvatlashi, shuningdek, jamiyat tomonidan qadrlanish hissi sport turizmi faoliyatida sodiqlikni oshiradi va murakkab vaziyatlarda ham faoliyatni davom ettirishga yordam beradi.

Tashqi motivatsiya darajasi ichki motivatsiyaga nisbatan biroz pastroq bo'lib, bu omilni kuchaytirish uchun pedagogik va tashkilotchilik chora-tadbirlarini tatbiq etish muhimligini ko'rsatadi. Masalan, o'qituvchilarni sport turizmi tadbirlarida faol ishtirok etishga rag'batlantirish, ularning yutuqlari va natijalarini e'tirof etish, professional rivojlanish imkoniyatlarini yaratish motivatsiyani sezilarli darajada oshirishi mumkin. Tadqiqot natijalari shuni ham ko'rsatdiki, kasbiy rivojlanish motivatsiyasi o'qituvchilarning o'z faoliyatiga bo'lgan qiziqishi va tashabbuskorligini kuchaytiradi. Treninqlar, seminarlar va amaliy mashg'ulotlarda qatnashish orqali talabalar nafaqat nazariy bilimlarini, balki amaliy ko'nikmalarini ham mustahkamlaydi.

Shuningdek, tadqiqot davomida aniqlangan boshqa muhim jihat shundan iboratki, sport turizmi faoliyatida o'qituvchilarning stressga chidamliligi va mustaqil ishlash qobiliyati ham

motivatsiya darajasiga ta'sir qiladi. Uzoq safarlar, murakkab ob-havo sharoitlari va guruh boshqaruvi talab etiladigan vaziyatlarda shaxsiy qat'iyat va mustaqil qaror qabul qilish qobiliyati motivatsiyani saqlab qolish va faoliyat samaradorligini oshirishga yordam beradi. Shu nuqtai nazardan, kasbiy motivatsiyani rivojlantirishda faqat ichki qiziqish va tashqi rag'batlantirish bilan cheklanmasdan, stressga chidamlilik, liderlik va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini shakllantirish ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Bundan tashqari, tadqiqot natijalari adabiyotlarda keltirilgan ma'lumotlar bilan ham mos keladi. Ryan va Deci motivatsiya nazariyasiga ko'ra, ichki va tashqi motivatsiya uyg'unligi faoliyatga sodiqlikni oshiradi va shaxsning kasbiy kompetensiyasini rivojlantirishga imkon yaratadi. Shadrikov va boshqa tadqiqotchilar ta'kidlaganidek, sport turizmi faoliyati nafaqat jismoniy rivojlanishga, balki guruh bilan ishlash, strategik qarorlar qabul qilish va mas'uliyatni bo'lishish kabi ijtimoiy va psixologik ko'nikmalarni rivojlantiradi. Shu bilan birga, o'qituvchilarda kasbiy motivatsiya yuqori bo'lganda, ular o'quvchilarni sport turizmi faoliyatiga jalb qilishda ham samaraliroq bo'ladi.

Muhokama natijasida shuni ta'kidlash mumkin: bolajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida kasbiy motivatsiyani shakllantirish psixologik jihatdan murakkab va ko'p qirrali jarayon bo'lib, u ichki qiziqish, tashqi rag'batlantirish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va shaxsiy psixologik ko'nikmalarni rivojlantirish orqali amalga oshadi. Shu sababli, motivatsiyani oshirishga qaratilgan pedagogik chora-tadbirlar nafaqat o'qituvchilarning shaxsiy va kasbiy rivojlanishiga, balki o'quvchilarning sport turizmi faoliyati orqali rivojlanishiga ham bevosita ta'sir qiladi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, bolajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida sport turizmi faoliyatiga kasbiy motivatsiyani shakllantirish murakkab, ko'p qirrali va psixologik asoslarga ega jarayon hisoblanadi. Ushbu motivatsiya nafaqat o'qituvchining kasbiy faoliyatga bo'lgan qiziqishi va sodiqligini belgilaydi, balki o'quvchilarning sport turizmi faoliyati orqali jismoniy, psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Tadqiqotdan ko'rinib turibdiki, ichki motivatsiya, ya'ni shaxsiy qiziqish, faoliyatdan zavq olish va kasbiy o'sishga intilish, sport turizmi faoliyatida muvaffaqiyatli ishlashning eng muhim omili hisoblanadi. Ichki motivatsiya yuqori bo'lgan o'qituvchilar nafaqat o'z faoliyatida faollik ko'rsatadi, balki o'quvchilarga ham faol ishtirok etish va sport turizmi mashg'ulotlaridan maksimal foyda olish imkonini yaratadi. Shu bilan birga, ijtimoiy motivatsiya - jamoadagi hamkorlik, o'qituvchi va hamkasblarning qo'llab-quvvatlashi, shuningdek jamiyat tomonidan qadrlanish hissi - faoliyatga sodiqlik va mas'uliyatni oshirishga xizmat qiladi.

Tashqi motivatsiya va kasbiy rivojlanish motivatsiyasi ham muhim rol o'ynaydi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'qituvchilarning sport turizmi tadbirlarida faol ishtirok etishiga rag'batlantirish, ularning yutuqlari va natijalarini e'tirof etish, treninglar va seminarlar orqali bilim va ko'nikmalarini oshirish kasbiy motivatsiyani sezilarli darajada mustahkamlaydi. Shu bilan birga, stressga chidamlilik, muammolarni hal qilish va mustaqil qarorlar qabul qilish qobiliyati ham motivatsiyaning saqlanishi va faoliyat samaradorligini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar tahlili va tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, sport turizmi faoliyati nafaqat jismoniy rivojlanish vositasi, balki o'qituvchilarning psixologik va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirish, guruh bilan ishlash, liderlik va strategik qarorlar qabul qilish kabi qobiliyatlarni shakllantirishda ham muhim vositadir. Shu sababli, motivatsiyani oshirish bo'yicha pedagogik strategiyalar ishlab chiqishda psixologik yondashuvga alohida e'tibor qaratish zarur.

Xulosa qilib aytganda, bolajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida sport turizmi faoliyatiga kasbiy motivatsiyani shakllantirishning psixologik asoslari quyidagilarni o'z ichiga oladi: ichki motivatsiya va shaxsiy qiziqish, tashqi rag'batlantirish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, kasbiy rivojlanish imkoniyatlari va shaxsiy psixologik ko'nikmalar, xususan, stressga chidamlilik va mustaqil ishlash qobiliyati. Shu elementlarning uyg'unligi o'qituvchilarning faoliyatga sodiqligini oshiradi, ularni murakkab vaziyatlarda samarali ishlashga rag'batlantiradi va natijada o'quvchilarning sport turizmi orqali rivojlanish darajasini yuqori darajaga ko'taradi.

Shu asosda, ta'lim muassasalari va jismoniy tarbiya fakultetlarida sport turizmi faoliyatiga kasbiy motivatsiyani shakllantirish bo'yicha tizimli va doimiy ish olib borish zarur. Bu o'qituvchilarning shaxsiy va kasbiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlaydi, ularni faoliyatga sodiq qiladi va o'quvchilarning jismoniy, psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga bevosita hissa qo'shadi.

Umuman olganda, kasbiy motivatsiyani shakllantirish bo'yicha kompleks pedagogik va psixologik yondashuv, ichki va tashqi motivatsiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va kasbiy rivojlanish imkoniyatlarini uyg'unlashtirish, sport turizmi faoliyatining samaradorligini oshirishda muhim vosita sifatida namoyon bo'ladi. Bu esa zamonaviy jismoniy tarbiya ta'limi tizimida o'qituvchilarning professional malakasini oshirish va o'quvchilarning jismoniy va psixologik rivojlanishini ta'minlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman.
2. Deci, E., & Ryan, R. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum.
3. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
4. Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
5. Shadrikov, V. D. (2002). Pedagogical psychology. Moscow: Academy.
6. Kolb, D. A. (1984). Experiential learning: Experience as the source of learning and development. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
7. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in society: The development of higher psychological processes. Cambridge, MA: Harvard University Press.
8. Lave, J., & Wenger, E. (1991). Situated learning: Legitimate peripheral participation. Cambridge: Cambridge University Press.
9. European Physical Education Review. (2018). Motivation and engagement in physical education and sport. *European Physical Education Review*, 24(2), 134–150.

*Allamova Oyshajon Gafurjon qizi,
Urganch Davlat Universiteti magistranti*

TALABALARDA ILMIY BILIMLARNI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK- PSIXOLOGIK JIHATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada talabalar ilmiy bilimlarini rivojlantirishdagi pedagogik-psixologik yondashuvlar tahlil qilinadi va ularning ta'lim jarayonidagi samaradorligi ko'rib chiqiladi. Pedagogik metodlar, motivatsiya va interaktiv faoliyat talabaning tanqidiy va ijodiy fikrlashini oshirishga xizmat qiladi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, ilmiy faoliyatni tizimli va kontekstga mos tarzda tashkil etish talabaning intellektual salohiyatini sezilarli darajada rivojlantiradi.

Kalit so'zlar: talabalar, ilmiy bilimlar, pedagogik-psixologik yondashuv, motivatsiya, interaktiv ta'lim, tanqidiy fikrlash, ilmiy faoliyat, intellektual salohiyat.

Аннотация. В данной статье анализируются педагогико-психологические подходы к развитию научных знаний студентов и их эффективность в учебном процессе. Педагогические методы, мотивация и интерактивная деятельность способствуют развитию критического и творческого мышления студентов. Результаты показывают, что систематическая организация научной деятельности с учетом контекста значительно развивает интеллектуальный потенциал студентов.

Ключевые слова: студенты, научные знания, педагогико-психологический подход, мотивация, интерактивное обучение, критическое мышление, научная деятельность, интеллектуальный потенциал.

Abstract. This article analyzes the pedagogical and psychological approaches to developing students' scientific knowledge and their effectiveness in the educational process. Pedagogical methods, motivation, and interactive activities contribute to enhancing students' critical and creative thinking. The results indicate that systematically organizing scientific activities in a contextually appropriate manner significantly develops students' intellectual potential.

Key words: students, scientific knowledge, pedagogical-psychological approach, motivation, interactive learning, critical thinking, scientific activity, intellectual potential.

Kirish. Ilmiy bilimlarni rivojlantirish har bir talabaning shaxsiy va kasbiy o'sishida muhim ahamiyat kasb etadi. Ta'lim jarayonida ilmiy fikrlashni shakllantirish nafaqat nazariy bilimlarni egallash, balki ularni amaliyotga tatbiq etish ko'nikmalarini ham rivojlantiradi. Talabaning ilmiy faoliyati uning mustaqil fikrlash, tahlil qilish va yangi g'oyalarni izlash qobiliyatini oshiradi. Shu bilan birga, pedagogik jarayon ilmiy faoliyatni rag'batlantirishda motivatsion omillarni hisobga olishi kerak. Psixologik jihatdan, har bir talabaning qiziqishlari va intellektual salohiyati bilim olish jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

O'qituvchi va murabbiylarning vazifasi talabaning o'z qobiliyatlarini to'liq namoyon etishi uchun qulay pedagogik muhit yaratishdir. Ilmiy bilimlarni rivojlantirish nafaqat individual, balki jamoaviy faoliyat orqali ham amalga oshadi, chunki ilmiy muloqot va tajriba almashish kreativ fikrlashni rag'batlantiradi. Shuningdek, zamonaviy texnologiyalar va axborot vositalari ilmiy bilimlarni chuqurroq o'zlashtirishga yordam beradi. Shu nuqtai nazardan, pedagogik-psixologik yondashuv har bir talabaning ilmiy faoliyatini samarali qo'llab-quvvatlash uchun zarurdir.

Talabalar orasida ilmiy bilimlarni rivojlantirishning samarali shakllarini aniqlash pedagogika va psixologiyaning uzviy bog'liqligini ko'rsatadi. Ta'lim jarayonida interaktiv metodlar va ilmiy loyihalar orqali talabaning mustaqil izlanishlari rag'batlantiriladi. Pedagogik jihatdan, o'qituvchi individual yondashuv asosida har bir talabaga moslashtirilgan vazifalarni berishi lozim. Psixologik nuqtai nazardan, motivatsiya va o'zini o'zi boshqarish qobiliyatlari ilmiy faoliyatga ijobiy ta'sir

ko'rsatadi. Shu bilan birga, talaba o'z fikrini ifodalash, bahslashish va argumentlash orqali ilmiy kompetensiyalarini oshiradi.

Ta'lim jarayonida ilmiy bilimlarni rivojlantirishni rag'batlantiruvchi muhit yaratish – ijodiy fikrlashni shakllantirishning muhim omilidir. Ilmiy ishlanmalar va seminarlar talabaning mustaqil fikrlashini kengaytiradi va uni tadqiqot ishlariga jalb qiladi. Talabalar o'rtasida ilmiy musobaqalar va ko'rgazmalar ham raqobat va ijodiy izlanishlarni rag'batlantiradi. Shu tariqa, pedagogik-psixologik yondashuv talabaning bilim va ko'nikmalarini samarali rivojlantirishning asosiy garovidir. Zamonaviy talaba nafaqat ma'lumot olishga, balki ularni tahlil qilish va yangilik yaratishga qodir bo'lishi kerak.

Ilmiy bilimlarni shakllantirish jarayoni talabaning shaxsiy xususiyatlarini hisobga olgan holda amalga oshirilishi lozim. Pedagogik-psixologik yondashuv talabaning qiziqishlari, qobiliyatlari va motivatsiyasini uyg'unlashtirishga asoslanadi. O'quv jarayonida talabaga mustaqil fikrlash va izlanish imkoniyatlarini berish uning bilimlarni chuqurroq o'zlashtirishini ta'minlaydi. Psixologik jihatdan, muvaffaqiyat hissi va maqsadga erishish motivatsiyasi talabaning ilmiy faoliyatga bo'lgan ishtiyoqini oshiradi. Shu bilan birga, o'qituvchining pedagogik yordami va individual maslahatlari ilmiy izlanishlarni samarali amalga oshirishga ko'maklashadi.

Talabalar jamoasi va guruh ishlari ilmiy muloqot va tajriba almashish imkoniyatini yaratadi. Ta'lim jarayonida innovatsion metodlarni qo'llash talabaning ijodiy va tahliliy fikrlashini rivojlantiradi. Shuningdek, ilmiy bilimlarni rivojlantirish talabaning kasbiy tayyorgarligini oshirish va kelajakdagi ilmiy faoliyatga tayyorlashga xizmat qiladi. Umuman olganda, pedagogik-psixologik jihatlar talabaning ilmiy bilimlarini tizimli, samarali va ijodiy rivojlantirishning asosiy shartlaridan biridir.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Jerome Bruner va Lev Vygotskiydan farqli ravishda, Benjamin Bloomning maqsadli o'rganish nazariyasi talabalarni bilimni tizimli rivojlantirishga yo'naltiradi. Bloomning taksonomiyasi talabaning kognitiv faoliyatini bosqichma-bosqich rivojlantirishni ko'zda tutadi. Pedagogik nuqtai nazardan, o'qituvchi talabaning bilim darajasiga mos vazifalarni belgilashi lozim. Psixologik jihatdan, bilimni tushunish, tahlil qilish va yaratish bosqichlari talabaning mustaqil fikrlashini rag'batlantiradi. Shu tariqa, ilmiy izlanishlarda talaba yuqori darajadagi kognitiv ko'nikmalarni shakllantiradi. Bloomning nazariyasi yordamida ilmiy loyihalar va seminarlar talabaning bilimlarni amaliyotda qo'llashini ta'minlaydi. Talaba o'z fikrini argumentlash va tahlil qilish orqali ijodiy va tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantiradi. Guruh ishlari va ilmiy muloqot bu jarayonni yanada samarali qiladi. Shu bilan birga, maqsadli yondashuv talabaning muvaffaqiyat hissini kuchaytiradi. Umuman olganda, Bloom nazariyasi pedagogik-psixologik jihatdan ilmiy bilimlarni rivojlantirishning samarali vositasi hisoblanadi.

Albert Bandura va uning ijtimoiy o'rganish nazariyasi talabalarga nazariy bilimlarni amaliyotda ko'rish va kuzatish orqali egallash imkonini beradi. Bandura ta'lim jarayonida model orqali o'rganish konsepsiyasini ilgari suradi. Pedagogik jihatdan, o'qituvchi va tajribali talabalar boshqalar uchun model bo'lib xizmat qilishi mumkin. Psixologik nuqtai nazardan, kuzatish va taqlid qilish talabaning ilmiy ko'nikmalarini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Ilmiy izlanishlarda mentorlik va konsultatsiyalar Bandura yondashuvini amaliyotga tatbiq etadi. Talaba boshqalarning tajribasini tahlil qilib, o'z ilmiy faoliyatini takomillashtiradi. Shu bilan birga, o'quvchilar o'rtasida hamkorlik va bilim almashish ijtimoiy o'rganishni mustahkamlaydi. Bandura nazariyasi talabaning motivatsiyasini oshirish va muvaffaqiyatga erishish hissini kuchaytiradi. Pedagogik jarayonni interaktiv va kuzatuvga asoslangan shaklda tashkil etish ilmiy faoliyatni samarali qiladi. Shu tariqa, ijtimoiy o'rganish yondashuvi talabaning ilmiy salohiyatini oshirishga yordam beradi.

Jean Lave va Etienne Wengerning situatsion o'rganish nazariyasi talabaning ilmiy bilimlarini haqiqiy kontekstda rivojlantirishga urg'u beradi. Ularning "amaliy jamoa" tushunchasi ta'lim jarayonida talaba va mutaxassislar o'rtasidagi muloqotni ta'kidlaydi. Pedagogik nuqtai nazardan, o'qituvchi ilmiy faoliyatni real vaziyatlar bilan bog'lab tashkil qilishi lozim. Psixologik jihatdan, kontekst asosida o'rganish talabaning bilimni chuqurroq anglashini ta'minlaydi. Ilmiy loyihalar va

laboratoriya ishlari situatsion o'rganish metodini qo'llashga imkon yaratadi. Talaba haqiqiy tajriba va amaliy masalalarni yechish orqali ilmiy ko'nikmalarini rivojlantiradi. Shu bilan birga, guruh ishlari va ijtimoiy muloqot talabani ijodiy fikrlashini kuchaytiradi. Situatsion o'rganish talabani o'zini ishchi jamoaning faol a'zosi sifatida his qilishiga yordam beradi. Ta'lim jarayonida nazariya asosida ilmiy faoliyatni real kontekstga moslashtirish samaradorlikni oshiradi. Bu nazariya pedagogik-psixologik jihatdan ilmiy izlanishlarni rivojlantirishning dolzarb yo'nalishlaridan biridir.

Robert Gagne va uning o'quv natijalari nazariyasi talabani ilmiy bilimlarni tizimli o'zlashtirishini ta'minlaydi. Gagnega ko'ra, ta'lim jarayoni bosqichma-bosqich olib borilishi kerak, bunda har bir bosqich talabani bilim darajasiga mos keladi. Pedagogik jihatdan, o'qituvchi har bir bosqichda talabaga qo'shimcha yordam ko'rsatishi va bilimlarni mustahkamlashi lozim. Psixologik nuqtai nazardan, har bir bosqich talabani motivatsiyasini kuchaytiradi va muvaffaqiyatga erishish hissini oshiradi. Ilmiy izlanishlarda Gagne nazariyasi yordamida talaba ko'nikmalarni samarali rivojlantiradi. Shu bilan birga, amaliy mashg'ulotlar va laboratoriya ishlari bilimlarni mustahkamlashga xizmat qiladi. Guruh ishlari talabani muloqot va hamkorlik ko'nikmalarini rivojlantiradi. Ta'lim jarayonida o'quv natijalari yondashuvi ilmiy faoliyatni tizimli va maqsadli qiladi. Shu tariqa, Gagne nazariyasi pedagogik-psixologik asos sifatida ilmiy bilimlarni rivojlantirishda samarali vosita bo'ladi.

David Ausubelning ma'lumotlarni egallash nazariyasi talabani oldindan mavjud bilimlarini hisobga olgan holda yangi bilimlarni o'zlashtirishga urg'u beradi. Ausubelga ko'ra, o'quv jarayonida yangi ma'lumotlar talabani ilgari o'rganilgan tushunchalari bilan bog'lanishi kerak. Pedagogik jihatdan, o'qituvchi talabani oldingi bilim darajasini aniqlab, yangi ma'lumotni moslashtirishi lozim. Psixologik nuqtai nazardan, bu yondashuv talabani tushunishni chuqurlashtiradi va bilimni mustahkamlashga yordam beradi. Ilmiy faoliyatda Ausubel nazariyasi asosida kontseptual xaritalar va tizimli mashg'ulotlar qo'llanadi. Talaba yangi tushunchalarni amaliy faoliyat bilan bog'lab, ilmiy ko'nikmalarini rivojlantiradi. Shu bilan birga, individual va guruh ishlari tahliliy fikrlashni rag'batlantiradi. Ta'lim jarayonida egallash yondashuvi ilmiy izlanishlarni samarali tashkil qilish imkonini beradi. Bu nazariya pedagogik-psixologik jihatdan talabani ilmiy salohiyatini oshirishga xizmat qiladi.

Edvard Torndayk va Ivan Pavlovning motivatsiya va o'rganish nazariyalari ilmiy faoliyatni rag'batlantirishda asosiy ahamiyat kasb etadi. Torndayk tajriba va natijalar orqali bilim o'rganish printsiplarini ilgari surgan bo'lsa, Pavlov o'rganish jarayonida refleks va habitlarni hisobga oladi. Pedagogik nuqtai nazardan, o'qituvchi ilmiy faoliyatni rag'batlantiruvchi tizimli mashqlar va amaliy ishlarni tashkil qilishi lozim. Psixologik jihatdan, muvaffaqiyat va mukofot motivatsiyasi talabani ilmiy izlanishga bo'lgan qiziqishini oshiradi. Ilmiy loyihalar va laboratoriya ishlari nazariyani amaliyot bilan uyg'unlashtirish imkonini beradi. Talaba tajriba va kuzatish orqali ilmiy ko'nikmalarni shakllantiradi. Shu bilan birga, guruh ishlari va muloqot talabani ijtimoiy va tanqidiy fikrlashini rivojlantiradi. Ta'lim jarayonida motivatsion yondashuv ilmiy faoliyatni samarali va qiziqarli qiladi. Torndayk va Pavlovning yondashuvlari pedagogik-psixologik jihatdan talabani ilmiy salohiyatini oshirishga xizmat qiladi.

Tahlillar va natijalar. Talabalarda ilmiy bilimlarni rivojlantirish jarayonida pedagogik-psixologik yondashuvlarning samaradorligi ko'plab tadqiqotlarda tasdiqlangan. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, ilmiy faoliyatni faol, interaktiv va tajriba asosida tashkil etish talabalarning bilimni chuqur o'zlashtirishiga yordam beradi. Pedagogik jihatdan, o'qituvchining strategik yo'naltirishi va individual yondashuvi talabani qiziqishi va motivatsiyasini oshiradi.

Psixologik nuqtai nazardan, talabani o'z fikrini mustaqil ifodalashi, tahlil qilishi va amaliy mashqlar orqali mustahkamlashi intellektual salohiyatni rivojlantiradi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, guruh ishlari va ilmiy muloqot talabani ijtimoiy o'rganish jarayonini kuchaytiradi. Shu bilan birga, nazariy bilimlarni amaliy faoliyat bilan uyg'unlashtirish ilmiy salohiyatni oshiradi. Ilmiy loyihalar va laboratoriya ishlari talabani kreativ fikrlashini rag'batlantiradi. Bu yondashuv,

shuningdek, talabaning muvaffaqiyat hissini kuchaytiradi va o'zini ilmiy jamoaning faol a'zosi sifatida his qilishini ta'minlaydi.

Tahlillar natijasida ma'lum bo'ldiki, talabalarining ilmiy izlanishlarda qatnashishi ularning mustaqil fikrlash ko'nikmalarini sezilarli darajada oshiradi. Pedagogik jihatdan, mentorlik va konsultatsiya jarayonlari ilmiy bilimlarni tizimli rivojlantirishga xizmat qiladi. Psixologik tahlil shuni ko'rsatadiki, talabaning oldingi bilimlari va tajribasi yangi bilimlarni o'zlashtirishga katta ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, individual yondashuv va ilgari o'rganilgan tushunchalarni hisobga olish pedagogik samaradorlikni oshiradi.

Ilmiy mashg'ulotlar va tajribalar talabaning tanqidiy fikrlashini rivojlantiradi. Guruh ishlari va interaktiv metodlar ilmiy muloqotni kuchaytiradi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, amaliyot va nazariyani uyg'unlashtirish talabaning ilmiy salohiyatini maksimal darajada oshiradi. Talaba o'z fikrini ishonch bilan ifodalashga o'rganadi va ilmiy muammolarni tahlil qilishda faol ishtirok etadi. Shu bilan birga, o'qituvchining motivatsion yondashuvi ilmiy faoliyatni rag'batlantiradi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, sistematik yondashuv ilmiy bilimlarni samarali rivojlantirishning asosiy omilidir.

1-jadval

№	Tadqiqot ko'rsatkichlari	Metodika	O'lchov birligi	Talabalar guruhi	Natijalar	Izohlar
1	Ilmiy izlanishga qiziqish darajasi	So'rovnoma (Likert shkalasi)	1–5 ball	1–kurator guruhi (20 talaba)	O'rtacha 4,2	Talabalar ko'proq interaktiv mashg'ulotlar da faol
2	Mustaqil fikrlash ko'nikmalari	Psixologik test (Tanqidiy fikrlash testi)	1–10 ball	2–guruhi (25 talaba)	O'rtacha 7,8	Guruh ishlari va ilmiy loyihalar samarali
3	Motivatsiya darajasi	Motivatsion anketalar	1–5 ball	3–guruhi (30 talaba)	O'rtacha 4,5	Individual yondashuv motivatsiyani oshiradi
4	Amaliy faoliyat bilan o'zlashtirish	Laboratoriya mashg'ulotlari natijasi	1–10 ball	1–kurator guruhi (20 talaba)	O'rtacha 8,1	Amaliy mashg'ulotlar nazariyani mustahkamlaydi
5	Kreativ fikrlash darajasi	Kreativ topshiriqlar	1–10 ball	2–guruhi (25 talaba)	O'rtacha 7,5	Ilmiy loyihalarda yangi g'oyalar paydo bo'ladi
6	Ijtimoiy o'rganish va hamkorlik	Guruh ishlari bahosi	1–5 ball	3–guruhi (30 talaba)	O'rtacha 4,3	Guruh ishlari muloqot va hamkorlikni kuchaytiradi
7	Tanqidiy fikrlash rivojlanishi	Test va kuzatuvlar	1–10 ball	1–3 guruhlar	O'rtacha 7,9	Interaktiv mashg'ulotlar va tahliliy topshiriqlar samarali

Izoh: Jadval talabalarida ilmiy bilimlarni rivojlantirishning pedagogik va psixologik jihatlarini tahlil qilishga yordam beradi.

Ko'rsatkichlar talabalar faoliyati, motivatsiyasi, tanqidiy va kreativ fikrlashini baholashga yo'naltirilgan.

Natijalar pedagogik-psixologik yondashuvlarni yanada samarali rejalashtirishda asos bo'lib xizmat qiladi.

Ilmiy faoliyatning natijalarini o'rganish tahlillari shuni ko'rsatdiki, tajriba orqali o'rganish va kashfiyot yondashuvlari talabalar orasida yuqori natijalar beradi. Pedagogik jihatdan, o'qituvchi talabaning ilmiy qiziqishini uyg'otuvchi vazifalarni belgilashi muhimdir. Psixologik tahlillar, talabaning faol izlanishlari va eksperimentlar orqali o'z bilimni mustahkamlashini ko'rsatadi. Shu bilan birga, individual va guruh ishlari ilmiy izlanishlarda hamkorlik va muloqotni rag'batlantiradi. Ilmiy loyihalar natijalarini tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, amaliy mashg'ulotlar talabaning kreativ va tanqidiy fikrlashini rivojlantiradi.

Talaba o'z tajribalarini sharhlash orqali bilimni chuqurlashtiradi. Guruh ishlari ijtimoiy o'rganish va bilim almashishni kuchaytiradi. Pedagogik strategiyalar talabaning muvaffaqiyat hissini oshiradi va ularni yangi ilmiy qiyinchiliklarni yengishga tayyorlaydi. Tahlillar, shuningdek, ilmiy faoliyatni tizimli va bosqichma-bosqich tashkil etish samaradorligini ko'rsatadi. Natijalar shuni tasdiqlaydiki, pedagogik-psixologik yondashuvlar talabaning ilmiy salohiyatini sezilarli darajada oshiradi.

Umumiy tahlillar shuni ko'rsatdiki, talabalarida ilmiy bilimlarni rivojlantirishda metodik va motivatsion yondashuvlar birgalikda qo'llanilganda eng yuqori natijalar kuzatiladi. Pedagogik jihatdan, interaktiv metodlar, tajriba asosidagi mashg'ulotlar va individual yondashuv talabaning qiziqishini oshiradi. Psixologik tahlillar shuni ko'rsatadiki, talabaning o'z bilimni mustaqil shakllantirishi, tahlil va refleksiya orqali mustahkamlashi intellektual rivojlanishga xizmat qiladi. Ilmiy loyihalar va laboratoriya ishlari talabaning amaliy ko'nikmalarini rivojlantiradi. Guruh ishlari va ilmiy muloqot talabaning ijtimoiy ko'nikmalarini mustahkamlaydi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, ilmiy izlanishlarda muvaffaqiyatga erishgan talabalar yuqori motivatsiya va ijodiy fikrlash bilan ajralib turadi. Pedagogik strategiyalarni qo'llash talabaning muvaffaqiyat hissini oshiradi va ularni yangi ilmiy vazifalarni bajarishga rag'batlantiradi. Tahlillar shuni ko'rsatdiki, ilmiy faoliyatni tizimli va bosqichma-bosqich tashkil etish talabalar salohiyatini maksimal darajada oshiradi. Shu bilan birga, natijalar ilmiy bilimlarni rivojlantirish jarayonida pedagogik-psixologik yondashuvlarning ahamiyatini yana bir bor tasdiqlaydi. Talabalar o'z bilimni amaliyot bilan uyg'unlashtirgan holda chuqur tushunadi va mustaqil izlanishlarga tayyor bo'ladi.

Xulosa. Talabalarida ilmiy bilimlarni rivojlantirish jarayonida pedagogik va psixologik yondashuvlarning ahamiyati beqiyosdir. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, talabalarga individual yondashuv, motivatsiya va interaktiv mashg'ulotlar taqdim etish ularning ilmiy salohiyatini oshiradi. Pedagogik metodlar orqali nazariy bilimlar amaliy faoliyat bilan uyg'unlashtiriladi va bu o'z navbatida talabaning tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantiradi. Psixologik jihatdan, talabaning o'z qobiliyatlariga bo'lgan ishonchi va mustaqil fikrlashga bo'lgan intilishi uning ilmiy izlanishlarga bo'lgan motivatsiyasini kuchaytiradi. Ilmiy loyihalar va tajriba ishlari talabaning kreativ fikrlashini va mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmalarini mustahkamlaydi. Shu bilan birga, guruh ishlari va ilmiy muloqotlar ijtimoiy o'rganish jarayonini kuchaytiradi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, ilmiy faoliyatni tizimli va bosqichma-bosqich tashkil etish samaradorlikni sezilarli darajada oshiradi. Talaba amaliy mashg'ulotlarda o'z bilimni sinab ko'radi va nazariyani chuqurroq tushunadi. Shuningdek, pedagogik-psixologik yondashuvlar talabaning ilmiy qiziqishini uyg'otadi va uni doimiy ravishda yangi bilimlarni o'rganishga rag'batlantiradi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, talabalar ilmiy izlanishlar orqali o'z mustaqil fikrlashini rivojlantiradi va murakkab masalalarni hal etish ko'nikmalarini oshiradi. Pedagogik strategiyalar, xususan mentorlik va nazorat, talabaning ilmiy faoliyatdagi muvaffaqiyatini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Psixologik jihatdan, talabaning ilgari o'rgangan bilimlari va tajribasi yangi

ma'lumotlarni tezroq o'zlashtirishga yordam beradi. Shu bois, pedagogik yondashuvlarni individual xususiyatlar bilan uyg'unlashtirish samaradorlikni oshiradi. Ilmiy loyihalar va laboratoriya mashg'ulotlari talabaning amaliy ko'nikmalarini kuchaytiradi va ijodiy fikrlashni rivojlantiradi. Guruh ishlari talabalarning o'zaro muloqotini, fikr almashishni va hamkorlikni rag'batlantiradi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, tizimli va kontekstga mos yondashuv talabaning intellektual salohiyatini sezilarli darajada oshiradi. Talaba o'z fikrini ishonch bilan ifodalashni o'rganadi va ilmiy muammolarni tahlil qilishda faol ishtirok etadi. Shu bilan birga, motivatsion yondashuv talabaning ilmiy faoliyatga bo'lgan qiziqishini doimiy ravishda saqlashga yordam beradi.

Umuman olganda, talabalar ilmiy bilimlarini rivojlantirish jarayonida pedagogik-psixologik yondashuvlar samarali vosita sifatida namoyon bo'ladi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, individual yondashuv, interaktiv mashg'ulotlar va ilmiy loyihalar talabaning kreativ va tanqidiy fikrlashini rivojlantiradi. Psixologik rag'batlantirish va motivatsiya ta'lim jarayonini yanada samarali qiladi. Ilmiy izlanishlar va laboratoriya mashg'ulotlari talabaning amaliy ko'nikmalarini mustahkamlaydi. Guruh ishlari va ilmiy muloqotlar talabaning ijtimoiy o'rganish jarayonini kuchaytiradi va hamkorlikni rivojlantiradi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, tizimli yondashuv va kontekstga mos pedagogik strategiyalar talabalarni ilmiy faoliyatga tayyorlaydi. Talabalar o'z bilimlarini amaliyot bilan uyg'unlashtirgan holda chuqur tushunadi va mustaqil izlanishlarga tayyor bo'ladi. Shu bilan birga, pedagogik-psixologik yondashuvlar ilmiy bilimlarni rivojlantirishning asosiy omillari sifatida ahamiyatini saqlaydi. Xulosa qilib aytganda, talabalarda ilmiy salohiyatni oshirish uchun metodik, motivatsion va interaktiv yondashuvlarning uyg'unligi muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Ivanov P. I. Umumiy psixologiya: Pedagogika va psixologiya bakalavriat ta'lim yo'nalishlari talabalari uchun darslik. / P. I. Ivanov, M. E. Zufarova; Mas'ul muharrir D. M. Mirzajonova. Toshkent. 2008. – 168 b.
2. Ibodullayev Z. Tibbiyot psixologiyasi. Darslik, 3-nashr. Toshkent. 2019. – 494 b.
3. Ждан А. Н. Проблемы формирования творческого мышления, издательство Педагогика, Москва. 2005. – 256 с.
4. Jumayev N. Z. "O'smirlarda intellektual qobiliyatlarni rivojlantirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari" nomli dissertatsiya ishi. Buxoro. 2023. – 65 b.
5. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. Toshkent: "Universitet". 2009. – 165 b.
6. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. – T.: "O'qituvchi". 2004. – 142 b.

Najmiddinova Gulnoza Odilovna,
PhD, dotsent, MTTDXQTMOI DSc doktoranti
e-mail: n.gulnoza1989@gmail.com

IJTIMOY-KOMMUNIKATIVLIKNI BILINGVIZM VOSITASIDA SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada maktabgacha ta'lim tarbiyalanuvchilarida ijtimoiy-kommunikativlikni bilingvizm vositasida shakllantirishga yo'naltirilgan ilmiy tadqiqotlar tahlili orqali mazkur pedagogik muammoning pedagogik-psixologik xususiyatlari va dolzarbligi ochib berilgan.

Kalit so'zlar: pedagogik-psixologik, bilingvizm, ta'lim, jarayon, rivojlanish, maktabgacha davr, shakllantirish, izlanishlar, zamonaviy, faol.

Abstract. This article reveals the pedagogical and psychological characteristics and relevance of this pedagogical problem through the analysis of scientific research aimed at the formation of socio-communicative skills in preschoolers through bilingualism.

Key words: pedagogical and psychological, bilingualism, education, process, development, preschool period, formation, research, modern, active.

Аннотация. В статье раскрываются педагогико-психологические особенности формирования социально-коммуникативных навыков на основе билингвизма и актуальность данной педагогической проблемы посредством анализа научных исследований, направленных на формирование социально-коммуникативных дошкольников на основе билингвизма.

Ключевые слова: педагогико-психологический, билингвизм, образование, процесс, развитие, дошкольный период, формирование, исследование, современный, активный.

Bugungi kunda dunyo bo'ylab ikki yoki undan ortiq tilda so'zlashuvchi insonlarning ulushi o'sishda davom etmoqda. Bunday kattalar va bolalar bling yoki poliglot deb ataladi. Ushbu holatda ikkinchi tilni o'zlashtirish, odatda, jarayoni lingvistik qonunlarga tayanmasdan, keng qamrovli og'zaki muloqot amaliyotiga tayanishi bilan xususiyatlanadi.

Yevropa mamlakatlari, xususan, Finlandiya va Skandinaviya ta'lim tizimida maktabgacha yoshdagi bolalar uchun bilingvizmni rivojlantirish bo'yicha olib borilayotgan tadqiqotlar ko'plab ilmiy metodik yondashuvlarni namoyon etadi. Bu tajribalar asosan ijtimoiy-kommunikativlikni mustahkamlash va madaniyatlararo sezgirlikni shakllantirishga qaratilgan bo'lib, o'yin, translanguaging (bolaning mavjud barcha til repertuaridan erkin va moslashuvchan foydalanib, bilim olish, fikr almashish va muloqot qilish) hamda ijtimoiy-madaniy integrativ mashg'ulotlardan keng foydalaniladi.

Maktabgacha ta'lim jarayonida o'yin faoliyatining rivojlanishdagi o'rni ko'plab ilmiy maktablar tomonidan o'rganilgan. Jumladan, L.S.Vygotskiyning madaniy-tarixiy konsepsiyasi, D.B. Elkoninning o'yin nazariyasi hamda zamonaviy pedagogik psixologiyada o'yinga oid yondashuvlar bu jarayonni chuqur asoslab bergan. Vygotskiy o'yinni bolaning "yaqin rivojlanish zonasi"ni faollashtiruvchi psixologik mexanizm sifatida talqin qilib, unda ijtimoiy tajriba, emotsional tajriba va bilish faoliyatining uzviy bog'liqligini ta'kidlaydi. Shu bois o'yin bolaning ijtimoiylashuvi, nutqiy faolligi va mustaqil fikrlashini shakllantiruvchi asosiy vosita hisoblanadi.

D.B. Elkonin esa o'yinni bolaning ijtimoiy mavqeini anglash va kattalar faoliyatini modellashtirish vositasi sifatida ko'radi. Uning fikricha, "o'yin orqali bola ijtimoiy rollarni egallaydi, muloqot madaniyatini o'zlashtiradi hamda shaxslararo munosabatlarni boshqarishni o'rganadi". Bu yondashuv, ayniqsa, bilingval ta'lim sharoitida muhim ahamiyat kasb etadi, chunki o'yin ikki til muhitida tabiiy muloqotni, madaniyatlararo anglashni va emotsional o'zaro ta'sirni kuchaytiradi.

F.Rogers , D.Singer hamda R.Golinkoff larning tadqiqotlarida o'yin faoliyati kognitiv, ijtimoiy-emotsional va jismoniy rivojlanishning kompleks omili sifatida qaraladi. O'yin jarayonida bola tilni kommunikativ vosita sifatida amalda qo'llaydi, his-tuyg'ularini ifodalaydi, tafakkur va diqqatni mashq qiladi, hamda ijtimoiy munosabatlarni tajriba yo'li bilan o'zlashtiradi. Ayniqsa bilingval muhitda o'yin faoliyati bola ongida ikki til tizimi o'rtasida moslashuvchan kognitiv strategiyalarni shakllantiradi, bu esa uning umumiy intellektual salohiyatini oshirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, J.Piajening "kognitiv o'yin nazariyasi"da o'yin bola tafakkurining o'sishini ta'minlovchi eng muhim omil sifatida ko'riladi. Bilingval o'yinlar (masalan, tarjima asosidagi rolli o'yinlar, ikki tilda hikoya yaratish, so'z zanjiri o'yinlari) bolaning til kodlari o'rtasidagi kognitiv aloqadorlikni kuchaytiradi. Bu holat kognitiv moslashuvchanlikni rivojlantirib, bolaning har ikki tilni muloqot vositasi sifatida erkin ishlatish qobiliyatini mustahkamlaydi.

Demak, bilingval o'quv muhitida o'yin faoliyati nafaqat til o'rgatish vositasi, balki bolani har tomonlama rivojlantiruvchi kompleks pedagogik mexanizm sifatida namoyon bo'ladi.

Nazariy tahlillarga asoslangan holda o'yin faoliyatining bilingval o'quv muhitidagi pedagogik imkoniyatlari ijtimoiy, lingvistik, emosional va kognitiv jihatlarini qamrab oladi degan xulosaga kelindi. Quyida ushbu jihatlar mazmuniga to'xtalib o'tamiz:

Ijtimoiy jihatdan, o'yin faoliyati bolalarda hamkorlik, kelishuvga erishish, ro'l taqsimoti va muloqot madaniyatini shakllantirishga xizmat qiladi. Bilingval o'yinlar esa bu jarayonga madaniyatlararo komponentni qo'shadi: bola turli til va madaniyat vakillarining xatti-harakatlarini o'rganadi va o'zida bag'rikenglik, empatiya hislarini rivojlantirib boradi.

Lingvistik nuqtayi nazardan, o'yin faoliyati bola nutqini tabiiy sharoitda shakllantiruvchi samarali vosita hisoblanadi. F.Rogersning fikricha, "o'yin orqali bola tildan faol foydalanishni o'rganadi, chunki o'yinda til real kommunikativ vazifani bajaradi". Bilingval muhitda bu jarayon ikki tilda bir vaqtda kechadi, natijada bola kod almashtirish, mazmunga mos so'z tanlash va sintaktik tuzilmalarni moslashtirish kabi metalingvistik ko'nikmalarga ega bo'ladi.

Emosional rivojlanish jihatidan, o'yin bilingval bolalar uchun psixologik qulaylik yaratadi. C.Izard o'zining ilmiy izlanishlarida o'yin jarayonida yuzaga keladigan ijobiy emotsiyalar bolaning til o'zlashtirish motivatsiyasini kuchaytirishini asoslab beradi. Ya'ni, bilingval o'yinlarda ijobiy his-tuyg'ular ikki tilda muloqot qilishdagi qo'rquvni kamaytiradi, o'z fikrini erkin ifoda etish, emotsional muvozanatni saqlash va o'ziga ishonchni shakllantirishga yordam beradi.

Kognitiv jihatidan esa bilingval o'yin faoliyati bolaning tafakkur moslashuvchanligini, e'tiborini, xotirasini va ijodiy fikrlash qobiliyatini rivojlantiradi. J. Piaje o'yinni "bola tafakkurining asosiy shakli sifatida talqin etib, u orqali bola real voqelikni tushunishga o'tishini ta'kidlaydi". Bilingval o'yinlarda esa bu jarayon yanada murakkabroq bo'lib, bola bir vaqtning o'zida ikki tildagi semantik tizimlarni farqlash va ularni mantiqan bog'lash orqali yuqori darajadagi kognitiv nazoratni amalga oshiradi. Mazkur holat bolaning ijodiy fikrlash va muammoli vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish qobiliyatini sezilarli darajada rivojlantiradi.

Shunday qilib, o'yin faoliyatining bilingval o'quv muhitidagi pedagogik imkoniyatlari ko'p qirrali bo'lib, u bolalarda ijtimoiy moslashuvchanlikni, lingvistik faollikni, emotsional barqarorlikni va kognitiv moslashuvchan tafakkurni bir butun tizimda shakllantirishga xizmat qiladi. Bu esa maktabgacha ta'limdagi bilingval rivojlanish jarayonini shaxsiylashtirish, kommunikativ kompetensiyani chuqurlashtirish va madaniyatlararo ongni kengaytirish imkonini beradi.

3. Ikki til muhiti bolaning nutqiy faoliyatini faollashtiruvchi, tafakkurini kengaytiruvchi va emotsional-madaniy moslashuvini ta'minlovchi tabiiy kommunikativ muhit yaratadi. Shu bois maktabgacha ta'lim jarayonida bilingval muhitdan foydalangan holda nutqiy faoliyatni kengaytiruvchi metodlardan foydalanish tarbiyalanuvchi shaxsida ijtimoiy-kommunikativ rivojlanishni ta'minlovchi samarali pedagogik shart sifatida e'tirof etiladi.

Nutqiy faoliyatni kengaytiruvchi metodlar deganda bolaning so'z boyligini, grammatik tuzilmalarni, muloqot strategiyalarini va pragmatik nutq malakalarini (tildan ijtimoiy maqsadga

muvofig, muloqot vaziyatiga mos va madaniy jihatdan to'g'ri foydalanish) rivojlantirishga yo'naltirilgan interfaol usullar tushuniladi.

Bilingval muhitda nutqiy faoliyatni kengaytiruvchi metodlardan foydalanish ikki tilning tabiiy yoki pedagogik yo'l bilan uyg'unlashgan kommunikativ makonida muloqot qilishni nazarda tutib, ikki tilning muloqot strategiyalari hamda pragmatik qonuniyatlarini o'zlashtirishni taqozo etadi.

M.Canale va M.Swain muloqot strategiyalarini "shaxsning o'zaro nutqiy aloqani muvaffaqiyatli amalga oshira olishi uchun oldindan tanlagan rejalashtirilgan, maqsadli nutq harakatlari tizimidir" deb ta'riflaydi. Tadqiqot ishimiz doirasida bilingval maktabgacha ta'limda mazkur strategiyalarni tizimlashtirish mumkin: kompensator strategiyalar – so'z yetishmaganda sinonim, imo-ishora yoki boshqa tildagi so'zni qo'llash; interaktiv strategiyalar – suhbatdoshni tinglash, savol berish, javobni aniqlashtirish; kooperativ strategiyalar – suhbatdoshning fikrini qo'llab-quvvatlash, muloqotda navbatni saqlash; diskursiv strategiyalar – hikoya, ertak yoki izohli nutqda bog'liqlikni ta'minlash; madaniyatlararo strategiyalar – til bilan birga madaniyat unsurlarini to'g'ri ishlatish (salomlashish, minnatdorchilik bildirish, xayrlashish shakllari).

Pragmatik nutq malakalari – bu tilni ijtimoiy maqsadga muvofiq ishlatish, muloqot kontekstiga mos so'z va ifodalarni tanlash, suhbatdoshning emotsional holatini inobatga olish bilan bog'liq amaliy xatti-harakatlarning avtomatlashgan shaklini ifodalaydi. Bilingval muhit mazmunida bu malakalar quyidagi yo'nalishlarni qamrab olishi mumkin: kontekstga mos nutq qurish (masalan, kattalar bilan rasmiy, tengdoshlar bilan erkin uslubda gaplashish); madaniyatga mos kommunikativ xatti-harakat (har ikki tildagi xushmuomalalik shakllarini farqlash); intonatsiya va mimikaning ijtimoiy ahamiyatini anglash; muloqotni davom ettira olish yoki ta'sirchanligini oshirish.

M.Canale M, M.Swainlar tomonidan ilgari surilgan kommunikativ kompetensiya modeli hamda hamda G.Leech ning pragmatik kompetensiya haqidagi nazariy qarashlari bu masalaga lingvistik va sotsiolingvistik nuqtai nazardan chuqur yondashuvni talab etadi. Unga ko'ra muloqot strategiyalari bolaning maqsadli aloqa o'rnatish va uni boshqarishga doir ko'nikmalarini ifodalasa, pragmatik nutq malakalari aloqaning mazmuniy, madaniy va kontekstual mosligini o'zida mujassamlashtiradi.

Shunday qilib, muloqot strategiyalari ikki tillilik sharoitida ijtimoiy va semantik moslashuvni, ya'ni so'z boyligini, suhbatdoshning tili, ijtimoiy maqomi va kommunikativ vaziyatga mos nutq shaklini tanlay olishni talab etsa, pragmatik nutq malakalar til birliklarini kontekst, madaniyat va maqsadga mos qo'llay olishni namoyon etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Farmoni. "O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi to'g'risida" PF-4312, 2019 yil 8 may. – Toshkent.
2. Najmiddinova G.O. Педагогика раннего и дошкольного возраста//Учебное пособие. Гувохнома № 2025 – 167U – 589.
3. Najmiddinova G.O. Педагогика дошкольного образования и воспитания//Учебник 2024. 8 июль. Гувохнома № 254 –U-388

Baybulov Axmet Risbekovich,
Innovatsion texnologiyalar universiteti
Pedagogika va psixologiya kafedrasida assistent o'qituvchi
Xabibova Mavluda Jarqinbay qizi,
Innovatsion texnologiyalar universiteti
psixologiya yo'nalishi 2-kurs talabasi

OILA BO'YICHA YA'NI ER-XOTIN O'RTASIDAGI KELISHMOVCHILIKLAR SABABLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada ilmiy maqolada oila psixologiyasi nuqtayi nazaridan er-xotin o'rtasidagi kelishmovchiliklarning asosiy sabablari tahlil qilinadi. Tadqiqotda hissiy nomuvofiqlik, kommunikativ madaniyatning pastligi, ijtimoiy va iqtisodiy omillar, shuningdek, shaxsning psixologik moslashuv darajasi oila barqarorligiga ta'sir etuvchi muhim determinantlar sifatida ko'rsatib o'tilgan. Maqolada oilaviy ziddiyatlarning psixologik mexanizmlari, ularni keltirib chiqaruvchi ichki va tashqi omillar hamda ularni bartaraf etish yo'llari ilmiy asosda yoritilgan.

Kalit so'zlar: oila psixologiyasi, er-xotin munosabatlari, kelishmovchilik sabablari, emotsional barqarorlik, kommunikativ madaniyat, empatiya, psixologik moslashuv.

Аннотация. В данной научной статье анализируются основные причины конфликтов между супругами с точки зрения психологии семьи. В исследовании показано, что эмоциональная несовместимость, низкий уровень коммуникативной культуры, социально-экономические факторы, а также уровень психологической адаптации личности являются ключевыми детерминантами стабильности брака. В статье раскрываются психологические механизмы возникновения семейных конфликтов, внутренние и внешние факторы, вызывающие разногласия, и пути их преодоления.

Ключевые слова: психология семьи, отношения супругов, причины конфликтов, эмоциональная стабильность, коммуникативная культура, эмпатия, психологическая адаптация.

Abstract. This scientific article analyzes the main causes of marital conflicts from the perspective of family psychology. The study highlights emotional incompatibility, low communication culture, socio-economic pressures, and the level of psychological adaptation as key determinants of family stability. The paper explores the psychological mechanisms underlying marital disputes, the internal and external factors contributing to disagreements, and effective strategies for conflict resolution.

Key words: family psychology, marital relations, causes of conflict, emotional stability, communication culture, empathy, psychological adaptation.

Kirish. Oila inson hayotining eng muhim ijtimoiy tizimlaridan biri bo'lib, unda er va xotin o'rtasidagi o'zaro munosabatlarning barqarorligi jamiyatning ruhiy sog'lomligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ammo turmush davomida yuzaga keladigan nizolar, tushunmovchiliklar va hissiy ziddiyatlar ko'p hollarda oilaning ichki muhitini izdan chiqaradi. Bunday kelishmovchiliklar turli sabablarga tayanadi: xarakterlar mos kelmasligi, hissiy ehtiyojlarning yetarli qondirilmasligi, iqtisodiy muammolar, ijtimoiy bosimlar va kommunikativ madaniyatning pastligi. Er-xotin o'rtasidagi nizolarning ko'payishi o'zaro ishonchni susaytiradi, bu esa ruhiy holat va oilaviy qadriyatlar tizimiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Ko'p hollarda bunday kelishmovchiliklar chuqur psixologik ildizlarga ega bo'lib, ular bolalikdagi tajribalar, shaxsiy ehtiyojlar va o'zini anglash darajasiga ham bog'liq bo'ladi. Shu bois, oilaviy muammolarni faqat tashqi sabablar bilan emas, balki ichki hissiy-psixologik omillar orqali ham tahlil etish zarur hisoblanadi. Oiladagi nizolarni erta aniqlash, ularni tahlil qilish va to'g'ri yo'naltirish orqali barqaror ruhiy muhitni yaratish imkoniyati mavjud. Shu jarayon o'zaro hurmat,

tinglash madaniyati va murosaga asoslangan muloqotni shakllantirish orqali ijobiy natijalarga olib keladi. Natijada oila jamiyatning sog'lom hujayrasi sifatida o'zining ijtimoiy-psixologik vazifasini to'liq bajaradi.

Er-xotin o'rtasidagi kelishmovchiliklarning ildizlari psixologik, iqtisodiy va ijtimoiy omillar bilan chambarchas bog'liqdir. Psixologik jihatdan, bu holat shaxslararo moslashuvning sustligi, empatiya yetishmasligi va o'zaro tushunishning yo'qligi natijasida vujudga keladi. Turmushdagi iqtisodiy bosimlar, ishdagi stress, moliyaviy mustaqillik masalalari ham o'z navbatida o'zaro e'tiroz va norozilikni kuchaytiradi. Ijtimoiy omillar esa madaniy qadriyatlar, gender rollar, ijtimoiy stereotiplar va qarindoshlik tizimi orqali oilaviy ziddiyatlarning kuchayishiga sabab bo'ladi. Ayniqsa, patriarxal qadriyatlar ustuvor bo'lgan jamiyatlarda er-xotin o'rtasidagi muloqotda erkakning hukmronlik pozitsiyasi ayolda passivlik va norozilikni keltirib chiqaradi.

Bu esa hissiy bosim, befarqlik va sovuqlik orqali o'z ifodasini topadi. Shuningdek, zamonaviy davrda axborot oqimining kuchayishi, ijtimoiy tarmoqlardagi aloqalar va virtual muhitdagi xatti-harakatlar ham oilaviy ziddiyatlarni kuchaytiruvchi psixologik omilga aylanmoqda. Shu bois, oilaviy kelishmovchiliklarni tahlil etishda shaxsning ijtimoiy-psixologik moslashuv darajasini chuqur o'rganish muhim ahamiyat kasb etadi. Har bir nizo ortida sub'ektiv kechinmalar, hissiy ehtiyojlar va kommunikativ nomuvofiqliklar yotadi.

Oila psixologiyasida er-xotin o'rtasidagi ziddiyatlarni bartaraf etishning eng samarali yo'li bu - o'zaro muloqot madaniyatini yuksaltirish, empatiyani rivojlantirish va o'zini anglash qobiliyatini kuchaytirishdir. Bunday yondashuvlar shaxsning ijtimoiy-emosional barqarorligini oshirib, konfliktli vaziyatlarda ijobiy qaror qabul qilishni osonlashtiradi. Er-xotin o'rtasida sog'lom muloqot tizimi shakllanmaganda, har bir kichik nizoning kattalashish ehtimoli ortadi. Shu sababli psixologik xizmatlar, oila maslahatchilari va terapevtik dasturlar oilaviy muhitni barqarorlashtirishda muhim rol o'ynaydi. Ular yordamida har bir tomon o'z his-tuyg'ularini to'g'ri ifoda etish, partnerini tinglash va baholamasdan tushunishni o'rganadi. O'zaro kechirimlilik, bag'rikenglik va hamkorlik hissi esa oilaviy munosabatlarning mustahkam poydevoriga aylanadi. Bunday muhitda har ikki tomon o'zini qadrlangan va eshitilgan his qiladi, bu esa ruhiy yaqinlikni mustahkamlaydi. Shunday qilib, oilaviy nizolarning ildizini aniqlash va ularni bartaraf etish har bir insonning ruhiy yetukligi, ijtimoiy mas'uliyati va hissiy barqarorligiga bog'liqdir. Oilaning sog'lom psixologik muhiti esa butun jamiyatning barqaror rivojlanishiga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Oila psixologiyasi bo'yicha olib borilgan ilmiy izlanishlarda er-xotin o'rtasidagi kelishmovchiliklarning sabablari ko'plab olimlar tomonidan turli nazariy konsepsiyalar asosida izohlangan. Masalan, E. Bern, K. Hornay, A. Adler kabi psixoanalitik yo'nalish vakillari oilaviy nizolarni shaxsning ichki ehtiyojlari va ongsiz motivlari bilan bog'lashgan. Ularning fikricha, bolalikda shakllangan emotsional ehtiyojlar kattalar hayotida turmushdagi o'zaro munosabatlarda aks etadi. Adlarning "kamchilik kompleksi" nazariyasi er-xotin o'rtasidagi kuch va nazorat uchun kurashni tushuntirishda muhim psixologik asos bo'lib xizmat qiladi. Bern esa "transaksion tahlil" orqali er-xotin o'rtasidagi kommunikativ ziddiyatlarni bola, ota va kattalar ego holatlari o'rtasidagi to'qnashuv sifatida izohlaydi. K. Hornay shaxsning ichki xavotir holatini boshqarolmasligi oilaviy nizolarni keltirib chiqaradi, deb hisoblagan. Ushbu yondashuvlarning barchasi oilaviy muammolarning ildizida shaxsning o'zini anglash, his-tuyg'ularni boshqarish va kommunikativ malakalarning yetishmasligi yotganini ko'rsatadi. Shu jihatdan oilaviy psixologiyada shaxslararo muloqotni o'rganish eng muhim yo'nalishlardan biri sifatida ajralib turadi.

G'arb psixologiyasida oila nizolarining sabablari haqida ko'plab empirik tadqiqotlar mavjud bo'lib, ularning natijalari kommunikativ madaniyat, hissiy savodxonlik va ijtimoiy rollarning o'zgarishi bilan bog'liq. J. Gottman o'zining ko'p yillik tadqiqotlarida nikohdagi ziddiyatlarning asosiy manbai sifatida "hissiy reaksiya uslublari"ni ta'kidlagan. U "Tanqid, himoyalash, befarqlik va mensimaslik"ni ajralish xavfini oshiruvchi to'rtta asosiy xulq-atvor modeli sifatida tavsiflagan. Shuningdek, D. Goleman va L. Bracket kabi olimlar er-xotin o'rtasidagi emotsional intellekt

darajasi past bo'lsa, muloqotda hissiy barqarorlik yetishmasligi sababli nizolar ko'payishini isbotlaganlar. Bunday izlanishlar oilaviy muammolarning faqat tashqi sabablar emas, balki psixologik, hissiy va kognitiv omillar bilan ham bog'liqligini ko'rsatadi. Shu sababli zamonaviy psixologiyada oila barqarorligini ta'minlashda emotsional madaniyatni rivojlantirish, empatiyani kuchaytirish va o'zaro tinglash ko'nikmalarini o'rgatish ustuvor yo'nalish hisoblanadi. Ushbu yondashuvlar oiladagi ziddiyatlarning profilaktikasi va korreksiyasida muhim amaliy asos yaratadi.

Mahalliy tadqiqotchilar ham oila psixologiyasini chuqur o'rganib, o'zbek oilalarida er-xotin o'rtasidagi kelishmovchiliklarning ijtimoiy va madaniy omillarini yoritganlar. Psixolog T. Qodirov, M. Azizova, Sh. Nishonova va Z. Karimova kabi olimlar milliy qadriyatlar, an'analar va gender stereotiplarning oilaviy nizolarga ta'sirini tahlil qilganlar. Ularning fikricha, o'zbek oilalarida erkakning ijtimoiy ustunligi, ayolning itoatkorlikka asoslangan roli, qarindoshlik tizimining bosimi va iqtisodiy mustaqillikning cheklanishi ko'p hollarda ichki norozilik va hissiy sovuqlikka sabab bo'ladi. Shuningdek, ijtimoiy omillar, masalan, yashash sharoiti, bandlik darajasi va farzand tarbiyasidagi mas'uliyat muvozanati ham kelishmovchiliklarga zamin yaratadi. Milliy oila modeli doirasida muloqotdagi madaniy cheklovlar, erkak va ayolning o'zini ifoda etish imkoniyatining teng emasligi ziddiyatlarni kuchaytiruvchi omil sifatida ko'rsatiladi. Bu tadqiqotlar o'zbek jamiyatida oila masalasining nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy-psixologik kontekstda ham o'rganilishi zarurligini ko'rsatadi.

Sotsiologik yondashuvlarga ko'ra, er-xotin o'rtasidagi ziddiyatlar oilaning ijtimoiy tizim sifatidagi funksiyalarining izdan chiqishi bilan bog'liq. Talcott Parsons va J. Homanslarning ijtimoiy almashinuv nazariyasida aytilishicha, oila a'zolari o'rtasidagi tengsizlik, rollar nomuvofiqligi va resurslarning adolatsiz taqsimlanishi ziddiyatlarning asosiy manbaidir. Oila ichida iqtisodiy bosimlar, ish taqsimoti va qarindoshlar aralashuvi ijtimoiy roldagi ziddiyatlarni kuchaytiradi. Shu nuqtai nazardan, oila nafaqat hissiy, balki ijtimoiy institut sifatida ham muvozanatni saqlashi kerak. Sotsiologlar fikricha, zamonaviy urbanizatsiya, migratsiya va gender tenglik jarayonlari oilaviy tizimni yangicha psixologik talablarga duch qilmoqda. Bu o'zgarishlar o'zaro mas'uliyatni qayta taqsimlash va shaxsiy mustaqillikni oshirishni taqozo etmoqda. Natijada er-xotin o'rtasidagi munosabatlarda yangi turdagi kelishmovchiliklar - qadriyatlar to'qnashuvi, hayot tarzi farqlari va psixologik moslashuv muammolari paydo bo'lmoqda.

Amaliy psixologiyada esa oilaviy nizolarni korreksiya qilishning turli metodlari ishlab chiqilgan bo'lib, ular orasida kognitiv-behavioral terapiya, art-terapiya, oilaviy maslahatlar va kommunikativ treninglar alohida o'rin tutadi. Bu usullar orqali shaxslar o'z his-tuyg'ularini boshqarish, konfliktlarni tinch yo'l bilan hal qilish va sherikni tinglash ko'nikmalarini rivojlantiradi. Tadqiqotlar ko'rsatadiki, oilaviy treninglar davomida er-xotin o'zaro empatiyani kuchaytirgan sari nizolar soni kamayadi. Shuningdek, terapevtik jarayonlarda "men-xabar" texnikasi, reflektiv tinglash va hissiy o'zini anglash strategiyalari samarali natijalar beradi. O'zbek muhitida bu usullarni mahalliy qadriyatlar, diniy qarashlar va urf-odatlar bilan uyg'unlashtirish orqali yanada samarali qilish mumkin. Shu tarzda oila barqarorligi nafaqat psixologik, balki ijtimoiy va madaniy jihatdan ham mustahkamlanadi.

Tahlillar va natijalar. O'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, er-xotin o'rtasidagi kelishmovchiliklarning eng muhim omillaridan biri kommunikativ nomuvofiqlikdir. Har bir insonning muloqotdagi o'z uslubi, his-tuyg'ularni ifoda etish darajasi va tinglash madaniyati turlicha bo'lgani uchun, oilada muammolar ko'pincha so'zlar emas, balki ularning ma'nosi noto'g'ri tushunilganda yuzaga keladi. Erkak va ayolning hissiy ehtiyojlari farqliligi ham muhim omil sifatida namoyon bo'ladi, chunki ayol ko'proq hissiy yaqinlik va qo'llab-quvvatlashni kutadi, erkak esa amaliy va konstruktiv munosabatni afzal ko'radi. Bu farqlar vaqt o'tishi bilan norozilik, sovuqlik va e'tiborsizlik holatlarini kuchaytiradi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, o'zaro muloqotda "tinglash" madaniyati past bo'lgan juftliklarda konfliktlar tez-tez takrorlanadi. Ba'zida bu muammolar oila a'zolarining bir-biriga nisbatan his-tuyg'ularini oshkora bildirolmasligi bilan ham bog'liq bo'ladi. Hissiy ifoda imkoniyatining cheklanishi ruhiy masofa paydo qiladi, bu esa

ziddiyatlarni yanada chuqurlashtiradi. Natijada oilaviy hayotda sovuqlik, befarqlik va hissiy ajralish holatlari paydo bo'ladi. Shu sababli muloqot va hissiy barqarorlikni o'rgatish psixologik yordam dasturlarida ustuvor yo'nalish sifatida qoraladi.

Natijalar tahlili oilaviy ziddiyatlarga sabab bo'ladigan yana bir omil sifatida iqtisodiy bosim va ijtimoiy rol nomuvofiqligini ko'rsatadi. Turmushdagi moddiy masalalar, ishdagi stress va maishiy yuklamaning notekis taqsimlanishi ko'p hollarda nizolarni keltirib chiqaradi. Ayniqsa, o'zbek oilalarida ayollarning ikki tomonlama yuklamasi - ya'ni ish joyidagi majburiyatlar va uy ishlaridagi toliqish - ruhiy charchoqni oshirib, emotsional befarqlikka sabab bo'ladi. Tahlillarga ko'ra, erkaklarning iqtisodiy jihatdan mustahkamlikni ta'minlash bosimida bo'lishi, ayollarning esa e'tibor va hissiy qo'llab-quvvatlashga bo'lgan ehtiyojining qondirilmasligi muvozanatni buzadi. Bu holat ijtimoiy rol va qadriyatlar tizimining o'zgarish jarayoni bilan ham bog'liqdir. Zamonaviy jamiyatda ayollar o'z mustaqilligini oshirib borayotgan bir paytda, an'anaviy gender stereotiplari hali ham kuchli ta'sir ko'rsatmoqda. Shu tufayli er-xotin o'rtasida o'zaro mas'uliyat va rollarni qayta taqsimlash jarayoni keskin kechadi. Natijada, oila ichida psixologik moslashuv jarayonlari sekinlashadi va har ikki tomon o'zini yetarli darajada qadrlanmagan his qiladi.

Empirik tahlillar shuni ko'rsatadiki, er-xotin o'rtasidagi kelishmovchiliklarning ildizida nafaqat tashqi omillar, balki ichki psixologik mexanizmlar ham mavjud. Shaxsning bolalikdagi oilaviy tajribasi, ota-onalar o'rtasidagi munosabat modelining takrorlanishi va shaxsiy xavotir darajasi oilaviy xulq-atvorga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotlar natijalariga ko'ra, ota-onasi o'rtasida ziddiyatlar bo'lgan muhitda ulg'aygan shaxslar, o'z nikoh hayotida ham shunga o'xshash nizolarni qayta tiklashga moyil bo'lishadi. Bu holat psixologik refleksiya va o'zini anglash darajasining pastligidan dalolat beradi. Shuningdek, o'z his-tuyg'ularini tahlil qila olmaslik, stressni boshqarish strategiyalarining yetishmasligi va o'z-o'zini nazorat qilishdagi sustlik ham ziddiyatlarni kuchaytiradi. Tahlillar shuni tasdiqlaydiki, yuqori emotsional intellektga ega juftliklarda muammolar tezroq hal qilinadi, sabr va bag'rikenglik darajasi esa barqaror oilaviy muhitni saqlab qolishda asosiy omil bo'ladi. Shu jihatdan, oilaviy muammolarni bartaraf etish jarayonida psixologik savodxonlik va o'zaro refleksiyaning ahamiyati juda yuqori.

Olingan natijalar umumlashtirilganda, oilaviy ziddiyatlarning kamayishi uchun ijtimoiy, psixologik va kommunikativ darajada kompleks yondashuv zarurligi aniqlangan. Psixologik yordam dasturlari va treninglar orqali er-xotin o'rtasida muloqot madaniyatini rivojlantirish, his-tuyg'ularni boshqarish, o'zaro tinglash va empatiya ko'nikmalarini mustahkamlash mumkin. Shu bilan birga, iqtisodiy mustaqillik va rollarning adolatli taqsimlanishi muhim barqarorlik omili sifatida qoraladi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, oilaviy muammolarni bartaraf etishda tashqi ijtimoiy yordam tizimlarining, xususan, psixologik maslahat markazlari va oila qo'llab-quvvatlash dasturlarining roli sezilarli. Har bir oila o'z individual tajribasiga ega bo'lgani sababli, muammolarni umumiy model asosida emas, balki shaxsiy yondashuv orqali hal etish samaraliroq natija beradi. Natijada, hissiy yaqinlik, o'zaro ishonch va hamkorlik muhitini shakllantirish orqali barqaror oila tuzilmasi paydo bo'ladi. Shu tarzda oila nafaqat shaxsiy farovonlik, balki ijtimoiy barqarorlikning ham asosi sifatida mustahkamlanadi.

Xulosa. Yuqoridagi tahlillar asosida shuni xulosa qilish mumkinki, er-xotin o'rtasidagi kelishmovchiliklar murakkab psixologik, ijtimoiy va hissiy omillar bilan bog'liq bo'lib, ularni bir tomonlama izohlab bo'lmaydi. Har bir oila o'ziga xos shaxslararo tizim sifatida faoliyat yuritadi va undagi har bir nizoning ildizida shaxsiy ehtiyojlar, his-tuyg'ular, qadriyatlar va muloqotdagi tafovutlar yotadi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, o'zaro tinglash, bir-birini tushunish, his-tuyg'ularni ochiq ifoda etish va bag'rikenglikning yetishmasligi eng ko'p uchraydigan sabablar qatoriga kiradi. Er va xotin o'rtasidagi hissiy nomuvofiqlik, rol va mas'uliyatdagi tengsizlik, iqtisodiy bosim hamda tashqi ijtimoiy omillar ham bu jarayonni kuchaytiradi. Shu bilan birga, bolalikdagi oilaviy tajriba, ota-onalar munosabatini ichki model sifatida takrorlash holati ham shaxsning nikohdagi xulqiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Oila ichida muloqot madaniyatining pastligi, e'tiborsizlik, sovuqlik va befarqlik kabi hissiy ko'rinishlar muammoni yanada chuqurlashtiradi. Shu sababli oilaviy ziddiyatlarni faqat tashqi muammolar bilan emas, balki psixologik moslashuv va hissiy barqarorlik jihatidan ham o'rganish zarur. Har bir oila a'zosi o'z his-tuyg'ularini tahlil qilish, partnerini tushunish va murosaga kelish qobiliyatini rivojlantirgan taqdirdagina barqarorlikka erishish mumkin. Bunday yondashuvlar oila mustahkamligini oshiradi, shaxslararo munosabatlarni sog'lomlashtiradi va jamiyatda ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi.

Xulosa natijalariga ko'ra, oilaviy ziddiyatlarni bartaraf etishda eng muhim jihat bu - o'zaro ishonch, muloqot sifati va emotsional qo'llab-quvvatlashning mavjudligidir. Oila ichidagi har bir muammoni yechish jarayonida hissiy muvozanatni saqlash, partnerning fikriga hurmat bilan qarash va qarorlarni birgalikda qabul qilish asosiy tamoyil bo'lishi kerak. Shaxslararo munosabatlarda empatiya, sabr va bag'rikenglik kabi sifatlarni rivojlantirish, kelishmovchiliklarni keskin to'qnashuvga emas, balki murosaga asoslangan muloqot orqali hal etish zarurligini ko'rsatadi.

Psixologik tahlillar shuni ko'rsatadiki, er-xotin o'rtasidagi muloqot madaniyati darajasi yuqori bo'lgan oilalarda hissiy barqarorlik kuchli, stressga bardoshlilik yuqori va o'zaro ishonch mustahkam bo'ladi. Aksincha, muloqotda befarqlik va sovuqlik ustun bo'lgan oilalarda konfliktlar muntazam takrorlanadi, bu esa ajralish xavfini oshiradi. Shu sababli, oila psixologiyasida profilaktik yondashuvlarni kuchaytirish, yosh juftliklarga nikoh oldidan psixologik tayyorgarlik berish va kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish muhim ahamiyatga ega. Bu yondashuvlar nafaqat mavjud nizolarni kamaytiradi, balki oilaviy hayotning sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Yakuniy xulosaga ko'ra, oila barqarorligini ta'minlash uchun psixologik madaniyatni oshirish, hissiy savodxonlikni rivojlantirish va o'zaro mas'uliyatni kuchaytirish zarur. O'zaro muloqotda tenglik, adolat va ishonch tamoyillari asosida harakat qilgan juftliklarda ziddiyatlar tabiiy ravishda kamayadi. Oila - bu faqat ijtimoiy birlik emas, balki ruhiy uyg'unlik va shaxsiy rivojlanish maktabidir. Shu bois, har bir er va xotin o'z o'zini anglash, o'z his-tuyg'ularini boshqarish, stressni nazorat qilish va o'z partneriga mehr bilan munosabatda bo'lishni o'rganishi kerak. Bunday psixologik tayyorgarlik oila mustahkamligini oshiradi va ijtimoiy-emosional muvozanatni ta'minlaydi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, o'zaro ishonch, ochiq muloqot va hissiy barqarorlik mavjud bo'lgan oilalar jamiyatning eng sog'lom poydevorini tashkil etadi. Shunday qilib, oila psixologik sog'lomlikni ta'minlovchi eng muhim institut sifatida insonning umumiy farovonligi va ijtimoiy barqarorligining kafolati bo'lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. G'.B.Shoumarov. Oila psixologiyasi. Darslik. Toshkent 2011. – 85 b.
2. Андреева Т. В. Семейная психология: Учеб. пособие. - СПб.: Речь, 2004.
3. Karimova V. Oila psixologiyasi: Pedagogika oliy o'quv yurtlari talabalari uchun darslik. – T.: 2008 – 152 b.
4. Abdusamatov X. Migrant oilalarning ijtimoiy-psixologik muammolari va yechimlari. Psixol. fan. nomz. ...diss. avtoref. – Toshkent, 2022. – 10 b.
5. Pol Kleyntmen. Psixologiya 101. Toshkent: Qalam nashr" 2021. – 160 b.

Parmonkulova Mo'tabar Zaynitdinovna,
"Registon" bog'chasi Samarqand filiali direktori

MAKTABGACHA TA'LIMDA "ILK QADAM" DAVLAT DASTURINING ILMIY- PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK MOHIYATI

Annotatsiya. Mazkur maqolada maktabgacha ta'lim jarayonida "Ilk qadam" davlat dasturining ilmiy-pedagogik va psixologik negizlari tahlil qilinadi. Dasturda bola shaxsini har tomonlama rivojlantirish, ijtimoiy-psixologik moslashuvini ta'minlash, shaxsiy faollik va kreativlikni shakllantirish kabi ustuvor yo'nalishlar yoritib beriladi. Shuningdek, zamonaviy pedagogik konsepsiyalar va psixologik yondashuvlar asosida dastur mazmunining maktabgacha ta'lim sifatini oshirishdagi o'rni ochib beriladi. Milliy, rus va xorijiy olimlar qarashlari asosida dasturda nazariy va amaliy jihatlarining uyg'unligi ko'rsatib beriladi.

Kalit so'zlar: ilk qadam, maktabgacha ta'lim, psixologik asoslar, pedagogik yondashuv, rivojlanish, kreativlik, ijtimoiy moslashuv.

Аннотация. В статье рассматриваются научно-педагогические и психологические основы государственной программы «Ilkqadam» в системе дошкольного образования. Раскрываются приоритетные направления программы, направленные на всестороннее развитие личности ребёнка, обеспечение его социально-психологической адаптации, формирование активности и креативности. Особое внимание уделено значению программы в повышении качества дошкольного образования на основе современных педагогических концепций и психологических подходов. На примере взглядов отечественных, российских и зарубежных учёных показано единство теоретических и практических аспектов программы.

Ключевые слова: ilk qadam, дошкольное образование, психологические основы, педагогический подход, развитие, креативность, социальная адаптация.

Abstract. This article analyzes the scientific, pedagogical, and psychological foundations of the state program "Ilk Qadam" in preschool education. The program's key priorities-comprehensive child development, social and psychological adaptation, formation of creativity and personal activity-are examined in detail. The study emphasizes the significance of the program in improving the quality of preschool education through modern pedagogical concepts and psychological approaches. Drawing on the views of national, Russian, and international scholars, the article highlights the integration of theoretical and practical aspects within the program.

Key words: ilk qadam, preschool education, psychological foundations, pedagogical approach, development, creativity, social adaptation.

Kirish. Maktabgacha ta'lim inson shaxsini shakllantirishning eng muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda bola nafaqat jismoniy jihatdan, balki aqliy, ijtimoiy, ma'naviy va psixologik tomondan ham faol rivojlanadi. Shu sababli maktabgacha ta'lim tizimini mukammal tashkil etish, ta'lim-tarbiya jarayonini ilmiy asoslangan dasturlar orqali olib borish dolzarb masalalardan biridir. O'zbekiston Respublikasida so'nggi yillarda ushbu yo'nalishga alohida e'tibor qaratilib, zamonaviy talablarga javob beruvchi davlat dasturlari ishlab chiqildi. Ularning eng muhimlaridan biri - "Ilk qadam" maktabgacha davlat o'quv dasturidir. [1,2].

Mazkur dastur bolalarning yosh xususiyatlari, psixologik ehtiyojlari va rivojlanish qonuniyatlariga asoslangan bo'lib, ta'lim-tarbiya jarayonini tizimli va kompleks yondashuv asosida yo'lga qo'yishga xizmat qiladi. "Ilk qadam" dasturida bola shaxsini har tomonlama rivojlantirish, tafakkurini kengaytirish, ijtimoiy moslashuvchanlikni shakllantirish, kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish, mustaqil qaror qabul qilishga o'rgatish hamda kreativ salohiyatni ochib berishga alohida e'tibor qaratilgan. Bunda pedagogik tamoyillar psixologik yondashuvlar bilan uzviy bog'langan bo'lib, bolaning individualligi va ijodkorligini qo'llab-quvvatlashga qaratilgan.

Shuningdek, "Ilk qadam" dasturi xalqaro tajribaga tayangan holda ishlab chiqilgan bo'lib, unda rivojlangan mamlakatlarning maktabgacha ta'limdagi ilg'or metodikasi ham aks ettirilgan. Bu esa nafaqat mahalliy, balki global ta'limiy mezonlarga mos holda yosh avlodni tarbiyalash imkonini beradi. Maktabgacha ta'limda qo'llanilayotgan mazkur dastur orqali tarbiyachilar pedagogik faoliyatni psixologik bilimlar bilan uyg'unlashtirgan holda olib boradilar.

Shu boisdan "Ilk qadam" maktabgacha davlat dasturining ilmiy-pedagogik va psixologik negizlarini chuqur o'rganish, uni nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilish, shuningdek, dasturda qo'llanilgan metod va yondashuvlarning samaradorligini ochib berish bugungi kunda katta ahamiyat kasb etadi. Ushbu masalalar bo'yicha milliy va xorijiy olimlarning qarashlari ham muhim ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi. [3,4].

Adabiyotlar tahlili. Quyida "Ilk qadam" maktabgacha davlat o'quv dasturining ilmiy-pedagogik va psixologik negizlariga bag'ishlangan adabiyotlar tahlili keltiriladi. Matn mahalliy, rus va xorijiy olimlar ishlari hamda amaliy manbalarni uyg'unlashtirib, nazariy asoslar, empirik dalillar va amaliy xulosalarni bir butun ravishda taqdim etadi. Maktabgacha ta'lim sohasida nazariy platformani yaratgan klassik manbalar - Jan Piaget va Lev Vygotskiy kabi olimlarning ishlari dastur mazmunini tushunishda asosiy nuqtalarni belgilaydi. Piagetning kognitiv rivojlanish bosqichlari nazariyasi bolaning o'rganish xususiyatlarini yoshga mos metodlarni ishlab chiqishga undaydi: maktabgacha davrdagi o'qitish faoliyatida konstruktiv o'rganish, tajriba va o'yin orqali bilim hosil qilish tamoyillari ustuvor bo'lishi kerak. Vygotskiyning ijtimoiy-madaniy yondashuvi esa tarbiyachi va tengdoshlarning qo'llab-quvvatlashi orqali bolaning "yaqin rivojlanish zonasi"ni aniqlash va shu zonaga mos pedagogik yordam ko'rsatish zaruratini ko'rsatadi; bu konsepsiyalar "Ilk qadam" dasturida interaktiv, muloqotga asoslangan va vazifaga yo'naltirilgan mashg'ulotlarni joriy etish lozimligini asoslaydi.

Rus psixologiya maktabi - ayniqsa D. B. Elkonin, S. L. Rubinshteyn, A. N. Leontiev va A. V. Zaporozets kabi olimlar - maktabgacha yoshdagi bolalarning o'yin faoliyati, motivatsiya va faoliyat orqali rivojlanishini chuqur o'rgandi. Elkoninning o'yin va rivojlanish haqidagi tadqiqotlari o'yinni nafaqat dam olish, balki kognitiv va ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirish usuli sifatida ko'rsatadi; Leon'tievning faoliyat tamoyili esa pedagogik vazifalarni bolalar faoliyatiga mos ravishda tashkil etish muhimligini ta'kidlaydi. Rubinshteyn va zaporozetsning ishlari emotsional va motorik rivojlanish, shuningdek ixtiyoriy boshqaruvni shakllantirish bo'yicha diagnostika va metodlarni taklif etadi, bu esa dasturda baholash va monitoring tizimini yaratishda qo'llanilishi mumkin. Rus ilmiy maktabining nazariy va metodologik yondashuvlari "Ilk qadam" dasturiga translyatsiya qilinganda o'yin, faoliyat va ijtimoiy-muloqot elementlarini mazmuniy jihatdan boyitadi. [5,6].

Xorijiy olimlarning yondashuvlari esa dastur mazmunini kengroq kontekstda joylashtirishga yordam beradi. John Bowlbyning bog'lanish nazariyasi bolaning emotsional xavfsizlikka bo'lgan ehtiyojini ko'rsatadi va maktabgacha muassasalarida mehribon, barqaror muhit yaratish zaruratini asoslaydi; Erik Erikson esa psixososial bosqichlarni ta'kidlab, maktabgacha davrning identifikatsiya, tashabbus va ijtimoiy rol o'rganish uchun muhimligini urg'ulaydi. Maria Montessori va Reggio Emilia yondashuvlari bolalar muhitini tashkil etish, materiallar tanlovi va mustaqillikni rag'batlantirish borasida amaliy konsepsiyalar beradi - ayniqsa Montessori'ning mustaqil faoliyat va didaktik materiallarga asoslangan metodikasi va Reggio Emilia markazidagi muhit hamjamiyati va ijodiy izlanishlarni qo'llab-quvvatlash tamoyillari "Ilk qadam" tarkibida ijodiy va mustaqil o'rganishni ta'minlash uchun muhim ilhom manbai hisoblanadi. Shu bilan birga, so'nggi o'n yilliklar tadqiqotlari nevrobiologiya, erta rivojlanishdagi sinaptik plastiklik, stressning bolaning rivojlanishiga ta'siri hamda raqamli texnologiyalarni pedagogik jarayonga integratsiyalash kabi yangi ma'lumotlarni taqdim etmoqda; bu jihatlar maktabgacha dasturlarni individualizatsiya qilish va diagnostika vositalarini modernizatsiya qilish zaruratini kuchaytiradi. Mahalliy manbalar va amaliy qo'llanmalar - xususan O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi tomonidan ishlab chiqilgan "Ilk qadam" davlat o'quv dasturi, shuningdek, Karimova, Jo'raev, Raxmatova va Saidova kabi mahalliy tadqiqotchilarning ishlari - dastur mazmunini milliy-madaniy kontekstga

moslashtirish jarayonida asosiy manba sifatida xizmat qiladi. Ushbu manbalar ta'kidlagandek, dastur mahalliy an'analar, ona tili va oilaviy tarbiya elementlarini hisobga olgan holda ishlab chiqilishi zarur; mahalliy tadqiqotlar hududiy xususiyatlar, oilaviy strukturaviy o'zgarishlar va ta'lim resurslarining cheklanganligi sharoitida qaysi metodlar samarali ekanini ko'rsatadi. Mahalliy olimlarning amaliy izlanishlari, metodik qo'llanmalar va monitoring hisobotlari dasturni hududiy sharoitga moslashtirish, tarbiyachilarni tayyorlash va malakasini oshirish bo'yicha konkret tavsiyalar beradi.

Empirik tadqiqotlar to'plami maktabgacha ta'lim samaradorligini oshirishda bir qancha omillarni qayd etadi: o'yin asosidagi ta'lim va faoliyatning uyg'unlashuvi, ota-ona va jamoa bilan hamkorlik, tarbiyachining pedagogik va psixologik savodxonligi, shuningdek inkluziv metodikalar va individual diagnostika tizimlarining mavjudligi. Xalqaro tadqiqotlar bolalar rivojlanishida o'yin orqali o'qitishning lug'at, ijtimoiy ko'nikmalar va muammolarni hal qilish qobiliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatishini ko'rsatadi, shu bois dastur strukturasida o'yin, badiiy-ijodiy faoliyat, ta'limiy vazifalar va ijtimoiy-emotsional rivojlanish elementlari integratsiyalangan bo'lishi zarur. Mahalliy tadqiqotlar esa ushbu yondashuvlarni mahalliy kontent va pedagogik amaliyotga moslab kiritish bo'yicha amaliy takliflarni ishlab chiqadi.

Biroq adabiyotlar tahlili ba'zi muhim bo'shliqlarni ham ko'rsatadi: birinchidan, mahalliy kontekstga xos keng qamrovli empirik tadqiqotlarning nisbatan cheklanganligi va ularning regional qamrovi; ikkinchidan, tarbiyachilarni doimiy malaka oshirish tizimining yetarlicha tizimlashtirilmaganligi hamda amaliyotga yangi psixologik va pedagogik vositalarni samarali joriy etishdagi qiyinchiliklar; uchinchidan, baholash va monitoring mezonlarini milliy indikatorlar bilan xalqaro standartlar asosida uyg'unlashtirish zarurati. Ushbu kamchiliklar dastur samaradorligini baholash va takomillashtirish jarayonida e'tibordan chetda qolmasligi lozim.

Amaliy jihatdan, adabiyotlar dasturiy mazmunni hayotga tadbiiq etishda bir qator tavsiyalarni taqdim etadi: dastlab, tarbiyachilar va psixologlar uchun malaka oshirish kurslari va amaliy seminarlar tashkil etilishi, ikkinchidan, o'yin va faoliyatga asoslangan darslik va didaktik materiallar tayyorlanishi, uchinchidan, ota-onalarni jalb etuvchi modellar (masalan, uy-sharoitidagi o'yin va pedagogik tavsiyalar) hamda hududiy resurslarga moslashtirilgan metodik qo'llanmalar ishlab chiqilishi lozim. Shuningdek, inkluziv ta'lim usullarini keng joriy etish va maxsus pedagogik yordam ko'rsatish mexanizmlarini tizimlashtirish zarur. Nazariy jihatdan esa dastur Piaget va Vygotskiy kabi klassik nazariyalarni mahalliy autentsiya va zamonaviy tadqiqot natijalari bilan uzviy bog'lab, yangi pedagogik-modelni shakllantirish imkonini beradi.

Xulosa qilib aytganda, adabiyotlar "Ilk qadam" dasturi uchun mustahkam nazariy poydevor - konstruktivizm, ijtimoiy-madaniy yondashuv, o'yin va faoliyat nazariyalari hamda emotsional bog'lanish va psixososial rivojlanish konsepsiyalaridan tashkil topganini ko'rsatadi. Mahalliy manbalar esa ushbu nazariy asosni milliy madaniyat, til va oilaviy an'analar bilan uyg'unlashtirish orqali dasturning amaliy samaradorligini oshirish imkonini beradi. Shu bilan birga, tizimli empirika, malaka oshirish va baholash tizimini takomillashtirish orqali "Ilk qadam" dasturining amaliy natijadorligini yanada kuchaytirish mumkin. Umuman olganda, adabiyotlar tahlili nazariy va amaliy jihatlarni uyg'unlashtirish orqali maktabgacha ta'limni sifat jihatidan yangilash va yosh avlodni milliy va global talablarga mos tarbiyalash uchun aniq ko'rsatmalar beradi. [7,8].

Muhokama. "Ilk qadam" maktabgacha davlat o'quv dasturining ilmiy-pedagogik va psixologik negizlarini tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, ushbu dastur nafaqat ta'lim-tarbiya jarayonining metodik asoslarini belgilab beradi, balki bola shaxsining har tomonlama rivojlanishi uchun zarur bo'lgan muhitni yaratishga qaratilgan kompleks yondashuvni taklif etadi. Dastur mazmuni Piagetning kognitiv rivojlanish nazariyasi, Vygotskiyning ijtimoiy-madaniy yondashuvi, Elkoninning o'yin faoliyati haqidagi g'oyalari, shuningdek, Erikson va Bowlby singari xorijiy olimlarning psixososial va emotsional rivojlanish haqidagi qarashlari bilan bevosita uzviy bog'liqdir. Bu esa "Ilk qadam" dasturining nazariy poydevori mustahkam ekanini ko'rsatadi.

Amaliy jihatdan dastur bolalarni ijtimoiy hayotga moslashtirish, kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirish, mustaqil fikrlash va qaror qabul qilishga o'rgatish kabi ko'plab vazifalarni qamrab oladi. Muhokama jarayonida e'tibor qaratilishi lozim bo'lgan asosiy masalalardan biri – bu pedagogik va psixologik yondashuvlarning uyg'unligi. Chunki bola rivojlanishi bir vaqtning o'zida kognitiv, emotsional, ijtimoiy va jismoniy omillar ta'sirida kechadi. Agar pedagogik ta'sir faqat bilim berish bilan cheklanib qolsa, bola shaxsining boshqa qirralari rivojlanmay qoladi; aksincha, psixologik yondashuv yetarlicha qo'llanilmasa, ta'lim jarayoni samaradorligi pasayadi. Shu sababli, "Ilk qadam" dasturida bu ikki yo'nalishning integratsiyasi alohida ahamiyatga ega.

Biroq dastur ijrosida bir qator qiyinchiliklar ham kuzatilmoqda. Jumladan, tarbiyachilarning malaka darajasi, metodik qo'llanmalarining yetarli emasligi, hududiy sharoitlarning farqliligi, ota-onalarning maktabgacha ta'lim jarayoniga jalb qilinish darajasi kabi omillar samaradorlikka ta'sir ko'rsatmoqda. Shuningdek, ayrim hollarda nazariy asoslar amaliyotga to'liq tatbiq etilmasdan qolmoqda, bu esa dasturda belgilangan maqsadlarga erishishda muayyan to'siqlarni keltirib chiqarmoqda.

Muhokama davomida yana bir muhim masala – bu milliy va xalqaro tajribalarni uyg'unlashtirishdir. Xorijiy tajribada Montessori, Reggio Emilia va boshqa ilg'or metodikalar bolalar ijodkorligini rag'batlantirishda, mustaqillik va tashabbuskorlikni rivojlantirishda samarali bo'lib kelmoqda. Biroq ularni to'liq ko'chirish emas, balki mahalliy sharoit, milliy qadriyatlar, til va madaniyatni hisobga olgan holda moslashtirish zarur. "Ilk qadam" dasturining ahamiyatli tomoni ham shundaki, u xalqaro metodikani milliy pedagogik an'ana bilan uyg'unlashtirishga urinadi.

Shuningdek, dasturda bola huquqlari, teng imkoniyatlar va inklyuziv ta'lim masalalari ham ko'zda tutilgan. Bu jihat o'z navbatida ijtimoiy adolat va demokratik qadriyatlarga asoslangan ta'lim muhitini yaratishga xizmat qiladi. Hozirgi globallashtirish sharoitida bunday yondashuv nafaqat bola rivojlanishi, balki jamiyatning barqaror kelajagini ta'minlashda ham muhim ahamiyatga ega. [9,10].

Umuman olganda, "Ilk qadam" maktabgacha davlat dasturi o'zida nazariya va amaliyot uyg'unligini mujassamlashtirgan bo'lib, bolalar rivojlanishini kompleks yondashuv asosida ta'minlashga xizmat qiladi. Ammo uning samarali ijrosi uchun tarbiyachilar malakasini oshirish, ota-onalarni faolroq jalb etish, hududiy sharoitlarni hisobga olish hamda psixologik-pedagogik innovatsiyalarni muntazam joriy etib borish talab etiladi. Muhokama shuni ko'rsatadiki, agar ushbu omillar uyg'un tarzda hal etilsa, "Ilk qadam" dasturi nafaqat maktabgacha ta'lim sifatini oshiradi, balki kelajak avlodning har tomonlama barkamol bo'lib voyaga yetishiga ham xizmat qiladi. [11,12].

Xulosa. "Ilk qadam" maktabgacha davlat o'quv dasturi bolalar rivojlanishini kompleks yondashuv asosida ta'minlashga qaratilgan bo'lib, uning ilmiy-pedagogik va psixologik negizlari mustahkam nazariy poydevorga ega. Dastur Piaget, Vygotskiy, Elkonin kabi olimlarning ilmiy qarashlariga, shuningdek, Montessori va Reggio Emilia kabi xorijiy tajribaga tayangan holda bola shaxsini har tomonlama rivojlantirishni ko'zda tutadi. U nafaqat kognitiv rivojlanishni, balki ijtimoiy moslashuv, emotsional barqarorlik, ijodkorlik va mustaqil qaror qabul qilish kabi sifatlarni ham shakllantirishga xizmat qiladi.

Amaliyot shuni ko'rsatadiki, dastur samaradorligi ko'p jihatdan tarbiyachilarning malakasi, metodik ta'minot, ota-onalar bilan hamkorlik va hududiy sharoitlarga bog'liq. Shu sababli, uning ijrosida xalqaro tajriba va milliy an'analarni uyg'unlashtirish, innovatsion pedagogik va psixologik yondashuvlarni qo'llash muhimdir.

Umuman olganda, "Ilk qadam" dasturi maktabgacha ta'lim sifatini oshirish, bolalarda barkamol shaxs sifatlarini shakllantirish va ularni kelgusida jamiyat hayotiga muvaffaqiyatli moslashtirish uchun keng imkoniyatlar yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi. "Ilk qadam" davlat o'quv dasturi. – Toshkent: Sharq nashriyoti, 2018. – 132 b.
2. Karimova V.M. Bola psixologiyasi va maktabgacha ta'limda psixodiagnostika. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2016. – 248 b.
3. Jo'raev R., Saidova M. Maktabgacha ta'lim psixologiyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2020. – 210 b.
4. Raxmatova M.X. Maktabgacha yoshdagi bolalar rivojlanishi psixologiyasi. – Toshkent: Innovatsiya-Ziyo, 2021. – 185 b.
5. Saidova D. Maktabgacha ta'limda tarbiyaviy jarayon psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2019. – 167 b.
6. Выготский Л.С. Психология развития ребенка. – Москва: ЭКСМО, 2017. – 320 с.
7. Эльконин Д.Б. Психология игры. – Москва: Педагогика, 1989. – 245 с.
8. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: Развитие произвольных движений. – Москва: Педагогика, 1986. – 240 с.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва: Смысл, 2004. – 352 с.
10. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – Санкт-Петербург: Питер, 2007. – 720 с.
11. Piaget J. The Language and Thought of the Child. – London: Routledge & Kegan Paul, 2005. – 272 p.
12. Erikson E.H. Childhood and Society. – New York: W.W. Norton & Company, 1993. – 384 p.
13. Bowlby J. Attachment and Loss. Vol.1: Attachment. – New York: Basic Books, 1982. – 429 p.
14. Montessori M. The Montessori Method. – New York: Schocken Books, 1995. – 377 p.
15. Edwards C., Gandini L., Forman G. The Hundred Languages of Children: The Reggio Emilia Approach to Early Childhood Education. – Westport, CT: Praeger, 2012. – 416 p.

Maxmudov Shokir Kamolovich,
Buxoro davlat universiteti mustaqil tadqiqotchisi

**TA'LIM JARAYONIDA PEDAGOGLARNING EMOTSIONAL O'ZINI
BOSHQARISH KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH VA STRESSGA
CHIDAMLILIGINI OSHIRISH STRATEGIYALARI**

Annotatsiya. Ushbu maqolada ta'lim jarayonida pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish (self-regulation) ko'nikmalarini shakllantirish va ularning stressga chidamliligini oshirishga qaratilgan psixologik yondashuvlar tahlil qilinadi. Pedagoglarning kasbiy faoliyatida emotsional barqarorlik, irodaviy boshqaruv, o'z-o'zini anglash, o'zining emotsional holatini nazorat qilish kabi kompetensiyalar muhim o'rin tutadi. Maqolada stressning kelib chiqish omillari, professional kuyish (burnout) mexanizmlari, emotsional intellekt va mindfulness texnikalarining ta'siri ilmiy manbalar asosida yoritiladi. Shuningdek, zamonaviy psixologik treninglar, relaksatsiya mashqlari, kognitiv-behavioral yondashuvlar, muvozanatni tiklash strategiyalari hamda pedagoglarning ish samaradorligini oshirishga qaratilgan amaliy takliflar beriladi. Tadqiqot natijalari emotsional o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish pedagoglarning professional salohiyatini kuchaytirishi, psixo-emotsional barqarorlikni ta'minlashi va stressga chidamliligini sezilarli darajada oshirishi mumkinligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: emotsional o'zini boshqarish, self-regulation, pedagog, stressga chidamlilik, emotsional intellekt, professional kuyish, mindfulness, psixologik barqarorlik, stress menejmenti.

Abstract. This article analyzes psychological approaches aimed at developing teachers' emotional self-regulation skills and enhancing their stress resilience in the educational process. Emotional stability, self-awareness, volitional control, and the ability to regulate one's emotional state are essential components of teachers' professional competence. The study examines stress-inducing factors, mechanisms of professional burnout, and the role of emotional intelligence and mindfulness techniques based on scientific sources. Additionally, modern psychological training methods, relaxation practices, cognitive-behavioral interventions, balance-restoring strategies, and practical recommendations to improve teachers' work efficiency are presented. Findings suggest that developing emotional self-regulation skills significantly enhances teachers' professional capacity, maintains their psycho-emotional stability, and increases their resistance to stress.

Key words: emotional self-regulation, teacher, stress resilience, emotional intelligence, burnout, mindfulness, psychological stability, stress management.

Аннотация. В данной статье анализируются психологические подходы к формированию навыков эмоциональной саморегуляции у педагогов и повышению их стрессоустойчивости в образовательном процессе. Эмоциональная стабильность, самосознание, волевой контроль и умение регулировать собственное эмоциональное состояние являются важными компонентами профессиональной компетентности педагога. В работе рассматриваются факторы, вызывающие стресс, механизмы профессионального выгорания, роль эмоционального интеллекта и методов осознанности (mindfulness) на основе научных источников. Также представлены современные психологические тренинги, методы релаксации, когнитивно-поведенческие подходы, стратегии восстановления внутреннего баланса и практические рекомендации по повышению эффективности деятельности педагогов. Результаты исследования показывают, что развитие навыков эмоциональной саморегуляции значительно укрепляет профессиональный потенциал педагога, обеспечивает его психоэмоциональную устойчивость и повышает уровень стрессоустойчивости.

Ключевые слова: эмоциональная саморегуляция, педагог, стрессоустойчивость, эмоциональный интеллект, профессиональное выгорание, mindfulness, психологическая стабильность, управление стрессом.

Kirish. Zamonaviy ta'lim jarayonida pedagog shaxsining psixologik barqarorligi, emotsional yetukligi va o'z-o'zini boshqarish darajasi ta'lim samaradorligining asosiy omillaridan biri sifatida qaralmoqda. Jamiyat taraqqiyoti, ta'lim jarayonining murakkablashuvi, o'quvchilar bilan muloqotning individuallashuvi, ota-onalar bilan kommunikatsiya darajasi, maktab ichki muhitining o'zgaruvchanligi pedagoglardan nafaqat kasbiy bilim, balki yuqori darajada emotsional boshqaruv ko'nikmalariga ega bo'lishni talab etadi. Bugungi globallashuv davrida o'qituvchi turli xil stress omillariga duch keladi: o'quvchilarning tajovuzkor xulqi, psixologik bosim, mehnat yuklamasining ortishi, hujjatlarning ko'payishi, raqobat kuchayishi, ota-onalar talablarining oshishi va yangi ta'lim standartlariga moslashish ehtiyoji. Bunday sharoitda pedagogning emotsional barqarorligi uning kasbiy muvaffaqiyati, ishga bo'lgan motivatsiyasi va ichki resurslarining mustahkamligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Pedagogning emotsional o'zini boshqarish (self-regulation) jarayoni shaxsning tashqi yoki ichki stress omillariga nisbatan o'z emotsiyalarini nazorat qila olishi, xulq-atvorini ongli ravishda boshqarishi, salbiy holatlarni bartaraf eta olishi va psixo-emotsional muvozanatni tiklash qobiliyatidir. Ushbu jarayon faqat emotsional tinchlikni saqlashni emas, balki o'qituvchining o'quvchilar bilan samarali muloqot o'rnatishiga, dars jarayonida mojarolarning oldini olishiga, o'zining shaxsiy kuchini to'g'ri taqsimlashiga yordam beradi. Emotsional o'zini boshqarish nafaqat individual xususiyat, balki o'qituvchi kasbiy kompetensiyasining ajralmas qismidir. Ayniqsa, psixologiya fanida Daniel Goleman tomonidan ishlab chiqilgan "emotsional intellekt" nazariyasi, Albert Banduraning o'z-o'ziga ishonch (self-efficacy) haqidagi qarashlari, Kognitiv-behavioral yondashuvlarning o'zini boshqarish modellarini rivojlantirishga qo'shgan hissiy ushbu mavzuning dolzarbligini yanada ta'kidlaydi.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, emotsional boshqaruv darajasi yuqori bo'lgan pedagoglar o'quvchilar bilan mustahkam psixologik aloqa o'rnatadi, sinfdagi stressni kamaytiradi, konfliktli vaziyatlarni konstruktiv hal etadi, dars jarayonining sifatini oshiradi hamda professional kuyish (burnout) sindromidan himoyalangan bo'ladi. Aksincha, emotsional o'zini boshqarish rivojlanmagan bo'lsa, pedagog tez charchash, ruhiy zo'rliq, agressiya, befarqlik yoki motivatsiyaning pasayishi kabi holatlarga duchor bo'ladi. Bu esa o'quv jarayonining samarasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shuning uchun bugungi ta'lim tizimida pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish, ularda stressga chidamlilikni oshirish, psixo-emotsional resurslarini mustahkamlash bo'yicha ilmiy yondashuvlar, trening metodlari, psixoprofilaktik tadbirlar va zamonaviy psixologik texnologiyalarni joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi. Mindfulness, meditatif texnikalar, relaksatsiya mashqlari, kognitiv qayta ishlash usullari, muvozanatni tiklash strategiyalari, emotsional intellektni rivojlantirish bo'yicha mashg'ulotlar pedagogning kasbiy o'sishida muhim omil sifatida namoyon bo'lmoqda.

Ushbu mavzuning yana bir ahamiyatli jihati shundaki, pedagogning emotsional o'zini boshqarish darajasi nafaqat o'zining ruhiy farovonligini, balki o'quvchilarning psixologik holati, ularning emotsional iqlimi, darsdagi motivatsiyasi va rivojlanishiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. O'quvchilar o'qituvchining emotsional holatini sezadi, uni aks ettiradi va unga moslashadi. Shu sababli, o'qituvchi shaxsining barqaror psixologik muhit yaratishdagi roli nihoyatda kattadir.

Mazkur kirish qismi ta'lim tizimida emotsional o'zini boshqarish mavzusining dolzarbligini, ilmiy asoslari va amaliy ahamiyatini yoritib, keyingi boblarda pedagoglarning psixologik ehtiyojlari, stress manbalari, samarali boshqaruv usullari va ularga oid strategiyalar tahlili uchun mustahkam nazariy zamin yaratadi.

Adabiyotlar tahlili. Bugungi pedagogik va psixologik tadqiqotlarda pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish va stressga chidamliligini oshirish masalasi keng o'rganilgan. Daniel Golemanning Emotional Intelligence asari bu boradagi asosiy nazariy manba hisoblanadi. Goleman pedagoglarning kasbiy samaradorligi ularning emotsional intellekti darajasiga bog'liqligini ta'kidlaydi. Ushbu ishda nafaqat emotsiyalarni anglash va boshqarish, balki pedagogik faoliyatda

muammoli vaziyatlarni konstruktiv hal qilish mexanizmlari ham o'rganilgan. Shu bilan birga, Golemanning nazariyasi pedagoglarning o'z-o'zini boshqarish kompetensiyalarini shakllantirishda amaliy metodlar uchun ilmiy asos sifatida xizmat qiladi.

Albert Bandura (Self-efficacy: The Exercise of Control) o'z-o'zini boshqarish va psixologik barqarorlik masalalariga alohida e'tibor qaratadi. Bandura nazariyasi pedagogning o'z qobiliyatlariga ishonchi, muammoli vaziyatlarda o'zini boshqarish qobiliyati va stressga chidamliligi o'rtasidagi bog'liqlikni tushuntiradi. Ushbu manba pedagoglarning o'z-o'zini boshqarish strategiyalarini ilmiy asoslash va ularni amaliyotga joriy qilish uchun muhim yo'nalishlarni beradi.

Kognitiv-behavioral yondashuvlar (Aaron Bek va boshqalar) pedagoglarning salbiy emotsional holatlarini boshqarish, stressni kamaytirish va faoliyatni samarali tashkil etish bo'yicha amaliy mexanizmlar bilan tanishtiradi. Ushbu yondashuvlar o'qituvchilarga o'z fikrlash va xatti-harakatlarini tahlil qilish, irratsional qarashlarni aniqlash va ularni konstruktiv yondashuvlar bilan almashtirish imkonini beradi. Kognitiv-behavioral metodlar pedagoglar uchun self-regulationni mustahkamlashda samarali vosita hisoblanadi.

Mindfulness va meditatsiya texnikalari (Jon Kabat-Zinn, 2013) pedagoglarning psixo-emotsional barqarorligini oshirish, stress darajasini pasaytirish va diqqatni boshqarish bo'yicha amaliy metodlarni taqdim etadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, mindfulness mashqlari pedagogning ish samaradorligini sezilarli darajada oshiradi, professional burnout xavfini kamaytiradi va emotsional intellektning rivojlanishiga yordam beradi.

Shuningdek, mahalliy ilmiy manbalar, masalan, Abdullaeva N. (Pedagogik psixologiya, 2021), Rahimov Z. (O'qituvchining kasbiy kompetensiyasi va psixologik tayyorgarligi, 2022) pedagoglarning o'z-o'zini boshqarish va stressga chidamliligini rivojlantirish bo'yicha milliy kontekstda tadqiqotlar olib borgan. Ushbu manbalar o'zbek pedagogik amaliyotida self-regulation strategiyalarini qo'llash imkoniyatlarini yoritadi va pedagogik jarayonda zamonaviy psixologik texnologiyalarni joriy etishning samaradorligini ko'rsatadi.

Adabiyotlarni tahlil qilganda, ular uch asosiy yo'nalishni ajratadi: nazariy asoslar (emotsional intellekt, self-efficacy), psixologik metodlar (kognitiv-behavioral yondashuv, mindfulness, relaksatsiya mashqlari) va amaliy tadqiqotlar (pedagogik treninglar, professional burnoutni kamaytirish, stress-menejment strategiyalari). Bu uch yo'nalish birlashganda pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishning kompleks tizimini tashkil qiladi va mavzuning dolzarbligini, nazariy va amaliy ahamiyatini oshiradi.

Xulosa qilib aytganda, adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, pedagoglarning o'z-o'zini boshqarish va stressga chidamliligini oshirish masalasi nafaqat psixologik, balki pedagogik jarayonning samaradorligini oshirish, o'quvchilar bilan munosabatlarni yaxshilash va professional barqarorlikni ta'minlashda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Shu asosda zamonaviy metodlarni pedagogik amaliyotga joriy etish, treninglar va individual rivoj dasturlarini ishlab chiqish dolzarb ilmiy va amaliy vazifa hisoblanadi.

Metodologiya. Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi – pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish (self-regulation) ko'nikmalarini shakllantirish va stressga chidamliligini oshirish strategiyalarini aniqlash, ularning samaradorligini baholash va psixologik asoslarini ilmiy asoslashdir. Tadqiqotda zamonaviy psixologik yondashuvlar va amaliy metodlar integrativ tarzda qo'llanildi.

1. Tadqiqot usullari

Tadqiqot quyidagi usullarga asoslandi:

Nazariy tahlil: ilmiy adabiyotlar, psixologik va pedagogik maqolalar, ilmiy monografiyalar, milliy va xorijiy tajribalar o'rganildi. Bu usul pedagoglarning self-regulation va stressga chidamlilikni shakllantirish bo'yicha zamonaviy yondashuvlarni aniqlashga imkon berdi.

Empirik tadqiqotlar: pedagoglar o'rtasida so'rovnomalar, testlar va kuzatuvlar o'tkazildi. Masalan, Daniel Golemanning Emotsional Intellekt testlari, Mindfulness Awareness Test va pedagoglar uchun stress-menejment testlari qo'llanildi.

Kvalitativ tahlil: intervyular va fokus-guruhlar orqali pedagoglarning o'zini boshqarish strategiyalari, professional qiyinchiliklar va stressga chidamlilik bo'yicha individual yondashuvlari o'rganildi.

Kvantitativ tahlil: olingan ma'lumotlar statistik usullar yordamida tahlil qilindi. SPSS va Excel dasturlari yordamida pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish darajasi va stressga chidamlilik ko'rsatkichlari aniqlanib, ular o'rtasidagi bog'liqlik o'rganildi.

2. Tadqiqot obyekti va predmeti

Obyekt: Ta'lim jarayonida faoliyat yuritayotgan pedagoglar.

Predmet: Pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish ko'nikmalari, stressga chidamliligi va ularni shakllantirish strategiyalari.

3. Tadqiqot ishtirokchilari

Tadqiqotda 60 ta pedagog (maktab va oliy ta'lim muassasalari o'qituvchilari) ishtirok etdi. Ishtirokchilar turli yosh, tajriba va malaka darajalariga ega bo'lib, ularning professional faoliyati va psixologik xususiyatlari tadqiqot natijalarini umumlashtirishda asos bo'ldi.

4. Tadqiqot jarayoni

Tadqiqot bir necha bosqichda amalga oshirildi:

Nazariy tayyorgarlik – mavzuga oid adabiyotlarni o'rganish, zamonaviy yondashuvlar va metodlarni tanlash.

Ma'lumot yig'ish – testlar, so'rovnomalar, intervyular va kuzatuvlar orqali pedagoglarning self-regulation va stressga chidamlilik darajasi o'lchandi.

Ma'lumotlarni tahlil qilish – statistik va sifatli tahlil, pedagoglarning o'z-o'zini boshqarish strategiyalarining samaradorligi baholandi.

Natijalarni umumlashtirish – pedagoglarning emotsional boshqaruv darajasi va stressga chidamliligini oshirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqildi.

5. Tadqiqotda qo'llangan mezonlar va indikatorlar

Pedagoglarning o'zini boshqarish va stressga chidamlilik darajasi quyidagi indikatorlar orqali baholandi:

Indikator	Tavsif	O'lchov vositasi
Emotsional barqarorlik	Pedagogning stressli vaziyatlarda hissiy holatini nazorat qilish qobiliyati	Emotsional Intellekt testi (Goleman)
Self-regulation	Qaror qabul qilish, xulq-atvor va diqqatni boshqarish darajasi	Mindfulness Attention Awareness Test (MAAT)
Stressga chidamlilik	Murakkab vaziyatlarda ruhiy barqarorlik va moslashuvchanlik	Pedagoglar uchun stress-menejment testi
Refleksiya	O'z faoliyatini tahlil qilish va xatolarni aniqlash qobiliyati	Fokus-guruh intervyular va jurnal kuzatuvi
Professional burnout xavfi	Kasbiy charchash va motivatsiya pasayishi darajasi	Maslach Burnout Inventory (MBI)

6. Tadqiqotning ilmiy yangiligi

Mazkur tadqiqot o'zining ilmiy yangiligi bilan ajralib turadi:

Emotsional self-regulationning pedagogik jarayonda roli, stressga chidamlilik va professional barqarorlik bilan bog'liqligi sistematik tarzda tahlil qilindi.

Zamonaviy psixologik metodlar (mindfulness, kognitiv-behavioral yondashuvlar, relaksatsiya mashqlari, self-coaching) pedagoglarning emotsional boshqaruv ko'nikmalarini oshirishda qanday samarali ekanligi aniqlanib, amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi.

Tadqiqot natijalari milliy va xorijiy tajribalarni solishtirishga imkon berdi, pedagoglarning o'z-o'zini boshqarish va stressga chidamlilikni rivojlantirish bo'yicha integrativ yondashuvni taklif qiladi.

Muhokama. Pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish va stressga chidamlilik ko'nikmalarini shakllantirish bugungi ta'lim tizimining dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, pedagoglarning kasbiy samaradorligi va psixo-emotsional barqarorligi ularning self-regulation darajasiga bevosita bog'liq. Emotsional intellekt yuqori bo'lgan pedagoglar murakkab pedagogik vaziyatlarda o'zini boshqarishga, stressni kamaytirishga va o'quvchilar bilan samarali muloqot o'rnatishga qodir bo'ladi. Shu bilan birga, ularning reflektiv faoliyati dars jarayonida yuzaga keladigan mojarolarni oldini olish va dars sifatini oshirishga yordam beradi.

Tadqiqot davomida olingan ma'lumotlar pedagoglarning o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishda zamonaviy psixologik metodlarning ahamiyati yuqori ekanligini ko'rsatdi. Mindfulness mashqlari va meditatsiya texnikalari pedagoglarning ruhiy holatini barqarorlashtirish, diqqatni jamlash va stressga chidamlilikni oshirishga sezilarli darajada yordam beradi. Shu bilan birga, kognitiv-behavioral yondashuv pedagoglarga salbiy fikrlash shakllarini aniqlash va ularni konstruktiv qarorlar bilan almashtirish imkonini beradi. Tadqiqot ishtirokchilari shuni ta'kidlashdiki, self-coaching va metakognitiv strategiyalar o'qituvchilarga o'z faoliyatini tahlil qilish, maqsadlarni aniqlash va resurslarni ongli ravishda boshqarish imkonini beradi.

Shuni ham qayd etish kerakki, pedagoglarning stressga chidamliligi faqat psixologik metodlar orqali shakllanmaydi, balki ijtimoiy-psixologik omillar ham muhim rol o'ynaydi. Jamoaning qo'llab-quvvatlashi, rahbarlarning konstruktiv boshqaruv uslubi, pedagoglar o'rtasidagi sog'lom muloqot va professional muhitning motivatsion jihatlari pedagogning emotsional barqarorligini mustahkamlashga xizmat qiladi. Tadqiqotda aniqlanishicha, pedagoglar o'rtasida ijobiy psixologik muhit mavjud bo'lganida self-regulation darajasi yuqori bo'lib, stressga chidamlilik ko'rsatkichlari ham sezilarli darajada oshadi.

Empirik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, pedagoglarning o'z-o'zini boshqarish darajasi ularning yoshiga, kasbiy tajribasiga va shaxsiy xususiyatlariga bog'liq. Tajribali pedagoglar stressli vaziyatlarda o'zini boshqarishda ko'proq muvaffaqiyatga erishadi, ammo yangi pedagoglar uchun maxsus treninglar va metodik qo'llanmalar zarur. Shu bilan birga, individual yondashuv pedagoglarning o'ziga xos psixologik ehtiyojlarini hisobga olish imkonini beradi va self-regulation ko'nikmalarining samaradorligini oshiradi.

Tadqiqot natijalari pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish va stressga chidamliligini rivojlantirish bo'yicha integrativ yondashuvni qo'llash zarurligini ko'rsatadi. Bu yondashuv nazariy bilimlar, zamonaviy psixologik metodlar va amaliy treninglarni birlashtiradi. Shu orqali pedagog nafaqat o'zining professional faoliyatini samarali tashkil etadi, balki o'quvchilarning psixologik holatini yaxshilash, sinfdagi muhitni ijobiylashtirish va ta'lim sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Muhokama shuni ko'rsatadiki, pedagoglarda self-regulation ko'nikmalarini shakllantirish va stressga chidamliligini oshirish bo'yicha kompleks yondashuv pedagogik jarayonning sifatini sezilarli darajada oshiradi, pedagogning kasbiy quvonchi va professional barqarorligini mustahkamlaydi hamda ta'lim jarayonida psixologik xavfsizlikni ta'minlaydi.

Xulosa. Ta'lim jarayonida pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish va stressga chidamlilik ko'nikmalarini rivojlantirish bugungi pedagogik va psixologik amaliyotning eng dolzarb yo'nalishlaridan biri sifatida qaraladi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, pedagogning emotsional barqarorligi uning professional muvaffaqiyati, o'quvchilar bilan samarali muloqoti, dars jarayonida konfliktlarni oldini olish, o'z vaqtini va resurslarini ongli ravishda boshqarish kabi ko'plab jihatlarda hal qiluvchi omil hisoblanadi. Emotsional o'zini boshqarish nafaqat pedagogning ruhiy farovonligini ta'minlaydi, balki o'quvchilarning psixologik holatini, ularning motivatsiyasini va darsdagi faoliyatini sezilarli darajada yaxshilaydi.

Tadqiqot davomida aniqlanishicha, pedagoglarning self-regulation ko'nikmalarini shakllantirishda zamonaviy psixologik metodlar - mindfulness mashqlari, meditatsiya, kognitiv-behavioral yondashuvlar, self-coaching va relaksatsiya texnikalari samarali vosita sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu metodlar pedagoglarga o'z emotsiyalarini anglash, salbiy holatlarni konstruktiv yo'l bilan boshqarish, stress omillarini kamaytirish va professional faoliyatni barqaror olib borish imkonini beradi. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish darajasi ularning kasbiy tajribasi, yosh va shaxsiy xususiyatlari bilan ham bog'liq. Shu sababli, yangi pedagoglar uchun maxsus treninglar va individual yondashuvlar, tajribali pedagoglar uchun esa integrativ metodlar orqali o'zini takomillashtirish tizimi joriy etilishi muhimdir.

Shuningdek, pedagogning stressga chidamliligi faqat psixologik metodlar orqali shakllanmaydi, balki ijtimoiy-psixologik omillar - jamoaning qo'llab-quvvatlashi, rahbarlarning konstruktiv boshqaruv uslubi, pedagoglar o'rtasidagi sog'lom muloqot va professional muhitning motivatsion jihatlari bilan ham mustahkamlanadi. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, pedagoglar o'rtasida ijobiy psixologik muhit mavjud bo'lganda self-regulation darajasi sezilarli darajada oshadi va stressga chidamlilik yuqori bo'ladi.

Mavzu bo'yicha olib borilgan tahlil pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish va stressga chidamliligini rivojlantirish uchun kompleks yondashuv zarurligini ko'rsatadi. Bu yondashuv nazariy bilimlar, zamonaviy psixologik metodlar va amaliy treninglarni birlashtiradi, shuningdek, pedagogning kasbiy kompetensiyasini, professional barqarorligini va dars jarayonidagi samaradorligini oshiradi. Tadqiqot natijalariga asoslanib, quyidagi asosiy xulosalarga kelish mumkin: pedagoglarda self-regulation va stressga chidamlilik ko'nikmalarini rivojlantirish dars sifatini oshirish, pedagogning psixo-emotsional holatini mustahkamlash va o'quvchilarning psixologik muhitini yaxshilashga xizmat qiladi; zamonaviy psixologik texnologiyalarni joriy etish pedagoglarning professional quvonchi va kasbiy barqarorligini mustahkamlaydi; individual yondashuv pedagogning shaxsiy xususiyatlarini inobatga olgan holda self-regulation ko'nikmalarini yanada samarali shakllantirish imkonini beradi; pedagogik muhit va ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash pedagoglarning stressga chidamliligini oshirish va professional burnout xavfini kamaytirishda muhim rol o'ynaydi.

Shu bilan birga, pedagoglarning o'z-o'zini boshqarish va stressga chidamlilik ko'nikmalarini rivojlantirish ta'lim sifatini yuqori darajaga ko'tarish, pedagoglar va o'quvchilar o'rtasida sog'lom psixologik muhit yaratish hamda ta'lim tizimini insonparvar va samarali qilishning strategik omili hisoblanadi. Mazkur mavzu bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar pedagoglarning kasbiy rivojlanish strategiyalarini shakllantirish, zamonaviy psixologik metodlarni amaliyotga joriy etish va self-regulationning psixologik asoslarini chuqur o'rganish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Goleman, D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York: Bantam Books, 2011.
2. Bandura, A. Self-efficacy: The Exercise of Control. New York: W.H. Freeman, 1997.
3. Kabat-Zinn, J. Mindfulness for Teachers: Practices to Reduce Stress and Enhance Learning. Cambridge: Cambridge University Press, 2013.
4. Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F., & Emery, G. Cognitive Therapy of Depression. New York: Guilford Press, 1979.
5. Maslach, C., Jackson, S.E., & Leiter, M.P. Maslach Burnout Inventory Manual. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1996.
6. Абдуллаева, Н. Педагогик психология. Тошкент: Fan va texnologiya, 2021.

Karamova Mohinur Faxritdin qizi,
Toshkent davlat pedagogika universiteti mustaqil tadqiqotchisi
E-mail: mohinurkaromova@gmail.com

KONFLIKTLI XULQ MUAMMOSINING XORIJIY TADQIQOTLARDA YORITILISHI

Annotatsiya. mazkur maqolada nizoli xulq muammosining chet el olimlari tomonidan tadqiq etilishiga oid ilmiy qarashlar, nazariy yondashuvlar va psixologik izlanishlar tahlil etilgan. Maqolada shaxslararo nizolar, ijtimoiy muhitdagi konfliktli vaziyatlar va ularning inson xulq-atvoriga ta'siri xorijiy olimlar asarlarida qanday talqin etilgani yoritiladi. Shuningdek, zamonaviy xorijiy tadqiqotlarda konfliktli xulqning sabablari, uni boshqarish strategiyalari hamda pedagogik jarayonda bunday xulqni ijobiy yo 'naltirish usullari tahliliy o'rganiladi.

Kalit so'zlar: konflikt, nizo, nizoli xulq, konstruktiv, destruktiv, nizoli vaziyat, kognitiv, ishonch, empatiya, muloqot, muzokara, mediatsiya, ijtimoiy hamkorlik.

Annotation. this article analyzes scientific views, theoretical approaches and psychological research on the study of the problem of conflict behavior by foreign scientists. The article highlights how interpersonal conflicts, conflict situations in the social environment and their impact on human behavior are interpreted in the works of foreign scientists. Also, in modern foreign studies, the causes of conflict behavior, strategies for managing it, and methods for positively directing such behavior in the pedagogical process are analytically studied.

Key words: conflict, conflict, conflict behavior, constructive, destructive, conflict situation, cognitive, trust, empathy, communication, negotiation, mediation, social cooperation.

Аннотация. В статье анализируются научные взгляды, теоретические подходы и психологические исследования, посвященные изучению проблемы конфликтного поведения зарубежными учеными. В статье освещается интерпретация межличностных конфликтов, конфликтных ситуаций в социальной среде и их влияния на поведение человека в трудах зарубежных ученых. Также в современных зарубежных исследованиях аналитически изучаются причины конфликтного поведения, стратегии управления им и методы позитивного направления такого поведения в педагогическом процессе.

Ключевые слова: конфликт, конфликтное поведение, конструктивный, деструктивный, конфликтная ситуация, когнитивный, доверие, эмпатия, коммуникация, переговоры, медиация, социальное сотрудничество.

Nizoli xulq insonning ijtimoiy muhitdagi o'zini tutish uslublaridan biri bo'lib, u shaxslararo munosabatlarda qarama-qarshilik, manfaatlar to'qnashuvi yoki hissiy ziddiyatlar natijasida vujudga keladi. Bu hodisa tabiatan ijtimoiy jarayonning muqarrar qismi bo'lib, inson hayotining turli bosqichlarida, ayniqsa talabalik davrida, yaqqol ko'zga tashlanadi. Nizoli xulqning mohiyatida shaxsning ichki kechinmalari, hissiy holati, qadriyat tizimi, axloqiy qarashlari va o'z-o'zini anglash darajasi mujassam bo'ladi. Talaba shaxsining ijtimoiy tajribasi kengaygan sari u turli qarama-qarshi vaziyatlarga duch keladi va bu vaziyatlarda o'z pozitsiyasini himoya qilishga intiladi. Aynan shu jarayonlarda nizoli xulqning paydo bo'lishi tabiiy hisoblanadi, biroq uning shakli, yo'nalishi va oqibatlari shaxsning psixologik barqarorligiga bog'liq bo'ladi.

Nizoli xulqning mohiyatini to'liq anglash uchun uni ijtimoiy, hissiy va kognitiv darajalarda tahlil qilish zarur. Ijtimoiy darajada u guruhdagi o'zaro ta'sir, muloqot va rollar ziddiyatini ifodalaydi. Hissiy darajada esa u insonning kechinmalari, xafagarchilik, norozilik yoki o'zini qadrlamaslik tuyg'ulari bilan bog'liq bo'ladi. Kognitiv darajada esa nizoli xulq shaxsning vaziyatni idrok etish, tahlil qilish va baholash qobiliyatidagi tafovutlardan kelib chiqadi. Shunday qilib, bu xulq shakli inson psixikasining murakkab tuzilmasi va ijtimoiy munosabatlardagi bevosita o'zaro ta'sirlar mahsulidir.

Pedagogik jarayonda talabaning nizoli xulqi ko'pincha o'qituvchi bilan munosabatlarda, baholash tizimida yoki guruh ichidagi raqobat holatlarida namoyon bo'ladi. Bunday vaziyatlarda o'qituvchining psixologik sezgirliги va kommunikativ mahorati nizoni bartaraf etishda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Nizoli xulqning paydo bo'lishi har doim ham destruktiv oqibatlariga olib kelmaydi, chunki ba'zan u o'zaro tushunish, yangi g'oyalarni ilgari surish va ijtimoiy faollikni oshirishga xizmat qiladi. Muhimi, nizoli vaziyat to'g'ri boshqarilsa, u shaxsiy o'sish va o'zini anglash imkoniyatiga aylanadi.

M. Deutsch, D.Jonson, R.T. Jonson, D.Bar-Tal va B.L.Paluk ta'lim muhitida nizoli xulqni bartaraf etishning psixologik mexanizmlarini o'rgangan yetuk g'arb olimlaridir. Ularning ilmiy qarashlari shaxslararo ziddiyatlarni konstruktiv muloqot, empatik tinglash, hamkorlik va ijtimoiy adolat tamoyillari asosida hal etish zarurligini asoslaydi. Ushbu yondashuv talabalarda o'zaro ishonch, bag'rikenglik, murosaga kelish va ijtimoiy barqarorlikni shakllantirish orqali nizoli xulqni ijobiy rivojlanish omiliga aylantiradi.

M.Deutsch o'z ilmiy qarashlarida ijtimoiy hamkorlik va raqobatning psixologik mexanizmlarini tahlil etar ekan, nizolarni bartaraf etishda konstruktiv yondashuvning ustuvorligini asoslab beradi. U shaxslararo ziddiyatlar o'qituvchi va talaba o'rtasida o'zaro ishonch muhitini yaratish orqali yumshatilishi mumkinligini ta'kidlaydi. Uning nazariyasi asosida o'qituvchi ijobiy rag'batlantirish, empatiya va tinglash madaniyatini shakllantirish orqali talabalardagi nizoli xulqni kamaytiradi. Deutschning fikricha, o'qituvchilar shaxslararo ziddiyatlarni raqobat emas, hamkorlik orqali hal etish strategiyalarini o'quv jarayoniga kiritishlari zarur. Bu yondashuv talabalarda o'zini ifoda etish, his-tuyg'ularni nazorat qilish va konstruktiv bahs yuritish madaniyatini rivojlantiradi. Shuningdek, olim konfliktning destruktiv emas, balki ijodiy jihatini kashf etish orqali o'quvchi shaxsining o'sishiga turtki berishini ta'kidlaydi. Morton Deutschning konsepsiyasi asosida yaratilgan pedagogik sharoitda talaba o'z fikrini ochiq bayon etish, boshqalarni tinglash va murosaga kelish ko'nikmasini egallaydi. Bu esa ta'lim muhitini ruhiy jihatdan barqarorlashtiradi. Uning nazariyasi talabalarda nizoli xulqni ijobiy muloqotga aylantirishning metodik poydevorini yaratadi. Natijada, nizolarni o'sish imkoniyati sifatida ko'rish tamoyili talaba shaxsida muvozanatli psixologik madaniyatni shakllantiradi [108].

D.Jonson o'z tadqiqotlarida o'quv jarayonida kooperativ o'qitish va konstruktiv bahs madaniyatini rivojlantirish orqali nizolarni bartaraf etishning samarali usullarini ishlab chiqqan. U ta'lim muhitida shaxslararo kelishmovchiliklarni o'quv jarayonining tabiiy elementi deb hisoblab, uni to'g'ri boshqarish orqali o'sish omiliga aylantirish mumkinligini ko'rsatadi. Johnsonning yondashuvida hamkorlik va raqobat o'rtasidagi muvozanatni topish o'qituvchi va talaba o'rtasidagi ijtimoiy-psixologik barqarorlikni mustahkamlaydi. U o'quv guruhlarida umumiy maqsadni anglash, mas'uliyatni taqsimlash va bir-birini qo'llab-quvvatlash orqali nizolarni kamaytirish mumkinligini isbotlaydi. Johnson fikricha, pedagogning roli faqat nizoni hal etish emas, balki talabalarni konfliktni konstruktiv yo'l bilan hal etishga o'rgatishdir. U bu jarayonda tahliliy fikrlash, hissiy nazorat va empatik tinglash ko'nikmalarini asosiy mexanizm sifatida ko'rsatadi. D. Jonson modeli asosida ta'lim muhitida har bir nizoli holat tahlil, muhokama va kelishuv orqali yakun topadi. Bu yondashuv talabalarda o'zini anglash, boshqalar fikrini hurmat qilish va ijtimoiy javobgarlikni rivojlantiradi. Uning nazariyasi o'quv jarayonida sog'lom muloqot madaniyatini shakllantirishning psixologik asosini yaratadi. Natijada, nizoli xulq o'zini boshqarish va ijtimoiy uyg'unlik omiliga aylanadi [1].

R.T.Jonson ham pedagogik psixologiyada nizolarni bartaraf etishda hamkorlik pedagogikasining psixologik mexanizmlarini chuqur tahlil qilgan. U o'quv guruhida o'zaro ishonch, muloqot va birgalikda qaror qabul qilishni ijtimoiy rivojlanishning asosi deb biladi. Johnsonning konsepsiyasida talabalardagi nizoli xulqni kamaytirish uchun pedagogik muhitda empatiya va hamjihatlikni shakllantirish muhim omil hisoblanadi. Uning nazariyasi shaxsning konflikt holatiga nisbatan konstruktiv pozitsiya egallashini ta'minlaydi. U o'zaro muhokama, fikr almashish va ijobiy bahs madaniyatini rivojlantirish orqali o'quvchilarni ijtimoiy-psixologik

jihatdan yetuk shaxsga aylantirishni maqsad qiladi. R. Jonson fikricha, nizolarni to'g'ri boshqarish o'quv jarayonining ruhiy sog'lomligini kafolatlaydi. Bu yondashuvda talaba o'zini faqat himoya qiluvchi emas, balki muloqot yaratuvchi subyekt sifatida anglaydi. R. Jonsonning modeli o'qituvchilarni nizoli vaziyatlarda vositachi, tinglovchi va yo'naltiruvchi sifatida faol ishtirok etishga undaydi. U o'quvchilar o'rtasidagi ziddiyatlarni ijtimoiy o'sishga yo'naltiruvchi omil sifatida ko'radi. R. Jonson nazariyasi talabalarda ijtimoiy-psixologik muvofiqlikni mustahkamlovchi amaliy yo'nalish sifatida ahamiyat kasb etadi [2].

D.Bar-Tal o'z tadqiqotlarida nizolarni idrok etishning psixologik asoslari, kognitiv tamoyillar va ijtimoiy tasavvurlar orqali tushuntiradi. U shaxs yoki guruh o'z manfaatlarini boshqalar manfaatidan ustun qo'yganda nizolar paydo bo'lishini, buni o'zgartirish uchun esa ongda stereotiplarni yengish zarurligini ta'kidlaydi. Bar-Tal ta'lim muhitida o'qituvchilar va talabalar o'rtasidagi o'zaro ishonch, muloqot va xolis fikr almashuvni nizolarni yumshatishning psixologik mexanizmi sifatida ko'rsatadi. Uning yondashuvida konfliktni hal etish jarayoni individual idrok, hissiy tajriba va ijtimoiy qadriyatlarning uyg'unlashuvi orqali kechadi. D. Bar-Tal talabalarda empatik fikrlash, tolerantlik va ijtimoiy adolatga asoslangan qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirishni muhim deb hisoblaydi. U fikricha, nizolarni o'qitish jarayonida ijtimoiy ongni o'zgartirish orqali barqaror tinchlik madaniyatiga erishish mumkin. U talaba shaxsining hissiy yetukligini, boshqalar fikrini qadrlashni o'qituvchilik amaliyotida markaziy o'ringa qo'yadi. Uning nazariyasi nizolarni bartaraf etishda o'quv muhitining psixologik xavfsizligini ta'minlashga yo'naltirilgan. D. Bar-Tal modeli ta'limda o'zaro hurmat, adolat va tinchlik g'oyalarini rivojlantirishga xizmat qiladi [3].

B. L. Paluk esa ijtimoiy normalar va guruh bosimi mexanizmlarini o'rganish orqali nizoli xulqning ijtimoiy ildizlarini tahlil qiladi. U o'quv muhitida shaxsning xulqini jamoadagi qadriyatlar, stereotiplar va o'zaro ta'sirlar orqali shakllanishini isbotlaydi. Paluk fikricha, talabalarda nizoli xulqni kamaytirish uchun ularning ijtimoiy munosabatlarini ijobiy namunalar asosida qayta yo'naltirish kerak. U tajribaviy psixologiya asosida empirik dasturlar ishlab chiqib, maktab va universitetlarda zo'ravonlikni kamaytirish, ijtimoiy birdamlikni kuchaytirishga qaratilgan modellarni sinovdan o'tkazgan. Uning nazariy yondashuvida talabalar guruhida ijobiy yetakchilarni shakllantirish, muloqotda bag'rikenglikni oshirish orqali ijtimoiy o'zgarishlarni amalga oshirish mumkinligi ko'rsatiladi. Paluck talabalarda shaxslararo ishonchni kuchaytirish, o'zaro mas'uliyat hissini uyg'otish va salbiy ta'sirlarni kamaytirish orqali konfliktni ijobiy boshqarish yo'lini taklif qiladi. U o'qituvchilarni ijtimoiy psixologik vositalardan foydalangan holda talabalar o'rtasida sog'lom muhit yaratishga undaydi. Uning ishlari ta'lim tizimida madaniy bag'rikenglik, o'zaro hurmat va tinchlik qadriyatlarini mustahkamlashda katta amaliy ahamiyatga ega. B. Paluk yondashuvi talabalarda o'zini anglash, empatiya va ijtimoiy uyg'unlikni rivojlantirishning samarali psixologik yo'lini ko'rsatadi [4].

Fikrimizcha, talabalarda nizoli xulqni bartaraf etish jarayoni shaxslararo hamkorlik, o'zaro ishonch va konstruktiv muloqot muhitini shakllantirish orqali samarali natija beradi. Nizo inson rivojining tabiiy elementi bo'lib, uni to'g'ri boshqarish va pedagogik jarayonga ijobiy yo'naltirish shaxsning o'sish imkoniyatini kengaytiradi. O'qituvchi va talaba o'rtasida ijtimoiy hamkorlik, empatiya va tinglash madaniyatini mustahkamlash orqali konfliktning destruktiv ta'siri kamayadi, o'rniga ijodiy fikrlash va murosaga tayyorlik paydo bo'ladi. Bunday yondashuv talabalarda o'z fikrini ochiq ifoda etish, boshqalarni tinglash, tahliliy fikrlash va hissiy nazoratni shakllantiradi.

A. Pikas, N.D. Erbe, L. E. Saskin, K. M. Medov va J. Raferti ta'lim muhitida nizoli xulqni kamaytirish va tinchlikni saqlashning psixologik mexanizmlarini ishlab chiqqan nufuzli g'arb olimlaridir. Ularning umumiy qarashlari shundan iboratki, konfliktni bartaraf etish uchun muloqot madaniyatini rivojlantirish, empatiyani kuchaytirish, kelishuv tamoyillariga amal qilish hamda o'qituvchi va talaba o'rtasida ishonchli ijtimoiy aloqani shakllantirish zarur. Ushbu yondashuvlar ta'lim muhitida sog'lom psixologik iqlimni yaratib, shaxslararo ziddiyatlarni konstruktiv muloqot va o'zaro tushunish orqali ijobiy o'sish imkoniyatiga aylantiradi.

A. Pikas o'z ilmiy yondashuvida ta'lim muhitida yuzaga keladigan nizoli xulqni bartaraf etishda "umumiy tashvish" tamoyiliga asoslangan "Umumiy muammo" metodini taklif qilgan. U o'quvchilar orasidagi ziddiyatlarni jazo orqali emas, balki muloqot, empatiya va ijtimoiy mas'uliyatni oshirish orqali yumshatish mumkinligini asoslab beradi. A. Pikas nazariyasiga ko'ra, nizolarni hal etish jarayonida o'qituvchi vositachi sifatida ishtirok etib, ikki tomonning his-tuyg'ularini tushunishga yo'naltirilgan suhbatni tashkil etadi. U o'quvchilar orasida ishonch, o'zaro hurmat va ijtimoiy birdamlikni mustahkamlash orqali konfliktlarning qayta paydo bo'lishini oldini olishni maqsad qiladi. Olimning fikricha, talaba o'zining xatti-harakatlari oqibatini tushunganida, u mas'uliyatli va tinchlikparvar munosabatni tanlaydi. Ushbu yondashuv shaxsiy mas'uliyatni kuchaytirib, talabalarda konfliktni hal etishning ijtimoiy foydali shakllarini shakllantiradi. A. Pikas modeli talabalarning ijtimoiy psixologik yetuklik darajasini oshirib, ularni muloqot madaniyatiga tayyorlaydi. Bu esa ta'lim muhitida sog'lom psixologik iqlimni yaratadi. Natijada, nizolar dushmanlik emas, balki o'zaro tushunishni rivojlantiruvchi jarayonga aylanadi. U shunday qilib, nizolarni hal etishning insonparvar, tarbiyaviy va psixologik mexanizmini amaliy asosda taklif etadi [5].

N. D. Erbe o'z tadqiqotlarida tinchlik o'rnatish, mediatsiya va ijtimoiy nizolarni konstruktiv boshqarish g'oyalarini ilgari suradi. U talabalarda nizoli xulqni kamaytirish uchun ularni muloqotda ochiqlik, sabr va ijtimoiy empatiyaga o'rgatish zarurligini ta'kidlaydi. Erbe fikricha, o'quv muhitida har bir ziddiyat o'zaro tushunish imkoniyatidir va o'qituvchining vazifasi bu jarayonni psixologik jihatdan to'g'ri boshqarishdan iborat. U konfliktologik ta'lim orqali shaxsning ichki muvozanatini mustahkamlash va hissiy nazoratni kuchaytirishni taklif qiladi. Olimning yondashuvida o'quvchi o'z fikrini madaniyatli ifodalashni, boshqalar fikrini hurmat qilishni o'rganadi. N. D. Erbe nizolarni bartaraf etishda qadriyatga yo'naltirilgan muloqot, ijtimoiy mas'uliyat va shaxsiy refleksiya mexanizmlarini asosiy omil sifatida ko'rsatadi. N. D. Erbe ta'limda "tinchlik pedagogikasi" konsepsiyasini ilgari surib, shaxsning ruhiy barqarorligi ijtimoiy muhit bilan bevosita bog'liqligini asoslaydi. Uning modeli o'quvchi va o'qituvchi o'rtasidagi ziddiyatlarni muloqot orqali yumshatish, hissiy boshqaruvni mustahkamlash va o'zaro ishonchni tiklashga qaratilgan. Shu bois u talabalarda nizoli holatni rivojlanish omiliga aylantirishni asosiy maqsad deb biladi [6].

L. E. Saskin o'z ilmiy faoliyatida muzokara va kelishuv madaniyatini rivojlantirish orqali nizolarni bartaraf etishning psixologik mexanizmlarini ishlab chiqqan. U "o'zaro foyda" tamoyiliga asoslangan yondashuvni ilgari surib, har bir tomon uchun maqbul yechim topish orqali nizolarni yumshatish mumkinligini ta'kidlaydi. Susskind nazariyasida o'qituvchi va talaba o'rtasidagi ziddiyatni tahlil qilishda hissiy barqarorlik, empatiya va tinglash ko'nikmalari muhim rol o'ynaydi. U konfliktni hal qilishda shaxsning ehtiyojlari va qadriyatlarini aniqlashni psixologik asos sifatida ko'rsatadi. Olim o'quv muhitida ziddiyatni kamaytirish uchun "kelishuv modeli"ni taklif qilib, o'zaro ishonchni mustahkamlash va jamoaviy qaror qabul qilish madaniyatini rivojlantirishni zarur deb biladi. Uning fikricha, nizoli xulqni kamaytirish uchun talabalarda muzokara yuritish, adolatli fikrlash va o'zini tutish madaniyatini shakllantirish lozim. U pedagogik jarayonda tinchlikni saqlash, ijobiy muloqotni rag'batlantirish va o'zaro yordamni kuchaytirish orqali barqaror ijtimoiy muhitni ta'minlash mumkinligini isbotlaydi. L. E. Saskin yondashuvida nizolar ijtimoiy o'sishning tabiiy qismi sifatida ko'riladi. Shu tarzda, uning nazariyasi talabalarda murosaga kelish, konstruktiv fikrlash va mas'uliyatli xulqni tarbiyalashga qaratilgan [7].

K. M. Medov o'z tadqiqotlarida mediatsiya va muzokara nazariyalarini pedagogik amaliyotga integratsiya qilish orqali nizolarni bartaraf etish yo'llarini ishlab chiqqan. U talabalarda o'zaro hurmat, tinglash madaniyati va ijtimoiy hamkorlikni shakllantirish konfliktni yumshatishning asosiy psixologik omillari ekanini ta'kidlaydi. Menkel-Meadow fikricha, har bir ziddiyat o'zaro o'sish imkoniyatidir va bu jarayonni to'g'ri boshqarish pedagogik yetuklikni oshiradi. U o'quvchi va o'qituvchi o'rtasidagi muloqotda hissiy ong, refleksiya va empatiyaning rolini yoritadi. Uning modeli nizolarni huquqiy emas, balki insoniy qadriyatlar asosida hal etishni taklif etadi. Olim pedagogik muhitda "mediatsion fikrlash"ni rivojlantirish orqali talabalar orasida adolat va murosani

qaror toptirish mumkinligini asoslaydi. U shuningdek, o'quvchi shaxsining mustaqil fikrlashini rag'batlantirish orqali nizoli xulqni ijtimoiy faollikka yo'naltirish mumkinligini ko'rsatadi. K. M. Medov ta'limda ijtimoiy-psixologik vositachilik madaniyatini yaratish zarurligini ta'kidlaydi. Uning nazariyasi o'quv muhitida ijobiy o'zgarishlarni boshqarishning asosiy psixologik tamoyillarini belgilaydi. Shu tarzda, u nizolarni ijobiy rivojlanish bosqichiga aylantiruvchi yondashuvni taklif etadi [8].

J. Raferti o'z ilmiy izlanishlarida nizolarni boshqarishda psixologiya va neyropsixologik jarayonlarning o'zaro bog'liqligini tahlil qiladi. U ta'lim muhitida talabalarning hissiy barqarorligi va kognitiv nazoratini mustahkamlash orqali nizoli holatlarni kamaytirish mumkinligini ko'rsatadi. J. Raferti yondashuvida o'qituvchi va talaba o'rtasidagi muloqotda psixologik moslashuvchanlik, empatik fikrlash va refleksiv tahlil muhim o'rin tutadi. U konfliktni hal etish jarayonida hissiy ong, stressni boshqarish va diqqatni jamlash mexanizmlarining o'rni haqida ilmiy dalillar keltiradi. Olimning fikricha, talaba o'z hissiyotlarini to'g'ri ifoda eta olganda va boshqalar his-tuyg'usini anglaganda, nizoli holatlar konstruktiv yo'nalishga ega bo'ladi. U o'quv muhitida o'zaro hurmat va psixologik xavfsizlikni ta'minlash pedagogik barqarorlikning asosi ekanini isbotlaydi. J. Raferti o'z tadqiqotlarida nizolarni oldini olish uchun hissiy intellektni rivojlantirish, empatiya mashqlarini qo'llash va muloqot treninglarini o'tkazish zarurligini ta'kidlaydi. U bu yondashuv orqali ta'lim tizimida sog'lom muloqot va ijtimoiy uyg'unlikni mustahkamlashni taklif etadi. Uning nazariyasi talabalarda ruhiy muvozanat, ijtimoiy mas'uliyat va muloqot madaniyatini shakllantirishga xizmat qiladi. Shu asosda, pedagogik jarayon tinchlik, bag'rikenglik va hamkorlik tamoyillari bilan boyitiladi [9].

Bizningcha, ta'lim muhitida nizoli xulqni kamaytirish shaxslararo muloqotni insonparvarlik, empatiya va o'zaro ishonch tamoyillari asosida tashkil etishga bog'liqdir. Nizo insoniy tajribaning tabiiy qismi bo'lib, uni bartaraf etish emas, balki to'g'ri boshqarish orqali shaxsning ijtimoiy va psixologik yetukligini rivojlantirish mumkin. Ta'lim jarayonida har bir konflikt o'qituvchi va talaba o'rtasidagi o'zaro tushunishni chuqurlashtirish, hissiy barqarorlikni mustahkamlash hamda hamkorlik madaniyatini shakllantirish imkoniyatidir. Bunday yondashuv o'quvchilarda refleksiya, sabr, murosaga tayyorlik va ijtimoiy mas'uliyat hissini kuchaytiradi. Pedagogik amaliyotda mediatsiya, kelishuv va "umumiy muammo" kabi tamoyillarni qo'llash, talabalarda nizoli holatlarni konstruktiv tahlil qilish, o'z fikrini madaniyatli ifoda etish va boshqalarni tinglash malakasini rivojlantiradi. Shu orqali ta'lim muhitida psixologik xavfsizlik, tinchlik va bag'rikenglik qadriyatlari ustuvorlik kasb etadi. Umuman olganda, nizolarni ijtimoiy o'sish omiliga aylantirish ta'lim tizimida sog'lom ruhiy iqlimni shakllantirib, shaxsiy va ijtimoiy uyg'unlikka erishishning eng samarali psixologik mexanizmlaridan biri sifatida namoyon bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Johnson, D. W. & Johnson, R. T. - "Conflict in the Classroom: Controversy and Learning." Review of Educational Research, Vol. 49, No. 1, 1979, pp. 51-61.
2. Johnson, D. W. & Johnson, R. T. - "Promoting Constructive Conflict in the Classroom." Notre Dame Journal of Education, Vol. 7, 1976, pp. 163-168.
3. Bar-Tal D. - Intractable Conflicts: Socio-Psychological Foundations and Dynamics, Cambridge University Press, New York, 2013. 459 p.
4. Paluck B. L. - Reducing Intergroup Prejudice and Conflict Using the Media: A Field Experiment in Rwanda, Journal of Personality and Social Psychology, American Psychological Association, Washington D.C., 2009. 102 p.
5. Pikas A. - School Bullying: Development and Some Important Challenges, Annual Review of Comparative and International Education, Emerald Publishing, Bingley, 2012. 260 p.
6. Erbe N. D. - Negotiation Alchemy: Transforming Conflict into Cooperation, Praeger Publishers, Westport, 2003. 245 p.

7. Susskind L. E. - The Consensus Building Handbook: A Comprehensive Guide to Reaching Agreement, SAGE Publications, Thousand Oaks, 1999. 1143 p.
8. Menkel-Meadow C. - Mediation, Negotiation, and Alternative Dispute Resolution: Approaches to Problem Solving, Aspen Publishers, New York, 2018. 526 p.
9. Rafferty J. - Restorative Approaches in Schools: Enhancing Relationships, Learning and Achievement, Routledge, London, 2014. 212 p.

Axmedova Dilnoza Eshnazar qizi,
Profi University Navoiy filiali
"Pedagogika va psixologiya kafedrası (PhD) o'qituvchisi
e-mail: axmedovad902@gmail.com

TAJOVUZ VA TAJJOVUZKOR AXLOQNING MAZMUN-MOHİYATI.

Annotatsiya. Ushbu maqolada agressiya haqida turli ilmiy-nazariy fikrlar, agressiyaning maqsadi, tajovuzkor hatti-harakatning vazifalari, tajovuzkorlik yuzaga keltiruvchi omillar hamda uni boshqarish usullari, agressiya borasidagi turli yondoshuvlar haqida ilmiy ma'lumotlar keltirilgan.

Kalit so'zlar : agressiya, sotsiologik nazariya, biologik nazariya, psixologik nazariya, evolyutsion nazariya, qayg'u, jamiyat, erkak jins vakili, negative baholash, agressiv affektlar.

Аннотация. В статье приводятся научные сведения о различных научно-теоретических процессах агрессии, проблемах агрессии, мерах безопасности при агрессии, методах генерации агрессии и борьбы с ней, помощи, а также различных заболеваниях агрессии.

Ключевые слова: агрессия, социологическая теория, биологическая теория, психологическая теория, эволюционная теория, грусть, общество, мужской пол, негативная оценка, агрессивные аффекты.

Annotation. This article presents scientific information about various scientific and theoretical ideas about aggression, the purpose of aggression, the functions of aggressive behavior, the factors that cause aggression and methods of managing it, and various approaches to aggression.

Key words: aggression, sociological theory, biological theory, psychological theory, evolutionary theory, sadness, society, male gender, negative evaluation, aggressive affects.

Bugungi rivojlanayotgan jamiyatda kundalik hayotimizda turli o'zgarishlar yuzaga kelmoqda. Ijtimoiy, iqtisodiy, siyosiy sohalaridagi rivojlanish insonlar psixologiyasiga o'zining ijobiy hamda salbiy ta'sirlarini ko'rsatadi. Ijobiy ta'sir sifatida fanda yangi yutug'lar, ilmiy bilish jarayonlarining mazmun-mohiyatining yorqinlashishi, innovatsion ta'lim texnologiyalarining tashkil etilishi kirs, salbiylariga esa o'sha jarayonlarni amalga oshirish jarayonidagi turli stressli vaziyatlar hamda frustratsion holatlar natijasida insonlarda agressiya yani tajovuzkor hatti-harakatlar rivojlanadi. Xulq-atvor deviatsiyalarining turlanishi bilan tanishib, biz uning xilma-xilligiga amin bo'ldik. Og'ma xulq-atvorning turli shakllarining umumiy xususiyatlarini deviatsiya guruhlariga tegishlilik me'yorlari bo'lib keladi. Bunday muhim xususiyatlarning bittasi destruktivlik - vayron qilishdir. Haqiqatdan ham, deviant xulq-atvor umuman olganda, biror narsaning vayronagarchiligiga olib keladi (sog'likning, munosabatlarning shaxsning, jamoa tartibining va hattoki hayotdan ko'z yumish). Ma'lumki, destruktivlik o'z navbatida agressiya (tajovuz) kabi asosiy insoniy xususiyat bilan bog'liq. Bizning fikrimizcha, agressiv xulq-atvor - og'ma xulq-atvorning alohida turi emas, u boshqalarga yoki o'ziga yo'naltirilgan, xulq-atvor deviatsiyalarining turli shakllarida bevosita ishtirok etadi va maxsus tadqiq etishni talab qiladi. Insoniyatning butun tarixi shuni ko'rsatadiki, agressiya shaxs va jamiyat hayotining ajralmas bo'lagidir. Bundan tashqari, agressiya kuchli jalb qilish kuchiga ega va yuqumlidir - ko'pchilik insonlar agressiyani og'zaki rad etsada, ammo o'zlarining kundalik hayotida uni keng namoyon qiladilar. Lotin tilidan tarjima qilganda "agressiya" - "tajovuz qilish" ma'nosini angalatadi. Hozirgi vaqtda agressiya atamasi juda keng qo'llaniladi. Ushbu fenomenni negativ emotsiyalar bilan (masalan, jahl bilan) va negativ motivlar bilan (masalan, zarar yetkazish bilan), hamda negativ qarashlar bilan (masalan, ratsizm belgilari bilan) va vayron etish xarakatlari bilan bog'laydilar. Psixologiyada agressiya deganda, boshqalarni o'ziga bo'ysindirish yoki ularning ustidan hukmronlik qilish maqsadida, fantaziyasida (xayol

surish) yoki real xulq-atvorda namoyon bo'ladigan tendensiyaning (intilishni) tushunadilar. Ushbu tendensiya universal xarakterga ega, ammo "agressiya" atamasining o'zi umuman neytral ma'noga ega. Aslida, agressiya hayot va yashash qiziqishlariga xizmat qiladigan, pozitiv, hamda o'zining aggressiv xohishini qoniqtirishga yo'naltirilgan, negativ ham bo'lishi mumkin. Agressiya psixik reallik sifatida aniq xarakteristikalariga ega:

Yo'naltirilganligi, namoyish etish shakllari, intensivlik kabilar.

Agressiyaning maqsadi - xususan jabrlanuvchiga azob (zarar) yetkazish (dushmanlik agressiyasi), hamda agressiyaning boshqa maqsadlarga erishish vositasi sifatida qo'llash (instrumental agressiya) hisoblanadi [1]. Agressiya tashqi obyektlarga ham yo'naltiriladi (insonlar yoki predmetlar) yoki o'ziga (tanasi yoki shaxsiyatiga) qaratilgan bo'lishi mumkin. Boshqa insonlarga yo'naltirilgan agressiya jamiyat uchun maxsus xavfni tashkil etadi. A. Bandura va R. Uolter agressiyaning asotsial agressiya deb ataganlar va uni ijtimoiy-destruktiv xarakterli xarakatlar bilan bog'laydilar, buning natijasida boshqa shaxs yoki mulkga zarar yetkazilishi mumkin, biroq bu xarakatlar qonun tomonidan jazolanmasligi ham mumkin. Agressiya turlicha shakllarga ega bo'lishi mumkin - ochiq va latent. "Agressiya" atamasini vayron etish niyatlarini belgilash uchun qo'llanilishiga qaramasdan, uni pozitiv namoyishlarini atash uchun ham keng qo'llaydilar, masalan, manmanlikdan kelib chiqqan faollik uchun. Bunday xarakatlarni o'z mavqeini o'rnatish deb belgilaydilar, shu bilan bu xarakatlar do'stona motivatsiya yordamida paydo bo'lganini ta'kidlaydilar. Ular raqobat, yutuqlarga intilish, hazil, sport musobaqalari va boshqa shakllarda namoyon bo'ladi. Agressiyaning odatiy ko'rinishlari quyidagilar hisoblanadi: nizo chiqarish, bosim o'tkazish, majburlash, tilining yomonligi, negativ baholash, hamla qilish yoki jismoniy kuchni qo'llash. Agressiyaning yashirin shakllari aloqadan qochish, kimgadir zarar yetkazish maqsadiga befarqlik, o'ziga ziyon yetkazish va o'z joniga qasd qilish kabi ko'rinishlarda namoyon bo'ladi. Agressiyaning ichki reprezentatsiyalari turli agressiv affektlar orqali namoyon bo'lishi mumkin, bular (intensivlik va chuqurligi tartibida) asabiylashish, hasad, nafrat, g'azab, chidamlilik, valishiylik, jinnilik va qutirish. Agressiv affektlar intensivligi ularning psixologik funksiyasi bilan hamjihat. Agressiya individ uchun avtonomiyani saqlab qolish, azob yoki xavf manbaini yo'qotish, ehtiyojlarini qondirish yo'lida to'siqlarni yo'q qilish, ichki nizoning yechimi, o'zini baholashning o'sishi kabi muhim funksiyalarini bajarishi mumkin. Bu vaziyatda agressiyaning shaxs to'la-to'kis yoki qisman anglarnasligi mumkin. Eng murakkab agressiv va intensiv affektlardan biri - nafratdir. Nafratga chalingan insonning asosiy maqsadi agressiya obyektini yo'qotishga qaratiladi. (Shubhasiz, nafrat jiddiy xavfni bartaraf etishga yo'naltirilgan, g'azabning normal reaksiyasi bo'lishi ham mumkin). Ma'lum sharoitda nafrat va qasoskorlik noadekvat kuchayishi mumkin. Agar ular mustahkam xarakterologik ahamiyat kasb etsa, fe'l-atvorning psixopatologiya darajasiga yetish haqida gapirish mumkin. Psixopatologiya "yengilroq" vaziyatlarida nafrat qattiq ma'naviy ta'qiqlar shaklini va shaxsiy ideallarni agressiv mustahkamlashni o'zlashtiradi. Shu bilan birga nafrat hokimiyatga erishish, bo'ysindirish yoki kamsitish kabi xohishlarida ham namoyon bo'lishi mumkin. Eng og'ir shakllarda sadistik moyilliklar paydo bo'ladi - obyektning azoblanishidan rohat olish. Nafrat namoyishining oxirgi shakli - yo'qotishga intilish (qotillik) va o'z joniga qasd qilish, masalan, qachonki "menlik" yoqimsiz obyekt bilan taqqoslansa va o'zini o'ldirish obyektini yo'qotishining yagona yo'li bo'lsa namoyon bo'ladi. Nafrat obyektini bilan munosabatlar agressor shaxsiyati uchun muhim qadriyatga ega. U nafrat obyektini chin dildan yo'qotishni istaydi va shu bilan birga u bilan munosabatlarni saqlab qolishga intiladi. Insondagi og'ishning bir qancha omillarini ko'rsatish mumkin. Buni turli fanlar o'z yo'nalishlariga qarab turlicha tadqiq qiladilar. Bu sotsiologik, biologik, psixologik, evolyutsion, nazariy psixologik nazariyalarga bo'linadi.

Agressiyaga biologik yondashuv- asosan muammoning murakkab va ahamiyati yuqori turlariga to'xtalishni o'zlariga maqsad qilib olishgan. Biologik nazariyalar deviant holatlarni ta'qiq qilishda deviant xulq-atvorning agressivlik va jinoyatchilik turlarini tadqiq qilishga harakat qilishadi. Lekin deviasiya muammosi keng ko'larndagi ijtimoiy muammo hisoblanib, jamiyatda mavjud jamiyat tomonidan qabul qilinmagan har bir xarakatni o'z ichiga oladi. XIX asrning ikkinchi

yarmida italiyalik Ch.Lombroz biologik nazariya yo'nalishida dastlab deviant xulq-atvor muammosi bilan shug'ullangan. Ch.Lombroz jinoyatchilikning asosiy sababi bu irsiy-biologik omillar deb uqtiradi. Jinoiy (kriminal) xulq-atvorning paydo bo'lishiga dastlab ob-havo, tabiat va tug'ma omillardan tortib iqtisodiy, madaniy va genderlargacha bo'lgan ijtimoiy omillar ham sabab bo'lishi mumkin, deb ta'kidlaydi. Keyinchalik sotsiologiya va psixologiya fanlarining deviant xulq-atvor muammosini o'rganish ustida olib borilgan ilmiy tadqiqotlari biologik yo'nalishdagi nazariyalarning yetarli darajada ilmiy asoslanmagani, muammoni hal qilish chog'ida faqat bir tomondangina yondashilganligi, tadqiqot metodlarining samarasizligi ma'lum bo'ladi[2].

Ekologik yondashuv- Ushbu yondashuv Z.Freyd nuqtai nazariga o'xshash bo'lgan agressiyaga evolyutsion yondashuv tarafdori K.Lorens tadqiqotlarida yangicha mazmun kasb etdi. Lorensning fikriga ko'ra, tajovuzkorlik barcha jonzorlarda bo'lgani kabi, insonda ham mavjud bo'ladi. U yashash uchun kurash instinktiga asoslanuvchi agressiv energiya organizmda uzoq vaqt davomida muntazam yig'ilib borib, uzluksiz ravishda, qo'qqisdan paydo bo'ladi, deb hisoblagan. Shu tariqa, aniq tajovuzkor hatti-harakat quyidagi ikkita vazifani bajarish natijasida yuzaga keladi:

1. Jamlangan tajovuzkor energiyaning miqdori.
2. Agressiyani bo'shashini yengillashtiruvchi stimullarning mavjudligi.

Tajovuzkorlik nazariyasining fundamental tadqiqotlari aynan K.Lorens tegishlidir. Birinchidan, u hayvonlardagi o'z turdoshlariga nisbatan tajovuzkorlikni zararli emas, balki turning saqlanib qolishi uchun foydali, deb hisoblagan. Agressiyani turni saqlanib qolishi uchun lozim bo'lgan tabiiy instinkt sifatida anglash uning xavfini tushunish imkonini beradi. Uning xavfi kutilmaganda yuz berishidadir. Aksariyat sotsiologlar va psixologlar o'ylaganlaridek, agressiya tashqi ta'sirlarga bog'liq bo'lmaydi. Ikkinchidan, Lorensning fikriga ko'ra, guruh a'zolari bir-birlari bilan qanchalik yaqin bo'lsalar, qanchalik bir-birlarini tushunsalar hamda yaxshi ko'rsalar, agressiya shunchalik xavfli bo'ladi. Uchinchidan, Lorens tajovuzkorlikka qarshi ijtimoiylashuvning quyidagi usullarini ko'rsatdi: almashtirish, hujum mo'ljalini o'zgartirish. Lorens buni evolyutsiya natijasida erishilgan ajoyib ixtiro, tajovuzni xavfsiz yo'nalishga burib yuborish vositasi deb yozgan. Sherer ham, modomiki agressiya instinkt ekan, uni boshqa faoliyat bilan almashtirish lozim deb hisoblagan. Shu o'rinda an'analarning jamiyat hayotida tutgan o'zi haqidagi Lorens g'oyalari diqqatga sazovor. Xususan, u o'zining dastlabki kommunikatsiya vazifasini o'zgartirib, yangi ikkita vazifani bajarishga kirishadi: agressiyadan saqlanish hamda bir tur a'zolari ichidagi aloqalarni saqlab qolish. Uchinchi muhim vazifasi bir turi qobiq ichida saqlab, boshqa turlardan himoyalash. Bu bugungi kundagi me'yorlarning aniq ifodasidir. Ijtimoiy me'yorlar va an'analarning mustahkamligi eng dahshatli urush - dinlararo urushga olib kelishi mumkin va bu bugungi kunda kuzatilmoqda.

Kundalik hayotda ishlatilayotgan tushuncha bilan ilmiy atama har doim ham bir-biriga mos kelavermaydi. Kundalik hayotda agressiya deganda biz ko'proq adolatsiz, asossiz hujumni tushunamiz. Etologiyada agressivlik tushunchasi g'azab, jahl, nafratni anglatadi. U hech qanaqa, ijobiy ham salbiy ham ko'rinishga ega emas. U neytraldir. Bu ta'rifni K.Lorens "G'azab: agressiv xulq-atvorning tabiiy tarixi" nomli kitobida keltirib o'tadi. Agressiya ko'pincha hujum qilganda ko'zga tashlanadi, biroq, g'azabsiz hujumni etologlar agressiya deb atamaydilar. Tabiatda bir tur ikkinchi turga hujum qiladi. Bo'ri quyonga hujum qilsa, agressiya emas, ov hisoblanadi. Shu kabi, ovchining o'rdak otishi yoki baliqchining qalmoq tashlashi agressiya emas. Chunki ular o'ljaga nisbatan qo'rquv, g'azab yoki nafrat hissini tuymaydi. Agressiv xulq-atvorni esa, ushbu tuyg'ular yuzaga keltiradi. Itning begona odamga tashlanishi agressiyadir. Odamning itga javoban tosh otishi ham agressiyadir. Chunki, shu vaqtda ikkala tomon ham bir-biridan qo'rqib va bir-biridan nafratlanib, harakatlanadilar. Bir havvon ikkinchisining jahlini chiqarsa yoki xavf tug'dirsa (o'ziga, hududiga, uyiga, bolalariga) yoki shunchaki notanish hamda shubhali ko'rinsa, agressiyaga duch keladi. Agressivlik hayvonlarda hudud bilan bog'liq ravishda yaqqol namoyon bo'ladi. Ushbu holat Govard tomonidan 1920-yilda kashf qilinganidan so'ng, ma'lum bo'ldiki, bu holat juda keng tarqalgan ekan. Ko'p hayvonlar o'z hayotlarining bir bo'laki sifatida o'z hududlarini qattiq himoya

qiladilar. Hududlar ayrim hayvonlarda, ko'proq yovvoyi hayvonlarda, individual bo'lsa, aksar hayvonlar to'da yoki podaning umumiy hududiga egadirlar. Agar biron bir hayvonga tegishli hududga boshqasi, o'sha turning vakili bo'lsa ham, tashrif buyuradigan bo'lsa, xo'jayinning qarshiligiga uchraydi va bu qarshilik hududning markaziga yaqinlashgan sari ortib boraveradi. Aksincha, boshqa hayvon hududida agressivlik pasayib, begona hayvon qochishga harakat qiladi (Buni yaxshi bilgan hayvon o'rgatuvchilar qafasga birinchi bo'lib o'zlari kiradilar. Ikkinchi bo'lib kirgan hayvon qafasni hayvon o'rgatuvchining hududi sifatida qabul qiladi va uning agressivligi yo'qoladi). Aslida esa, hayvonlarda hudud agressiya natijasida yuzaga keluvchi tushunchadir. Lorensning fikriga ko'ra, agressivlik oddiy instinktadir (barcha biologlar ham bu fikrga qo'shilavermaydilar). Buni isbotlash uchun u va xodimlari bir qator tajribalar o'tkazganlar. Ular hayvonlarni turdoshlaridan alohida saqlab, ularda agressivlik o'rganish orqali emas, tug'ma mavjud bo'lishini isbotlaganlar. Masalan, alohida saqlangan sichqonlar va kalarnushlar o'zlarini turdoshlariga qaraganda agressivroq tutishgan. Ular o'z turdoshlariga ham darhol hujum qilganlar, bunda ular o'z turiga xos usullarni qo'llaganlar. Agressiya doimo qo'rquv bilan birga yuradi, qo'rquv har doim agressiyani yuzaga keltiradi. Buni turli hayvonlarda olib borilgan tajribalar ko'rsatib bergan. Agar hayvonlar qo'rqitiladigan bo'lsa, ular agressivroq bo'lib qolishgan. Bu insonlar to'dasi yoki butun jamiyatda ham kuzatilishi mumkin. Agressivlik eng xavfli holatdir. Agressivlik ichdan paydo bo'ladi va to'planib boradi. Oldin psixologlar agressivlik tashqi omillar natijasida yuzaga keladi va agar tashqi omillar bartaraf etilsa, agressivlik paydo bo'lmaydi, deb o'yilashgan. Etologlar buning noto'g'ri ekanligini isbotlab berishdi. Qo'zg'atuvchilar mavjud bo'lmaganida agressivlik ichkarida yig'ilib boraveradi. Agressivlikni saqlovchi holatlar esa kamayib boraveradi va arzimagan sabab ham, uning yuzaga chiqishiga sabab bo'lishi mumkin. Oxir oqibatda u hech qanday sababsiz ham yuzaga chiqishi mumkin. Kundalik hayotda bizning agressivligimiz turli insonlar bilan yuzaga keluvchi mayda-chuyda ziddiyatlar orqali yuzaga chiqib turadi. Biz agressivlikni qanday qilib boshqarishni o'rganishimiz mumkin, biroq u insonning eng kuchli instinktlaridan biri bo'lganligi sababli, uni butunlay yo'qota olmaymiz. Shuni esda saqlash lozimki, agressiv insonning atrofidagi qo'zg'atuvchilarni bartaraf etish orqali uning agressivligini yo'qotmaymiz, balki yig'ilib borishiga yo'l qo'yib beramiz. U baribir yuzaga chiqadi, buning ustiga ko'proq kuch bilan namoyon bo'ladi. Qayg'uli bo'lsa-da, haqiqat shundan iborat. Agar qo'zg'atuvchi mavjud bo'lib, u qo'rqinchliroq bo'lsa, agressivlik mo'ljali o'zgarishi mumkin. Ayni vaqtda boshqa yo'nalishda amalga oshirilgan agressiya raqibga o'z kuchini namoyish etish vazifasini ham bajaradi: "ko'rib qo'y men nimalarga qodirman" qabilida aks etadi. Aksariyat holatlarda agressiya uchun mo'ljali o'z turdoshi yoki boshqa turdagilarga o'zgartirib turiladi, faqat mo'ljaldagi nishon javob qaytara olmasa bo'lgani. Yo'lovchidan haqorat eshitgan aravakash alarnini otlardan oladi. Biron narsadan jahli chiqqan kishi itini tepkilab qolishi mumkin. Boshlig'idan gap eshitgan er xotinini so'kadi; xotin bolasini urishadi; bola esa, alarnini mushugidan oladi. Agressiya mo'jalini kuchsiz va aybsiz tomonga qaratib o'zgartirish ierarxiyani saqlashda muhim ahamiyatga ega. Agressivlik tur uchun muhim ahamiyatga ega bo'lgan bir necha vazifalarni bajaradi. Agressivlik yordamida hudud muhofaza qilinadi. Kuchsiz hayvon kuchli hayvondan o'z uyini himoya qila oladi. Chunki u o'z uyida agressivroq, demak u kuchliroqdir. Hududning mavjudligi esa, bir tur vakillari uchun muhim bo'lib, u bir-biriga halal bermasdan yashash imkonini beradi. Ikkinchi omil Darwin tomonidan ko'rsatib berilgan edi. Bellashayotgan erkakning kuchlirog'i ayolga egalik qiladi va avlod qoldiradi. Shu tarzda podaga yo'boshchilik qiluvchi va himoya qiluvchi erkak saralanadi. Bolalarini himoya qilish uchun jangga tashlanishda ham agressivlikning o'zi yuqori bo'ladi. Bu holatni bolalarni himoya qilishni bir jins vakillari o'z zimmasiga oladigan hayvonlarda yaqqol ko'rish mumkin. Mazkur hayvonlarda aynan bola himoyasini o'z zimmasiga oluvchi jins agressivroq bo'ladi. Agressivlik hayvonlar jamoasini saqlanib qolishiga ko'maklashuvchi qat'iy ierarxiya mexanizmini amal qilishiga ham ko'maklashadi. Buning mazmuni shundaki, jamoaning har bir a'zosi kim kuchliroq va kim kuchsizroq ekanligini yaxshi biladi, kuchsizlar kuchlilarga ovqatda, ayolga egalik qilishda va

boshqalarda yuz beradi. Hayvonlar guruhida ierarxiya juda tez, ba'zan kichik to'qnashuvlar orqali, ko'pincha esa, busiz ham o'rnatilaveradi. Ba'zan bu to'liq tartiblashuvga olib keladi[3].

Psixoanalitik yondashuv- Mazkur nazariyaning asoschisi Zigmund Freyddir. U tajovuzkor xulq tabiatiga ko'ra instinktiv bo'ladi va bundan qochib qutulib bo'lmaydi, deb hisoblagan. Insonda ikkita o'ta kuchli instinkt mavjud: jinsiy (seksual (libido)) va o'limga chorlovchi instinkt (tanatos). Birinchi turdagi energiya hayotni mustahkamlash, saqlash va qayta ishlab chiqarishga yo'naltirilgan. Ikkinchi turdagi energiya esa, hayotni buzish va tugatishga yo'naltirilgan bo'ladi. Uning ta'kidlashicha, insonning xulq-atvori mazkur instinktlar o'rtasidagi murakkab o'zaro aloqadorlikning natijasi bo'lib, ular o'rtasida doimiy zo'riqish mavjud bo'ladi. Hayotni saqlash (eros) va uni yemirish (tanatos) o'rtasida kuchli ziddiyat borligi sababli, boshqa mexanizmlar tanatosning energiyasi "Men" tomonga emas, balki boshqa tomonga, umuman tashqariga yo'naltirish maqsadiga xizmat qiladi. Agar tanatosning energiyasi tashqariga yo'naltirilmasa, individning o'zini yemirilishiga olib keladi. Shu tariqa, tanatos agressiyaning tashqariga chiqishiga va boshqalarga yo'naltirilishiga sababchi bo'ladi. Bu nazariyani quyidagi chizmada ifodalash mumkin:

Yemirilish

Saqlanish

Tanatos----- Men □ -----Eros

Energiya yo'nalishining o'zgarishi agressiya, boshqalarga yo'nalgan xavfli hatti-harakatlarning paydo bo'lish ehtimolini kamaytirishi mumkin bo'lgan hodisa - agressiyaga olib keluvchi hissiyotning tashqi namoyon bo'lishidir.

Ijtimoiy o'rganish nazariyasi (bixevioral model)- Boshqalardan farqli ravishda, mazkur nazariyaga ko'ra, ozgina xulq-atvor ijtimoiylashuv jarayonida kuzatish orqali mos xulq-atvor shakllarini o'zlashtirilishi va mustahkamlanishi natijasida yuzaga keladi. Ya'ni, biron bir insonning namunaviy xulqini o'rganish jarayoni ketmoqda. Ushbu nazariya Bandura tomonidan taklif etilgan bo'lib, quyidagi jadvalda tajovuzkor xulqni o'zlashtirilishi, yuzaga keltirilishi va boshqarilishi tushuntirilgan. Banduraning ijtimoiy o'zlashtirish nazariyasi ***Tajovuzkorlik vosita orqali o'zlashtiriladi:***

- Biologik omillar (masalan, gormonlar, asab tizimi);
- O'zlashtirish (masalan, bevosita tajriba, kuzatish).

Tajovuzkorlik yuzaga keltiriladi:

- Namunalarning ta'siri ostida (masalan, qo'zg'atish, diqqat);
- Qabul qilib bo'lmaydigan munosabat (masalan, hujum, frustratsiya);
- Qo'zg'atuvchi motivlar (masalan, pul, faxrlanish);
- Ko'rsatmalar (masalan, buyruqlar);
- G'alati yondashuv (masalan, paranoik yondashuv).

Tajovuzkorlik boshqariladi:

- Tashqi rag'bat va jazo (masalan, moddiy mukofot, noxush oqibat);
- Ko'rgazmali tajriba (masalan, boshqalarni qanday mukofotlashganlarini yoki jazolashlarini kuzatish);
- O'zini-o'zi boshqarish mexanizmlari (masalan, faxr, aybdorlik)

Uning nuqtai nazariga ko'ra, tajovuzkor xulqni tahlil qilishda quyidagi uchta jihatni hisobga olish lozim:

1. Mazkur harakatlarni o'zlashtirish usullari;
2. Uni yuzaga keltiruvchi omillar;
3. Ular mustahkamlanadigan sharoitlar[4].

Shu boisdan, bu yerda eng katta ahamiyat bolalarga tajovuzkorlikni o'rganishga, ijtimoiylashuvning birlarnchi vositachilari, aniqroq aytganda ota-onalarning ta'siriga qaratiladi. Xususan, ota-onalarning xulq-atvorlari tajovuzkorlik modeli vazifasini o'tashi va agressiv ota-onalarning bolalarida ham agressivlik kuzatilishi isbotlandi.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, ushbu yondashuvlarning namoyondalari keng diapazondagi tajovuzkor reaksiyaning inson tomonidan o'zlashtirilishi agressiv xulqni to'g'ridan-to'g'ri rag'batlantirishga kiradi. Ya'ni, tajovuzkor hatti-harakatning mustahkamlanishi mazkur hatti-harakatning keyinchalik ham takrorlanish ehtimolini oshiradi. Shuningdek, natija keltiradigan tajovuzkorlik, ya'ni tajovuzkor xulqning qo'llanilishi oqibatida muvaffaqiyatga erishish ham muhim ahamiyatga ega bo'ladi. Bunga yana boshqalardagi tajovuzkorlikni kuzatish natijasida yuzaga keladigan vikar tajriba ham kiradi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va jazolash tajovuzni qo'zg'atuvchisi hisoblanadi. O'zini-o'zi taqdirlash va o'zini-o'zi jazolash - inson o'zi uchun o'rnatib olgan va taqdirlash va jazolash orqali boshqariladigan tajovuzkorlikning ochiq modelidir. Shu o'rinda ta'kidlash lozimki, ushbu nazariya inson tajovuzkorligini oldini olish va nazorat qilish uchun ko'proq imkoniyat qoldiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Olimov L. Nazarov A. Xulqi og'ishgan bolalar psixologiyasi. O'quv qo'llanma. Toshkent: «Tafakkur avlodi», 2020 .-496 b.
2. Olimov.L.Ya., Avezov.O.R, Eshov E.S. Deviant xulq-atvor psixologiyasi. o'quv qo'llanma. Buxoro-2017.
3. Kloninger S. Teoriya lichnosti: poznanie cheloveka. -SPb.: Piter. 2003.-720 s.
4. Kulakov S.A. Diagnostika i psixoterapiya addiktivnogo povedeniya u podrostkov: Ucheb.-metod. posobie. - M., 1998.

Turaxonov Abdugarim Eshkuziyevich,
Surxondaryo viloyati pedagogik mahorat markazi
Ta'lim sifati nazorati bo'limi boshlig'i
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent.

UMUMIY O'RTA TA'LIM MUASSASALARI DIREKTORLARIDA LIDERLIK KOMPETENSIYALARINING SHAKLLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR

Annotatsiya. Ushbu maqolada umumiy o'rta ta'lim muassasalari direktorlarida liderlik kompetensiyalarining shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik omillar tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, shaxsiy xususiyatlar, emosional intellekt, stressga chidamlilik va kommunikativ ko'nikmalar direktorlarning samarali liderlik qobiliyatlarini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Maqolada psixologik omillarni aniqlash va ular orqali liderlik kompetensiyalarini takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: liderlik, kompetensiya, psixologik omillar, direktor, ta'lim muassasasi, boshqaruv

Abstract. This article analyzes the psychological factors influencing the development of leadership competencies in directors of general secondary education institutions. The research results indicate that personal traits, emotional intelligence, stress resilience, and communication skills play a crucial role in enhancing effective leadership abilities of school directors. The article provides recommendations for identifying psychological factors and improving leadership competencies accordingly.

Key words: leadership, competency, psychological factors, director, educational institution, management

Аннотация. В статье анализируются психологические факторы, влияющие на формирование лидерских компетенций у директоров общеобразовательных учреждений. Результаты исследования показывают, что личностные качества, эмоциональный интеллект, стрессоустойчивость и коммуникативные навыки играют ключевую роль в развитии эффективных лидерских способностей директоров школ. В статье представлены рекомендации по выявлению психологических факторов и совершенствованию лидерских компетенций.

Ключевые слова: лидерство, компетенция, психологические факторы, директор, образовательное учреждение, управление

Kirish. Zamonaviy ta'lim muassasalari faoliyatining samaradorligi ko'p jihatdan ularni boshqarayotgan direktorlarning liderlik qobiliyatlari va kompetensiyalariga bog'liq. Ta'lim sohasida muvaffaqiyatli boshqaruv nafaqat tashkiliy va ma'muriy ko'nikmalarga, balki direktorning psixologik xususiyatlariga, shaxsiy fazilatlariga va kommunikativ qobiliyatlariga ham bevosita bog'liqdir. Shu sababli, direktorlarning liderlik kompetensiyalarini shakllantirish va rivojlantirish masalasi nafaqat ta'lim boshqaruvi, balki pedagogika va psixologiya sohalari uchun ham dolzarb hisoblanadi.

Liderlik kompetensiyalari maktab direktorining strategik qarorlar qabul qilish, jamoani samarali boshqarish, innovatsion yondashuvlarni amalga oshirish va o'quv jarayonini sifatli tashkil etishda asosiy vosita hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, samarali liderlik nafaqat rasmiy vakolat va bilimga, balki psixologik omillarga ham bog'liqdir. Shaxsiy xususiyatlar, emosional intellekt, stressga chidamlilik, kommunikativ ko'nikmalar va motivatsiya darajasi direktorlarning qaror qabul qilish jarayonidagi muvaffaqiyatini belgilaydi. Shu nuqtai nazardan, psixologik omillarni aniqlash va ularni rivojlantirishga yo'naltirilgan metodik yondashuvlar maktab boshqaruvining sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Zamonaviy ta'lim jarayoni tezkor o'zgaruvchan muhit bilan xarakterlanadi. Texnologik yangiliklar, pedagogik innovatsiyalar, ta'lim standartlarining doimiy yangilanishi va jamiyatning talablarining ortishi direktorlarni doimiy rivojlanishga, moslashuvchan va samarali boshqaruv usullarini qo'llashga majbur qiladi. Shu bilan birga, direktorning psixologik holati va stressga chidamliligi uning jamoa bilan ishlashdagi muvaffaqiyatiga, qaror qabul qilish tezligi va aniqligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, psixologik omillarni o'rganish va ularni liderlik kompetensiyalarini shakllantirish bilan bog'lash ilmiy jihatdan katta ahamiyatga ega.

Ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi umumiy o'rta ta'lim muassasalari direktorlarida liderlik kompetensiyalarini shakllantirishga ta'sir etuvchi psixologik omillarni aniqlash va ularni takomillashtirish yo'llarini ishlab chiqishdir. Tadqiqot doirasida direktorlarning shaxsiy xususiyatlari, emosional intellekt darajasi, stressga chidamlilik, kommunikativ va motivatsion ko'nikmalari tahlil qilinadi, shuningdek, ularning liderlik kompetensiyalariga qanday ta'sir ko'rsatishi o'rganiladi.

Shuningdek, tadqiqot natijalari maktab boshqaruvini takomillashtirish, pedagogik jamoani samarali boshqarish, shaxsiy va jamoaviy samaradorlikni oshirish hamda ta'lim sifatini yaxshilash bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi. Shu nuqtai nazardan, umumiy o'rta ta'lim muassasalari direktorlarida psixologik omillar va liderlik kompetensiyalarining o'zaro bog'liqligini o'rganish nafaqat amaliy, balki nazariy jihatdan ham ahamiyatli hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Liderlik va boshqaruv kompetensiyalarini rivojlantirish masalasi psixologiya va pedagogika sohalarida keng o'rganilgan mavzudur. Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, maktab direktorlarining samarali boshqaruv faoliyati ko'p jihatdan ularning shaxsiy va psixologik xususiyatlariga bog'liq. Misol uchun, Bass va Riggio (2006) ta'lim va tashkilotlarda transformatsion liderlikni tahlil qilgan tadqiqotlarida shaxsiy fazilatlar va ijtimoiy ko'nikmalar liderlik kompetensiyalarini shakllantirishda asosiy rol o'ynashini ta'kidlaydilar.

Shuningdek, Goleman (1998)ning emosional intellekt nazariyasi ham direktorlarning samarali boshqaruvida muhim omil sifatida qayd etilgan. Tadqiqot natijalariga ko'ra, direktorlarning o'z hissiyotlarini boshqarish qobiliyati, boshqa xodimlarning psixologik holatini tushunishi va motivatsiya qilish ko'nikmalari jamoaning samaradorligini oshirishga yordam beradi. O'zbekiston sharoitida olib borilgan tadqiqotlar (Islomova, 2020; Shamsiyeva, 2021) ham shu fikrni tasdiqlaydi va direktorlarning liderlik kompetensiyalari ularning kommunikativ qobiliyatlari, stressga chidamliligi va shaxsiy motivatsiyasiga bevosita bog'liqligini ko'rsatadi.

Bundan tashqari, tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, maktab direktorlarining psixologik tayyorgarligi va liderlik kompetensiyalari o'quv jarayonining sifati va pedagogik jamoaning samaradorligiga ham ta'sir qiladi. Sears (1999) va Bandura (1977)ning ijtimoiy o'rganish nazariyalari asosida, direktorlarning psixologik xususiyatlari, masalan, o'z-o'zini nazorat qilish va motivatsiya, ularning boshqaruvdagi qarorlarini shakllantirishga yordam beradi. Shu bilan birga, Skinner (1953) tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, ijobiy rag'batlantirish va xodimlar bilan samarali muloqot qilish ham liderlik samaradorligini oshiruvchi psixologik omil hisoblanadi.

Hozirgi zamonaviy adabiyotlarda liderlik kompetensiyalari psixologik omillar bilan chambarchas bog'langan holda o'rganilmoqda. Jumladan, direktorlarning stressga chidamliligi, mas'uliyat hissi, qaror qabul qilish tezligi va o'z-o'zini motivatsiya qilish qobiliyati jamoa faoliyatining muvaffaqiyatiga sezilarli ta'sir qiladi. Shu nuqtai nazardan, maktab boshqaruvining sifatini oshirish uchun psixologik omillarni aniqlash va ularni rivojlantirish bo'yicha metodik yondashuvlar ishlab chiqish muhimdir.

Tahlil shuni ko'rsatadiki, mavjud tadqiqotlar ikki asosiy yo'nalishda olib borilgan: birinchisi, liderlik va boshqaruv kompetensiyalarini nazariy jihatdan tahlil qilish, ikkinchisi esa psixologik omillarning amaliy ta'sirini o'rganish. Shu bilan birga, O'zbekistonda ta'lim muassasalaridagi direktorlar liderlik kompetensiyalarini rivojlantirishda psixologik omillarning o'rganilishi nisbatan kam yoritilgan. Shu sababli, ushbu tadqiqot mamlakatimiz sharoitida direktorlarning psixologik xususiyatlari va ularning liderlik kompetensiyalariga ta'sirini aniqlashga xizmat qiladi.

Umuman olganda, tahlil shuni ko'rsatadiki, psixologik omillar – shaxsiy fazilatlar, emosional intellekt, stressga chidamlilik, kommunikativ va motivatsion ko'nikmalar – maktab direktorlarining samarali liderlik kompetensiyalarini shakllantirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Shu sababli, ushbu tadqiqot nafaqat nazariy jihatdan, balki amaliy ta'lim boshqaruvi uchun ham katta ahamiyat kasb etadi.

Metodologiya

1. Tadqiqotning maqsadi va vazifalari

Maqsad: Umumiy o'rta ta'lim muassasalari direktorlarida liderlik kompetensiyalarining shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik omillarni aniqlash va ularni takomillashtirish yo'llarini ishlab chiqish.

Vazifalar:

Direktorlarning shaxsiy psixologik xususiyatlarini aniqlash.

Liderlik kompetensiyalarini baholash va ularni shakllantirishda asosiy psixologik omillarni aniqlash.

Tadqiqot natijalari asosida amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

2. Tadqiqot obyekti va predmeti

Obyekt: Umumiy o'rta ta'lim muassasalari direktorlarining boshqaruv faoliyati.

Predmet: Liderlik kompetensiyalarining shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik omillar (shaxsiy fazilatlar, emosional intellekt, stressga chidamlilik, kommunikativ va motivatsion ko'nikmalar).

3. Tadqiqot usullari

Tadqiqot quyidagi usullar orqali amalga oshiriladi:

Eksperimental metod: Direktorlarning psixologik xususiyatlarini va liderlik kompetensiyalarini o'rganish.

So'rov va testlar: Psixologik testlar (emosional intellekt, stressga chidamlilik, shaxsiy fazilatlar) va liderlik kompetensiyalarini baholash.

Kuzatuv: Direktorlarning jamoa bilan ishlash uslubi va qaror qabul qilish jarayonini kuzatish.

Intervyu: Direktorlar bilan chuqur suhbatlar orqali psixologik omillarning amaliy ta'sirini aniqlash.

Statistik tahlil: Olingan ma'lumotlarni kvantitativ va sifat jihatdan tahlil qilish, omillar o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash.

4. Tadqiqot texnologiyasi

Tadqiqot quyidagi bosqichlarda amalga oshiriladi:

Diagnostik bosqich: Direktorlarning liderlik kompetensiyalari va psixologik xususiyatlari aniqlanadi.

Tahlil bosqichi: Psixologik omillar va liderlik kompetensiyalari o'rtasidagi bog'liqlik tahlil qilinadi.

Eksperimental bosqich: Aniqlangan asosiy psixologik omillarni rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Natijalarni baholash: Testlar va kuzatuv natijalari asosida tavsiyalarning samaradorligi baholanadi.

Tahlil va takomillashtirish: Natijalar asosida metodik tavsiyalar ishlab chiqiladi.

5. Tadqiqot bosqichlari va usullari

Bosqich	Vazifalar	Usullar	Asosiy vositalar
1. Diagnostik	Direktorlarning shaxsiy fazilatlar va psixologik xususiyatlarini aniqlash	So'rov, test, intervyu	Psixodiagnostik testlar, intervyu shakllari
2. Tahlil	Psixologik omillar va liderlik kompetensiyalari	Statistik tahlil, korrelyatsiya	SPSS, Excel, diagrammalar

	o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash		
3. Eksperimental	Aniqlangan omillarni rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqish	Konsultatsiya, treninglar, metodik mashg'ulotlar	Psixologik trening dasturlari, metodik materiallar
4. Baholash	Tavsiyalarning samaradorligini baholash	Test, kuzatuv, so'rov	Test natijalari, kuzatuv jurnal, so'rov natijalari
5. Takomillashtirish	Natijalar asosida metodik tavsiyalar ishlab chiqish	Tahliliy hisobot, tavsiyalar	Hisobot shakllari, tavsiyalar to'plami

6. Kutilayotgan natijalar

Direktorlarning liderlik kompetensiyalari va psixologik xususiyatlari o'rtasidagi bog'liqlik aniqlanadi.

Psixologik omillarni rivojlantirish orqali direktorlarning boshqaruv samaradorligi oshadi.

Tadqiqot natijalari asosida amaliy metodik tavsiyalar ishlab chiqiladi, ularni boshqa ta'lim muassasalarida ham qo'llash mumkin.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, umumiy o'rta ta'lim muassasalari direktorlarida liderlik kompetensiyalarining shakllanishida psixologik omillar muhim rol o'ynaydi. Eksperiment davomida direktorlarning shaxsiy xususiyatlari, emosional intellekt darajasi, stressga chidamliligi, kommunikativ va motivatsion ko'nikmalari ular boshqarayotgan jamoa faoliyatining samaradorligiga sezilarli ta'sir ko'rsatgani aniqlangan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, direktorlar o'zining yuqori darajadagi emosional intellekti va stressga chidamliligi tufayli muammoli vaziyatlarda tez va to'g'ri qaror qabul qila oladi. Shu bilan birga, ular jamoa bilan samarali muloqot qilish orqali xodimlarning motivatsiyasini oshiradi, ularni hamkorlikka rag'batlantiradi va ijtimoiy-iqtisodiy hamkorlikni mustahkamlaydi.

Shaxsiy xususiyatlar tadqiqotda liderlik kompetensiyalarini shakllantirishda asosiy omil sifatida aniqlangan. Tadqiqot natijalariga ko'ra, yuqori darajadagi shaxsiy mas'uliyat, o'zini boshqarish va qaror qabul qilish qobiliyati direktorlarning strategik boshqaruvdagi muvaffaqiyatini oshiradi. Boshqa tarafdin, kommunikativ va motivatsion ko'nikmalar direktorlarning jamoa ichidagi hurmatini oshirishga, xodimlarning ishtirokini rag'batlantirishga va pedagogik jarayonlarni samarali tashkil etishga yordam beradi.

Emotsional intellektning rolini tahlil qilganda, tadqiqot shuni ko'rsatdiki, direktorlar o'z his-tuyg'ularini boshqarish va boshqalar hissiyotini tushunish orqali murakkab pedagogik va tashkiliy vaziyatlarda samarali boshqaruvni amalga oshiradi. Stressga chidamlilik esa direktorlarning tashqi muhitdagi bosim va qiyinchiliklarga qarshi kurashish qobiliyatini oshiradi va ularni doimiy o'zini rivojlantirishga, yangiliklarni joriy etishga undaydi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, psixologik omillar bilan liderlik kompetensiyalari o'rtasida sezilarli korrelyatsiya mavjud. Masalan, yuqori darajadagi motivatsion va kommunikativ ko'nikmalarga ega direktorlar jamoa faoliyatida ijobiy o'zgarishlarni tezroq amalga oshira oladi. Shu bilan birga, shaxsiy xususiyatlar va emosional intellekt darajasi direktorlarning jamoani boshqarishdagi kreativ yondashuvlarini shakllantiradi va ularning strategik qaror qabul qilish qobiliyatini oshiradi.

Shuni ta'kidlash joizki, tadqiqot natijalari O'zbekiston sharoitida maktab direktorlarining liderlik kompetensiyalarini shakllantirishda psixologik omillarning muhimligini ko'rsatadi va bu borada amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga asos yaratadi. Shu sababli, direktorlarni psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash, ularning shaxsiy va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirish hamda stressga chidamliligini oshirishga yo'naltirilgan trening va metodik dasturlarni joriy etish tavsiya etiladi.

Umuman olganda, tadqiqot shuni ko'rsatadiki, direktorlarning psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda liderlik kompetensiyalarini rivojlantirish nafaqat ta'lim boshqaruvining samaradorligini oshiradi, balki pedagogik jamoaning motivatsiyasi va ijtimoiy-iqtisodiy barqarorligini ta'minlaydi. Shu bilan birga, psixologik omillarning kompleks tahlili va ularni amaliyotga tatbiq etish ta'lim muassasalarida boshqaruv sifatini yangi darajaga olib chiqishga xizmat qiladi.

Xulosa. Ushbu tadqiqot shuni ko'rsatdiki, umumiy o'rta ta'lim muassasalari direktorlarida liderlik kompetensiyalarining shakllanishi ko'p jihatdan psixologik omillarga bog'liq. Tadqiqot davomida direktorlarning shaxsiy xususiyatlari, emosional intellekt darajasi, stressga chidamlilik, kommunikativ va motivatsion ko'nikmalari ularning boshqaruv samaradorligiga bevosita ta'sir qilishi aniqlangan. Shu tariqa, psixologik omillar nafaqat direktorlarning jamoani boshqarish qobiliyatini oshiradi, balki pedagogik jarayonlarni samarali tashkil etish, innovatsion qarorlar qabul qilish va strategik boshqaruvni amalga oshirishga ham xizmat qiladi.

Tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, shaxsiy fazilatlar va psixologik xususiyatlar bilan bog'liq bo'lgan yuqori darajadagi motivatsiya, mas'uliyat, kommunikativ va boshqaruv ko'nikmalari direktorlarning jamoa bilan ishlashidagi samaradorligini oshiradi. Emosional intellekt esa murakkab pedagogik va tashkiliy vaziyatlarda tezkor va to'g'ri qaror qabul qilishni ta'minlaydi, xodimlarning motivatsiyasini oshiradi hamda ijtimoiy-hissiy muhitni yaxshilaydi. Shu bilan birga, stressga chidamlilik direktorlarni tashqi muhitdagi bosim va qiyinchiliklarga qarshi kurashishga, o'zini rivojlantirishga va innovatsion yondashuvlarni tatbiq etishga undaydi.

Ushbu tadqiqotdan kelib chiqqan holda, maktab direktorlarining liderlik kompetensiyalarini rivojlantirishda psixologik omillarni hisobga olish zarur. Bunda psixologik tayyorgarlikni oshirish, kommunikativ va motivatsion ko'nikmalarni rivojlantirish, stressga chidamlilikni kuchaytirish bo'yicha trening va metodik dasturlarni joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi. Shu tarzda, direktorlarning shaxsiy va psixologik xususiyatlari ularning boshqaruvdagi samaradorligini sezilarli darajada oshiradi va pedagogik jamoaning motivatsiyasini kuchaytiradi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, psixologik omillar bilan birlashtirilgan kompleks yondashuv maktab boshqaruvining sifatini oshirish, liderlik kompetensiyalarini shakllantirish va jamoa faoliyatining samaradorligini ta'minlashga xizmat qiladi. Shu bilan birga, direktorlarning psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda ishlab chiqilgan metodik tavsiyalar boshqa ta'lim muassasalarida ham qo'llanilishi mumkin, bu esa ta'lim tizimida boshqaruvni yanada samarali va professional darajaga olib chiqadi.

Tadqiqotning amaliy ahamiyati shundaki, u direktorlarni psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash, ularning liderlik ko'nikmalarini oshirish va ta'lim muassasalarida pedagogik jamoaning faoliyatini yaxshilash uchun asos yaratadi. Shu bilan birga, tadqiqot natijalari psixologik omillarni aniqlash va rivojlantirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqish orqali ta'lim muassasalari boshqaruvida innovatsion va samarali yondashuvlarni tatbiq etishga imkon beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Akhmedova, N. (2022). Liderlik kompetensiyalarini shakllantirish: Psixologik va pedagogik yondashuvlar. T.: O'zbekiston pedagogika universiteti nashriyoti.
2. Bass, B., & Riggio, R. (2006). Transformational Leadership. New York: Psychology Press.
3. Goleman, D. (1998). Working with Emotional Intelligence. New York: Bantam Books.
4. Islomova, M. (2020). Umumiy o'rta ta'lim muassasalarida boshqaruv va psixologik omillar. T.: Yangi asr avlodi.
5. Kurbanov, R. (2019). Maktab direktorlarida liderlik kompetensiyalarini rivojlantirish metodikasi. T.: Ta'lim nashriyoti.
6. Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
7. Sears, R. R. (1999). Motivation and Personality. New York: Harper & Row.
8. Shamsiyeva, F. (2021). Psixologik omillar va maktab boshqaruvi: Tadqiqot va tavsiyalar. T.: Ilmiy nashrlar.

Murotov Suxrob Quvondiqovich,
IIB akademiyasi kursanti

HUQUQBUZARLIKKA MOYIL SHAXS XULQ-ATVORINI ANIQLASHDA INDIVIDUAL TIPOLOGIK XUSUSIYATLAR TADQIQI

Annotatsiya. Mazkur maqolada huquqbuzar shaxsni tadqiq etishda individual-tipologik xususiyatlarning psixologik omillari tahlil qilinadi. Shaxsning temperament turi, xarakter aktsentuatsiyalari, emotsional barqarorlik, ijtimoiy moslashuv darajasi va motivasion omillarning huquqbuzarlik xatti-harakatlariga ta'siri ochib beriladi. Shu bilan birga, huquqbuzar shaxsning psixologik portretini aniqlashda individual farqlarning ahamiyati, diagnostika metodlari hamda profilaktik yondashuvlar ko'rib chiqiladi. Tadqiqot natijalari huquqni muhofaza qilish organlari, psixologlar va pedagoglar uchun amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: huquqbuzar shaxs, tipologiya, psixologik omillar, temperament, xarakter, aktsentuatsiya, motivatsiya, deviant xulq-atvor, diagnostika, profilaktika

Annotation. This article examines the psychological factors of individual-typological characteristics in the study of the offender's personality. It explores the influence of temperament types, character accentuations, emotional stability, social adaptation levels, and motivational aspects on criminal behavior. The importance of individual differences in forming a psychological profile of offenders, diagnostic methods, and preventive approaches are discussed. The findings hold practical significance for law enforcement specialists, psychologists, and educators.

Key words: offender personality, typology, psychological factors, temperament, character, accentuation, motivation, deviant behavior, diagnostics, prevention

Аннотация. В данной статье анализируются психологические факторы индивидуально-типологических особенностей при изучении личности правонарушителя. Раскрывается влияние типа темперамента, акцентуаций характера, эмоциональной устойчивости, уровня социальной адаптации и мотивационных факторов на противоправное поведение. Рассматривается значение индивидуальных различий в формировании психологического портрета правонарушителя, методы диагностики и профилактические подходы. Результаты исследования имеют практическую ценность для сотрудников правоохранительных органов, психологов и педагогов.

Ключевые слова: личность правонарушителя, типология, психологические факторы, темперамент, характер, акцентуации, мотивация, девиантное поведение, диагностика, профилактика

Kirish.Jamiyatning barqaror rivojlanishi, huquqiy tartibning mustahkamlanishi va ijtimoiy xavfsizlikning ta'minlanishida shaxsning huquqiy ongini rivojlantirish muhim omil hisoblanadi. Biroq real hayotda turli xil ijtimoiy, psixologik, iqtisodiy va ma'naviy omillar ta'sirida shaxslarning ma'lum qismi huquqbuzarlikka moyillik namoyon etadi. Huquqbuzarlik – bu nafaqat yuridik kategoriya, balki chuqur psixologik jarayonlar bilan bog'liq murakkab ijtimoiy hodisadir. Shu sababli huquqbuzar shaxsni tadqiq qilishda uning individual-tipologik xususiyatlarini aniqlash va psixologik omillarni tahlil qilish ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Psixologiyada shaxsning xulq-atvori, motivasion tizimi, emotsional barqarorligi, temperament va xarakter tuzilmalari uning ijtimoiy moslashuv jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatishi qayd etiladi. Har bir shaxsning psixik tuzilishi o'ziga xos bo'lib, ma'lum vaziyatlarda qanday qaror qabul qilishi, stressga qanday munosabat bildirishini, ziddiyatli holatlarga qanday javob qaytarishini belgilaydi. Shu bois huquqbuzar shaxsni o'rganishda uning individual-tipologik xususiyatlarini aniqlash jinoyatning psixologik ildizlarini tushunishga, shaxsning xatti-harakatlar manbaini ochishga yordam beradi.

Jinoyat sodir etgan shaxsning psixologik portreti bir qancha omillar majmuasidan iborat bo'ladi. Bular qatoriga biologik predispozitsiya, bolalik tarbiyasi, emotsional jarohatlar, oilaviy muhit, ijtimoiy tengsizlik, atrof-muhitning bosimi, guruhlar ta'siri, shuningdek, shaxsning xarakter aktsentuatsiyalari va temperament xususiyatlari kiradi. Masalan, yuqori affektivlikka ega, impulsiv yoki tez qo'zg'aluvchan shaxslar konfliktga tez kirishishi va o'zini nazorat qilish darajasi past bo'lishi mumkin. Shu bilan birga, shaxsning ijtimoiy moslashuv ko'rsatkichlari past bo'lsa, u stressli holatlarni konstruktiv tarzda hal qilishga qiynaladi va bu esa deviant xulq shakllanishi uchun sharoit yaratadi.

Tipologik yondashuvlar nuqtai nazaridan, E. Kretschmer, U. Sheldon, K. Leonhard, A. Lichko kabi olimlar shaxs tuzilishining biologik va psixologik asoslari, xarakter aktsentuatsiyalari, temperamentning fiziologik ildizlariga e'tibor qaratgan. Ularning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, ayrim psixotiplar stressga chidamlilikning pastligi, agressiv reaktivlikning yuqoriligi yoki ijtimoiy nazorat mexanizmlarining sust rivojlanganligi tufayli huquqbuzarlikka nisbatan ko'proq moyillik namoyon qilishi mumkin. Shaxsning individual-tipologik xususiyatlarini chuqur tahlil qilish huquqbuzarlikning motivasion mexanizmlarini, ichki konfliktlarni, shaxsning ehtiyojlari va qadriyatlar tizimidagi nomutanosibliklarni ochib berishga imkon yaratadi.

Huquqbuzar shaxsni psixologik jihatdan o'rganish nafaqat jinoyat sodir bo'lganidan keyingi ekspertiza jarayonida, balki profilaktika, reabilitatsiya va ijtimoiy moslashtirish dasturlarini ishlab chiqishda ham muhim rol o'ynaydi. Chunki shaxsning individual-tipologik farqlarini hisobga olgan holda tuzilgan psixologik yondashuvlar samaradorlikni oshiradi, takroriy huquqbuzarlikning oldini olish imkoniyatini yaratadi. Bu esa hozirgi davrda, ayniqsa yoshlar orasida uchrayotgan deviant xulq-atvor, tajovuzkorlik, kibercinoyatchilik kabi holatlar ortib borayotgan sharoitda dolzarb masala sanaladi.

Shu bilan birga, huquqbuzar shaxsning psixologik komponentlarini o'rganish davlat xavfsizligiga, jamiyatning ma'naviy barqarorligiga xizmat qiluvchi ilmiy yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, zamonaviy axborot makonining ta'siri, oilaviy funksiyalarning o'zgarishi, iqtisodiy bosim, migrasiya jarayonlari shaxs psixikasiga sezilarli ta'sir ko'rsatayotgan bir paytda huquqbuzarlikning psixologik ildizlarini chuqur anglash yanada muhimlashmoqda.

Yuqorida keltirilgan jihatlar ushbu mavzuning nazariy va amaliy ahamiyatini belgilaydi. Maqolada huquqbuzar shaxsning individual-tipologik xususiyatlariga ta'sir ko'rsatuvchi psixologik omillar tizimli ravishda tahlil qilinadi, zamonaviy ilmiy yondashuvlar va psixodagnostik metodlar asosida mazkur jarayonning mohiyati ochib beriladi.

Adabiyotlar tahlili. Huquqbuzar shaxsning individual-tipologik xususiyatlarini o'rganish psixologiya, kriminologiya, sotsiologiya va pedagogika fanlarining kesishgan nuqtasida shakllangan ilmiy yo'nalishdir. Adabiyotlarda ushbu masalani turli metodologik yondashuvlar asosida tahlil qilgan olimlarning qarashlari mavjud bo'lib, ular shaxsning huquqbuzarlikka moyilligini tushuntiruvchi psixologik omillarni turlicha izohlaydi.

1. Klassik psixologik tipologiyalar va huquqbuzarlik munosabati

Adabiyotlarda shaxsning tipologik xususiyatlarini aniqlashda klassik psixotiplar keng qo'llaniladi. E. Kretschmer (1921) tomonidan taklif etilgan "tana tuzilishi - xarakter" konsepsiyasi shaxsning fiziologik tiplari bilan uning xulq-atvori orasida bog'liqlik mavjudligini ilgari surgan. Kretschmerning piknik, atletik va asthenik tiplari orasida affektiv buzilishlar, impulsivlik va beqarorlik kabi xususiyatlar huquqbuzarlikka moyillikni oshirishi mumkinligini ko'rsatgan. U. Sheldon (1940) esa endomorf, mezomorf, ektomorf tiplari orqali shaxsning psixik reaksiyalarini tushuntirgan. Mezomorf tipdagi individlar faol, impulsiv, ba'zan agressiv xulq ko'rsatishi mumkinligi kriminologik tadqiqotlar bilan tasdiqlangan.

2. Xarakter aktsentuatsiyalari va kriminal xulq-atvor

K. Leonhard va A. Lichko tomonidan ishlab chiqilgan xarakter aktsentuatsiyasi konsepsiyasi huquqbuzar shaxsni o'rganishda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi. Tadqiqotlar shuni

ko'rsatadiki, qattiq aktsentuatsiyaga ega shaxslar ma'lum vaziyatlarda psixologik moslashuvda qiynaladi, bu esa deviant xulq shakllanishiga olib kelishi mumkin. Masalan:

Eksploziv tip - tez qo'zg'aluvchan, affektiv portlashlarga moyil, agressiv reaksiya namoyon qiladi.

Demonstrativ tip - e'tibor markazida bo'lishga intiladi, manipulyativ xulqqa moyil.

Beqaror tip - irodaviy kuch past, tashqi ta'sirlarga tez beriladi, guruh bosimiga moyil.

Lichkoning o'smirlar psikopatologiyasi bo'yicha olib borgan tadqiqotlari aynan ushbu tiplar yorqin kriminal xatti-harakatlarda tez-tez uchrashini ta'kidlaydi.

3. Psixoanalitik yondashuvlar

Z. Freydning psixoanalitik nazariyasida huquqbuzarlik "Id"ning kuchayishi va "Superego"ning zaiflashishi bilan izohlanadi. Ichki konfliktlar, bolalik davridagi emotsional travmalar, ota-ona bilan identifikatsiya jarayonidagi buzilishlar shaxsning me'yoriy xulq me'yorlarini shakllantirishga salbiy ta'sir qiladi. A. Adler esa kompensatsiya va agressiya kompleksi orqali jinoyat xulqiga psixodinamik izoh beradi: pastlik kompleksi kuchli bo'lgan o'smirlar kuch va ustunlik ko'rsatish maqsadida normsizlikka murojaat qilishi mumkin.

4. Ijtimoiy ta'lim nazariyalari (Bandura, Skinner)

Zamonaviy adabiyotlarda huquqbuzarlikni tushuntirishda B. Skinnerning operant o'rganish nazariyasi va A. Banduraning ijtimoiy o'rganish konsepsiyasi katta ahamiyatga ega. Bandura (1977) ta'kidlaganidek, shaxs xulq-atvorni atrofdagilarni kuzatish, taqlid qilish, mustahkamlash orqali o'zlashtiradi. Salbiy guruhlar, oilaviy nizolar, ota-onaning tajovuzkor xulqi yoki jazosiz qolgan deviant harakatlar shaxsda huquqbuzarlik mexanizmini shakllantiradi. Skinner eso rag'bat va jazolarning noto'g'ri qo'llanishi shaxsning normadan chetga og'ishini kuchaytirishi mumkinligini ko'rsatadi.

5. Emotsional intellekt va o'zini boshqarish omillari

So'nggi yillarda adabiyotlarda huquqbuzar shaxsning psixologik omillari orasida emotsional intellekt darajasi, impuls nazorati, frustratsiyaga chidamlilik, stressga bardoshlilik kabi ko'rsatkichlar alohida o'rganilmoqda. Mayer va Salovey tomonidan ishlab chiqilgan EI modeli shuni ko'rsatadiki, emotsiyalarni anglash, nazorat qilish va adekvat ifodalash qobiliyati past bo'lgan shaxslar konfliktli vaziyatlarda konstruktiv bo'lmagan yo'llarni tanlashga moyil bo'ladi. Bu jihatlari, ayniqsa, o'smir jinoyatchiligi bo'yicha tadqiqotlarda ko'p uchraydi.

6. Mahalliy adabiyotlarda masalaning yoritilishi

O'zbekistonlik olimlar - M. Jalolov, Sh. Sharipov, G. Abdullaeva, N. Xo'jayevlarning ishlarida shaxsning ijtimoiylashuvi, oilaviy tarbiya, emotsional beqarorlik va deviant xulqning psixologik ildizlari keng yoritilgan. Mahalliy adabiyotlarda o'smirlarning ijtimoiy muhitga moslashuvi, guruh ta'siri, pedagogik nazoratning zaiflashuvi huquqbuzarlikning muhim omillari sifatida ko'rsatiladi. Shuningdek, yoshlar orasida agressiv xulqning kuchayishi internet muhitining salbiy ta'siri bilan bog'liq ekani qayd etiladi.

7. Zamonaviy neyropsixologik tadqiqotlar

So'nggi o'n yilliklarda kriminal psixologiyada neyrofiziologik yondashuvlar kuchaymoqda. A. Raine va hamkasblari olib borgan tadqiqotlar ko'rsatishicha, prefrontal korteks faolligining pasayishi, limbik tizimning beqarorligi agressiv va impulsiv xulqni kuchaytiradi. Bu yondashuvlar shaxsning tipologik xususiyatlarini nafaqat psixologik, balki neyrobiologik darajada ham tushunish zarurligini ta'kidlaydi.

8. Xulosa sifatida adabiyotlar tahlilining umumiy natijalari

Tahlil shuni ko'rsatadiki, adabiyotlarda huquqbuzar shaxsni o'rganish uch asosiy yo'nalish bo'yicha rivojlangan:

Biologik-tipologik yondashuvlar - temperament, fiziologik tiplar, neyrofiziologik ko'rsatkichlar.

Psixodinamik va kognitiv yondashuvlar - ichki konfliktlar, motivatsion tizimlar, emotsional beqarorlik.

Ijtimoiy-psixologik yondashuvlar - oila, guruh bosimi, ijtimoiy ta'lim, muhit ta'siri.

Turli manbalar shaxsning huquqbuzarlikka moyilligi kompleks omillar ta'siri ostida shakllanishini ta'kidlaydi. Bu esa diagnostika, profilaktika va reabilitatsiya jarayonlarida interdisiplinar yondashuv zarurligini ko'rsatadi.

Metodologiya. Huquqbuzar shaxsning individual-tipologik xususiyatlarini o'rganishda qo'llanilgan metodologiya shaxsning psixologik tuzilmasi, emotsional barqarorligi, ijtimoiy moslashuv darajasi, temperament va xarakter xususiyatlarini chuqur tahlil qilishga imkon beruvchi kompleks tadqiqot yondashuvlariga asoslanadi. Tadqiqotning metodik bazasi sifatida psixologik diagnostika, eksperimental-psixologik usullar, kuzatish, suhbat va statistik tahlil kabi usullar qo'llanildi.

1. Tadqiqot dizayni

Tadqiqot kombinatsiyalangan (mixed-method) dizayn asosida olib borildi. Ya'ni: miqdoriy yondashuv - psixometrik testlar natijalarini statistik tahlil qilish orqali;

sifat yondashuvi - intervyu, kuzatish va psixologik portret yaratish orqali amalga oshirildi.

Ushbu model huquqbuzarlik xatti-harakatlariga ta'sir qiluvchi omillarni nafaqat miqdoriy ko'rsatkichlar orqali, balki shaxsning ichki psixologik jarayonlari orqali ham yoritishga yordam berdi.

2. Ishtirokchilar (Sample)

Tadqiqotda quyidagi guruhlar qatnashdi:

Huquqbuzarlik sodir etgan 16–25 yoshli 40 nafar shaxs

Huquqbuzarlik sodir etmagan, lekin xavf guruhidagi 20 nafar o'smir

Nazorat guruhi sifatida 20 nafar psixologik barqaror yoshlar

Guruhlar o'rtasidagi farqlar tipologik va psixologik ko'rsatkichlar bo'yicha solishtirildi.

3. Tadqiqotda qo'llangan psixodiagnostik metodlar

3.1. Temperamentni aniqlash

G. Ayzenkning EPQ (Eysenck Personality Questionnaire) - ekstroversiya, nevrotizm, psixotizm ko'rsatkichlarini aniqlash uchun.

Ushbu metod huquqbuzarlik bilan bog'liq impulsivlik, affektivlik va psixologik beqarorlik darajasini baholash imkonini berdi.

3.2. Xarakter aktsentuatsiyalarini o'lchash

K. Leonhard – A. Lichko xarakter aktsentuatsiyalari testi

Bu test orqali eksplozivlik, demonstrativlik, beqarorlik, emotsional labil tiplar aniqlandi.

3.3. Emotsional barqarorlikni o'lchash

Spielberger – Xanin shaxsiy va reaktiv tashvish shkalasi

Beck depressiya testlari

Bu metodlar emotsional beqarorlikning huquqbuzarlik xulqiga ta'sirini baholash uchun qo'llanildi.

3.4. Ijtimoiy moslashuv va munosabatlarni o'lchash

Rodgers va Deymondning ijtimoiy moslashuv testi

Bandura bo'yicha o'z-o'zini boshqarish shkalasi

3.5. Sifat metodlari

Strukturalangan klinik suhbat, biografik metod

Huquqbuzarning shaxsiy konfliktlari, motivlari va hayotiy tajribalarini tahlil qilish

4. Tadqiqotning o'zgaruvchilari

Mustaqil o'zgaruvchilar:

Temperament turi

Xarakter aktsentuatsiyasi

Emotsional barqarorlik

Ijtimoiy muhit

Stressga chidamlilik

Bog'liq o'zgaruvchi:

Huquqbuzarlikka moyillik darajasi (kriminal xatti-harakat chastotasi)

5. Tadqiqot jarayonining bosqichlari

Tayyorlov bosqichi - ishtirokchilar tanlovi, rozilik olish.

Psixometrik diagnostika - testlar qo'llanishi va natijalarni qayd etish.

Sifat tahlili - suhbat, kuzatish, hayotiy voqealar xaritasini tuzish.

Statistik tahlil - guruhlar o'rtasidagi farqlarni aniqlash (chi-kvadrat, t-test, korrelyatsiya).

Xulosa chiqarish - tipologik xususiyatlar va huquqbuzarlik o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash.

6. Jadval: Tipologik xususiyatlar va huquqbuzarlikka moyillik o'rtasidagi bog'liqlik

Quyidagi jadval tadqiqotda qayd etilgan tipologik ko'rsatkichlarning huquqbuzarlik xulqiga ta'sir darajasini umumlashtiradi:

Tipologik ko'rsatkich	Huquqbuzarlik bog'liqlik darajasi	Izoh
Yuqori nevrotizm	Kuchli bog'liq	Emotsional portlashlar, impulsivlik
Psixotizm (Ayzenk)	Kuchli bog'liq	Agresivlik, sovuqqonlik
Beqaror aktsentuatsiya (Lichko)	O'rta-kuchli bog'liq	Ta'sirchanlik, guruh bosimiga tez berilish
Emotsional labil tip	O'rtacha bog'liq	Stressga chidamlilik past
Ekstrovertlik	Past bog'liq	Faollik ko'proq, lekin deviant xulq kuchli emas
Past o'zini boshqarish darajasi	Kuchli bog'liq	Impulslarni nazorat qila olmaslik
Ijtimoiy moslashuvning pastligi	Kuchli bog'liq	Jamiyatga qarshi xulqning asosiy prediktori

7. Etik talablar

Tadqiqot jarayonida quyidagilarga qat'iy amal qilindi:

Maxfiylik va anonimlik

Ixtiyoriy ishtirok etish

Ma'lumotlarni faqat ilmiy maqsadlarda qo'llash

Psixologik xavf tug'dirmaslik tamoyili

8. Metodologiyaning ilmiy ahamiyati

Tadqiqotning qo'llangan metodologiyasi huquqbuzar shaxsning psixologik portretini tizimli ravishda tuzishga, individual-tipologik xususiyatlar va kriminal xulq o'rtasidagi bog'liqlikni chuqur aniqlashga imkon beradi. Bu esa:

profilaktika dasturlarini ishlab chiqishda,

o'smirlar bilan psixokorreksion ishlarda,

huquqni muhofaza qilish tizimida psixologik ekspertiza o'tkazishda

katta amaliy ahamiyatga ega.

Muhokama

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, huquqbuzar shaxsning individual-tipologik xususiyatlari uning xulq-atvori, emotsional reaksiyalari va ijtimoiy muhitga moslashuv jarayoniga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shaxsning temperament ko'rsatkichlari, xususan yuqori darajadagi nevrotizm va psixotizm, huquqbuzarlikka moyillikni kuchaytiruvchi muhim psixologik omillar sifatida namoyon bo'ldi. Bunday shaxslar odatda tez qo'zg'aluvchan, affekt holatlariga moyil, o'z xatti-harakatlarini nazorat qilishda qiynaladigan bo'ladi. Bu esa konfliktli vaziyatlarda konstruktiv bo'lmagan emosional javoblarni keltirib chiqaradi.

Xarakter aktsentuatsiyalari ham kriminal xulq shakllanishida muhim rol o'ynashi aniqlandi. Beqaror, eksploziv va emotsional labil tiplar huquqbuzarlik sodir etgan shaxslar orasida ko'proq uchrashi kuzatildi. Beqaror tipdagi shaxsning irodaviy sifatleri zaif bo'lib, u tashqi ta'sirlarga, ayniqsa salbiy guruh bosimiga tez beriladi. Eksploziv shaxslar keskin affektiv reaksiyalarga moyil bo'lgani uchun janjalli, agressiv holatlarga tez kirishadi. Emotsional labil tip esa stressga chidamlilikning pastligi tufayli impulsiv, nojo'ya qarorlar qabul qilishga moyillik ko'rsatadi. Bularning barchasi shaxsning psixologik barqarorligining yetarli emasligi bilan bog'liq bo'lib, aynan shu jihatlarda huquqbuzarlikning ichki mexanizmini tashkil etadi.

Tadqiqot shuni ham ko'rsatdiki, ijtimoiy moslashuv darajasi past bo'lgan ishtirokchilar orasida huquqbuzarlik xatti-harakati ko'proq uchraydi. Ijtimoiy moslashuvning pastligi shaxsning jamiyat talablariga javob bera olmasligi, konstruktiv kommunikatsiya ko'nikmalarining yetishmasligi, ziddiyatli vaziyatlarda murosa yo'lini topish qiyinligi bilan izohlanadi. Bunday shaxslar ko'pincha stressga qarshi moslashishning maladaptiv strategiyalaridan foydalanadi. Masalan, agressiya, qochish, rad etish yoki tajovuzkorlik orqali o'zini himoya qilish kabi reaksiyalar kriminal xulqqa olib kelishi mumkin.

Tadqiqot natijalari Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi bilan hamohang bo'lib, guruh ta'siri va ijtimoiy modelning rolini yana bir bor tasdiqladi. Xavf guruhiga kiruvchi o'smirlar ko'pincha salbiy modelga ega bo'lgan atrof-muhit ta'sirida bo'lib, bu ularda deviant xulq shakllanishini tezlashtiradi. Oila tizimidagi emotsional barqarorlikning yetishmasligi, ota-onaning befarqligi yoki haddan tashqari qat'iyligi kabi omillar ham shaxsning psixologik rivojlanishida muhim risk omili sifatida namoyon bo'ladi. Aksincha, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash yuqori bo'lgan shaxslar orasida huquqbuzarlik darajasi past ekanini aniqlangan.

Emotsional intellekt ko'rsatkichlari bilan huquqbuzarlik xulqi o'rtasida o'ziga xos bog'liqlik mavjudligi kuzatildi. Emotsiyalarni boshqarish, o'z holatini anglash, boshqalarning hissiyotlarini tushunish kabi ko'nikmalar past bo'lgan shaxslar konfliktini kuchaytiruvchi reaktiv xatti-harakatlarga moyil bo'ladi. Bu holat, ayniqsa, o'smirlar orasida kuchli namoyon bo'ladi. Tadqiqotning yana bir muhim jihati shundaki, huquqbuzar shaxslar orasida emotsional travmalar, bolalikdagi xavfli tajribalar, ijtimoiy tashlab qo'yilganlik holatlari ko'proq aniqlangan.

Tadqiqot natijalari shaxsning ichki psixologik tuzilmasi va ijtimoiy omillar majmuasi kriminal xulqning shakllanishida teng darajada ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi. Yakkol bir omilni asosiy sabab deb ko'rsatish mumkin emas, aksincha shu omillarning o'zaro ta'siri huquqbuzarlik xulqining shakllanishiga olib keladi. Shaxsning temperament va xarakter xususiyatlari uning stressga munosabati, konfliktini hal qilish uslubi va o'zini boshqarish darajasini belgilaydi. Ijtimoiy omillar esa shaxsning kayfiyati, qadriyati, munosabatlari va norma-me'yorlarni idrok etish jarayonini shakllantiradi.

Tadqiqotning umumiy tahlili shuni ko'rsatdiki, huquqbuzar shaxslarni o'rganishda kompleks yondashuv zarur. Bu yondashuv psixologik diagnostika, psixoterapevtik yordam, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va oila bilan ishlash metodlarini o'z ichiga olishi lozim. Huquqbuzar shaxslar bilan ishlashda individual psixologik xususiyatlarni inobatga olgan holda reabilitatsion dasturlarni ishlab chiqish samaradorlikni oshiradi. Ayniqsa o'smirlar bilan ishlashda korreksion yondashuvlar, ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish va stressni boshqarish treninglari ijobiy natija berishi mumkin.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari shuni tasdiqladiki, huquqbuzarlik shunchaki ijtimoiy hodisa emas, balki chuqur psixologik jarayonlarga tayanadigan murakkab shaxs muammosi hisoblanadi. Shaxsning individual-tipologik xususiyatlarini chuqur o'rganish huquqbuzarlikning oldini olish, reabilitatsiya dasturlarini samarali tashkil etish va shaxsning jamiyatga qayta moslashuvini ta'minlashda asosiy ilmiy-amaliy omil bo'lib xizmat qiladi.

Xulosa

Huquqbuzar shaxsni tadqiq etishda individual-tipologik xususiyatlarning psixologik omillarini har tomonlama o'rganish jinoyatchilikning ichki psixodinamik mexanizmlarini ochib berishda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot davomida aniqlanishicha, huquqbuzarlik faqat

tashqi sharoitlar yoki ijtimoiy omillar ta'siri ostida shakllanib qolmay, balki shaxsning temperament xususiyatlari, xarakter tuzilmasi, emotsional barqarorligi, frustratsiyaga chidamlilik darajasi, motivatsion tizimi, kognitiv jarayonlari, qadriyatlar yo'nalishi va ijtimoiy moslashuv ko'nikmalari bilan chambarchas bog'liqdir. Shaxsning tipologik xususiyatlari turlicha bo'lgani sababli bir xil ijtimoiy vaziyat turli individlarda mutlaqo boshqacha kechishi mumkin. Masalan, yuqori impulsivlikka ega shaxs keskin affektiv holatlarda tezda agressiv reaksiya ko'rsatishi mumkin bo'lsa, emotsional boshqaruv ko'nikmasi rivojlangan inson bunday vaziyatni konstruktiv tarzda yengib o'tadi. Shu bois individual-tipologik yondashuv huquqbuzarlikning oldini olish va uni to'g'ri tushunish uchun eng muhim konseptual asoslardan biri hisoblanadi.

O'rganilgan ilmiy manbalar shuni ko'rsatdiki, huquqbuzar shaxsning shakllanishida aksentuatsiyalangan xarakter chiziqlarining roli alohida e'tiborga loyiqdir. Xususan, epileptoid tipdagi shaxslarning rigidligi va hukmronlikka moyilligi, giperthimik tiplarning xavf-xatarga befarqligi, shizoid tiplarning ijtimoiy izolyatsiyaga moyilligi, isteroid tiplarning e'tiborga ochligi jinoyat sodir etish ehtimolini oshirishi mumkin. Biroq bu tiplar jinoyatchilikning majburiy belgisi emas, balki noqulay muhit, noto'g'ri tarbiya, emotsional beqarorlik, stress omillari bilan uyg'unlashganda xavf omiliga aylanadi. Shu jihatdan olganda, shaxsning ichki xususiyatlari har doim ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sirda ko'rilishi zarur.

Tahlil jarayonida aniqlangan eng muhim xulosalardan yana biri shundaki, huquqbuzar shaxsning psixodiagnostik profili uning xulq-atvori sabablari va motivlarini ochib berishda katta ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Diagnostika jarayonida temperament va xarakter indikatorlarining aniqlanishi psixologning ushbu shaxs uchun qaysi turdagi profilaktika, reabilitatsiya yoki korreksion dasturlar samarali bo'lishini belgilash imkonini beradi. Shaxsning emotsional reaksiyalari, impuls nazorati, konfliktlarga munosabati, stressga moslashuv mexanizmlari huquqbuzarlik xavfini baholashda eng ishonchli psixologik ko'rsatkichlar sifatida talqin qilinadi.

Bundan tashqari, tadqiqot davomida sotsiopsixologik omillarning, ya'ni oila muhitidagi beqarorlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning pastligi, kommunikativ madaniyatning yetishmasligi, tengdoshlar guruhi bosimining mavjudligi, pedagogik nazoratning sustligi kabi omillarning individual-tipologik xususiyatlar bilan birgalikda jinoyatchilikni shakllantirishda kuchli sinergik effekt berishi aniqlangan. Demak, huquqbuzarlikning psixologik zaminini anglash faqat individ darajasida emas, balki uning ijtimoiy muhitini ham kompleks tahlil qilishni talab etadi.

Umumiy ilmiy xulosaga ko'ra, huquqbuzar shaxsni o'rganishda individual-tipologik yondashuvga asoslangan psixologik tahlil jinoyatchilikning ko'rinishlarini tushunish, xavf guruhlarini aniqlash, maqsadli profilaktik choralarni ishlab chiqish va reabilitatsiya jarayonini to'g'ri yo'naltirishda muhim imkoniyatlar yaratadi. Shaxsning tipologik xususiyatlari avvalo uning psixik jarayonlari va xulq mexanizmlarini tushunishga yordam berar ekan, bu bilimlar huquqni muhofaza qilish organlari xodimlari, sud-psixologik ekspertlar, pedagoglar va amaliy psixologlar faoliyati uchun nazariy va amaliy jihatdan beqiyos ahamiyatga ega.

Ayni paytda, olib borilgan tahlillar huquqbuzarlikning psixologik omillarini bir yo'l bilan izohlab bo'lmazligini ko'rsatdi. Shaxsning tabiiy-biologik tuzilishi, uning ruhiy jarayonlari, tarbiyaviy tajribasi, ijtimoiy munosabatlar sifati, stressga qarshilik darajasi va kognitiv xususiyatlari birgalikda huquqbuzarlik xulqini shakllantirishini tasdiqladi. Shu sababdan, jinoyatchilikni kamaytirish uchun kompleks psixologik, pedagogik va ijtimoiy yondashuvlar ishlab chiqilishi zarur. Shaxsning psixologik portretini chuqur tahlil qilish, individual-tipologik farqlarni aniqlash va ularni inobatga olgan holda profilaktik dasturlarni yaratish jamiyatda xavfsizlikni oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. – Москва: Наука, 2001.
2. Асмолов А. Г. Психология личности. – Москва: Смысл, 2018.
3. Бандура А. Теория социального научения. – Санкт-Петербург: Евразия, 2000.

4. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. – Москва: Просвещение, 2008.
5. Батуев А. С. Биопсихологические основы поведения человека. – Москва: Академический проект, 2019.
6. Ганнушкин П. Б. Клиника психопатий. - Москва: Медицинская литература, 2020.
7. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию. - Москва: АСТ, 2022.
8. Eysenck H. J. Crime and Personality. – London: Routledge, 2013.
9. Freud S. Civilization and Its Discontents. – New York: W. W. Norton & Company, 2010.
10. Hare R. Psychopathology and Antisocial Behavior. – New York: Guilford Press, 2016.
11. Cloninger C. R. Feeling Good: The Science of Well-Being. – Oxford University Press, 2004.
12. Skinner B. F. Science and Human Behavior. – New York: Free Press, 2014.
13. Zimbardo P., Gerrig R. Psychology and Life. – Boston: Pearson, 2021.

*Narzulloyeva Salomatbonu Sunnatulloyevna,
Buxoro davlat pedagogika instituti o'qituvchisi
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

DIQQATNING BUZILISHI VA PSIXOLOGIK OQIBATLARI: STRESS, TEKNOLOGIYALAR VA RUHIY SALOMATLIK

Annotatsiya. Maqola diqqatning buzilishi, uning psixologik oqibatlari va zamonaviy omillar, xususan stress va texnologiyalarning ta'sirini o'rganishga qaratilgan. Diqqatning pasayishi, tarqalishi yoki barqarorligini yo'qotishi bilan bog'liq muammolar, shuningdek, ruhiy salomatlik holatiga salbiy ta'siri tahlil qilinadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, doimiy stress va texnologiyalarga haddan tashqari qaramlik diqqatni susaytiradi va kognitiv hamda emotsional jarayonlarga zarar yetkazadi.

Kalit so'zlar: diqqat buzilishi, stress, texnologiyalar, ruhiy salomatlik, e'tibor pasayishi, kognitiv jarayonlar, emotsional holat

Abstract. The article explores attention disorders, their psychological consequences, and the influence of modern factors, particularly stress and technology. Problems related to reduced, scattered, or unstable attention and their negative impact on mental health are analyzed. Research indicates that chronic stress and excessive technology use weaken attention and adversely affect cognitive and emotional processes.

Key words: attention disorders, stress, technology, mental health, reduced attention, cognitive processes, emotional state

Аннотация. Статья посвящена нарушению внимания, его психологическим последствиям и влиянию современных факторов, таких как стресс и технологии. Рассматриваются проблемы, связанные с понижением, рассеянностью или нестабильностью внимания, а также их негативное влияние на психическое здоровье. Исследования показывают, что хронический стресс и чрезмерное использование технологий ослабляют внимание и негативно влияют на когнитивные и эмоциональные процессы.

Ключевые слова: нарушение внимания, стресс, технологии, психическое здоровье, снижение внимания, когнитивные процессы, эмоциональное состояние

Kirish

Diqqat – inson psixikasining markaziy kognitiv funksiyalaridan biri bo'lib, u ma'lumotlarni tanlab qabul qilish, qayta ishlash va maqsadga muvofiq faoliyatni tashkil etishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Diqqatning samarali ishlashi kognitiv jarayonlarning, jumladan xotira, tafakkur, qaror qabul qilish va muammolarni yechish qobiliyatining asosini tashkil qiladi. Shu bilan birga, diqqatning buzilishi nafaqat kognitiv jarayonlarga, balki insonning emotsional va ruhiy salomatligiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Zamonaviy ijtimoiy muhitda stress va texnologiyalarga haddan tashqari qaramlik diqqatning buzilishiga olib keladigan asosiy omillar sifatida ajralib turadi. Doimiy stress sharoitida insonning e'tibori tarqaladi, vazifalarni bajarishga qodirlik kamayadi va kognitiv yuk ortadi. Shu bilan birga, mobil qurilmalar, ijtimoiy media va raqamli platformalarning doimiy ta'siri diqqatning barqarorligini susaytiradi va uni qisqa muddatli ma'lumotlarga yo'naltiradi. Natijada, inson tez-tez ma'lumotlarni unutadi, vazifalarni kechiktiradi yoki noto'g'ri qarorlar qabul qiladi.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, diqqatning buzilishi depressiya, xavotir, charchoq va boshqa ruhiy salomatlik muammolari bilan chambarchas bog'liqdir. Shu bilan birga, diqqatning pasayishi kognitiv jarayonlarni samarali boshqarishga to'sqinlik qiladi va shaxsning ish faoliyati, o'quv jarayoni hamda ijtimoiy o'zaro aloqalariga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Zamonaviy texnologiyalar sharoitida, ayniqsa doimiy onlayn faoliyat va multitasking, diqqatni tez-tez tarqatadi va uzluksiz fokusni saqlashni qiyinlashtiradi.

Shu sababli, diqqatning buzilishi va uning psixologik oqibatlarini o'rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhimdir. Bu mavzu insonning ruhiy salomatligini saqlash, stressni boshqarish va texnologiyalardan foydalanish strategiyalarini ishlab chiqish uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Ushbu tadqiqotning maqsadi – diqqatning buzilishi, uning stress va texnologiyalar bilan bog'liq omillar orqali yuzaga keladigan psixologik oqibatlarini aniqlash va tahlil qilishdir.

Adabiyotlar tahlili. Diqqatning buzilishi va uning psixologik oqibatlari so'nggi yillarda psixologiya va kognitiv fanlarda keng o'rganilmoqda. Klassik tadqiqotlar James (1890) va Posner & Petersen (1990) diqqatni atrof-muhitdan kelayotgan ma'lumotlarni tanlab qabul qilish va kognitiv jarayonlarni boshqarish funksiyasi sifatida tavsiflaydi. Ularning ishlarida diqqatning pasayishi va tarqalishi kognitiv jarayonlarning samaradorligiga bevosita ta'sir qilishi qayd etilgan.

So'nggi dekalarda diqqatning buzilishi va stress o'rtasidagi bog'liqlik alohida e'tibor qozonmoqda. McEwen (2007) tadqiqotlariga ko'ra, surunkali stress gormonal darajalarning o'zgarishi orqali diqqatni susaytiradi va xotira, qaror qabul qilish kabi kognitiv jarayonlarga salbiy ta'sir qiladi. Shuningdek, Rosen et al. (2013) va Ophir et al. (2009) tomonidan olib borilgan tadqiqotlar texnologiyalarga haddan tashqari qaramlikning diqqatni tarqatishi va multitasking holatida kognitiv samaradorlikni pasaytirishini ko'rsatadi.

Zamonaviy psixologik tadqiqotlarda diqqat buzilishi va ruhiy salomatlik o'rtasidagi bog'liqlik ham keng o'rganilgan. Diqqatni barqaror saqlay olmaslik, stressga chidamlilikning pasayishi va emotsional boshqaruvning zaiflashishi bilan bog'liqdir (Diamond, 2013). Shu bilan birga, texnologik muhit, ayniqsa ijtimoiy media va mobil qurilmalar, diqqatning barqarorligini pasaytirishi bilan birga, multitasking qobiliyatini rivojlantirishi mumkin, bu esa o'zaro bog'liq diqqat turining kuchayishiga olib keladi (Cain & Mitroff, 2011).

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, diqqatning buzilishi kompleks psixologik hodisa bo'lib, stress, texnologiyalar va individual emotsional holat bilan chambarchas bog'liq. Shu sababli, diqqatni tiklash va rivojlantirish bo'yicha strategiyalar faqat kognitiv mashqlar bilan emas, balki stressni boshqarish, texnologiyalardan ongli foydalanish va ruhiy salomatlikni mustahkamlash choralari ham o'z ichiga olishi lozim.

Umuman olganda, tadqiqot adabiyotlari diqqatning buzilishi va uning psixologik oqibatlari o'rtasidagi murakkab o'zaro bog'liqlikni ochib beradi va ushbu mavzu bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqish uchun ilmiy asos yaratadi.

Metodologiya. Ushbu tadqiqotning maqsadi – diqqatning buzilishi va uning psixologik oqibatlarini, shuningdek stress va texnologiyalarning ta'sirini aniqlash va tahlil qilishdir. Tadqiqot zamonaviy psixologik metodlar va statistik tahlil vositalari asosida o'tkazildi.

Tadqiqot ob'ekti va sub'ekti

Ob'ekt: Diqqatning buzilishi, stress darajasi, texnologiyalardan foydalanish va ruhiy salomatlik holati.

Sub'ekt: 18–30 yoshdagi oliy ta'lim talabalari, jami 100 nafar ishtirokchi.

Tadqiqot usullari

Psixologik testlar:

Stroop testi (selektiv diqqat va diqqatning buzilishini aniqlash)

Continuous Performance Test (barqaror diqqatni o'lchash)

Attention Network Test (diqqatning tarmoqli funksiyalarini baholash)

So'rovnomalar: Stress darajasi (Perceived Stress Scale), texnologiyalarga qaramlik darajasi va ruhiy salomatlik holatini baholash.

Statistik tahlil: Olingan natijalar Excel va SPSS dasturlari yordamida tahlil qilindi, korrelyatsiya va regressiya usullari qo'llanildi.

Tadqiqot jarayoni

Tadqiqot uch bosqichda o'tkazildi:

Ishtirokchilarni tanlash va dastlabki so'rovnomalarni to'ldirish

Psixologik testlar yordamida diqqatning buzilishi va barqarorligini aniqlash

Natijalarni jadval va statistik tahlil yordamida yig'ish
 Natijalarni jadval ko'rinishida ko'rsatish

Ko'rsatkich	O'lchov asbobi	Yuqori stress guruhi	Past stress guruhi	O'rtacha natija	Xulosa
Selektiv diqqat	Stroop testi	68%	85%	76,5%	Yuqori stress diqqatni pasaytiradi
Barqaror diqqat	Continuous Performance Test	62%	81%	71,5%	Uzluksiz e'tibor yuqori stressda qiyinlashadi
Diqqatning tarmoqli funksiyalari	Attention Network Test	70%	83%	76,5%	Stress va texnologiyalar diqqatni tarqatadi
Ruhiy salomatlik	So'rovnoma	Past	Yuqori	O'rta	Diqqat buzilishi ruhiy salomatlikka salbiy ta'sir qiladi

Jadvaldan ko'rinib turibdiki, yuqori stress va texnologiyalarga qaramlik darajasi diqqatning turli turlarini sezilarli darajada pasaytiradi va ruhiy salomatlikka salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, past stress guruhi va nazorat holatidagi ishtirokchilar diqqatni barqaror saqlash va kognitiv jarayonlarni samarali boshqarish imkoniyatiga ega.

Etik masalalar

Tadqiqotda ishtirokchilarning roziligi olinib, shaxsiy ma'lumotlar maxfiy saqlandi. Testlar va so'rovnomalar xavfsiz va zarar yetkazmaydigan shaklda o'tkazildi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, diqqatning buzilishi va uning psixologik oqibatlar stress va texnologiyalar bilan chambarchas bog'liqdir. Yuqori stress darajasiga ega ishtirokchilarda selektiv va barqaror diqqatning sezilarli darajada pasayishi kuzatildi. Bu esa ma'lumotlarni tanlab olish va uzluksiz e'tibor talab qiladigan vazifalarni bajarish qobiliyatini kamaytiradi. Shu bilan birga, yuqori stress sharoitida kognitiv jarayonlar, xususan qaror qabul qilish va muammolarni yechish jarayonlari susayadi, bu esa psixologik salomatlikka bevosita ta'sir qiladi.

Texnologiyalarga qaramlik diqqatning buzilishida yana bir muhim omil sifatida ajralib turadi. Mobil qurilmalar, ijtimoiy media va tezkor axborot oqimi diqqatni tarqatadi, multitasking vazifalarini bajarishda e'tiborning uzluksizligini kamaytiradi. Shu bilan birga, ba'zi ishtirokchilar texnologiyalardan samarali foydalanish orqali diqqatni qisqa muddatli fokuslashni yaxshilashi kuzatildi, bu esa o'zaro bog'liq diqqatni rivojlantirish imkonini beradi.

Ruhiy salomatlik bilan bog'liq tahlillar shuni ko'rsatdiki, diqqat buzilishi depressiya, xavotir va charchoq kabi holatlar bilan chambarchas bog'liqdir. Ishtirokchilar diqqatni samarali saqlay olmagan holatlarda emotsional barqarorlikni yo'qotganligi va stressga chidamlilikning pasayganligi qayd etildi. Shu sababli, diqqatni tiklash va rivojlantirish strategiyalari faqat kognitiv mashqlar bilan cheklanmasligi, balki stressni boshqarish va texnologiyalardan ongli foydalanish choralarini ham o'z ichiga olishi muhimdir.

Natijalar adabiyotlardagi tadqiqotlar bilan hamohangdir. McEwen va boshqa olimlar surunkali stressning diqqat va kognitiv jarayonlarga salbiy ta'sirini ko'rsatgan bo'lsa, Rosen va Ophir texnologiyalarga haddan tashqari qaramlik diqqatni tarqatishini ta'kidlaydi. Shu bilan birga, Diamond va Cain & Mitroff tadqiqotlari multitasking sharoitida o'zaro bog'liq diqqatni rivojlantirish mumkinligini ko'rsatadi.

Umuman olganda, diqqatning buzilishi murakkab psixologik hodisa bo'lib, stress, texnologiyalar va ruhiy salomatlik o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni aks ettiradi. Shu sababli, diqqatni rivojlantirish va uning psixologik oqibatlarini kamaytirish bo'yicha metodik tavsiyalar individual va ijtimoiy sharoitga moslashtirilgan bo'lishi lozim.

Diqqatning buzilishi nafaqat kognitiv jarayonlarni susaytiradi, balki ijtimoiy va xulq-atvor sohalariga ham ta'sir qiladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, diqqatni uzoq muddat davomida samarali saqlay olmaslik ijtimoiy aloqalarni zaiflashtiradi, shaxsiy va professional vazifalarni kechiktirishga olib keladi va insonning ish samaradorligini pasaytiradi. Bu holat "prokrastinatsiya" yoki vazifalarni kechiktirish kabi fenomenlar bilan chambarchas bog'liqdir va ruhiy salomatlik muammolarini kuchaytiradi.

Zamonaviy texnologiyalar, ayniqsa mobil qurilmalar va ijtimoiy media, diqqatni uzluksiz tarqatib, shaxsning o'zini boshqarish qobiliyatini pasaytiradi. Shu bilan birga, doimiy bildirishnomalar va axborot oqimi "diqqatni qisqa muddatga yo'naltirish" holatini keltirib chiqaradi, bu esa ma'lumotni uzoq muddatli xotirada saqlash qobiliyatini susaytiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yoshlar va talabalar bu holatga eng ko'p duch keladi, chunki ular ko'pincha multitasking va onlayn faoliyatni bir vaqtda olib boradi.

Stressning diqqatga ta'siri neyrobiologik nuqtai nazardan ham tushuntiriladi. Surunkali stress gormonlar, xususan kortizol darajasini oshiradi, bu esa hipokampus va prefrontal korteks faoliyatini susaytiradi. Natijada, diqqatni tanlab yo'naltirish va barqaror saqlash qobiliyati pasayadi, xotira va qaror qabul qilish jarayonlari zaiflashadi. Shu sababli, stressni boshqarish texnikalari – masalan, meditatsiya, nafas olish mashqlari, jismoniy faollik – diqqatni tiklash va kognitiv samaradorlikni oshirishda muhim vosita hisoblanadi.

Diqqatning buzilishi shuningdek, psixologik salomatlik bilan bevosita bog'liqdir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, diqqatni uzoq muddat davomida boshqara olmaslik depressiya, xavotir va ruhiy charchoq bilan bog'liqdir. Bundan tashqari, doimiy axborot oqimi va multitasking sharoitida insonning emotsional barqarorligi pasayadi, bu esa stressga chidamlilikni kamaytiradi. Shu bilan birga, diqqatning qisqa muddatli yo'qolishi ijtimoiy media orqali ta'sirlangan shaxslar orasida o'zini yolg'iz his qilish va motivatsiyaning pasayishiga olib kelishi mumkin.

Yuqori texnologiyalarga qaramlik va diqqat buzilishi ijtimoiy-iqtisodiy omillar bilan ham bog'liqdir. Masalan, uzoq vaqt onlayn ishlash yoki doimiy kompyuter va telefon ekraniga qaramlik diqqatni barqaror saqlashni qiyinlashtiradi. Shu bilan birga, ofis va onlayn ish sharoitida uzluksiz bildirishnomalar va multitasking vazifalari diqqatni tarqatadi va ish samaradorligini pasaytiradi. Shu sababli, korporativ va pedagogik muhitlarda "diqqatni tiklash va boshqarish" strategiyalarini joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Diqqatning buzilishi nafaqat kognitiv va psixologik, balki jismoniy salomatlikka ham ta'sir qiladi. Uzluksiz diqqatni saqlash qiyinlashganda charchoq, bosh og'rig'i va uyqu buzilishi kuzatilishi mumkin. Shu sababli, psixologik treninglar, stressni boshqarish mashqlari va ekran vaqtini cheklash kabi chora-tadbirlar diqqatni tiklash va umumiy salomatlikni saqlashga yordam beradi.

Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, diqqat buzilishi individual xususiyatlarga ham bog'liqdir. Masalan, ba'zi shaxslar multitasking va doimiy axborot oqimiga moslashuvchanlik qobiliyatiga ega, boshqalar esa diqqatni tez-tez yo'qotadi va stressga ko'proq moyil bo'ladi. Shu sababli, diqqatni rivojlantirish strategiyalari individual xususiyatlarni hisobga olgan holda ishlab chiqilishi lozim.

Xulosa. Ushbu tadqiqot diqqatning buzilishi va uning psixologik oqibatlarini zamonaviy sharoitda, xususan stress va texnologiyalar ta'siri kontekstida o'rganishga qaratilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, yuqori stress darajasi va texnologiyalarga haddan tashqari qaramlik diqqatning turli turlarini – selektiv, barqaror va o'zaro bog'liq diqqatni – sezilarli darajada susaytiradi. Diqqatning pasayishi kognitiv jarayonlarni, jumladan qaror qabul qilish, muammolarni yechish va xotirani qayta ishlash qobiliyatini pasaytiradi. Shu bilan birga, diqqat buzilishi ruhiy salomatlik holatiga bevosita ta'sir qiladi va depressiya, xavotir, charchoq kabi psixologik muammolarni kuchaytiradi.

Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, texnologiyalarga qaramlik va doimiy axborot oqimi diqqatni tarqatadi va multitasking sharoitida barqaror diqqatni saqlashni qiyinlashtiradi. Shu bilan birga,

o'zaro bog'liq diqqatni rivojlantirish orqali inson qisqa muddatli diqqat fokusini yaxshilashi mumkin, bu esa kognitiv moslashuvchanlikni oshiradi. Shu asosda, diqqatni rivojlantirish strategiyalari individual va ijtimoiy muhitga moslashtirilgan bo'lishi lozim.

Tadqiqot natijalari adabiyotlar bilan hamohang bo'lib, surunkali stress va texnologiyalarga haddan tashqari qaramlik diqqatni pasaytirishi, multitasking esa o'zaro bog'liq diqqatni rivojlantirish imkonini berishini ko'rsatadi. Shu sababli, diqqatni tiklash va rivojlantirish bo'yicha metodik tavsiyalar psixologik mashqlar, stressni boshqarish strategiyalari va texnologiyalardan ongli foydalanish choralari o'z ichiga olishi kerak.

Umuman olganda, diqqatning buzilishi murakkab psixologik hodisa bo'lib, uning kognitiv jarayonlar va ruhiy salomatlik bilan chambarchas bog'liqligi aniqlandi. Zamonaviy ijtimoiy va texnologik muhit esa bu jarayonlarni murakkablashtiradi, lekin moslashtirilgan strategiyalar orqali diqqatni samarali boshqarish va psixologik holatni yaxshilash mumkin. Shu sababli, diqqatni rivojlantirish va uning psixologik oqibatlarini kamaytirish bo'yicha tadqiqotlar va amaliy tavsiyalar psixologik va pedagogik amaliyot uchun dolzarb hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Baddeley, A., & Hitch, G. (1974). Working memory. *Psychology of Learning and Motivation*, 8, 47–89.
2. Cain, M. S., & Mitroff, S. R. (2011). Distractor filtering in media multitaskers. *Attention, Perception, & Psychophysics*, 73(6), 1742–1751.
3. Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64, 135–168.
4. James, W. (1890). *The Principles of Psychology*. New York: Henry Holt and Company.
5. McEwen, B. S. (2007). Physiology and neurobiology of stress and adaptation: Central role of the brain. *Physiological Reviews*, 87(3), 873–904.
6. Ophir, E., Nass, C., & Wagner, A. D. (2009). Cognitive control in media multitaskers. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106(37), 15583–15587.
7. Posner, M. I., & Petersen, S. E. (1990). The attention system of the human brain. *Annual Review of Neuroscience*, 13, 25–42.
8. Rosen, L. D., Lim, A. F., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). An empirical examination of the educational impact of text message-induced task switching in the classroom. *Educational Psychology*, 33(8), 821–837.

Tajibayev Shohruh Maqsudovich,
Buxoro davlat universiteti, Psixologiya kafedarsi o'qituvchisi
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

GIDLAR FAOLIYATIDA KOMMUNIKATIV KOMPETENTLIKNING AHAMIYATI

Annotatsiya. Ushbu maqolada gidlar faoliyatidagi kommunikativ kompetentlikning psixologik asoslari va uning kasbiy samaradorlikka ta'siri tahlil qilingan. Tadqiqotda gid shaxsidagi emosional intellekt, empatiya va stressga chidamlilik kabi ruhiy sifatlar muhim omil sifatida ko'rsatilgan. Bu kompetentlik gidning turistlar bilan samarali muloqot o'rnatish, ishonchli munosabat yaratish va ijobiy psixologik muhitni ta'minlash qobiliyatini oshiradi. Ilmiy ish natijalari gidlarni tayyorlash jarayonida muloqot madaniyati va kasbiy psixologiyani rivojlantirishga xizmat qiladi

Kalit so'zlar: gid faoliyati, kommunikativ kompetentlik, muloqot psixologiyasi, emosional intellekt, empatiya, perseptiv qobiliyat, ijtimoiy intellekt, stressga chidamlilik, kasbiy samaradorlik, shaxslararo munosabat, faol tinglash, psixologik barqarorlik.

Аннотация. В данной статье проанализированы психологические основы коммуникативной компетентности гидов и её влияние на профессиональную эффективность. В исследовании особое внимание уделено таким личностным качествам, как эмоциональный интеллект, эмпатия и стрессоустойчивость, выступающим ключевыми психологическими факторами успешного взаимодействия с туристами. Установлено, что развитие данных компетенций способствует формированию доверительных отношений, созданию положительной психологической атмосферы и повышению профессиональной результативности. Полученные результаты могут быть использованы в процессе подготовки и профессионального развития гидов в сфере туризма.

Ключевые слова: деятельность гида, коммуникативная компетентность, психология общения, эмоциональный интеллект, эмпатия, перцептивные способности, социальный интеллект, стрессоустойчивость, профессиональная эффективность, межличностные отношения, активное слушание, психологическая стабильность.

Abstract. This article analyzes the psychological foundations of tour guides' communicative competence and its impact on professional efficiency. research emphasizes key personal traits such as emotional intelligence, empathy, and stress tolerance, which serve as crucial psychological factors for effective interaction with tourists. It is shown that the development of these competencies enhances trustful relationships, fosters a positive psychological atmosphere, and improves overall professional performance. The findings can be applied to the training and professional development of tour guides within the tourism industry.

Key words: guide activity, communicative competence, communication psychology, emotional intelligence, empathy, perceptual ability, social intelligence, stress resistance, professional efficiency, interpersonal relations, active listening, psychological stability.

Hozirgi kunda turizm sohasi nafaqat iqtisodiy, balki ijtimoiy va madaniy rivojlanishning muhim omillaridan biri sifatida jahon hamjamiyatida alohida ahamiyat kasb etmoqda. Turizm faoliyatida inson omili hal qiluvchi o'rin tutadi. Bu sohada eng asosiy shaxs - bu, shubhasiz, gid (yo'lboshchi)dir. Gid nafaqat ma'lumot beruvchi yoki yo'l ko'rsatuvchi mutaxassis, balki turli madaniyat va millat vakillari o'rtasidagi muloqotni ta'minlovchi vositachi sifatida namoyon bo'ladi. Shu nuqtai nazardan, gid shaxsidagi kommunikativ kompetentlik - uning kasbiy samaradorligini belgilab beruvchi asosiy psixologik sifatlardan biri hisoblanadi. Kommunikativ kompetentlik deganda shaxsning boshqalar bilan samarali muloqotga kirisha olishi, axborotni to'g'ri yetkazishi, boshqalarni tinglay bilishi, vaziyatga mos munosabat bildirishi hamda ijtimoiy vaziyatlarni to'g'ri baholash qobiliyati tushuniladi. Bu kompetentlik muloqotning verbal (so'z orqali) va nonverbal (jest,

mimika, ovoz tembri va h.k.) jihatlarini o'z ichiga oladi. Psixologiya fani nuqtai nazaridan, giddagi kommunikativ kompetentlik - bu uning emosional intellekti, empatiya darajasi, shaxslararo idrok qobiliyati va stressga chidamliligi bilan chambarchas bog'liq kompleks sifatlar majmuasidir. Mavzuning dolzarbligi shundaki, hozirgi kunda turizm sohasi jadal rivojlanib, gidlar zimmasiga nafaqat axborot berish, balki mehmonlarda ijobiy emosional taassurot qoldirish, ularning psixologik ehtiyojlarini anglash va qoniqtirish kabi vazifalar ham yuklanmoqda. Zamonaviy gid faqat til bilishi bilan cheklanmasdan, muloqot psixologiyasini chuqur anglashi, turli madaniyat va temperament vakillari bilan samarali aloqa o'rnatish zarur. Shu sababli, gidlarni tayyorlash jarayonida kommunikativ kompetentlikni shakllantirish - muhim psixologo-pedagogik vazifa sifatida qaralmoqda.

Tadqiqotning ob'yekti sifatida gid faoliyatidagi shaxslararo muloqot jarayonlari olinadi. Chunki gidning kasbiy samaradorligi to'g'ridan-to'g'ri uning boshqalar bilan qanday muloqot qila olishi, axborotni qanchalik aniq va ta'sirli yetkazishi, turistlar bilan emosional va ijtimoiy bog'lanish o'rnatishiga bog'liq. Gid faoliyatida muloqot - faqat axborot almashish vositasi emas, balki mehmonlarda ijobiy psixologik ta'surot uyg'otish, ishonchli munosabat shakllantirish va madaniy muloqotni ta'minlashning asosiy mexanizmi hisoblanadi. Shuning uchun ham tadqiqot doirasida aynan shaxslararo muloqot jarayonlari gid faoliyatining markaziy psixologik omillaridan biri sifatida qaraladi.

Tadqiqotning predmeti esa - gid shaxsidagi kommunikativ kompetentlikning psixologik xususiyatlari va uning kasbiy samaradorlikka ta'siri bilan bog'liqdir. Kommunikativ kompetentlik gidning emosional barqarorligi, empatiya qobiliyati, tinglash va ishonitirish malakasi, noverbal belgilarni anglash qobiliyati kabi sifatlar bilan chambarchas bog'liq bo'lib, aynan shu ko'nikmalar uning kasbiy faoliyatidagi muvaffaqiyatning asosini tashkil etadi. Boshqacha aytganda, giddagi kommunikativ kompetentlik darajasi uning mehmonlar bilan munosabat o'rnatish, turli madaniyat va temperament vakillarini tushunish va ular bilan samarali muloqot qilish qobiliyatini belgilaydi.

Tadqiqotning asosiy maqsadi - gid faoliyatida kommunikativ kompetentlikning ahamiyatini psixologiya nuqtai nazaridan chuqur tahlil qilish va ushbu kompetentlikni rivojlantirishning samarali yo'llarini aniqlashdan iborat. Bu maqsadni amalga oshirish gidlar tayyorlov tizimida shaxsning muloqot madaniyatini takomillashtirishga, kasbiy-psixologik tayyorgarligini yuksaltirishga hamda turizm sohasidagi insonlararo munosabatlar sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Tadqiqot jarayonida psixologiya fanidagi shaxs psixologiyasi, muloqot psixologiyasi va kasbiy faoliyat psixologiyasi sohalaridagi ilmiy manbalar tahlil qilinib, nazariy tahlil va tajribaviy kuzatuv usullaridan foydalaniladi. Shu bilan birga, muloqot jarayonining emosional va kognitiv jihatlarini o'rganish, shaxslararo idrok va o'zaro ta'sir mexanizmlarini tahlil qilish orqali gid faoliyatidagi kommunikativ kompetentlikning psixologiya fani nuqtai nazaridan ilmiy asoslangan tavsifi shakllantiriladi.

Shu tariqa, ushbu tadqiqotning ilmiy va amaliy ahamiyati shunda namoyon bo'ladiki, u gidlar faoliyatidagi shaxslararo muloqotning psixologik mexanizmlarini ochib beradi, gid shaxsining kommunikativ qobiliyatlarini takomillashtirish yo'llarini belgilaydi hamda kasbiy samaradorlikni oshirish uchun amaliy tavsiyalar ishlab chiqish imkonini yaratadi. Bu esa, o'z navbatida, turizm sohasidagi xizmat ko'rsatish madaniyatini yuksaltirish va mamlakat imijini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Shunday qilib, tadqiqotning nazariy asosini tashkil etuvchi kommunikativ kompetentlik tushunchasi psixologiya fanining markaziy kategoriyalaridan biri sifatida qaraladi. Psixologiyada bu tushuncha shaxsning muloqot jarayonidagi samaradorligini belgilaydigan muhim psixologik sifat hisoblanadi. U XX asrning ikkinchi yarmida kommunikativ, pedagogik va ijtimoiy psixologiya yo'nalishlarida shakllanib, keyinchalik kasbiy faoliyat psixologiyasida ham keng qo'llanila boshladi. Kommunikativ kompetentlikning mohiyati shaxsning boshqalar bilan axborot almashish jarayonidagi bilish (kognitiv), affektiv va xulq-atvor (bixevioral) komponentlarining uyg'un faoliyati bilan belgilanadi.

Psixologiya fanida muloqot tushunchasi V.A.Leontyev, B.F.Lomov, L.S.Vigotskiy, A.A.Bodalyov kabi rus olimlarining ishlarida shaxs faoliyatining ajralmas qismi sifatida izohlangan. Xususan, L.S.Vigotskiy muloqotni insonning ruhiy rivojlanishidagi yetakchi omil sifatida talqin etar ekan, u orqali shaxs ijtimoiy tajribani o'zlashtiradi va ichki psixik tuzilmalarni shakllantiradi. V.A.Leontyev esa muloqotni inson faoliyatining turli shakllarini muvofiqlashtiruvchi vosita sifatida ko'radi va uning tuzilishida motiv, maqsad va vositalarning o'zaro bog'liqligini ta'kidlaydi.

Kommunikativ kompetentlik nazariyasining zamonaviy shakllanishi J.Xabermasning «kommunikativ harakat nazariyasi» bilan ham uzviy bog'liq. Unga ko'ra, haqiqiy muloqot faqatgina axborot almashish emas, balki ijtimoiy kelishuvga, o'zaro anglashuv va hamjihatlikka qaratilgan interaktiv jarayondir. Shu nuqtai nazardan, gid faoliyatidagi kommunikativ kompetentlik faqat ma'lumot yetkazish bilan cheklanmay, balki mehmon bilan ishonchli psixologik aloqa o'rnatish, madaniy kontekstni his etish va emosional rezonansni ta'minlashni ham o'z ichiga oladi.

O'zbek psixologiyasida ham muloqot va kommunikativ qobiliyat masalalari bir qator olimlar tomonidan tadqiq etilgan. Masalan, S.Q.Qodirov shaxslararo muloqotni ijtimoiy tajriba va shaxsiy munosabatlarning shakllanish manbai sifatida ko'rib, samarali muloqotning asosiy shartlaridan biri sifatida empatiya va psixologik moslikni ta'kidlaydi. Shuningdek, N.R.Qurbonovning fikricha, kasbiy faoliyatdagi kommunikativ kompetentlik shaxsning ijtimoiy faolligi va emosional intellekti bilan bevosita bog'liq bo'lib, gid kabi kasblarda bu kompetentlik rivojlantirilmagan bo'lsa, kasbiy stress va motivatsiya tanqisligi yuzaga keladi.

Psixologiyada kommunikativ kompetentlikning tarkibiy tuzilishi turli modellarda izohlangan. A.A.Bodalyov bu kompetentlikni uch asosiy komponentga bo'ladi:

1. perseptiv (boshqalarni idrok etish va tushunish qobiliyati),
2. interaktiv (muloqot jarayonidagi hamkorlik usullari),
3. kommunikativ (axborotni yetkazish va qabul qilish malakalari).

Bu model keyinchalik kasbiy psixologiyada keng qo'llanila boshladi va ayniqsa xizmat ko'rsatish sohasidagi mutaxassislar uchun asosiy mezoniga aylandi.

Gid faoliyatida mazkur komponentlar bir-biri bilan uzviy bog'liq holda namoyon bo'ladi. Masalan, perseptiv qobiliyat gidga turistning kayfiyati, qiziqishi va ehtiyojini to'g'ri anglash imkonini beradi; interaktiv qobiliyat esa vaziyatga mos munosabatni tanlash, tortishuvlardan qochish va ijobiy muhit yaratishda yordam beradi; kommunikativ qobiliyat esa axborotni tiniq, ta'sirli va madaniy me'yorlarga muvofiq yetkazishni ta'minlaydi.

Shuningdek, zamonaviy psixologiyada kommunikativ kompetentlikning yana bir muhim asosi sifatida emosional intellekt ko'rsatiladi. D.Goulman ta'kidlaganidek, insonning o'z hissiyotlarini idora etishi, boshqalarning hissiyotlarini to'g'ri ang'lay olishi va munosabatlarni sog'lom yo'l bilan yo'naltira olishi - samarali muloqotning asosiy psixologik sharti hisoblanadi. Bu xislatlar gid faoliyatida ayniqsa muhim, chunki u turli millat, dunyoqarash va psixik holatdagi odamlar bilan ishlaydi.

Shu tariqa, kommunikativ kompetentlik nazariy jihatdan shaxsning muloqot jarayonidagi kognitiv, affektiv va bixevioral imkoniyatlarining integratsiyasi sifatida izohlanadi. Uning psixologik mohiyati faqat axborot almashishda emas, balki insonlar o'rtasidagi o'zaro anglashuv, ishonch, ehtirom va hamjihatlikni ta'minlash qobiliyatida namoyon bo'ladi. Shu nuqtai nazardan, gid faoliyatida kommunikativ kompetentlik nafaqat til yoki madaniy bilim darajasi, balki kasbiy samaradorlikning asosiy psixologik shartlaridan biri sifatida namoyon bo'ladi.

Binobarin, gid faoliyati psixologik jihatdan murakkab va ko'p qirrali kasb hisoblanadi. U faqat ma'lumot yetkazish bilan cheklanmay, balki insonlar bilan samarali muloqot qilish, ularning ehtiyoj va kutilmalarini his etish, turli vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish va guruhda ijobiy emosional muhit yaratishni ham o'z ichiga oladi. Shu sababli gid shaxsidagi professional-ruhiy sifatlar - masalan, emosional barqarorlik, mas'uliyat, hamdardlik, sabr-toqat va ijtimoiy faollik - uning kasbiy samaradorligini belgilaydigan asosiy omillardan biri hisoblanadi.

Psixolog olimlar (Ye.P. Ilin, N.V. Kuz'mina, T.F. Barisheva) ta'kidlaganidek, xizmat sohasi va ayniqsa turizm faoliyatida inson bilan ishlash jarayonida shaxsning ichki ruhiy barqarorligi, kommunikativ qobiliyati va ijtimoiy idrok darajasi hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Gid shaxsida quyidagi professional-ruhiy sifatlar muhim sanaladi:

- kommunikativ faollik - odamlar bilan tez muloqot o'rnatish qobiliyati;
- ijtimoiy sezgirlik - vaziyat va guruh kayfiyatini tez anglash qobiliyati;
- o'zini boshqarish qobiliyati - his-tuyg'ularni nazorat qilish va og'ir vaziyatlarda ham ijobiy ruhda qolish;
- ishonchlilik va mas'uliyat hissi - turistlar xavfsizligi va qoniqishi uchun mas'uliyatni his qilish.

Bularning barchasi psixologik jihatdan gid shaxsining ichki madaniyati, emosional intellekt darajasi va refleksiya qobiliyati bilan bog'liqdir. Psixolog A.N. Leontyev ta'kidlaganidek, faoliyatning har bir turi shaxsning ichki ehtiyojlari va motivlariga asoslanadi. Shu ma'noda, gidning kasbiy muvaffaqiyati ham uning ichki motivatsiyasi, dunyoqarashi va odamlarga nisbatan ruhiy munosabati bilan belgilanadi. Demak, gid faoliyatidagi samaradorlikni ta'minlovchi asosiy omillardan biri - shaxsning o'z hissiyotlarini anglay olishi va ularni boshqara bilish qobiliyatidir.

Shu nuqtai nazardan, turistlar bilan muloqotda emosional barqarorlik va stressga chidamlilik gid faoliyatida alohida ahamiyat kasb etadi. Turizm sohasidagi ish doimiy muloqot, turli millat va yoshdagi insonlar bilan munosabatni talab qiladi. Bu esa ayrim hollarda ziddiyatli yoki stressli vaziyatlarni keltirib chiqarishi mumkin. Shu bois emosional barqarorlik gid uchun muhim psixologik resurs bo'lib, u kasbiy xolatni nazorat qilish, murakkab vaziyatlarda tinchlikni saqlash va mijozlar bilan ijobiy munosabatni davom ettirish imkonini beradi.

Emosional barqarorlik deganda, insonning tashqi ta'sirlarga qaramay ichki holatini muvozanatda saqlay olishi, stress holatlarini boshqarish qobiliyati tushuniladi. Psixolog V.A. Bodrov ta'kidlaganidek, kasbiy stress ko'p hollarda ma'lumot yuki, javobgarlik darajasi va vaqt bosimi bilan bog'liq bo'ladi. Gid faoliyatida bu omillar doimiy ravishda mavjud: katta guruhni boshqarish, vaqtni nazorat qilish, har xil vaziyatlarga tez moslashish.

Shu sabab, gid shaxsida stressga chidamlilik, o'zini nazorat qilish va motivlashgan hissiy holat muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki kasbiy faoliyat jarayonida turli millat va dunyoqarashga ega turistlar bilan muloqot qilish, ba'zan ziddiyatli yoki stressli vaziyatlarda tinchlikni saqlash talab etiladi. Bunday barqarorlikni shakllantirish uchun avtotrening, nafas mashqlari va emosional relaksatsiya usullaridan foydalanish samarali hisoblanadi.

Shu bilan birga, gid faoliyatida stressga chidamlilik empatiya va emosional intellekt bilan chambarchas bog'liqdir. Chunki empatiya - boshqalarning his-tuyg'ularini anglash va ularga hamdardlik bilan munosabatda bo'lish qobiliyati - gidga turistlarni to'g'ri tushunish, ularning ehtiyojlariga yetarlicha e'tibor qaratish va muloqotni ijobiy ruhda olib borish imkonini beradi. Psixologiyada empatiya inson munosabatlarning asosiy komponenti sifatida qaraladi va gid faoliyatida u nafaqat muloqotni yengillashtiradi, balki guruh a'zolari o'rtasida ishonch, xavfsizlik va hamjihatlik muhitini yaratadi.

Empatiya bilan chambarchas bog'liq bo'lgan tushuncha - emosional intellekt. D. Goulman ta'rificha, emosional intellekt - bu shaxsning o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish va boshqalar hislariga to'g'ri javob qaytarish qobiliyatidir. Empatiya va emosional intellekt gid shaxsida quyidagi vazifalarni bajaradi:

- turistlarning ehtiyojini his etish va ularga mos munosabat ko'rsatish;
- guruhda ijobiy emosional muhitni saqlash;
- nizoli holatlarni yumshatish va konstruktiv yechim topish;
- muloqotda ishonchli va samimiy munosabatni shakllantirish.

Shu jihatdan, emosional intellekt gid faoliyatida kasbiy samaradorlikning asosiy psixologik ko'rsatkichi hisoblanadi. U muloqotda nafaqat axborot almashinuvini, balki insonlar orasidagi ruhiy hamohanglikni ta'minlaydi. Boshqacha aytganda, yuqori emosional intellektga ega bo'lgan gid

turistlar ehtiyojini tez anglaydi, ularning kayfiyatini his qiladi va munosabat jarayonini ijobiy ruhda yo'naltira oladi. Gid faoliyatida bunday emosional barqarorlik va hissiy sezgirlik kommunikativ kompetentlik bilan chambarchas bog'liq. Chunki aynan kommunikativ kompetentlik samarali muloqot, hamkorlik va ishonchli psixologik muhit yaratishga zamin bo'ladi. U ko'p qirrali psixologik tuzilma bo'lib, uning tarkibida verbal va noverbal muloqot malakasi, perseptiv qobiliyat, ijtimoiy intellekt hamda faol tinglash ko'nikmalari muhim o'rin tutadi. Shu jihatdan, gidning emosional intellekti uning kommunikativ qobiliyati bilan uyg'un holda namoyon bo'ladi.

Verbal muloqot - bu so'zlar orqali axborot almashinuvi bo'lib, gid faoliyatida ma'lumotni aniq, ta'sirchan va madaniyatlararo mos tarzda yetkazishni talab qiladi. Shu bilan birga, noverbal vositalar - jumladan, mimika, ishora, ovoz temбри va tananing harakatlari - so'zli muloqotni to'ldirib, emosional ta'sirni kuchaytiradi. Demak, gidda emosional intellekt va kommunikativ kompetentlik birgalikda faoliyat samaradorligini belgilaydigan asosiy psixologik omillar sifatida namoyon bo'ladi. Psixologlar fikriga ko'ra, nutq madaniyati va til vositalaridan foydalanish malakasi insonning umumiy madaniyat darajasi va kognitiv faoliyati bilan chambarchas bog'liqdir.

Noverbal muloqot esa mimika, jest, ovoz intonatsiyasi, masofa va poza kabi ifoda vositalarini o'z ichiga oladi. Gid uchun bu turdagi signallar so'z bilan aytilgan fikrni quvvatlab, mehmonda ishonch va qiziqish uyg'otadi. Masalan, ochiq qiyofa va tabassum psixologik jihatdan ijobiy ta'sir ko'rsatib, emosional rezonansni shakllantiradi.

Perseptiv qobiliyat esa - bu muloqot ishtirokchisining boshqalarni to'g'ri idrok etish, ularning ichki holatini anglash va reaksiyasini baholash qobiliyatidir. Gid faoliyatida perseptiv qobiliyat turistlarning ehtiyojlari, kayfiyati yoki qiziqish darajasini aniqlashda muhim ahamiyatga ega. Bu qobiliyat psixologik hamdardlik (empatiya) va emosional zehn bilan bog'liq bo'lib, insonlararo munosabatlarning sifatini belgilaydi.

Psixologlar ta'kidlaganidek, idrokda xato - ya'ni stereotip yoki ilk taassurot ta'siri - gidning muloqot samaradorligini pasaytiradi. Shu bois, gid o'z shaxsiy fikrlarini nazorat qilish, turli millat va yoshdagi odamlarni oddiy qabul qilish qobiliyatini rivojlantirishi lozim. Bu nafaqat kasbiy etika talabi, balki ijtimoiy intellektning muhim ko'rsatkichi ham hisoblanadi. Ijtimoiy intellekt - bu insonning ijtimoiy vaziyatni anglash, boshqalarning his-tuyg'ularini farqlash va muloqot strategiyasini moslashtirish qobiliyatidir. Gid faoliyatida u turli madaniyat va dunyoqarash egalari bo'lgan turistlar bilan muloqotda elastiklik, hurmat va diplomatik munosabatni ta'minlaydi. Shu tariqa, shaxsiy nazorat va oddiy munosabat qobiliyati yuqori ijtimoiy intellekt orqali amalga oshadi. Gid uchun ijtimoiy intellekt mehmonlar bilan o'zaro ishonch va hamdardlik muhitini yaratishda psixologik kalit hisoblanadi. Ushbu qobiliyat faol tinglash, emosional hamdardlik va verbal muloqot orqali rivojlanadi.

Faol tinglash malakasi esa muloqotdagi asosiy psixologik mexanizmlardan biri bo'lib, gidning diqqat bilan eshitishi, izoh berish yoki savol orqali qiziqishni namoyon etishi orqali namoyon bo'ladi. Bu jarayon faqat axborot qabul qilish emas, balki shaxslararo ishonch va emosional aloqani mustahkamlaydi. Shuning uchun zamonaviy psixologiyada faol tinglash kommunikativ kompetentlikning asosiy mezonlaridan biri sifatida qaraladi.

Xulosa. Gid faoliyatida kommunikativ kompetentlik - kasbiy samaradorlikning asosiy psixologik mezon hisoblanadi. U muloqotda axborot almashinuvi samarali tashkil etish, mehmonlarda ijobiy taassurot uyg'otish va madaniy hamjihatlikni ta'minlashga xizmat qiladi. Kommunikativ kompetentlikning tarkibiy qismlari - emosional intellekt, empatiya, ijtimoiy idrok va stressga chidamlilik gid shaxsining muvaffaqiyatini belgilaydi.

Tavsiyalar:

1. Gidlar tayyorlov tizimida muloqot psixologiyasi va emosional intellekt bo'yicha amaliy treninglar tashkil etish.
2. Pedagogik dasturlarga stress boshqaruvi va avtotrening usullarini kiritish.
3. Turli madaniyat va millat vakillari bilan samarali muloqot ko'nikmalarini rivojlantiruvchi simulyasiya va rol o'yinlardan foydalanish.

4. Gid faoliyatida empatiya va faol tinglash madaniyatini rivojlantirishni ustuvor vazifa sifatida belgilash.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

2. Abduraxmonova, G. (2021). Turizm sohasida xizmat ko'rsatuvchi mutaxassislarda kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishning psixologik asoslari. - Toshkent: Fan.
3. Axmedova, M. (2020). Gid-ekskursovdorlar faoliyatida muloqot madaniyati va professional kompetentlikni shakllantirish. // "Psixologiya va ta'lim" jurnali, №3, 45–50-betlar.
4. Gavrilova, I. A. (2019). Kommunikativnaya kompetentnost specialistov turistskoy sfery: teoriya i praktika formirovaniya. - Moskva: Izd-vo Akademii turizma.
5. Gulyayev, V. G. (2017). Turizm: organizatsiya deyatelnosti i kommunikatsii. - Moskva: Yurayt.
6. Hasanov, O. & Islomova, S. (2022). Development of communicative competence among tourism specialists in Uzbekistan. // Journal of Tourism and Hospitality Management, Vol. 9(4), 112–118.
7. Karimova, Z. T. (2020). Professional communication skills as a key component of a tour guide's competence. // European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences, Vol. 8(6), 78–85.
8. Xodjayeva, N. R. (2021). Gid faoliyatida xorijiy til va madaniy muloqot kompetensiyalarining o'rni. - Toshkent: TDTU nashriyoti.
9. Richards, J. C., & Rodgers, T. S. (2014). Approaches and Methods in Language Teaching. - Cambridge: Cambridge University Press.

Mamajonova Mavluda,
Farg'ona viloyati Oltiariq tumani
"Inson" ijtimoiy xizmatlari markazi psixologlar guruhi bosh mutaxasisi

STEREOTIPLARNI IJTIMOY HAYOT SIFATIGA TA'SIRI VA ULARNING PSIXOLOGIK ADABIYOTLARDA QO'LLANILISHI

Annotatsiya. Ushbu maqolada stereotip tushunchasining mohiyati, shakllanish sabablari hamda psixologik adabiyotlarda ularning o'rganilish yo'nalishlari tahlil qilinadi. Stereotiplarning inson idroki va xulq-atvoriga ta'siri psixologik nazariyalar asosida yoritilib, turli tadqiqotlarda qo'llanilish uslublari ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: ong, tushuncha, muhim, muhit qolib, shablon, e'tiroz, stereotip, ijtimoiy, kasb.

Аннотация. В данной статье анализируются сущность стереотипа, причины его формирования, а также направления изучения стереотипов в психологической литературе. Рассматривается влияние стереотипов на восприятие и поведение человека на основе психологических теорий, а также методы их применения в различных исследованиях.

Ключевые слова: сознание, понятие, важное, среда, шаблон, возражение, стереотип, социальный, профессия.

Abstract. This article analyzes the essence of the concept of "stereotype," the reasons for its formation, and the directions of its study in psychological literature. The influence of stereotypes on human perception and behavior is examined based on psychological theories, and the methods of their application in various studies are considered.

Key words: consciousness, concept, important, environment, pattern, objection, stereotype, social, profession

Kirish.

Stereotiplar inson tafakkurining muhim, biroq murakkab jihatlaridan biridir. Ular ijtimoiy guruhlar, millatlar, jinslar yoki kasblarga oid oldindan shakllangan fikrlar sifatida namoyon bo'ladi. Psixologiyada stereotiplar inson ongining ijtimoiy idrok jarayonidagi soddalashtiruvchi mexanizmi sifatida o'rganiladi. Stereotiplar ijobiy yoki salbiy mazmunda bo'lishi mumkin, biroq ularning asosiy xususiyati - umumlashtirish va shaxsiy farqlarni e'tiborsiz qoldirishdir. Shu sababli, psixologik adabiyotlarda stereotiplar ko'pincha ijtimoiy kognitsiya, diskriminatsiya va empatiya bilan bog'liq holda tahlil qilinadi. Stereotiplar kundalik ongning ajralmas elementi hisoblanadi. Ijtimoiy stereotiplar nisbatan oson shakllanadi, chunki bizning tarbiya va madaniyatimiz boshqa odamlarning xulq-atvori va xarakteriga oid ma'lum kutishlarni shakllantiradi. Ijtimoiy stereotiplarning manbai sifatida insonning shaxsiy tajribasi, shuningdek, jamiyat tomonidan ishlab chiqilgan me'yorlar xizmat qiladi, ularni inson ta'lim olish, ommaviy axborot vositalarining ta'siri va muhim hamda vakolatli shaxslar bilan bevosita muloqot orqali qabul qiladi. Ushbu ishda biz stereotiplarning shakllanishi masalasiga nisbatan kognitiv yondashuvni ko'rib chiqdik, u stereotiplarning paydo bo'lishini ijtimoiy idrok jarayonlarining zarur natijasi sifatida tushuntiradi: kategoriyalash, sxemalashtirish va sababli attributionsiya. Shuningdek, biz ijtimoiy-psixologik yondashuvni o'rganib chiqdik; bu yondashuvda individual insonning allaqachon shakllangan stereotiplarni qabul qilishi ijtimoiy identifikatsiya va konformizm jarayonlari orqali tushuntiriladi. Bundan tashqari, stereotiplar shakllanish jarayonida hissiyotlar va frustratsion vaziyatlarning ma'lum rolini hisobga oldik va stereotipizatsiya jarayoniga ta'sir qiluvchi muhim omillar sifatida baholash va xotirani ajratib ko'rsatdik. Natijada, mutlaq aniqlik va obyektivlikka da'vo qilmasak-da, biz tadqiqot maqsadiga erishdik va, bizning fikrimizcha, ijtimoiy stereotiplarning shakllanish mexanizmlarini qiziqarli va izchil tarzda tasniflashga muvaffaq bo'ldik. Shunday qilib, stereotiplar shakllanishi nafaqat individual kognitiv jarayonlar va shaxsning hissiy holatlari ta'sirida, balki ijtimoiy jarayonlar (insonlar o'rtasidagi o'zaro ta'sir va ta'sirlash) natijasida ham yuzaga kelishi

aniqlangan. Stereotiplar kundalik ongning ajralmas elementi hisoblanadi. Hech bir inson hayotida uchrab turadigan barcha vaziyatlarga mustaqil va ijodiy tarzda javob bera olmaydi. Stereotip – bu ma'lum bir standartlashtirilgan kollektiv tajribani jamlovchi va individualga ta'lim olish hamda boshqalar bilan muloqot jarayonida singdirilgan tushuncha bo'lib, u insonning hayotda orientatsiyasini osonlashtiradi va uning xulq-atvorini ma'lum darajada yo'naltiradi. Shu bilan birga, stereotip ham to'g'ri, ham noto'g'ri bo'lishi mumkin. U ijobiy ham, salbiy ham hissiyotlarni uyg'otishi mumkin. Stereotipning mohiyati shundaki, u ma'lum bir ijtimoiy guruhning muayyan hodisaga nisbatan munosabati va qarashini ifodalaydi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya

Maqola tayyorlash jarayonida kontent-tahlil (content analysis) usuli qo'llanildi. Psixologik manbalarda stereotiplar konsepsiyasi o'rganilib, ularning nazariy asoslari tahlil qilindi. Shuningdek, turli empirik tadqiqotlarda stereotiplarning idrok, qaror qabul qilish va ijtimoiy munosabatlarga ta'siri haqidagi ma'lumotlar solishtirma tahlil asosida ko'rib chiqildi. Ijtimoiy stereotip muammosi keng tarixiy izlanishlarga ega. G'arb psixologiyasi, siyosatshunosligi va sotsiologiyasida stereotiplar nazariyalari asosan makronazariy darajada ishlab chiqiladi. Ushbu tadqiqotlarda stereotip turli tashqi va ichki omillar ta'sirida shakllanadigan muayyan psixologik mexanizmlarga ega bir tushuncha sifatida turlicha talqin qilinadi.

“Stereotip” atamasi birinchi marta XX asrning 20-yillarida AQShda ijtimoiy fanlarda joriy etilgan. Bu paytda ommaviy ongning ishlash qonuniyatlarini o'rganish va tushuntirish zarurati yuzaga kelgan. Stereotipli fikrlash va xulq konsepsiyasining asoschisi amerikalik olim Uolter Lippman (Walter Lippman) hisoblanadi. Uning 1922 yildagi “Ommaviy fikr” asarida Lippman shunday ta'kidlaydi: bu – inson ongida shakllangan, madaniyat tomonidan belgilangan tartiblangan, sxematik “dunyo tasvirlari”, ular murakkab ijtimoiy obyektlarni idrok etishda insonning kuchini tejaydi va uning qadriyatlarini, pozitsiyalari hamda huquqlarini himoya qiladi [4; 9].

Lippman stereotiplar shakllanishiga ta'sir qiluvchi ikki muhim sababni ajratib ko'rsatadi. Birinchi sabab – insonning kundalik fikrlashiga xos bo'lgan kuchni tejash printsipidan foydalanish; ya'ni odamlar har safar yangi fakt va hodisalarga yangicha javob bermaslikka, balki ularni mavjud kategoriyalarga moslashtirishga intiladi. Ikkinchi sabab – mavjud guruh qadriyatlarini himoya qilishdir. Shundan so'ng, ijtimoiy stereotipga oid juda ko'plab aniq ta'riflar taklif etilgan. Muallifning nazariy yo'nalishiga qarab, ushbu hodisaning turli jihatlari oldinga chiqariladi. Masalan, T. Shibutani ijtimoiy stereotipni “muayyan, oson ajralib turadigan xususiyatlar nuqtai nazaridan odamlarning taxminiy guruhlanishini ifodalovchi, keng tarqalgan tasavvurlar bilan qo'llab-quvvatlanadigan ommabop tushuncha” deb belgilaydi [3; 98].

R. Tadzuri (R. Taguiri) ijtimoiy stereotipni shunday tushunadi: “idrok qiluvchi subyekt tomonidan insonni yosh, jinsi, etnik kelib chiqishi, millati va kasbiga qarab tez va oson kategoriyalarga bo'lish moyilligi va shu orqali ushbu kategoriyaga xos deb hisoblangan sifatlarni unga qo'yish” [2; 95].

G. Tejfel (H. Tajfel) ijtimoiy stereotip tadqiqotlaridagi asosiy xulosalarni jamlagan:

odamlar keng inson guruhlarini (yoki ijtimoiy kategoriyalarni) farqlanmagan, qattiq va tarfakash xususiyatlar bilan xarakterlashga tayyor bo'ladi;

bunday kategoriyalash uzoq vaqt davomida barqaror bo'ladi;

(matnda 3-raqam ko'rsatilmagan)

guruhlar o'rtasida ijtimoiy taranglik yuzaga kelganda, ijtimoiy stereotiplar yanada aniq va dushmanona bo'ladi;

ular juda erta o'zlashtiriladi va bolalar ularga tegishli guruhlar haqidagi aniq tasavvurlar paydo bo'lishidan oldin ishlatadi;

guruhlar o'rtasida aniq dushmanlik bo'lmasa, stereotiplar katta muammo tug'dirmaydi, lekin sezilarli taranglik va mojaroda ularni o'zgartirish va boshqarish juda qiyin [2; 95-96].

1950-yillarning oxirida g'arbiy ilmiy fikrda eng mashhur ta'rif amerikalik psixolog va sotsiolog Kimball Yung (K. Jung) tomonidan taklif etilgan. U stereotipni “xato klassifikatsion

konsepsiya, odatda boshqa guruhga nisbatan ijtimoiy sezgili-emosional ohanglar (o'xshashlik, farq, ma'qullash yoki tanqid) bilan bog'langan" deb tushungan [4; 12-13]. Shu nuqtai nazardan stereotiplarga odatda noto'g'ri, xato tushuncha sifatida qaralgan. Stereotip xato baho yoki tarafkash fikr sinonimi sifatida ko'rilgan. Faqat O. Klaynberg gipotezasining paydo bo'lishi bilan stereotiplarda ma'lum bir "haqiqat tomoni" mavjud degan qarash yoyila boshladi [1; 242].

Amerikalik ilm-fanida stereotiplarni o'rganishda turli yo'nalishlar mavjud: ijtimoiy-behavioristik (U. Lippman, R. O. Xara), psixologik (T. V. Adorno, M. Horkxaymer), simbolik-interaksionistik (T. Shibutani, D. K. Devis, S. J. Beran), fenomenologik (E. U. Vayneki) nazariyalar. Amerikaning barcha tadqiqotlarida asosiy e'tibor antropostereotiplarga (ya'ni ma'lum ijtimoiy guruhda shakllangan tasavvurlar) va ularning ijtimoiy-siyosiy sohadagi roliga qaratilgan.

Ijtimoiy stereotiplarni o'rganish Polshada qadimiy ilmiy an'analardan va zamonaviy qiziqish tufayli muvaffaqiyatli rivojlangan. Bu yerda tarixiy va umumnazariy yondashuvlar ustun. (A. Shaff, A. Bondar, A. Bartsikovskiy, A. Kolosovska va boshq.). Germaniya va Fransiya olimlarining ishlarida stereotiplashtirish jarayoni, ya'ni stereotiplar shakllanishi, stereotiplarga sodiqlik va ularni ma'lum vaziyatlarda qo'llashga moyillik, katta e'tiborga olingan. Ushbu tadqiqotlarning kamchiligi shundaki, stereotiplar masalasi ko'proq nazariy jihatlar bilan cheklangan va stereotiplar bilan amaliy harakat o'rtasidagi bog'liqlik yetarlicha o'rganilmagan.

G'arbiy Yevropa ijtimoiy psixologiyasida keng tarqalgan nuqtai nazarga ko'ra, ijtimoiy stereotiplar va boshqa bir qator guruh va jamiyat ongining fenomenlari umumiy konseptual sxemaga birlashtirilishi kerak.

Natijalar

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, stereotiplar inson ongida tezkor axborot qayta ishlashni ta'minlovchi, ammo ko'pincha noto'g'ri xulosalarga olib keluvchi kognitiv sxemalardir. Psixologik adabiyotlarda ular quyidagi yo'nalishlarda o'rganiladi:

Kognitiv yondashuv - stereotiplarni inson idrokidagi soddalashtiruvchi sxemalar sifatida izohlaydi (Fiske & Taylor, 1991).

Ijtimoiy identifikatsiya nazariyasi - stereotiplar "biz" va "ular" o'rtasidagi tafovutni mustahkamlovchi mexanizm sifatida talqin qilinadi (Tajfel & Turner, 1986).

Affektiv yondashuv - stereotiplar hissiy baholash va empatik javoblarga ta'sir etuvchi omil sifatida o'rganiladi.

Stereotiplarning idrok mexanizmida mavjudligi ikki qirrali, ziddiyatli xarakterga ega. Bir tomondan, stereotiplar idrok va ijod jarayonlarini sezilarli darajada soddalashtiradi, mavjud bilim va ko'nikmalardan keng foydalanishga imkon beradi, chunki ular murakkab stereotiplar majmuasini tashkil etadi. Boshqa tomondan, ular yangi, odatiy tushunchalardan tashqarida yoki ularga zid bo'lgan narsalarni anglash imkoniyatimizni cheklaydi. Ko'plab o'z sohasida ajoyib mutaxassislar stereotiplar to'sig'ini yengib o'ta olmaydi, dunyoqarash konsepsiyasiga to'g'ri kelmaydigan hamma narsani darhol rad etadi. Shakllangan stereotiplar juda barqaror bo'lib, ko'pincha inson hayoti davomida saqlanib qoladi. Ularni yo'q qilish odatda og'riqli jarayon bo'lib, bezovtalik, noqulaylik hissi, ruhiy muvozanatning jiddiy buzilishi, hatto stress holatlariga olib kelishi mumkin, bu esa insult yoki infarkt sababchisi bo'lishi mumkin. Qisman yangi narsalarga qarshi dushmanona munosabatni ong ostida ishlaydigan o'zini saqlash instinkti belgilaydi, u esa shakllangan stereotiplarning buzilishi bilan bog'liq mumkin bo'lgan zararlardan himoya qilishga harakat qiladi. Shunday qilib, stereotiplar shakllanishi bizning madaniyatimizning ajralmas elementi hisoblanadi, lekin shu bilan birga, ular faoliyatimiz, jumladan fikrlash jarayonimizda ma'lum darajada konservatizmni yuzaga keltiradi. Ko'pincha odamlar boshqalarga yoki turli ijtimoiy jarayonlarga oid qarashlar shakllanishiga qaysi sabablar ta'sir qilganini anglamaydi va bu jarayonda birinchi navbatda ijtimoiy stereotiplar ishlayotganini sezmaydi.

Ijtimoiy stereotiplarga milliy, gender, siyosiy va boshqa bir qator aniqroq stereotiplar kiradi. Ularni o'rganish bilan psixologiyadan tashqari sotsiologiya, madaniyatshunoslik va falsafa ham shug'ullanadi. Bizning fikrimizcha, ijtimoiy stereotiplarga oid muammo hozirgi kunda juda

dolzarbdir. Stereotiplar, mifologik ong elementlari sifatida, qadimgi va chuqur qatlamlarga asoslangan holda, jamiyat o'tish yoki inqiroz holatida bo'lgan paytda keng ommaga siyosiy qarorlar qabul qilishda muhim rol o'ynaydi. Stereotiplarga asoslangan tijorat reklama va savdo markalari ham mavjud. So'zlar va obrazlarning takrorlanishi ma'lum bir mahsulotning yuqori sifatga ega ekanligi haqidagi stereotipli tasavvurni yaratadi; bu tasavvur ong ostiga singib ketadi va inson endi bu mahsulot haqidagi ma'lumotni tanqidiy qabul qilmaydi. Shu bois, stereotiplar odam ongiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi va juda keng tarqalgan, uning chegaralarini baholash qiyin. Zamonaviy psixologik adabiyotlarda ijtimoiy stereotiplarning inson, ijtimoiy guruhlar va jarayonlar haqidagi qarashlarni shakllantirishga ta'siri keng o'rganilgan. Shu bilan birga, ularning shakllanishiga asos bo'lgan aniq psixologik mexanizmlar yetarlicha tadqiq etilmagan. Bizning fikrimizcha, stereotiplarni, ularning xususiyatlarini va kundalik ongga ta'sir darajasini to'liq tushunish uchun ushbu mexanizmlarni batafsil o'rganish zarur.

Muhokama

Natijalar shuni ko'rsatadiki, stereotiplar ijtimoiy muhitni idrok etishda yordam bersa-da, ularning haddan tashqari qo'llanilishi ijtimoiy adolatsizlik, kamsitish va kommunikatsion to'siqlarga sabab bo'ladi. Psixologik adabiyotlarda stereotiplarni kamaytirish bo'yicha turli yondashuvlar taklif etilgan. Masalan, empatiya rivojlantirish, kooperativ o'yinlar, interguruh muloqotini kuchaytirish usullari samarali hisoblanadi. Stereotiplar individual va ijtimoiy bo'lishi mumkin, ular butun bir inson guruhiga oid tasavvurlarni ifodalaydi. Ijtimoiy stereotiplarga shuningdek, etnik, gender, siyosiy va boshqa bir qator stereotiplarning aniqroq holatlari kiradi.

Stereotiplarni xulq-atvor stereotiplari va ong stereotiplari sifatida ham ajratish mumkin. Xulq-atvor stereotiplari – bu ijtimoiy-madaniy guruh va unga mansub shaxslarning barqaror, muntazam takrorlanadigan xulq-atvori bo'lib, guruhda mavjud bo'lgan qadriyatlar va me'yorlar tizimiga bog'liq. Ular ong stereotiplari bilan yaqin bog'liqdir. Ong stereotiplari esa qadriyatlar va me'yorlar tizimining ideal tasavvurlarini aks ettirib, xulq-atvor stereotiplari shakllanishi uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Ong stereotiplari xulq-atvor modellari yaratadi, xulq-atvor stereotiplari esa ushbu modellarni amaliyotga tatbiq etadi. Stereotiplarni tahlil qilishda stereotiplashtirishning ijobiy va salbiy psixologik oqibatlarini hisobga olish zarur. Bir tomondan, stereotipdan kelib chiqadigan boshqa odamga oid hukm sxemasi ko'pincha oldindan shakllangan fikr (prejudice) sifatida harakat qiladi. Ma'lumot yetishmovchiligi sharoitida ijtimoiy stereotip ko'pincha noto'g'ri bo'ladi va konservativ rol o'ynaydi: odamlarning sodir bo'layotgan voqealarga oid noto'g'ri tasavvurlarini shakllantiradi, voqealarni talqin qilish jarayonini va shaxslararo munosabatlarni buzadi. Har qanday ijtimoiy stereotip, bir vaziyatda to'g'ri bo'lsa, boshqa vaziyatda noto'g'ri bo'lishi mumkin va shuning uchun shaxsning ijtimoiy muhitda orientatsiya vazifasini bajarishda samarali bo'lmay qoladi. Boshqa tomondan, ijtimoiy stereotiplarning mavjudligi ijtimoiy hayotda juda muhim rol o'ynaydi. Sababi oddiy: ular bo'lmasa, sodir bo'layotgan yoki kuzatilayotgan hodisalar haqida yetarli ma'lumot bo'lmaganda, na to'g'ri baholash, na to'g'ri prognoz qilish mumkin bo'lardi. Birinchidan, stereotip o'zgarayotgan haqiqatga javob berish vaqtini sezilarli qisqartiradi. Ikkinchidan, idrok jarayonini tezlashtiradi; Uchinchidan, sodir bo'layotgan voqealarga orientatsiya qilish uchun kamida birinchi asos beradi.

Stereotiplar tushunishni osonlashtiradi: masalan, matnda stereotiplar qancha ko'p bo'lsa, uni tushunish shuncha oson bo'ladi. Stereotiplar soddalashtirish va sxemalashtirishni amalga oshirsa-da, ular shaxslararo tushunish jarayonlarini psixologik tartibga solishda zarur va foydali funksiyani bajaradi. Bu shunday mumkin bo'ladiki, stereotipdagi haqiqiy bilim hajmi ko'pincha noto'g'ri bilim hajmidan oshib ketadi.

Xulosa

Stereotiplar inson tafakkurining tabiiy, ammo ijtimoiy jihatdan murakkab mahsulidir. Ularni psixologik adabiyotlarda o'rganish nafaqat inson idroki mexanizmlarini tushunishga, balki ijtimoiy munosabatlarda adolat va bag'rikenglikni shakllantirishga ham xizmat qiladi. Stereotiplar normal psixologik jarayonlar mahsulidir va ular tabiiy va muqarrar tarzda shakllanishi hamda saqlanishiga

olib keladi. Shuning uchun stereotiplar qanday yaratilishi va saqlanishini tushunish uchun ularning ildizini tashkil etuvchi psixologik jarayonlarni asosiy darajada tushunish muhimdir. Ijtimoiy stereotiplarning shakllanish manbai – bu ham shaxsiy tajriba, ham jamiyat tomonidan yaratilgan me'yorlardir. Turli ijtimoiy guruhlar, real (millat) yoki ideal (kasbiy guruh), ma'lum bir faktlarni tushuntirishning barqaror stereotiplarini, narsalarning odatiy talqinlarini ishlab chiqadilar. Bu juda mantiqan to'g'ri, chunki stereotiplashtirish - bu ijtimoiy dunyoni idrok etishda zarur va foydali vositadir. U insonning ijtimoiy muhitini tez va ma'lum darajada ishonchli ravishda kategoriyalash, soddalashtirish imkonini beradi. Shu bilan u muhitni tushunarli va prognoz qilinadigan qiladi. Shunday qilib, insonning ustiga har daqiqada qulashga tayyor bo'lgan katta hajmdagi ijtimoiy ma'lumotni tanlab olish, cheklash va kategoriyalash – stereotiplashtirishning kognitiv asosidir. O'z guruhiga nisbatan baholashning polarlashuvi, insonga bir guruhga mansublik va himoyalanganlik hissi berishi – bu mexanizmning motivatsion asosidir. Stereotiplarning shakllanish mexanizmi boshqa kognitiv jarayonlar bilan ham bog'liq, chunki stereotiplar bir qator kognitiv funksiyalarni bajaradi: sxemalashtirish va soddalashtirish funksiyasi, guruh ideologiyasini shakllantirish va saqlash funksiyasi va boshqalar.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Allport, G. W. (1954). The Nature of Prejudice. Addison-Wesley.
2. Fiske, S. T., & Taylor, S. E. (1991). Social Cognition. McGraw-Hill.
3. Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior.
4. Lippmann, W. (1922). Public Opinion. Harcourt, Brace & Co.
5. Pettigrew, T. F., & Tropp, L. R. (2006). A meta-analytic test of intergroup contact theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(5), 751–783.

Sobirova Lobar Raximovna,
Surxondaryo viloyati pedagogik mahorat markazi
"Pedagogika, psixologiya va ta'lim texnologiyalari kafedrasi" o'qituvchisi

YOSH O'QITUVCHILAR FAOLIYATIDA UCHRAYDIGAN PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK TO'SIQLAR

Annotatsiya. Maqolada yosh o'qituvchilar o'z kasbiy faoliyatini boshlagan dastlabki yillarda duch keladigan pedagogik va psixologik to'siqlar atroflicha tahlil qilinadi. Jumladan, o'quv jarayonida tajriba yetishmasligi, o'quvchilar bilan muloqotda psixologik bosim, stress holatlari, o'ziga ishonchsizlik hamda ijtimoiy moslashuv jarayoni kabi muammolar yoritiladi. Shuningdek, yosh pedagoglarning kasbiy shakllanishida motivatsiyaning, emotsional barqarorlikning va metodik yordamning ahamiyati ko'rsatib beriladi. Maqolada bunday to'siqlarni bartaraf etish yo'llari sifatida psixologik qo'llab-quvvatlash, mentorlik tizimini rivojlantirish va pedagogik mahoratni takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar beriladi.

Kalit so'zlar: yosh o'qituvchi, pedagogik to'siq, psixologik muammo, stress, moslashuv, motivatsiya, kasbiy shakllanish, pedagogik mahorat.

Аннотация. В статье подробно рассматриваются педагогические и психологические барьеры, с которыми сталкиваются молодые учителя в первые годы своей профессиональной деятельности. Анализируются такие проблемы, как недостаток опыта, стрессовые ситуации, неуверенность в себе, трудности в общении с учащимися и процесс социальной адаптации. Особое внимание уделено значению мотивации, эмоциональной устойчивости и методической поддержки в профессиональном становлении педагога. В работе предлагаются пути преодоления данных трудностей через развитие системы наставничества, психологическую поддержку и совершенствование педагогического мастерства.

Ключевые слова: молодой учитель, педагогический барьер, психологическая проблема, стресс, адаптация, мотивация, профессиональное становление, педагогическое мастерство.

Annotation. The article provides a detailed analysis of the pedagogical and psychological barriers encountered by young teachers during the initial stages of their professional careers. It examines issues such as lack of experience, stress, low self-confidence, communication difficulties with students, and challenges of social adaptation. The importance of motivation, emotional stability, and methodological support in teachers' professional development is emphasized. The article also proposes effective strategies for overcoming these barriers, including psychological assistance, mentoring systems, and the improvement of pedagogical skills.

Key words: young teacher, pedagogical barrier, psychological problem, stress, adaptation, motivation, professional development, teaching skills.

Kirish. Bugungi kunda ta'lim tizimida yosh o'qituvchilarning roli beqiyos ahamiyat kasb etadi. Ular yangi avlod vakillari sifatida o'z faoliyatiga zamonaviy yondashuv, innovatsion fikrlash va ilg'or pedagogik texnologiyalarni olib kiradi. Shu bilan birga, ta'lim jarayonining murakkabligi, o'quvchilarning yosh xususiyatlari va zamon talablari yosh pedagoglardan nafaqat bilim va malakani, balki kuchli psixologik tayyorgarlikni ham talab etadi. Aynan shu jihat yosh o'qituvchilar faoliyatida ko'plab pedagogik va psixologik to'siqlarni yuzaga keltiradi.

Odatda, yangi ish boshlagan o'qituvchi dars jarayonini tashkil etishda, o'quvchilar bilan muloqot o'rnatishda, sinf intizomini ta'minlashda, ota-onalar va hamkasblar bilan samarali hamkorlik qilishda muayyan qiyinchiliklarga duch keladi. Bunday to'siqlar ko'pincha tajriba yetishmasligi, o'ziga ishonchsizlik, emotsional taranglik, stress, muloqotda psixologik to'siqlar yoki pedagogik vaziyatlarni noto'g'ri baholash kabi omillar bilan bog'liq bo'ladi. Natijada yosh

o'qituvchining kasbiy faolligi pasayadi, o'zini namoyon etish imkoniyati cheklanadi, bu esa o'qitish samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Yosh o'qituvchilarning faoliyatida uchraydigan to'siqlarni o'rganish va ularni bartaraf etish yo'llarini ishlab chiqish bugungi kunda dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Chunki ta'lim sifati va o'quv-tarbiyaviy jarayon samaradorligi, avvalo, o'qituvchining kasbiy tayyorgarligi va psixologik barqarorligiga bog'liqdir. Shu sababli, pedagogik mahoratni oshirish markazlari, oliy ta'lim muassasalari hamda metodik xizmatlar tomonidan yosh pedagoglarga tizimli tarzda amaliy va psixologik yordam ko'rsatish zarur.

Shuningdek, yosh o'qituvchilarni kasbiy faoliyatga tayyorlashda mentorlik tizimini rivojlantirish, tajribali pedagoglarning ko'magidan foydalanish, jamoada sog'lom psixologik muhit yaratish va o'qituvchining shaxsiy o'sishiga sharoit yaratish muhim omillar hisoblanadi. Bunday yondashuv nafaqat to'siqlarni kamaytiradi, balki yosh pedagoglarning kasbiy motivatsiyasini kuchaytiradi, ularni ijodkor, mustaqil va o'z kasbiga sadoqatli mutaxassis sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

Mazkur mavzuni o'rganish orqali yosh o'qituvchilarning faoliyatida uchraydigan pedagogik va psixologik muammolar mohiyatini aniqlash, ularni bartaraf etishning samarali mexanizmlarini ishlab chiqish hamda o'qituvchining kasbiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadigan omillarni tahlil qilish maqsad qilib olinadi.

Adabiyotlar tahlili. Yosh o'qituvchilarning kasbiy faoliyatida uchraydigan pedagogik va psixologik to'siqlar masalasi zamonaviy pedagogika va psixologiya fanlarida keng o'rganilayotgan dolzarb yo'nalishlardan biridir. Bu boradagi ilmiy izlanishlar shuni ko'rsatadiki, o'qituvchilik kasbining dastlabki yillarida duch kelinadigan muammolar o'qituvchining shaxsiy rivojlanishi, kasbiy shakllanishi va o'qitish sifati bilan bevosita bog'liqdir.

Mahalliy va xorijiy olimlar ta'kidlaganidek, o'qituvchi faoliyatining muvaffaqiyati, avvalo, uning kasbiy kompetensiyasi, psixologik tayyorgarligi, shaxslararo muloqot madaniyati va emotsional barqarorligiga tayanadi. Masalan, A. V. Mudrik, L. M. Mitina, N. V. Kuzmina kabi rus olimlari o'qituvchining kasbiy shaxs sifatida shakllanishi jarayonida yuzaga keladigan stress, professional moslashuv va motivatsion omillarni chuqur o'rganishgan. Ularning fikricha, pedagogik faoliyatda duch kelinadigan psixologik to'siqlar, asosan, o'zini namoyon eta olmaslik, ichki ishonchsizlik, emotsional charchoq va kommunikativ qiyinchiliklar bilan bog'liq.

O'zbekistonlik tadqiqotchilar – M. Ochilov, N. Mavlonova, Sh. Yusupova, B. Xodjayevlarning ilmiy ishlarida yosh o'qituvchilarning kasbiy shakllanishida metodik tayyorgarlik, pedagogik mahorat va psixologik barqarorlikning o'rni alohida ta'kidlangan. Ularning fikricha, ta'lim jarayonining samaradorligi o'qituvchining o'z kasbiga bo'lgan munosabati, o'quvchilar bilan muloqot madaniyati va ijtimoiy-psixologik moslashuv darajasiga bevosita bog'liq.

Chet el adabiyotlarida ham bu masalaga alohida e'tibor qaratilgan. Masalan, D. Berliner (1988), J. Farrell (2016), K. Kyriacou (2001) va L. Veenman (1984) tadqiqotlarida yosh o'qituvchilarning faoliyatida uchraydigan asosiy muammolar – ortiqcha ish yuklamasi, stress, tajriba yetishmasligi, o'quvchilarning xulq-atvorini boshqarishdagi qiyinchiliklar va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning sustligi sifatida qayd etiladi. Ular bunday to'siqlarni kamaytirish uchun mentorlik, treninglar, professional hamjamiyatlar va reflektiv tahlil usullaridan foydalanishni tavsiya etadilar.

Shuningdek, psixologik yondashuv nuqtayi nazaridan D. Goleman va A. Bandura tadqiqotlarida emotsional intellekt, ijtimoiy o'zaro ta'sir va o'zini nazorat qilish ko'nikmalari o'qituvchining kasbiy barqarorligida muhim omil sifatida ko'rsatiladi. Ularning fikricha, o'qituvchining o'z his-tuyg'ularini boshqara bilishi, stress holatiga bardosh berishi va ijobiy muloqot muhitini yaratishi kasbiy samaradorlikni belgilovchi asosiy mezonlardandir.

Yuqoridagi manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, yosh o'qituvchilarda uchraydigan pedagogik va psixologik to'siqlar ko'p omilli xususiyatga ega. Ular individual (shaxsiy xislatlar), tashkiliy (ish sharoiti, jamoa muhiti) va ijtimoiy (jamiyatning o'qituvchiga munosabati) omillar bilan

chambarchas bog'langan. Shuning uchun, bu to'siqlarni bartaraf etish uchun tizimli yondashuv, psixologik qo'llab-quvvatlash va kasbiy rivojlanishni rag'batlantirishni o'z ichiga olgan kompleks strategiya zarur.

Tahlil va natijalar. Yosh o'qituvchilar faoliyatida kuzatilayotgan pedagogik va psixologik to'siqlarni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, bu muammolar o'qituvchilik kasbining o'ziga xos xususiyatlari bilan bevosita bog'liqdir. O'tkazilgan kuzatishlar, suhbatlar va amaliy tajribalar asosida aniqlanishicha, o'qituvchilik faoliyatining dastlabki bosqichlarida uchraydigan asosiy to'siqlar quyidagi yo'nalishlarda namoyon bo'ladi:

Birinchidan, pedagogik to'siqlar — dars jarayonini samarali tashkil etishdagi tajriba yetishmasligi, o'quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olmaslik, interfaol metodlardan foydalanishda noaniqlik, sinf jamoasini boshqarishda qiynalish kabi omillar bilan bog'liq. Yosh o'qituvchilar ko'pincha nazariy bilimni amaliyotda qo'llashda sustlik qiladi, bu esa dars sifati va o'quvchilarning faolligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Ikkinchidan, psixologik to'siqlar — o'ziga ishonchsizlik, stress, emotsional charchash, pedagogik faoliyatdagi mas'uliyat yuklamasidan kelib chiqadigan tashvish, hamkasblar bilan muloqotdagi noaniqlik kabi holatlar bilan ifodalanadi. Yosh pedagoglar, ayniqsa, o'z faoliyatining birinchi yillarida yangi jamoaga moslashish, o'quvchilarning xatti-harakatiga to'g'ri munosabat bildirish va ota-onalar bilan muloqot o'rnatishda psixologik qiyinchiliklarni boshdan kechiradilar.

Uchinchidan, ijtimoiy-madaniy to'siqlar ham muhim o'rin tutadi. O'qituvchilik kasbining nufuzi, ta'lim muassasalaridagi muhit, jamiyatning yosh pedagoglarga bo'lgan munosabati ularning kasbiy faolligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Jamoada ijobiy psixologik muhit yo'qligi yoki rahbariyat tomonidan yetarli qo'llab-quvvatlanmaslik yosh o'qituvchilarda befarqlik, o'ziga ishonchsizlik va kasbga nisbatan sovuqlikni keltirib chiqaradi.

Tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, ko'pchilik yosh o'qituvchilar o'z faoliyatining ilk bosqichlarida mentorlik yordamiga, psixologik maslahatga va metodik qo'llab-quvvatlashga muhtoj. Tajribali pedagoglarning yo'l-yo'riqlari, o'zaro tajriba almashish, seminar-treninglar va amaliy mashg'ulotlar yosh o'qituvchilarda kasbiy o'sish, o'ziga ishonch va barqarorlikni shakllantiradi.

Shuningdek, o'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, pedagogik va psixologik to'siqlarni yengishda motivatsiya, ijobiy fikrlash, o'z-o'zini baholash ko'nikmasi, kommunikativ madaniyat va emotsional intellekt muhim omillar sifatida namoyon bo'ladi. Bu xususiyatlarni rivojlantirish orqali yosh o'qituvchi o'z faoliyatiga nisbatan ishonch bilan yondashadi, dars jarayonida samaradorlikni oshiradi hamda o'quvchilar bilan sog'lom ruhiy aloqa o'rnatadi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, agar ta'lim tizimida yosh pedagoglar uchun mentorlik, psixologik yordam, kasbiy rivojlanish kurslari muntazam yo'lga qo'yilsa, bu ularning faoliyatidagi to'siqlarni sezilarli darajada kamaytiradi. Natijada, ta'lim sifati oshadi, o'qituvchilik kasbining nufuzi mustahkamlanadi va yosh kadrlarning ijodkorlik salohiyati yanada kuchayadi.

Muhokama. O'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, yosh o'qituvchilar faoliyatida uchraydigan pedagogik va psixologik to'siqlar ko'p omilli xarakterga ega bo'lib, ularning yuzaga kelishida shaxsiy, kasbiy va tashkiliy omillar o'zaro uzviy bog'liqdir. Muhokama jarayonida aniqlanishicha, yosh o'qituvchilar duch kelayotgan muammolarning asosiy sabablari – tajriba yetishmasligi, psixologik tayyorgarlikning pastligi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetarli emasligi hamda ta'lim muassasalarida mentorlik tizimining to'liq shakllanmaganligidir.

Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, yosh pedagoglarning ko'pchiligi o'z faoliyatining ilk bosqichlarida stress va emotsional charchash holatlarini boshdan kechiradi. Bunday holat ko'pincha kasbiy motivatsiyaning pasayishiga, o'ziga ishonchsizlikka va o'qituvchilik faoliyatiga bo'lgan munosabatda salbiy o'zgarishlarga olib keladi. Shuningdek, yosh o'qituvchilar orasida kommunikativ madaniyatning yetarli darajada rivojlanmaganligi, o'quvchilar bilan individual yondashuvda muammolar mavjudligi ham kuzatiladi.

Muhokamada qayd etish joizki, yosh pedagoglarning kasbiy shakllanishida ularning shaxsiy psixologik xususiyatlari ham muhim o'rin tutadi. Faollik, ijobiy fikrlash, stressga bardoshlilik, o'zini boshqara olish, muammolarga konstruktiv yondashuv kabi jihatlar o'qituvchining pedagogik faoliyatidagi muvaffaqiyatini belgilovchi mezonlardandir. Shu sababli, yosh o'qituvchilarni tayyorlash jarayonida nafaqat nazariy bilim, balki amaliy psixologik tayyorgarlik ham asosiy yo'nalishlardan biri bo'lishi lozim.

Muhokama davomida aniqlangan yana bir muhim jihat – bu yosh o'qituvchilarning jamoa bilan ishlashdagi psixologik moslashuv darajasidir. Tajribali o'qituvchilar bilan samarali hamkorlik, tajriba almashish, o'zaro qo'llab-quvvatlash va maslahat tizimi mavjud bo'lgan muhitda yosh pedagoglar tezroq kasbiy shakllanadi. Aksincha, raqobat, e'tiborsizlik yoki jamoaviy yordamning yetishmasligi ularning psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shu o'rinda aytish kerakki, ta'lim tizimida yosh o'qituvchilar faoliyatini qo'llab-quvvatlashning tizimli mexanizmlarini ishlab chiqish zarur. Xususan, psixologik maslahat markazlarini tashkil etish, mentorlik dasturlarini joriy etish, doimiy seminar va treninglar o'tkazish, shuningdek, pedagogik mahoratni oshirish kurslarini muntazam yo'lga qo'yish yosh o'qituvchilarning kasbiy moslashuvini sezilarli darajada yengillashtiradi.

Yuqoridagi mulohazalardan kelib chiqib, shuni ta'kidlash mumkinki, yosh o'qituvchilarning faoliyatida uchraydigan pedagogik va psixologik to'siqlarni bartaraf etish ta'lim sifati va o'qituvchi shaxsining rivojlanishi uchun muhim omil hisoblanadi. Buning uchun davlat, ta'lim muassasalari va pedagogik jamoalar o'rtasida hamkorlik asosida kompleks qo'llab-quvvatlash tizimi shakllantirilishi lozim.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, yosh o'qituvchilar faoliyatida pedagogik va psixologik to'siqlar keng tarqalgan va ularning kasbiy shakllanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ushbu to'siqlar asosan tajriba yetishmasligi, o'ziga ishonchsizlik, stress, sinf va jamoa bilan muloqotdagi qiyinchiliklar, shuningdek, psixologik qo'llab-quvvatlash va metodik yordamning yetarli emasligi bilan bog'liq.

O'qituvchilik faoliyatida uchraydigan bu to'siqlarni kamaytirish va bartaraf etish uchun tizimli yondashuv zarur. Jumladan, mentorlik dasturlari, tajribali pedagoglar bilan hamkorlik, psixologik maslahatlar, kasbiy rivojlanish kurslari va treninglar yosh o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyasini oshirish, emotsional barqarorligini ta'minlash hamda o'ziga ishonchni kuchaytirish imkonini beradi.

Shuni ta'kidlash mumkinki, yosh o'qituvchilarga tizimli va doimiy qo'llab-quvvatlash ko'rsatish ta'lim sifatini oshirish, pedagogik jarayon samaradorligini ta'minlash va kelajakdagi muvaffaqiyatli pedagog kadrlar tayyorlashning muhim omilidir. Shu sababli, ta'lim muassasalari va mutasaddilar yosh pedagoglarni qo'llab-quvvatlashga alohida e'tibor qaratishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Berliner, D. C. (1988). Expertise: The nature of professional knowledge. New York: Praeger.
2. Kyriacou, C. (2001). Teacher stress: Directions for future research. Educational Review, 53(1), 27–35.
3. Farrell, J. P. (2016). Reflective practice in early career teaching. London: Routledge.
4. Veenman, S. (1984). Perceived problems of beginning teachers. Review of Educational Research, 54(2), 143–178.
5. Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ. New York: Bantam Books.
6. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: W. H. Freeman.
7. Mudrik, A. V., Mitina, L. M., & Kuzmina, N. V. (2010). Psikhologiya i pedagogika novykh uchiteley. Moskva: Prosveshchenie.

Rustamov Shavkat Shuxratovich,
Buxoro davlat universiteti Psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent
Axtamova Ferangiz G'ayrat qizi,
Buxoro davlat universiteti Psixologiya ta'lim yo'nalishi talabasi

DESTRUKTIV XULQ-ATVORNING ZAMONAVIY KO'RINISHLARI VA IJODIY PREVENSIYA USULLARI

Annotatsiya. Maqola ijtimoiy tarmoqlar va onlayn muhitdagi agressiv o'smirlar orasida destruktiv xulq-atvorning zamonaviy ko'rinishlarini o'rganadi. Ishda onlayn tahdid, cyberbullying va ijtimoiy bosim kabi omillar tahlil qilinadi. Shuningdek, destruktiv xatti-harakatlarni kamaytirish va o'smirlarni ijobiy xulqqa yo'naltirish bo'yicha ijodiy prevensiya usullari taklif etiladi.

Kalit so'zlar: Agressiv o'smirlar, destruktiv xulq-atvor, ijtimoiy tarmoqlar, onlayn muhit, ijodiy prevensiya, cyberbullying.

Abstract. The article examines the modern manifestations of destructive behavior among aggressive adolescents in social networks and online environments. Factors such as online threats, cyberbullying, and social pressure are analyzed. Creative prevention methods aimed at reducing destructive actions and guiding adolescents toward positive behavior are also proposed.

Key words: Aggressive adolescents, destructive behavior, social networks, online environment, creative prevention, cyberbullying.

Аннотация. Статья исследует современные проявления деструктивного поведения среди агрессивных подростков в социальных сетях и онлайн-среде. Анализируются такие факторы, как онлайн-угрозы, кибербуллинг и социальное давление. Также предлагаются креативные методы профилактики, направленные на снижение деструктивных действий и формирование позитивного поведения у подростков.

Ключевые слова: Агрессивные подростки, деструктивное поведение, социальные сети, онлайн-среда, креативная профилактика, кибербуллинг.

Kirish. Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar va onlayn muhit inson hayotining ajralmas qismiga aylangan. Ayniqsa, o'smirlar orasida ushbu platformalar shaxsiy o'zini ifoda etish, bilim olish, muloqot qilish va ijtimoiy tajribalar orttirishning asosiy vositasiga aylangan. Shu bilan birga, onlayn muhitda xavfsizlikning yetarli darajada ta'minlanmaganligi, anonimlik va tezkor axborot almashinuvi kabi xususiyatlar o'smirlar orasida agressiv va destruktiv xulq-atvorni rivojlanishiga sharoit yaratmoqda.

O'smirlik davri - psixologik, ijtimoiy va hissiy jihatdan murakkab va o'zgaruvchan davr hisoblanadi. Bu davrda shaxsiyat shakllanadi, ijtimoiy ro'llar sinovdan o'tadi, identifikatsiya jarayoni sodir bo'ladi va o'zini boshqalar bilan solishtirish kuchayadi. Shu bois, o'smirlar ijtimoiy muhit va internetdagi ta'sir kuchlariga nisbatan juda sezgir bo'ladilar. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, onlayn muhitdagi agressiv xatti-harakatlar - cyberbullying, tahdid, haqorat, yolg'on ma'lumot tarqatish va boshqalar - o'smirlarning psixologik barqarorligi va ijtimoiy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shuningdek, zamonaviy tadqiqotlar agressiv xulq-atvorning faqat shaxsiy omillarga bog'liq emasligini, balki ijtimoiy va texnologik muhitning ham muhim rol o'ynashini ko'rsatadi. Ijtimoiy tarmoqlar, onlayn o'yinlar va chat-platformalar o'smirlarni anonimlikda erkin harakat qilishga undaydi. Natijada, ular ijobiy ijtimoiy normativlarni e'tiborsiz qoldirib, destruktiv xatti-harakatlarga murojaat qilishi mumkin. Bu esa nafaqat individual darajada zarar, balki oila, maktab va butun jamiyat uchun xavf tug'diradi.

Kirish qismida shuni ta'kidlash muhim: agressiv o'smirlarning destruktiv xulq-atvori nafaqat psixologik va ijtimoiy muammo sifatida, balki zamonaviy ta'lim, psixologik va ijtimoiy prevensiya masalasi sifatida ham dolzarb ahamiyat kasb etadi. Shu bois, ushbu maqola ijtimoiy tarmoqlar va

onlayn muhitdagi agressiv o'smirlarning destruktiv xulq-atvorini o'rganish, uning asosiy sabablari va zamonaviy ko'rinishlarini tahlil qilish, shuningdek, ijodiy va innovatsion prevensiya usullarini aniqlashga qaratilgan.

Ushbu ishning maqsadi - agressiv o'smirlarning onlayn muhitdagi destruktiv xatti-harakatlarini aniqlash, ularni shakllantiruvchi psixologik va ijtimoiy omillarni o'rganish, shuningdek, ijodiy prevensiya metodlari orqali ularni ijobiy xatti-harakatlarga yo'naltirish yo'llarini ishlab chiqishdir. Shu bilan birga, maqola o'smirlarning zamonaviy ijtimoiy tajribalari, texnologiyalarga bog'liqligi va shaxsiyat rivojlanishi bilan bog'liq kompleks masalalarni yoritadi.

Adabiyotlar tahlili. So'nggi yillarda psixologiya va sotsiologiya sohasidagi tadqiqotlar ijtimoiy tarmoqlar va onlayn muhitning o'smirlarning xulq-atvoriga ta'sirini batafsil o'rganishga qaratilgan. Shu bilan birga, destruktiv xulq-atvor va agressivlik bilan bog'liq omillar ham keng tahlil qilinmoqda.

1. O'smirlik va agressiv xulq-atvor

2. Bandura (1977) ijtimoiy o'rganish nazariyasi doirasida shuni ta'kidlaydiki, o'smirlar o'z xatti-harakatlarini atrofdagi shaxslarning xulqidan o'rganadi. Shuning natijasida, ijtimoiy tarmoqlardagi tajovuzkor xatti-harakatlar va cyberbullying tajribasi o'smirlarning destruktiv xulq-atvorini mustahkamlashi mumkin. Skinner (1953) esa, ijobiy va salbiy mustahkamlash orqali xulq-atvor shakllanishini izohlab, onlayn muhitdagi tezkor feedbackning agressiv xatti-harakatlarni kuchaytirishi mumkinligini ko'rsatadi.

3. Ijtimoiy tarmoqlar va onlayn agressivlik

4. So'nggi tadqiqotlar (Kowalski va boshq., 2014; Patchin & Hinduja, 2015) cyberbullying va onlayn tahdidlar o'smirlarning psixologik barqarorligiga bevosita salbiy ta'sir ko'rsatishini tasdiqlaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, anonimlik va yuzma-yuz bo'lmagan muloqot sharoitida o'smirlar ko'proq tajovuzkor va destruktiv xatti-harakatlarga murojaat qiladi. Shu bilan birga, onlayn muhitda ular o'zini himoya qilish va ijtimoiy maqomini oshirish yo'li bilan agressiv xatti-harakatlarni rivojlantiradi.

3. Psixologik va ijtimoiy omillar

Sears va Bandura (1984) tadqiqotlarida ijtimoiy normativlar va oilaviy muhitning agressiv xulq-atvor shakllanishidagi roli tahlil qilingan. Zamonaviy tadqiqotlar (Livingstone, 2016; Tokunaga, 2010) esa, onlayn muhitdagi shaxsiy va ijtimoiy bosim, stress va ijtimoiy solishtirish kabi omillar agressiv xulq-atvorning kuchayishiga sabab bo'lishini ko'rsatadi.

5. Prevenciya va ijodiy yondashuvlar

6. Mavzu bo'yicha adabiyotlar ijodiy va interaktiv metodlarning samaradorligini ham yoritadi. Masalan, dramatik rolli o'yinlar, videobloglar va onlayn loyihalar orqali o'smirlar destruktiv xatti-harakatlarni tahlil qilib, ularni ijobiy xulqqa yo'naltirish mumkin (Olweus, 2010; Willard, 2007). Shu bilan birga, psixologik treninglar va maktabdagi onlayn xavfsizlik dasturlari ham prevensiya vazifasini bajaradi.

Tahlil shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning onlayn muhitdagi agressiv va destruktiv xulq-atvori kompleks psixologik, ijtimoiy va texnologik omillar bilan bog'liq. Adabiyotlar asosida, muvaffaqiyatli prevensiya faqat individual psixologik yondashuvlar bilan cheklanmay, ijodiy va interaktiv metodlar orqali amalga oshirilishi mumkinligi aniqlandi.

Metodologiya. Ushbu tadqiqot ijtimoiy tarmoqlar va onlayn muhitda agressiv o'smirlarning destruktiv xulq-atvorini o'rganishga qaratilgan bo'lib, ilmiy tadqiqot metodlari kombinatsiyasidan foydalanilgan. Tadqiqot quyidagi asosiy bosqichlardan iborat:

Tadqiqot obyekti va predmeti:

Obyekt: O'smirlarning ijtimoiy tarmoqlardagi xatti-harakati va onlayn muhitdagi interaktiv harakatlari.

Predmet: Agressiv o'smirlarning destruktiv xulq-atvori va uni shakllantiruvchi psixologik, ijtimoiy hamda texnologik omillar.

Metodlar:

Empirik metodlar: So'rovnoma, intervyu, kuzatuv. Ushbu metodlar orqali o'smirlarning onlayn muhitdagi xatti-harakati va ularning destruktiv xulq-atvori aniqlanadi.

Analitik metodlar: Adabiyotlarni tahlil qilish, statistik ma'lumotlarni saralash va jadval ko'rinishida taqdim etish.

Kreativ yondashuvlar: Simulyatsion rolli o'yinlar va onlayn interaktiv mashqlar orqali o'smirlarning xulq-atvorini o'rganish va ijobiy yo'nalishga yo'naltirish.

Tadqiqot ishtirokchilari:

Tadqiqot O'zbekistonning turli maktablaridagi 13–17 yoshdagi 120 o'smirni qamrab olgan. Ishtirokchilar onlayn xulq-atvor bo'yicha so'rovnomaga va qisqa intervyuga jalb qilingan.

Ma'lumotlarni yig'ish va tahlil qilish:

So'rovnoma savollari o'smirlarning ijtimoiy tarmoqlardagi faoliyati, cyberbullying tajribalari, tahdid va haqorat ko'rinishlarini aniqlashga qaratilgan. Olingan ma'lumotlar statistik metodlar yordamida tahlil qilindi. Quyidagi jadval o'smirlar orasida destruktiv xulq-atvor ko'rinishlarining tarqalishini ko'rsatadi:

Destruktiv xulq-atvor turi	Foiz (%)	Izohlar
Cyberbullying (hujum, tahdid)	35%	Onlayn anonim platformalarda eng ko'p uchraydigan xatti-harakat
Haqorat va so'kki so'zlar	28%	Chat va ijtimoiy tarmoqlarda yuz beradi
Yolg'on ma'lumot tarqatish	15%	Asosan Instagram va TikTok platformalarida
Shaxsiy maydonda tajovuz (offline)	22%	Onlayn munosabatlar offline muhitga ham o'tadi

Metodologik asos: Tadqiqot Bandura (1977) va Skinner (1953) nazariyalariga tayangan bo'lib, ijtimoiy o'rganish, mustahkamlash va ijtimoiy bosim tushunchalarini hisobga oladi. Shu bilan birga, ijodiy prevensiya yondashuvlari (dramaturgik o'yinlar, videoblog loyihalari) tadqiqotga integratsiya qilindi.

Ushbu metodologiya kombinatsiyasi empirik ma'lumotlar, nazariy tahlil va ijodiy yondashuvlarni birlashtirib, o'smirlarning onlayn muhitdagi agressiv va destruktiv xulq-atvorini chuqur o'rganishga imkon yaratadi. Jadval orqali destruktiv xulq-atvorning asosiy ko'rinishlari va ularning tarqalishi vizual tarzda ko'rsatilgan, bu esa tadqiqot natijalarini yanada tushunarli qiladi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'smirlarning onlayn muhitdagi xatti-harakati ularning psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. So'rovnoma va intervyu ma'lumotlariga asoslanib, o'smirlarning 35 foizi cyberbullying bilan shug'ullanishi, 28 foizi chat va ijtimoiy tarmoqlarda haqorat va so'kki so'zlardan foydalanganligi aniqlangan. Bundan ko'rinadiki, onlayn anonimlik va tezkor axborot almashinuvi o'smirlarni tajovuzkor xatti-harakatlarga undaydi. Shu bilan birga, 22 foiz holatlarda onlayn munosabatlar offline muhitga ham o'tib, shaxsiy maydonda agresivlikka sabab bo'lgan.

Olingan natijalarni Bandura va Skinner nazariyalari bilan solishtirganda, ijtimoiy o'rganish va mustahkamlash printsiplari onlayn muhitda ham o'smirlar xulq-atvorini shakllantirishda muhim rol o'ynashini ko'rsatadi. Masalan, ijtimoiy tarmoqlarda boshqa foydalanuvchilarning tajovuzkor xatti-harakatlarini ko'rgan o'smirlar o'zini shu tarzda tutishga moyil bo'ladi. Shu bilan birga, tezkor va ko'pincha salbiy feedback o'smirlarning destruktiv xatti-harakatlarini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Tadqiqot shuningdek, destruktiv xulq-atvorni oldini olishda ijodiy prevensiya metodlarining samaradorligini ko'rsatdi. Simulyatsion rolli o'yinlar, videoblog loyihalari va interaktiv mashqlar orqali o'smirlar o'z xulqini tahlil qilib, uni ijobiy yo'nalishga yo'naltirish imkoniga ega bo'ldi. Shu bilan birga, maktab va oiladagi ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ham destruktiv xulq-atvorni kamaytirishda muhim omil sifatida namoyon bo'ldi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, agressiv o'smirlarning destruktiv xulq-atvori faqat individual psixologik omillarga bog'liq emas, balki ijtimoiy va texnologik muhit bilan bevosita bog'liqdir. Onlayn muhitdagi anonimlik, tezkor muloqot va ijtimoiy bosim o'smirlarning xulq-atvorini tezkor va ko'pincha nazoratsiz shakllantirishga imkon yaratadi. Shu bois, prevensiya ishlarini faqat nazariy va psixologik metodlar bilan cheklash yetarli emas, ijodiy, interaktiv va ijtimoiy yondashuvlarni ham qo'llash zarur.

Xulosa qilib aytganda, tadqiqot shuni ko'rsatadiki, zamonaviy onlayn muhitda agressiv o'smirlarning destruktiv xulq-atvori kompleks va ko'p o'lchovli hodisa bo'lib, uni oldini olish va ijobiy yo'naltirish uchun psixologik, ijtimoiy va ijodiy metodlar birgalikda qo'llanilishi kerak. Shu yondashuv orqali o'smirlar o'z his-tuyg'ularini konstruktiv tarzda ifoda etishni o'rganadi va ijtimoiy tajribalarini zararli xatti-harakatlarsiz rivojlantira oladi.

Xulosa. Ushbu tadqiqot ijtimoiy tarmoqlar va onlayn muhitda agressiv o'smirlarning destruktiv xulq-atvorini kompleks tarzda o'rganishga qaratildi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'smirlarning onlayn muhitdagi xatti-harakatlari ularning psixologik barqarorligi, ijtimoiy rivojlanishi va shaxsiy identifikatsiyasiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Cyberbullying, tahdid, haqorat va yolg'on ma'lumot tarqatish kabi destruktiv xatti-harakatlar o'smirlarning hissiy barqarorligini pasaytiradi, ijtimoiy muloqot qobiliyatini cheklaydi va ularning jamiyatdagi ijobiy ro'lini shakllantirishga salbiy ta'sir qiladi.

Tadqiqotda aniqlanishicha, agressiv o'smirlarning destruktiv xulq-atvori nafaqat individual psixologik omillar bilan bog'liq, balki ijtimoiy va texnologik muhitning bevosita ta'siri mavjud. Onlayn anonimlik, tezkor axborot almashinuvi va ijtimoiy bosim o'smirlarni tajovuzkor xatti-harakatlarga undaydi va ularni nazoratsiz destruktiv xulq-atvoriga yo'naltiradi. Shu bilan birga, tadqiqot shuni ko'rsatadiki, o'smirlar o'z xulqini shakllantirish jarayonida boshqa foydalanuvchilarning tajovuzkor xatti-harakatlariga juda sezgir bo'ladilar, bu esa ijtimoiy o'rganish nazariyasi nuqtai nazaridan o'rganish uchun muhim ahamiyatga ega.

So'nggi yillarda ijtimoiy tarmoqlar va onlayn muhit o'smirlar hayotida ajralmas vosita sifatida namoyon bo'lmoqda. O'smirlar uchun bu platformalar o'zini ifoda etish, bilim olish, do'stlar bilan muloqot qilish va ijtimoiy tajribalarni orttirish imkonini beradi. Shu bilan birga, onlayn anonimlik, tezkor axborot almashinuvi va vizual ta'sirchanlik kabi xususiyatlar agressiv va destruktiv xulq-atvorning kuchayishiga olib kelishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning taxminan uchdan biri onlayn tahdid va cyberbullying bilan shug'ullanadi, ular ko'pincha haqoratli so'zlar, yolg'on ma'lumotlar va boshqa zararli xatti-harakatlarga murojaat qiladi.

Agressiv xulq-atvorning paydo bo'lishida bir nechta omillar muhim ahamiyatga ega. Birinchi navbatda, o'smirlarning psixologik xususiyatlari – hissiy beqarorlik, o'z-o'zini baholashdagi muammolar va ijtimoiy tajriba yetishmasligi. Ikkinchi omil – ijtimoiy ta'sir, ya'ni do'stlar guruhi, maktab muhiti va onlayn platformalardagi boshqa foydalanuvchilar bilan o'zaro munosabatlar. Uchinchidan, texnologik omillar, jumladan anonimlik, tezkor feedback va ko'plab interaktiv platformalar o'smirlarni destruktiv xatti-harakatlarga undaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, anonimlik sharoitida o'smirlar o'zini nazoratsiz his qilib, haqorat, tahdid va cyberbullying kabi xatti-harakatlarni amalga oshirishga moyil bo'ladilar.

Zamonaviy ijtimoiy tarmoqlar va onlayn muhitdagi agressivlikning boshqa ko'rinishlari ham mavjud. Misol uchun, Instagram, TikTok va boshqa vizual platformalarda o'smirlar yolg'on ma'lumot tarqatish, fotosuratlarini manipulyatsiya qilish va boshqalarni kamsituvchi xatti-harakatlarni amalga oshiradi. Shu bilan birga, video o'yinlar va interaktiv chatlar o'smirlar orasida agressiv xulq-atvorni kuchaytiruvchi platforma sifatida xizmat qilishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ko'p vaqtni onlayn o'tkazadigan o'smirlar yuzma-yuz muloqotda kamroq ijtimoiy qobiliyatlarni rivojlantiradi va destruktiv xulq-atvoriga moyilligi oshadi.

Destruktiv xulq-atvorni oldini olish va kamaytirish bo'yicha ijodiy yondashuvlar samarali hisoblanadi. Simulyatsion rolli o'yinlar, interaktiv mashqlar, videoblog loyihalari va boshqa ijodiy

metodlar o'smirlarni o'z xulqini tahlil qilishga va uni ijobiy yo'naltirishga undaydi. Shu bilan birga, maktablarda va oilalarda qo'llab-quvvatlash tizimlari, psixologik maslahatlar va ijtimoiy dasturlar destruktiv xulq-atvorni kamaytirishda muhim rol o'ynaydi.

Shuningdek, tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning onlayn muhitdagi destruktiv xulq-atvori global muammo sifatida qaralishi kerak. Turli mamlakatlarda olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, cyberbullying va onlayn tahdidlar o'smirlarning hissiy barqarorligini pasaytiradi, depressiya va xavotir darajasini oshiradi, o'zini past baholash va ijtimoiy izolyatsiyaga olib keladi. Shu sababli, onlayn xavfsizlik bo'yicha ta'lim, ota-onalar bilan muloqot va ijodiy prevensiya metodlari global darajada muhim ahamiyat kasb etadi.

Qo'shimcha ravishda, ijtimoiy tarmoqlar va onlayn muhitdagi agressivlikni oldini olishda texnologik yechimlar ham qo'llanilishi mumkin. Masalan, platformalarda tahdid va kamsituvchi kontentni aniqlash uchun sun'iy intellekt va filtrlar ishlatiladi. Shu bilan birga, o'smirlarni ijtimoiy va psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash, maktab va oilada doimiy muloqot va monitoring tizimlari yaratish muhim ahamiyatga ega.

Umuman olganda, zamonaviy onlayn muhit va ijtimoiy tarmoqlarda o'smirlarning agressiv va destruktiv xulq-atvori kompleks va ko'p o'lchovli hodisa hisoblanadi. Uni oldini olish va kamaytirish uchun multidisipliner yondashuv talab etiladi. Psixologik, ijtimoiy va ijodiy metodlarni birlashtirgan holda, o'smirlarni konstruktiv ijtimoiy tajriba orttirishga, hissiy barqarorlikni rivojlantirishga va destruktiv xatti-harakatlarga murojaat qilmaslikka yo'naltirish mumkin.

Tadqiqot ijodiy prevensiya metodlarining samaradorligini ham namoyon etdi. Simulyatsion rolli o'yinlar, interaktiv mashqlar, videoblog loyihalari va boshqa ijodiy yondashuvlar o'smirlarning destruktiv xatti-harakatlarini tahlil qilish va ularni ijobiy xulqqa yo'naltirish imkonini beradi. Shu bilan birga, oilaviy qo'llab-quvvatlash, maktabdagi ijtimoiy dasturlar va psixologik treninglar o'smirlarning agressivlik darajasini kamaytirishda muhim rol o'ynaydi.

Xulosa qilib aytganda, agressiv o'smirlarning onlayn muhitdagi destruktiv xulq-atvori kompleks hodisa bo'lib, uni oldini olish va kamaytirish uchun multidisipliner yondashuv zarur. Bu yondashuv psixologik, ijtimoiy va ijodiy metodlarni birlashtiradi, shuningdek, o'smirlarni konstruktiv ijtimoiy tajribalarni shakllantirishga yo'naltiradi. Shu tariqa, o'smirlar o'z his-tuyg'ularini ifoda etishda, ijtimoiy aloqalarni boshqarishda va muammolarni hal qilishda destruktiv usullarga murojaat qilmaydilar.

Shuningdek, tadqiqot natijalari zamonaviy ta'lim va psixologik amaliyot uchun amaliy ahamiyatga ega. Maktablar, oilalar va psixologlar uchun ijodiy va interaktiv yondashuvlar orqali o'smirlarning onlayn xulq-atvorini nazorat qilish va ijobiy yo'naltirish bo'yicha aniq tavsiyalar ishlab chiqish mumkin. Shu bilan birga, kelajakda o'smirlarning onlayn muhitdagi xatti-harakatlarini yanada chuqurroq o'rganish va turli ijtimoiy platformalardagi destruktiv xulq-atvorni kamaytirishga qaratilgan ilmiy tadqiqotlar olib borish zarur.

Umuman olganda, ushbu tadqiqot o'smirlarning onlayn muhitdagi destruktiv xulq-atvorini tushunishga, uni oldini olish va ijobiy yo'naltirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga qaratilgan kompleks ilmiy asos yaratdi. Tadqiqot natijalari nafaqat psixologlar, pedagoglar va ota-onalar uchun, balki ijtimoiy tarmoqlar va onlayn platformalarni xavfsizroq muhitga aylantirish bo'yicha siyosat ishlab chiqishda ham dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

7. Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
8. Skinner, B. F. (1953). Science and Human Behavior. New York: Macmillan.
9. Kowalski, R. M., Limber, S. P., & Agatston, P. W. (2014). Cyberbullying: Bullying in the Digital Age. Wiley-Blackwell.
10. Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2015). Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying. Sage Publications.

11. Olweus, D. (2010). Cyberbullying: An Overlooked Phenomenon in School Violence Research. *European Journal of Developmental Psychology*, 7(3), 387–402.
12. Willard, N. (2007). *Cyber-Safe Kids, Cyber-Savvy Teens: Helping Young People Learn to Use the Internet Safely and Responsibly*. Jossey-Bass.

Yarashov Azizbek Lazizovich,
Student of Psychology at Bukhara State University
Email. azizbekyarasev@mail.ru

MANIFESTATION OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL COMPETENCE OF FORENSIC PSYCHOLOGIST

Abstract. In this article, based on the research conducted to determine the manifestation of socio-psychological competence factors in the activity of a forensic psychologist in the conditions of Uzbekistan and to study their proportional development with professional competence, the formation of competencies based on the socio-psychological competence of a forensic psychologist in the process of activity is cognitive, the mutual proportional development of emotional and behavioral factors depends on individual and differential differences in ensuring the effectiveness of the activity, the boundaries of the emotional experience of the forensic psychologist in ensuring the quality of forensic psychological examinations, understanding one's own emotions and intellectual management, professional due to the need for emotion in the manifestation of creative impulses and intuitions in the process of activity, the development of the emotional intelligence of a forensic psychologist in relation to the criteria of socio-psychological competence, communicative competence in the development of socio-psychological competence of a forensic psychologist, socio-psychological knowledge of forensic psychological expertise.

Key words: forensic psychologist expert, socio-psychological competence, forensic psychological expertise, professional competence, competence, emotional intelligence, professional activity.

Annotatsiya. Ushbu maqolada, O'zbekiston sharoitida sud psixologi faoliyatida ijtimoiy-psixologik kompetensiya omillarining namoyon bo'lishini aniqlash va ularning professional kompetensiya bilan mutanosib rivojlanishini o'rganish maqsadida o'tkazilgan tadqiqotga asoslanib, sud psixologining faoliyat jarayonida ijtimoiy-psixologik kompetensiyaga asoslangan kompetensiyalarni shakllantirish kognitiv, hissiy va xulq-atvor omillarining o'zaro mutanosib rivojlanishi faoliyat samaradorligini ta'minlashdagi individual va differentsial farqlarga, sud psixologining sud psixologik tekshiruvlarining sifatini ta'minlashdagi hissiy tajribasining chegaralariga, o'z his-tuyg'ularini va intellektual boshqaruvini tushunishga, faoliyat jarayonida ijodiy impuls va sezgilarning namoyon bo'lishida hissiyotga bo'lgan ehtiyoj tufayli professionallikka, sud psixologining ijtimoiy-psixologik kompetensiya mezonlariga nisbatan hissiy intellektini rivojlantirishga, sud psixologining ijtimoiy-psixologik kompetensiyasini rivojlantirishda kommunikativ kompetensiyaga, sud psixologik ekspertizasining ijtimoiy-psixologik bilimlariga asoslangan.

Kalit so'zlar: sud psixologi eksperti, ijtimoiy-psixologik kompetensiya, sud psixologik ekspertizasi, professional kompetensiya, kompetensiya, hissiy intellekt, professional faoliyat.

Аннотация. В данной статье на основе проведенного исследования по определению проявления факторов социально-психологической компетентности в деятельности судебного психолога в условиях Узбекистана и изучению их пропорционального развития с профессиональной компетентностью, рассматривается формирование компетенций, основанных на социально-психологической компетентности судебного психолога в процессе деятельности, когнитивное, взаимное пропорциональное развитие эмоциональных и поведенческих факторов в зависимости от индивидуальных и дифференциальных различий в обеспечении эффективности деятельности, границы эмоционального опыта судебного психолога в обеспечении качества судебно-психологических экспертиз, понимание собственных эмоций и интеллектуальное управление, профессионально обусловленное потребностью в эмоциях при проявлении творческих импульсов и интуиции в процессе деятельности, развитие эмоционального интеллекта судебного психолога в соотношении с

критериями социально-психологической компетентности, коммуникативной компетентности в развитии социально-психологической компетентности судебного психолога, социально-психологические знания судебно-психологической экспертизы.

Ключевые слова: *судебный психолог-эксперт, социально-психологическая компетентность, судебно-психологическая экспертиза, профессиональная компетентность, компетентность, эмоциональный интеллект, профессиональная деятельность.*

Introduction. To study the psychological aspects of the socio-psychological and professional competence of forensic psychologist experts in the world, to research the factors of development of their socio-psychological competence, to evaluate the demonstration of social-psychological competence of the forensic psychologist experts, to improve their socio-psychological competence. Research is underway to develop a set of methods. Improving the level of psychological preparation for the professional activities of forensic psychologists, determining the socio-psychological factors and mechanisms of developing their sociopsychological competence, increasing the role of professional training of forensic psychologists and determining the impact of their work efficiency is considered a separate research problem. The Law of the Republic of Uzbekistan "On Forensic Expertise" defines important tasks for regulating relations in the field of forensic expertise. Research on improving the socio-psychological competence of forensic psychologists is of great importance in performing such important tasks specified in this law. Therefore, it is considered as an urgent problem to increase the social-psychological competence of forensic psychologist experts, to realize the characteristics characteristic of their personal qualities, and to form factors of social-psychological competence that directly affect the effectiveness of their professional activity through psychocorrective and developmental methods.

Literature analysis and methodology.

Analyzing the scientific research works aimed at studying the problem of manifestation and development of socio-psychological competence of forensic psychologist experts in modern psychology, we paid special attention to the theoretical interpretation of many psychological features related to the methodology of professional and socio-psychological competence in them. Based on the analysis of several scientific literature, we can see that there are different approaches by researchers to the definition of social-psychological competence. In the process of studying the structure of competence and competence categories, several directions can be distinguished. Many authors evaluate the functional approach as promising, and they also believe that competence is manifested in professional activity, and at the same time, it is also its basis. In this case, competence is understood as a system of working resources necessary to create effective action within the specific framework of the process. The competence structure is divided into the following components: directive and executive, substantive (knowledge) and process (skills), cognitive and operational.

A.K.Markova analyzed social competence in terms of content and distinguished its process and result aspects. The author systematizes the structure of competence in terms of the process (pedagogical activity, pedagogical communication, student's personality) and the results of pedagogical activity, that is, the student's education and upbringing [9]. Therefore, professional knowledge, skills and abilities, professional psychological characteristics, which are called psychological module, are involved in all aspects of labor activity. Also, the competence structure is a working tool of activity, i.e. looking at elements such as motivation, knowledge, skills and competence, there is an idea of taking into account its process and result indicators.

In M. Kyaerst's studies, components such as the essence of competence and its basis (abilities, talent, knowledge), human activity as a process (definitions, descriptions, symptoms), activity results (work results, changes in the object of activity) are introduced. The author included the

following descriptions in the content of competence: - intellectual compatibility with the issues that are mandatory for the person (employee) working in the position; - the quantity and quality of the issues formulated and solved by the specialist in the main work; - success in solving the main issues; - characteristics of a person that are manifested in the effectiveness of solving problematic issues. Here, the scientist approached the concept of competence more by taking into account the individual psychological characteristics of a person. Our observations on the study of the socio-psychological competence of a forensic psychologist and the analysis of the fundamental literature related to the research problem require special attention to the views of scientists dealing with the problems of socio-psychological competence [8].

Socio-psychological competence of a court psychologist expert means the professional activity of a court psychologist expert, which implies the ability to perform practical professional activities and professional treatment at a sufficiently high level. At the same time, the socio-psychological competence of a forensic psychologist can be assessed by the proportionality of his professional knowledge and skills, and on the other hand, his professional position and psychological qualities. Nowadays, competence is mainly considered as human ability, then it gives an opportunity to think about different abilities and talents of a person. Here we see that there are different approaches to the interpretation of the concept of "ability". In the process of studying the structure of competence and competence categories, several directions can be distinguished. Many authors evaluate the functional approach as promising, and they also believe that competence is manifested in professional activity, and at the same time, it is also its basis. In this case, competence is understood as a system of working resources necessary to create effective action within the specific framework of the process. The competence structure is divided into the following components: directive and executive, substantive (knowledge) and process (skills), cognitive and operational.

Also, the competence structure is a working tool of activity, i.e. looking at elements such as motivation, knowledge, skills and competence, there is an idea of taking into account its process and result indicators. Forensic psychological expertise is deeply entering the practice of legal activity today. To fully understand the nature of forensic psychological expertise and to apply it in a wide range of practice, it is necessary to know the way of its formation and historical development.

Interest in researching and studying the psychological characteristics of participants in criminal proceedings (accused, victim and witness, impartial) has existed since ancient times. The progress of human society, the replacement of one social system by another social system has caused a number of innovations and changes in society. In this way, the development of society, like all other fields, stimulated the development of the science of psychology. As a result, the importance of psychological experiments in legal practice has increased, and the methods of conducting them have improved. This, in turn, ensured that investigation and trial processes were conducted in a transparent and fair manner. However, the transparent and fair conduct of investigation and judicial processes in many cases depends only on the experience, knowledge, skills and conscience of the judge or investigator. Such a situation naturally leads to the need for the involvement of other sectors in the judicial and investigative process. Initially, during the judicial process, psychologists paid special attention to researching the characteristics of mental development of minors, memory, thinking and perception and imagination processes. We can see that forensic psychological expertise is assigned the task of determining legal situations, not only checking the authenticity of the instructions, but also checking their strength as a means of proving them, determining the guilt of the person who committed the crime. Although there is no reason for this, some mistrust has not yet been finally overcome. On the contrary, in the context of the growing needs of the perfecting practice in legal court work, it is reasonable to underestimate the possibilities of modern psychological science [11].

On the contrary, in the context of the growing needs of the perfecting practice in legal court work, it is reasonable to underestimate the possibilities of modern psychological science. As S S

Shipshin and V F Engalishev wrote, the main features of the concept of forensic expertise are as follows: a) the preparation, appointment and conduct of forensic psychological expertise is carried out in accordance with a special legal regulation, which, along with determining the rights and obligations of the expert in the process and the person appointing the expertise, in this regard, the accused (also determines the rights of the suspect; b) conducting research based on the application of special psychological knowledge; c) providing a conclusion that has the status of a source of evidence. The main content of the expertise in the conduct of criminal proceedings is the research of certain information for the purpose of determining new facts, which are important for the preliminary investigation of crimes or the consideration of criminal cases in court. Forensic psychological expertise is widely used in the practice of law enforcement agencies. It should be noted that, like other types of forensic examination, it has specific goals and tasks [12].

The main purpose of the forensic psychological examination is to conduct research based on specific data collected and developed in legal psychology or practice and to answer questions posed by the investigator, the determining body or the court. With his conclusion, the expert helps the court and the investigation to determine the cases, without giving them a legal assessment. As V.V.Romanov noted, "The main goal of forensic psychological expertise is to help courts and preliminary investigation bodies in deeper research of special questions with psychological content that are part of the subject of proof in criminal cases, and the subject of criminal cases is a structural element of the subject of proof of civil disputes, reflected in the law is to assist in researching the psychological content of a number of legal concepts [13].

In general, it is appropriate to admit that the problem of competence and its socio-psychological principles have been studied by Uzbek scientists. In this, special attention is paid to the issues of communication, mutual relations in the pedagogical team, culture of communication. In particular, in the research conducted under the leadership of Sh.H.Abdullayeva, M.G.Davletshin, D.G.Mukhamedova, Z.T.Nishonova, E.G.Goziyev, B.R.Kadirov, F.B.Shoumarov, among the psychologists of our republic, the role of a person's communication, behavior in managing various activities, the social-psychological characteristics of representatives of various fields and research aimed at elucidating professional competence can be noted separately [12].

Sh.Sh.Rustamov studied the specific features of the use of mathematical methods in the development of the professional competence of practicing psychologists. In particular, the level of development of mathematical literacy among practicing psychologists is an indicator of the effectiveness of psychodiagnostic and psychocorrective work due to the formation of inductive and deductive drawing skills according to the differentiation of cognitive and logical competence characteristics, the use of data processing packages by practicing psychologists, content analysis , the manifestation of the skills of primary grouping and interpretation of the results depends on the differential differences in age according to the formation of the skills of working with the color of matrices under the integrative influence of divergent thinking factors, creative competence, and the fact that it is a cognitive factor that ensures the development of creative thinking proved [11].

Results. Thus, if the analysis of the above studies allows to define the competence from a scientific and theoretical point of view, on the other hand, it is a scientific and theoretical basis to develop the criteria of socio-psychological competence, which are considered to be characteristic of the forensic psychologist experts for the purpose of the scientific research, and to apply it in practice. serves as This allows for the development of socio-psychological and professional competence of forensic psychologist experts and proper scientific observation when conducting scientific research at a certain level. In general, it is necessary to pay special attention to the following aspects regarding the coverage of the researched problem in scientific literature:

1. The issue of socio-psychological competence is one of the most urgent issues of modern psychology, and it mainly serves to ensure the effectiveness of professional competence in a person.

2. Since a person is a social being in the literal sense, the issue of social-psychological competence is formed and develops in harmony with his immediate work psychological structure;

3. The development of professional competence of forensic psychologist experts is determined and evaluated by socio-psychological factors of a certain level.

4. All researchers who have studied personal competence pay special attention to its social and psychological aspects, as well as to its aspects related to specific professional competence. This requires the need to interpret professional competence on the basis of socio-psychological principles of a certain level.

Summarizing these scientific considerations, we should emphasize that today the study and research of social-psychological competence of forensic psychologists within the framework of professional activity is one of the most relevant areas of social and applied psychology.

Forensic psychologist experts should improve the following basic competencies:

1. Communicative competence:

- in the process of forensic psychological expertise, the expert should express his attitude within the scope of his authority, based on the legal grounds, orally and in writing, using short, clear, understandable and effective means, to emphasize when pronouncing words. to be correct, to adhere to the standards of literary language, to express one's opinion without mistakes following the rules of spelling and etiquette;

- being able to listen and respect the opinion of the team and group members in the process of cooperation according to the requirements of the situation, to respond correctly to objectionable opinions, to add one's share in the formation of their opinion.

2. Competence of self-development as a person:

- to make continuous self-development as a person, striving for spiritual, psychological and intellectual maturity as a permanent life-spiritual need;

- respecting and following national and universal values;

- to regularly read and study books in various directions (artistic, journalistic, scientific, scientific-popular, science and technology, art, etc.), draw conclusions, learn from them in appropriate cases be able to use it in practice as a proof and proof of the opinion;

- to be able to take a critical approach to one's behavior and opinions, to be able to control oneself, to be able to correctly evaluate the content of oral and written texts.

Competence, as the practical application of knowledge, skills, skills and life experiences, plays a major role in the life of a forensic psychologist expert, in his maturity as an expert, from this point of view, first of all, while forming and developing the factors of social and psychological competence, forensic psychologist experts must form their basic competencies and It is desirable to achieve development.

Due to the need for the emotional experience limits of the forensic psychologist expert in the conduct of qualitative forensic psychological examinations, intellectual control to understand his emotions, emotion in the manifestation of creative impulses and intuitions in the process of professional activity, the criteria of the socio-psychological competence of the emotional intelligence of the forensic psychologist expert are mutual. Researching the proportional development of forensic psychologists, analyzing the social and psychological competence of forensic psychologists, paying serious attention to its specific development factors, plays an important role in ensuring the effectiveness of the professional activity of forensic psychologists. plays Therefore, in order to have complete information about the possibilities of social-psychological competence of forensic psychologist experts, research work is carried out on the basis of the established norms, reliable data are collected and the obtained results are socio-psychological analyzing them based on requirements is one of the main tasks of our research. In this chapter, we

aim to solve this problem, to introduce scientific innovations that are important for such disciplines as social and applied psychology, legal psychology, and general psychodiagnostics.

Based on the purpose of our research, we tried to give practical recommendations based on the study of the demonstration of social and psychological competence, analysis of the obtained results and drawing of appropriate conclusions. The obtained results were entered into the system of criteria and points adopted in a special order, which made it possible to obtain important information.

A psychotraining program was organized among the members of the same team to ensure the correlation between the socio-psychological competence and the emotional intelligence of the forensic psychologist. It was emphasized that this, in turn, embodies the important aspects of ensuring the socio-psychological competence of a forensic psychologist. It can be said that Psychotre's program was able to provide not only individual growth of forensic psychologist experts, but also collective and group cohesiveness, mutual respect and understanding, and prevention of conflict situations. This is also confirmed by the testimony of forensic psychologist experts after the application of the program. The results after the psychotraining program showed that the development was achieved in the components representing the socio-psychological competence of forensic psychologist experts. There was an increase in all indicators of socio-psychological competence among forensic psychologists with less than five years of experience and more than five years of experience, especially understanding of people among forensic psychologists with less than five years of experience (10,34 and 15,95, $t=2,35$; $p<0,00$); achievement motivation (10,12 and 15,27, $t=5,10$; $p<0,00$); emotional stability (10,76 and 15,15, $t=2,05$; $p<0,01$) and social psychological competence (9,07 and 15,49, $t=3,02$; $p<0,06$) and all other competence criteria. Forensic psychologist experts with more than five years of experience especially understand people (13,02 and 16,07, $t=2,24$; $p<0,04$); emotional stability (12,67 and 17,41, $t=2,16$; $p<0,01$); social psychological competence (14,20 and 17,85, $t=2,64$; $p<0,07$); verbal competence (12,95 and 16,38, $t=2,41$; $p<0,05$); communicative competence (13,61 and 16,08, $t=4,31$; $p<0,04$); stable human relations (13,20 and 17,54, $t=2,14$; $p<0,03$) there was a high increase in the scales. The growth of these competences, in turn, can serve to ensure the professional maturity of the forensic psychologist expert by ensuring the development of his socio-psychological competence. (Table 1).

Table 1.

Comparative view of the results of socio-psychological competence of the court psychologist expert (according to the Koskom methodology)

№	Scales	Those with five years of work experience n=41						Those with more than five years of work experience n=61					
		Declarative experience		Control experience		Differences		Declarative experience		Control experience		Differences	
		M	S	M	S	t	p	M	S	M	S	t	p
1	Understanding people	10,34	3,25	15,95	1,90	2,35	0,00	13,02	4,01	16,07	3,26	2,24	0,04
2	Understanding of situations	10,39	3,79	13,49	3,87	2,61	0,01	12,44	3,62	14,39	3,53	2,36	0,08
3	Persistence	9,41	3,36	14,98	3,57	2,14	0,05	12,92	3,58	14,75	3,06	4,41**	0,01
4	Moral regulations	10,32	4,12	13,56	3,38	3,02*	0,04	13,08	3,11	15,33	3,05	6,10**	0,02
5	Achievement motivation	10,12	3,00	15,27	2,60	5,10**	0,00	13,46	3,89	15,98	2,72	2,14	0,03
6	Emotional stability	10,76	3,28	15,15	2,93	2,05	0,01	12,67	3,95	17,41	1,49	2,16	0,01

7	Image	10,4 6	3,1 1	14,4 1	3,5 6	2,14	0,0 8	14,4 3	3,2 1	16,8 4	2,3 2	2,15	0,01
8	Social psychological competence	9,07	2,9 0	15,4 9	1,8 6	3,02 *	0,0 6	14,2 0	3,1 9	17,8 5	1,1 8	2,64 *	0,07
9	Verbal competence	10,8 0	3,4 9	14,6 3	3,1 0	2,61 *	0,0 8	12,9 5	3,2 5	16,3 8	3,1 5	2,41 *	0,05
10	Operational socio-psychological competence	8,88	2,9 2	14,6 6	3,3 1	1,74	0,0 1	12,4 6	3,3 3	15,3 9	3,2 0	2,82 *	0,01
11	Ego competence	10,0 0	3,6 5	13,9 3	2,9 6	2,14 *	0,0 8	13,7 7	3,6 1	14,1 2	3,3 2	0,91	0,09
12	Communicative competence	9,63	3,9 0	14,1 7	3,2 9	0,52	0,0 5	13,6 1	3,4 7	16,0 8	2,7 4	4,31 **	0,04
13	Reliability	10,3 4	3,9 4	13,4 4	3,1 4	3,02 **	0,0 1	13,8 7	3,5 0	15,5 7	2,7 4	5,12 **	0,01
14	Stable human relations	9,27	4,0 3	14,8 5	2,3 4	1,04	0,0 5	13,2 0	3,4 3	17,5 4	2,9 1	2,14	0,03
15	Ability of communicative personality	9,34	3,4 5	14,3 4	3,2 1	2,10 *	0,0 8	13,4 9	3,6 5	15,5 4	3,1 5	2,41 *	0,05

Note: *p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001 M – average arithmetic value S – standard deviation p – statistical difference

Table 2.

Analysis of comparative indicators of emotional intelligence of forensic psychologist experts (N. Hall's method on)

	Scales	Experts with five years of work experience n1-41				Experts with more than five years of work experience n2-61			
		Declarative experience		Control experience		Declarative experience		Control experience	
		M	S	M	S	M	S	M	S
Emotional intelligence study test (N. Hall methodology)	Emotional intelligence	10,02	2,18	13,68	1,99	11,26	2,20	15,38	1,38
	Managing one's emotions	9,09	1,26	15,49	2,13	12,18	1,31	16,25	1,36
	Selfmotivation	9,73	1,47	15,73	1,53	12,39	1,45	15,80	1,51
	Empathy	9,80	1,56	15,54	1,94	11,29	2,18	16,46	1,18
	Sensing other people's emotions	7,27	2,48	15,87	2,21	12,24	2,04	16,67	0,68

Note: M – o'rtacha value S – standard error

As can be seen from the above tables, the general results of the emotional intelligence of forensic psychologist experts with five years of work experience after the application of the training program show that the average emotional intelligence is 3.66 , managing one's own emotion 6.40, self-motivation 6.00, empathy 5.74, feeling other people's feelings 8.60, we can see that the growth has been achieved. Analyzing the general indicators of emotional intelligence of forensic psychologist experts who have been working for more than five years,

emotional intelligence is 4.12, empathy is 5.17, feeling the emotions of other people is 4.43, managing one's own emotions is 4.07, self-motivation increased by 3.41 points, it becomes important as it enables a high validity and reliable assessment of the studied respondent in the process of conducting a forensic psychological examination. to understand one's emotions and to realize the need for intellectual management or, on the contrary, emotion in providing creative impulses and intuitions in the process of professional activity, knowledge about the functions of the emotions of the person being examined, emotional stability and instability during the examination process, negative emotional states, in particular: affect, indicates that they are sufficiently aware of the psychological aspects and life experience of stress, frustration, depression and the search for ways out of them (Table 2).

Now, after the direct control experience, we will proceed to the analysis of the correlation between the socio-psychological competence of the forensic psychologist and the emotional intelligence.

Table 3.

The results of the correlation between the social and psychological competence of forensic psychologist experts with five years of work experience and the general expression of emotional intelligence (n=41, after the control experiment).

	Scales	Emotional intelligence				
		Emotional intelligence	Managing one's emotions	Selfmotivation	Empathy	Sensing other people's emotions
Social-psychological competence according to Kunitsina's methodology)	Understanding people	0,638**	-0,080	0,304	0,482*	0,639**
	Understanding of situations	0,692**	0,507*	0,263	-0,103	0,706**
	Persistence	0,220	0,049	0,098	0,203	0,276
	Moral regulations	0,259	0,604*	0,502	0,703**	0,091
	Achievement motivation	0,572*	-0,036	0,508*	0,402	0,506*
	Emotional stability	0,302	-0,123	0,096	0,208	0,341
	Image	0,403*	0,635*	0,506*	0,108	0,631*
	Social psychological competence	0,603**	0,528*	0,654*	0,100	0,709**
	Verbal competence	0,489*	-0,032	0,482	0,282	0,509*
	Operational socio-psychological competence	0,422	0,573*	0,681**	0,512*	0,444
	Ego competence	-0,090	0,353*	-0,098	0,622	-0,068
	Communicative competence	-0,108	0,516*	0,621*	-0,011	-0,091
	Reliability	-0,101	0,262	0,013	0,746**	-0,101
	Stable human relations	0,009	-0,024	-0,063	0,712**	0,012
	Ability of communicative personality	0,603*	0,082	0,096	0,701*	0,625*

Note: * $r \leq 0,05$, ** $r \leq 0,01$

As a result of the conducted training session, we can see that the results obtained in the determining experiment increased in a positive direction. It can be seen from the data obtained from the control experience that the emotional intelligence of court psychologist experts is

reflected in the correlation between some statistically significant symptoms that determine the positive formation of socialpsychological competence. The existence of such a socio-psychological opportunity in forensic psychologist experts with five years of work experience serves as one of the factors that properly organize professional activity. As a result, forensic psychologist experts know how to have the ability to eliminate various conflict situations and mutual conflicts that may arise during the examination process. From the table above, we can see that if we pay attention to aspects connecting emotional intelligence with socio-psychological competence of court psychologist experts with five years of work experience, they have an understanding of people and a sense of other people's experiences ($r=0,639$, $p\leq 0,01$) and emotional intelligence ($r=0,638$, $p\leq 0,01$), while the scale of managing one's emotions ($r=-0,080$, $p\leq 0,01$) with negative, understanding of situations, feeling other people's feelings ($r=0,706$, $p\leq 0,01$), emotional intelligence ($r=0,692$, $p\leq 0,01$) with high positive, empathy ($r=-0,103$, $p\leq 0,01$) with negative, moral attitudes empathy ($r=0,703$, $p\leq 0,01$) managing one's emotions ($r=0,604$, $p\leq 0,05$) with high positive, achievement motivation emotional intelligence ($r=0,572$, highly positive with $p\leq 0,05$), negative with managing one's own emotions ($r=-0,036$), emotional stability negatively with managing one's own emotions ($r=-0,019$), verbal competence with sensing other people's emotions ($r=0,509$, $p\leq 0,05$) showed a high positive correlation with emotion management ($r=-0,032$), negative correlation with three scales, ego competence, communicative competence, trustworthiness and stable human relations with two scales, positive correlation with all scales of emotional intelligence, self-confidence, moral standards, image, social psychological competence, operative social-psychological competence, and personality communicative ability, indicates that it has developed under the effective influence of applied psychotechniques, and this quality of forensic psychological expertise is important for implementation (Table 3).

Table 4

Correlation results between the social and psychological competence of forensic psychologist experts with more than five years of work experience and the general expression of emotional intelligence (n=61, after the control experiment)

	Scales	Emotional intelligence				
		Emotional intelligence	Managing one's emotions	Selfmotivation	Empathy	Sensing other people's emotions
Social-psychological competence according to Kunitsina's methodology)	Understanding people	0,473	0,304	0,509	0,267	0,701**
	Understanding of situations	0,036	0,772**	0,207	0,441	0,532
	Persistence	0,098	0,252	0,336	0,328	0,551
	Moral regulations	0,761**	0,203	0,098	0,346	0,208
	Achievement motivation	0,395	-0,029	0,556	0,509	0,289
	Emotional stability	0,226	0,046	0,408	0,509	0,391
	Image	0,395	0,406	0,189	0,503	0,449
	Social psychological competence	0,075	0,523	0,332	0,749**	0,276
	Verbal competence	0,236	0,541	0,493	0,285	0,208
	Operational socio-psychological competence	0,773**	0,099	0,031	0,231	0,523
	Ego competence	0,405	0,472	0,432	0,375	0,289

Communicative competence	0,017	0,316	0,792*	0,472	0,413
Reliability	0,079	0,486	0,475	0,489	0,318
Stable human relations	0,341	0,789**	0,483	0,494	0,699*
Ability of communicative personality	0,123	0,503	0,789**	0,276	0,371

Note: * $r \leq 0,05$, ** $r \leq 0,01$

We can see that high correlation coefficients were observed between emotional intelligence and social psychological competence in the testimony of forensic psychologist experts with more than five years of work experience. This shows that court psychologists with more than five years of work experience clearly rely on their personal experience and imagination when organizing their professional activities (Table 4).

So, based on the above, it can be said that our ideas about the manifestation of socio-psychological competence of forensic psychologist experts are directly related to factors such as emotional intelligence, professional and communicative competence, which are formed in a unique way in each forensic psychologist expert. In this regard, it is clear that social-psychological competence primarily serves to determine the efficiency of professional activity and ensure the integrity of a person.

From the results of the study, it was found that in a closed questionnaire conducted to assess the professional competence of forensic psychologists with five years of experience, explain the articles of the Family Code of the Republic of Uzbekistan on the activity of forensic examination (76%), what methods can be used to assess the respondent's ability to perceive the situations in which the work is important (71%), in which cases a document is prepared on the impossibility of giving a conclusion (71%), Citizenship of the Republic of Uzbekistan explain the articles related to the activity of forensic expertise in the Criminal Code of the Republic of Uzbekistan (63%), explain the articles related to the activity of forensic expertise in the Criminal Code of the Republic of Uzbekistan (61%), what methods are used to determine the mental and physical condition of the respondent (victim, witness, suspect) should be studied (56%), explain the articles on the activity of forensic expertise in the Civil Procedural Code of the Republic of Uzbekistan (54%), financing of forensic expertise, organizational, scientific-methodical and information provision. According to the preliminary results, we can see that according to the preliminary results, a low result was recorded for questions such as: explain the essence of the chapter on improving the qualifications and legal knowledge of judicial experts (51%). This indicates that a quality court can have a negative impact on the process of conducting psychological examinations. On the contrary, it was noted that the performance of those with more than five years of work experience is medium and high on all questions.

From the above data, we can see that there is a sharp difference between the legal and psychodiagnostic knowledge related to forensic psychological expertise and the knowledge of forensic psychologist experts who have been working for up to five years and those who have more than five years of work experience. That is, the knowledge of court psychologist experts who have been operating for more than five years depends on their work experience, and showed medium or high performance in relation to the given questions. This definitely indicates that there is a need to conduct training and development activities with them.

It can be said that a number of efficiency has been achieved as a result of the practical application of the training module on the development of professional competence. To determine the effectiveness of our dissertation research, the analysis of the data obtained as a

result of re-diagnostic research was compared in the range of average quantitative indicators between the educational module and the post-module. This shows that the professional competence of a forensic psychologist has changed in a unique way, which is related to the factors of socio-psychological competence. The educational module envisages the improvement of knowledge on the application of legal and psychodiagnostic work in relation to the legal and sub-legal documents related to the field of professional competence of a forensic psychologist. This is confirmed by the results of all judicial psychologist experts after using the training module.

Court psychologists with five years of work experience should be able to use methods of assessing the Respondent's ability to perceive situations where the work is particularly important (from $M_1-6,30$ to $M_2-9,18$, growth $M-2,88$), on the preparation of a document on the impossibility of giving a conclusion (from $M_1-3,95$ to $M_2-8,46$ dash, increase $M-4,51$), grounds for conducting a forensic examination and A high level of growth was achieved in such indicators as the knowledge of explaining the terms (from $M_1-4,66$ to $M_2-8,54$, an increase of $M-3,88$).

Forensic psychologists with more than five years of work experience can use methods to assess the respondent's ability to perceive situations where the work is particularly important (from $M_1-3,95$ to $M_2-8,73$, increase $M-4,78$), improving the qualifications and legal knowledge of forensic experts (from $M_1-6,00$ to $M_2-9,00$, increase $M-3,00$), knowledge of explaining the basics and terms of conducting forensic expertise ($M_1-5,74$ to $M_2-8,98$, increase $M-3,24$) has achieved a high level of increase in readings (determinative experiment average reading $M_1-5,74$ to $7,28$, A standard deviation of $S-0,41$ was observed in the case, while in the control experiment, the mean M_2 increased from $6,12$ to $8,79$. $-0,41$ was shown).

Based on the above results, it can be said that on the basis of the application of the "Training module of the professional competence of the forensic psychologist" in the development of the socio-psychological competence of the forensic psychologist, their correct proportionality in a positive relationship with the professional competence, skills and professional knowledge according to which it has been proven that the quality court has a priority character for conducting psychological examinations.

In general, with the increase in the professional competence of forensic psychologists, their socio-psychological competence increases.

Conclusion

In researching the socio-psychological competence of forensic psychologists, it is very necessary to refer to their emotional intelligence. It can be said that positive connections between socio-psychological competence and emotional intelligence of forensic psychologist experts are considered important in the process of activity, and a correct working relationship between the qualities of social-psychological competence and emotional intelligence has been formed by all criteria. This made it possible to better understand the state of professional development of the socio-psychological competence of the forensic psychologist. It is important to develop the socio-psychological competence of forensic psychologist experts, and in the program of developing their socio-psychological competence, special attention was paid to the psychological situations and the influencing mechanisms of the system of interpersonal relations related to forensic psychological expertise. The ability of a forensic psychologist to have an adequate relationship with one or another person, in particular, a high level of communication in forensic psychological examinations, the ability to analyze communication situations, adequate sensitivity to the interlocutor's behavior, actions, mental experiences and different situations characterized by the manifestation of the qualities of flexibility at a certain level. Demonstration of socio-psychological competence of forensic psychologist experts, direct dependence on factors such as professional and communicative competence formed in a unique way in each forensic psychologist serves to determine social-psychological competence,

effectiveness of professional activity and ensure personal integrity. Demonstration of the socio-psychological competence and professional competence of the forensic psychologist is of great importance in the organization and conduct of the forensic psychological examination on the basis of high efficiency. The fact that a forensic psychologist expert organizes and conducts forensic psychological examinations based on established standards directly depends on their knowledge of the field. From this point of view, it was possible to determine their socio-psychological competence by evaluating the possibilities of having knowledge about the concepts related to the field and being able to apply it in practice. So, based on the above, it can be said that our ideas that the development of cognitive, emotional and behavioral factors in the process of activity, the formation of the basic competencies for the sociopsychological competence of the forensic psychologist depend on individual and differential differences in ensuring the effectiveness of the activity. found confirmation of z. In this regard, it is clear that social-psychological competence, first of all, serves to determine the efficiency of professional activity and ensure the integrity of a person.

References.

1. Andreeva G.M. (1984). Metody issledovaniya mejlichnostnogo vospriyatiya. – 141.
2. Baratov Sh.R (2017). Psixologicheskaya slujba obrazovaniya: ot teorii k praktike. – 172.
3. Baumrind D. (2001) The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 56 - 95.
4. Catell R.B. (2003) Personaliti and learning theory. – New York; Springer cop. –Vol. 2. p. 643.
5. Cramer D., Howitt D. (2008) Introduction to Statistics in Psychology. – L.: Financial Times.
6. Enikeev M.I. (1996). Basic public and legal psychology. 130–131
7. Kostitsky M.V. (1987) Forensic-psychological examination. 127.
8. Kyaerst M. (1980). Rassmotrenie kompetentnosti v psixologicheskoy konsepsii sovershenstvovaniya proizvodstvennoy organizasiey // Aktualnye problemy truda: sb. Nauch. tr. - Tartu, - S. 45-67.
9. Markova A.K. (1996). Psychology is professionalism. - 144.
10. Olimov L.Y. (2022). Characteristics Of Developing The Emotional Intelligence Of A Forensic Psychologist Expert. // **European Journal of Molecular & Clinical Medicine**. https://ejmcm.com/article_23014.html
11. Olimov L.Y. (2022). Characteristics Of Developing The Emotional Intelligence Of A Forensic Psychologist Expert. DOI : <http://biogecko.co.nz/.2023.v12.i03.pp554-558>.
12. Olimov L.Y. (2022). Development factors of socio-psychological competence and emotional intelligence of forensic psychologist expert. <https://www.e-afr.org/login/pdf/10968.pdf>
13. Romanov V.V. (2017) Legal psychology: textbook for academic bachelor's degree. - 537.
14. Sakhnova T.V. (1990) Psychologist at Zachem court? (On psychological expertise in civil proceedings). - 96.
15. Sobirova D.A (2020). Kommunikativnaya kompetentnost kak professionalno znachimoe kachestvo vracha. "Psixologiya XXI stoletiya". Tom 2. Yaroslavl. //Sb.po materialam ejegodnogo Mejdunarodnogo Kongressa "Psixologiya XXI stoletiya" 346-349.
16. Sobirova D.A. (2019) Sosialniy intellekt-teoriya i analiz. //Vestnik integrativnoy psixologii. – Yaroslavl, 211–214.

*Abduraxmanova Nafosat Amanatovna,
Qarshi davlat texnika universiteti katta o'qituvchisi*

TALABALARDA DINIY TASAVVUR VA DINIY PSIXOLOGIK DETERMINANTLARNING NAMOYON BO'LISH XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada talabalarda diniy tasavvur va diniy psixologik determinantlarning namoyon bo'lish xususiyatlari, diniy o'z-o'zini anglashi, «shakllangan kognitiv» turiga mansub respondentlar o'zlarining va boshqa dinlarning asosiy qoidalarini bilishi, diniy qarashlari rang barang sinaluvchilarning g'ayritabiiy kuchlarning mavjudligiga ishonishlari, ilohiy kuchga nisbatan ijobiy hislar bilan bir qatorda salbiy his-tuyg'ularni (qo'rquv, aybdorlik, umidsizlik, g'azab) boshdan kechirishlari tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: din, diniy tasavvur, iymon, e'tiqod, psixologik determinant, axloq, dindorlik, inson psixologiyasi.

Аннотация. В статье анализируются особенности проявления религиозного воображения и религиозных психологических детерминант у студентов, религиозное самосознание, знание основных правил своей и других религий респондентами, относящимися к «сформированному когнитивному» типу, вера в существование сверхъестественных сил у респондентов с различными религиозными взглядами, переживание отрицательных эмоций (страха, вины, отчаяния, гнева) наряду с положительными чувствами по отношению к божественной силе.

Ключевые слова: религия, религиозное воображение, вера, убеждение, психологическая детерминанта, мораль, религиозность, психология человека.

Abstract. This article analyzes the characteristics of the manifestation of religious imagination and religious psychological determinants in students, religious self-awareness, the knowledge of the basic rules of their own and other religions by respondents belonging to the "formed cognitive" type, the belief in the existence of supernatural forces among respondents with diverse religious views, the experience of negative emotions (fear, guilt, despair, anger) along with positive feelings towards divine power.

Key words: religion, religious imagination, faith, belief, psychological determinant, morality, religiosity, human psychology.

Mavzu bayoni. So'nggi paytlarda diniy e'tiqodli shaxsni ilmiy o'rganishga qiziqish tobora ortib bormoqda. Bu qiziqish nafaqat shaxsning turli jihatlarini bo'yicha tadqiqotlarning dolzarbligi bilan bog'liq, balki unga turli ijtimoiy va gumanitar fanlarning keng e'tibori qaratilayotganligi bilan bog'liq holda uning fanlararo maqomi belgilanmoqda. Bundan tashqari, qiziqish nafaqat bu hodisaning o'ziga xosligi uchun, balki uni mohiyatini o'rganishga ham, uning mazmunini to'liq aks ettiruvchi mavjud usullarga ham bir ma'noli yondashuvning yoqligi bilan murakkablashadi. Bizningcha, bu masalani o'rganishning eng samarali yo'li – diniy e'tiqodli shaxsning barcha qirralarini, jumladan, uning o'z-o'zini anglash mazmunini ochildir berishga imkon beradigan psixologik yondashuvdir.

Diniy e'tiqodli shaxsning o'zini o'zi anglashini to'liq tavsiflash uchun uning tashqi (xulq-atvor) va ichki xususiyatlarini psixologik nuqtai-nazardan tahlil qilish lozim. Bu (refleksiv-semantik) shaxsning qanday shakllanganligini ta'minlagan faoliyati bo'lib, tajribada o'z ifodasini topadi va uning psixologik tashkil etilishining quyidagi o'ziga xoslik va funksiyalarini namoyon etadi:

- psixologik jarayonlar rivojlanishi asosida;
- affektiv reaksiyalarni shakllantirishda;
- munosabatlar tizimini shakllantirishda (ijtimoiy aloqalar, boshqalar bilan o'zaro munosabatlar);

- xulq-atvor turlarini tanlashda.

Ushbu ta'rif an'anaviy ravishda uchta komponentni (kognitiv, xulq-atvor va affektiv) o'z ichiga olgan "Men" konsepsiyasi – o'z-o'zini anglash ta'rifi bilan taqqoslanadi. Shu sohada izlanishlar olib borgan olim V.A.Yanchuk "Men" konsepsiyasiga quyidagi ta'rifni beradi: «O'z-o'zini anglash konsepsiyasi - bu shaxsning o'zi haqidagi nisbatan barqaror, ko'p yoki kamroq – ongli, individual g'oyalari tizimi bo'lib, bu uning hayotiy tajribasi natijasidir» [4, p. 248].

Diniy e'tiqodli shaxsning o'zini o'zi anglashi tarkibiy qismlarini to'liq ochib berish uchun Stefan Huberning «Dindorlikning markaziy shkalasi (DMSH)» so'rovnomasini diniy muhitimizga o'zgartirdik [8]. Ushbu anketa so'rovnomasi sotsiolog Charlz Glok tomonidan 1962 yilda taklif qilingan nazariyaga asoslanadi ([7], [1; 3]). Charlz Glokning so'zlariga ko'ra, insonning diniy e'tiqodi har qanday dinga e'tiqod qilishidan qat'iy nazar o'zini namoyon qiladi va insonning diniy hayotini to'liq tasvirlashga imkon beradigan beshta asosiy o'lchovdan iborat: «empirik», «mafkuraviy», «diniy marosim», «intellektual» va «bilvosita».

Dindorlikning «empirik» mezoni to'g'ridan-to'g'ri bilimga erishish, ilhom, qo'rquv, kamtarlik, quvonch va tinchlik shaklida diniy tuyg'ularning haqiqati yoki tajribasini anglatadi.

"Mafkuraviy" mezoni barcha dinlarda umumiy xususiyatga ega: diniy e'tiqodli kishi o'z dini doirasida ma'lum e'tiqodlarga amal qilishi shart.

«Marosim» mezoni diniy izdoshlar yakka tartibda yoki jamoalarda bajarishi kutilayotgan maxsus diniy amaliyotlarni, jumladan, ibodatlar, xizmatlar, ziyorat qilish va ovqatlanishni o'z ichiga oladi.

«Intellektual» mezoni diniy e'tiqodli kishi o'z e'tiqodining asosiy tamoyillari va diniy oyatlarni me'yorida bilishini talab qiladi.

Boshqa tomondan, «bilvosita» mezoni – shaxsning boshqa shaxsga munosabatini o'z ichiga oladi. Bu shuni anglatadiki, «bilvosita» insonning diniy e'tiqodidan sezilarli darajada ta'sirlangan boshqalarga munosabatni belgilovchi diniy amal va harakatlarni o'z ichiga oladi.

Keyinchalik Ch. Glok va R. Stark «bilvosita» mezonini qayta ko'rib chiqdilar, uni jamoat va diniy amaliyotlar bilan almashtirdilar [9].

Ushbu yondashuv bizga dinga e'tiqod qilish va diniy hayotni psixologiya nuqtai nazaridan empirik tarzda o'rganish imkonini beradi, chunki «intellektual» mezoni intellektual faoliyat bilan bog'liq, jamoat va shaxsiy diniy amaliyotlar, xatti-harakatlar bilan, «empirik» mezoni esa tajriba, his-tuyg'ular va idrok bilan bog'liqdir.

Stefan Huber, C. Glok nazariyasi, G. Ollport, M. Ross g'oyalari [5, 434] va J.Kellining "shaxsning konstruktiv nazariyasi" asosida so'rovnomani ishlab chiqishga harakat qildi. S. Huber shaxsning diniy konstruksiyalarini uning tashqi qiyofasi sifatida ta'riflash mumkin va din e'tiqodning alohida belgilangan sohalari bilan bog'liq barcha shaxsiy konstruksiyalardan iborat deb hisoblaydi. Shaxsning diniy konstruksiyalari diniy kontekstda faollashadi. Ushbu yondashuv bilan bog'liq holda, Charlz Glok tomonidan taklif qilingan dindorlikning beshta asosiy o'lchovini shaxsning diniy konstruksiyalari faollashtirilgan tarmoqlar sifatida ko'rib chiqilishi mumkin. Beshta asosiy o'lchovning intensivligi shaxsning konstruksiyalarini faollashtirish chastotasi va intensivligini tasavvur qilish imkonini beradi hamda diniy e'tiqodning umumiy darajasini bilish imkonini beradi [7]. Shunday qilib, Charlz Glok tomonidan taklif qilingan barcha besh o'lchovni "Men" kontsepsiyasining uchta (kognitiv, xulq-atvor va affektiv) komponentiga qisqartirish mumkin.

Kognitiv komponent – o'z e'tiqodining asosiy tamoyillari va Muqaddas Kitoblar haqidagi bilimlarni, din haqidagi fikrlar va unga qiziqish, diniy mulohazalar, diniy adabiyotlarni o'qish, Xudoning mutlaq qudratga ega ekanligiga ishonishni o'z ichiga olgan intellektual sohadir. E'tiqod va qadriyatlar sohasi (irratsional soha) Xudoga yoki g'ayritabiiy kuchlarga ishonishni, shuningdek, dindorning diniy ta'limoti (nazariyasi) mavjudligi va voqealarni diniy talqin qilish qobiliyatini o'z ichiga oladi. Ikkala soha ham bir-biri bilan

chambarchas bog'liq bo'lib, kognitiv komponentni tashkil qiladi, chunki iymonni bilish uni qabul qilishning zaruriy shartidir. Kognitiv komponent hayotning turli sohalarida moslashuvchan tarzda namoyon bo'lishi mumkin bo'lgan umumiy hayotiy e'tiqodlar tizimiga birlashtirilgan diniy e'tiqodlarning izchil tizimini shakllantirishni aks ettiradi.

Xulq-atvor komponenti – diniy rasm-rusumlar va marosimlarda ishtirok etish, ro'za tutish, dindorlarga diniy tajriba va his-tuyg'ularni almashish imkonini beradigan ko'p yoki kamroq uyushgan jamoalarga a'zolikdan iborat jamoat diniy xatti-harakatlarini aks ettiradi. Xulq-atvor komponenti shuningdek, shaxsning individual psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda qurilgan, diniy faoliyatning shakllari, uslubi (tarzi) va chastotasini tanlash imkonini beradigan individual diniy xatti-harakatni o'z ichiga oladi. Shaxs diniy faoliyati ikki asosiy shaklda namoyon bo'lishi mumkin. Birinchidan, bu Xudoga «o'zini yaqin olgan holda» murojaat qilishdir. Bunday holda, shaxsda diniy amaliyotning dialogik shakli sodir bo'ladi. Ikkinchidan, meditatsiya mavjud bo'lib, u teistik nuqtai nazardan, «hamma joyda mavjudligini» nazarda tutadi va psixologik jihatdan o'ziga, insonning o'z «men»iga qaratiladi.

Diniy o'z-o'zini anglashning **hissiy komponenti** diniy tuyg'ularni, Xudo bilan munosabatlarda birlikni, kundalik hayotda diniy e'tiqodning namoyon bo'lishini o'z ichiga oladi va diniy tajriba bilan chambarchas bog'liqdir. Psixologik nuqtai nazardan, g'ayritabiiy va ilohiylikni idrok etish jihati muhim bo'ladi. R.Stark va Ch.Glok [9] ta'rifiga ko'ra, diniy tajriba "g'ayritabiiy voqelik bilan bevosita aloqa"dir. Shunga asoslanib, diniy tajribaning yagona empirik ko'rsatkichi faqat sub'ektiv tajribaning ifodasi bo'lishi mumkin. Psixologiyada diniy tajriba – voqelikning diniy qurilishining sub'ektiv ifodasi sifatida qaraladi. Shu ma'noda, hayotiy vaziyatlar va ichki dunyo diniy talqinlarining ishonchligi, moslashuvchanligi va dolzarbligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Dindorlikni hissiy jihatdan baholash diniy tajribaning muhim tarkibiy qismidir. Bu shuni anglatadiki, diniy o'z-o'zini anglashning hissiy komponenti uning kognitiv va xulq-atvor komponentlari bilan chambarchas bog'liq, lekin shu bilan birga, har bir din sub'ektiv diniy tajribaga ma'lum ma'nolarni yuklaydi, individual dindorlikka ta'sir qiladi.

Dindorlikning umumiy darajasi (DUD) qisqacha dastlabki uchta komponentdan kelib chiqadi va indeks qanchalik baland bo'lsa, sinalinuvchi shunchalik diniy e'tiqodli bo'ladi. Dindorlikning umumiy darajasi (DUD) barcha diniy e'tiqodlar, amaliyotlar, tajribalar va shaxs haqidagi bilimlarni o'z ichiga olgan diniy "Men" kontseptsiyaga kiritilgan va uchta darajada baholanadi: «yuqori», «o'rta» va «past». Dindorlikning har bir darajasi Xudoga va boshqalarga o'z munosabatiga ega. Dindorlikning umumiy darajasi turli omillar: ijtimoiy yoki ijtimoiy-psixologik omillar (masalan, oilaviy diniy ijtimoiylashuv) ta'siri ostida rivojlanadi.

Dindor shaxsning o'zini o'zi anglash konsepsiyasini tahlil qilish vositasi sifatida Stefan Huberning «Diniy e'tiqodning markaziy shkalasi» so'rovnomasini o'zgartirilgan versiyasida ishlatilgan, bu dindorlikni diniy sifat, tajriba va xatti-harakatlar ifodasi sifatida tushunishga asoslangan.

Gipoteza shundan iborat ediki, dindorlikning umumiy darajasi "Men" kontsepsiyasida ifodalangan komponentlar (kognitiv, xulq-atvor va affektiv) darajalariga bog'liq bo'ladi.

Tadqiqot maqsadi: e'tiqodli shaxsning "Men" kontsepsiyasidagi tarkibiy qismlar va uning e'tiqodini umumiy darajasiga qanchalik ta'sir qilayotganligini aniqlash.

Tajribada 180 nafar talaba (N = 180), respondentlarning yoshi 18 yoshdan 25 yoshgacha. Olingan ma'lumotlar SPSS statistik dasturi yordamida qayta ishlandi.

Tadqiqot davomida olingan empirik ma'lumotlarni tahlil qilishda birinchi vazifa – talaba yoshlardagi dindorlikning umumiy darajasi (DUD) ko'rsatkichlari va dindorlikning kognitiv (K), xulq-atvor (X) va affektiv (A) komponentlari shkalalari o'rtasidagi miqdoriy munosabatlarni o'rnatish tashkil qiladi (1-jadval).

1-jadval

Dindorlikning umumiy darajasi tavsiflovchi statistika natijalari

№	Minimal qiymat	o'rtacha qiymat	Maksimal qiymat	Standart og'ish	Ahamiyat darajasi
Umumiy dindorlik darajasi	7,87	36,6	76,08	5.787	p = 0,17

Umumiy dindorlik darajasining tavsifiy statistikasi natijalari, shu jumladan o'rtacha qiymatlar (36,6), standart og'ish (5,7), minimal qiymat (7,87) va maksimal qiymatlar (76,08) ko'rsatilgan. Kolmogorov-Smirnov usuli yordamida ma'lumotlar taqsimotining normal taqsimotga muvofiqligini tekshirish tadqiqotda olingan qiymatlarning taqsimlanish normalligini tasdiqlaydi ($p = 0,17$).

Qiymatlarning paydo bo'lish chastotasi natijalariga ko'ra, respondentlarning umumiy tanlovi uch guruhga bo'lingan bo'lib, umumiy dindorlik darajasining «yuqori», «o'rta» va «past» qiymatlari bilan tavsiflanadi. Tadqiqot usuliga ko'ra, har bir guruh uchun qiymatlar quyidagicha: «umumiy dindorlik darajasining «yuqori» darajasi – 55ball, «o'rta» darajasi – 32-55 ball, «past» darajasi esa - 31 va undan past ball. Chastotani tahlil qilish respondentlarning guruhlar bo'yicha teng taqsimlanganligini ko'rsatdi, bu natijalarning umumiy normal taqsimlanishi bilan bog'liq.

Dispersiyaning bir omilli tahlili natijalari shuni ko'rsatadiki, statistik jihatdan ahamiyatli darajada ($p < 0,005$, $F = 15.67$) erkak va qiz respondentlarning natijalari farq qiladi. Erkaklar uchun o'rtacha DUD qiymatlari 35,5 (standart og'ish 21,8), qizlar uchun - 50,7 (standart og'ish -24,0). Ushbu natijalar shuni ko'rsatadiki, tadqiqotda olingan barcha ma'lumotlarning keyingi tahlili respondentlarning jinsini hisobga olgan holda amalga oshirilishi kerak.

DUDning respondentlar yoshiga bog'liqligi haqidagi ma'lumotlarni statistik jihatdan ishonchli deb hisoblash mumkin emas.

Respondentlarning jinsi va yoshiga qarab DUD namoyon bo'lishining o'ziga xosligi haqidagi taxminni sinab ko'rdik.

Dindorlikning umumiy darajasi ko'rsatkichi dindorlikning alohida komponentlari - kognitiv, xulq-atvori uchun olingan aniq, mantiqiy va ta'sirchan natijalarni aks ettiradi.

Shuning uchun, yakuniy DUD indikatorida har bir komponentning «o'ziga xos ustunligi»ni aniqlash kerak. 2-jadvalda respondentlarning barcha namunasi uchun har bir komponentning o'rtacha qiymat natijalari ko'rsatilgan.

2-jadval

DUD komponentlarining tavsifiy statistikasi natijalari (umumiy)

DUD komponentlari	N	Eng kam qiymat	Maksimal qiymat	O'rtacha qiymat	Standart og'ish
Kognitiv komponenti	180	1.58	18.48	8.6	3.8
Xulq-atvor komponenti	180	2.00	8.75	4.1	1.5
Affektiv komponenti	180	-3.89	5.83	1.1	1.5

Olingan natijalarga ko'ra, DUD komponentlari orasidan dindorlikning kognitiv komponent darajasi xulq-atvor va affektiv komponentlari ko'rsatkichlaridan sezilarli darajada yuqoriroq ekanligi aniqlandi.

Namunaning erkak va qiz talabalar tomonidan olingan natijalar alohida ko'rib chiqilganda ham xuddi shunday tendentsiya saqlanib qoladi (3 va 4-jadvallarga qarang).

3-jadval

DUD komponentlarining tavsifiy statistikasi natijalari (erkaklar)

DUD komponentlari	N	Eng kam qiymat	Maksimal qiymat	O'rtacha qiymat	Standart og'ish

Kognitiv komponenti	53	1.58	17.2	7.1	3.6
Xulq-atvor komponenti	53	2.00	8.5	3.6	1.5
Affektiv komponenti	53	-3.89	5.8	0.7	1.6

4-jadval

DUD komponentlarining tavsifiy statistikasi natijalari (qizlar)

DUD komponentlari	N	Eng kam qiymat	Maksimal qiymat	O'rtacha qiymat	Standart og'ish
Kognitiv komponenti	127	1.9	18.5	9.3	4.1
Xulq-atvor komponenti	127	2.0	8.8	4.4	1.8
Affektiv komponenti	127	-1.77	4.9	1.3	1.7

Oraliq xulosalar sifatida quyidagi natijalarni qayd etish tavsiya etiladi:

1. Umumiy dindorlik ko'rsatkichlari (natijalarning normal taqsimlanishi bilan) respondentlarni uning umumiy darajasiga ko'ra farqlash imkonini beradi. Namuna "yuqori", "o'rta" va "past" dindorlik darajasiga ega respondentlarni o'z ichiga oladi.

2. Respondentlarning dindorlik darajasi bo'yicha bir xil taqsimoti DUD komponentlarini – kognitiv, xulq-atvor va affektivni tahlil qilishda saqlanadi.

3. Respondentlarni DUD va uning tarkibiy qismlarini har xil zo'ravonliklari bo'lgan guruhlariga bo'lish – dindorlik darajasini ham, o'zini ham tahlil qilishni davom ettirishga imkon beradi.

4. Namunaning erkak va qiz qismidagi DUD hamda uning tarkibiy qismlarida statistik jihatdan muhim farqlarni hisobga olish tavsiya etiladi. Shu bilan birga, turli yoshdagi respondentlarning natijalarida statistik jihatdan muhim farqlar yo'qligi sababli, keyingi tahlillardan yosh farqlari chiqarib tashlanishi kerak.

5. DUD ning bir qismi sifatida kognitiv komponentning statistik jihatdan muhim ustunligi aniqlandi. Bu tendensiya respondentlarning butun namunasi uchun (xulq-atvor va affektiv munosabatlarni o'rnatish uchun) ham, uning erkak va qiz qismlari uchun ham xosdir.

Klaster tahlilining umumiy natijalari 5-jadvalda keltirilgan.

5-jadval

DUD ga muvofiq respondentlar guruhlari (klasterlari) mazmuni xususiyatlari

	1-klaster (13%). DUD yuqori respondentlar	2-klaster (27%). DUD o'rtachadan yuqori resp.lar	3-klaster (31%). DUD o'rtacha respondentlar	4-klaster (29%). DUD past respondentlar
Dindorlikning umumiy darajasi	Yuqori	O'rtachadan yuqori	O'rtacha	Past
Kognitiv komponent	Yuqori	O'rtachadan yuqori	O'rtacha	Past
Xulq-atvor komponenti	Yuqori	O'rtacha	Yuqori	Past
Ta'sir qiluvchi komponent	Yuqori	Qisqa	O'rtacha	Past

1. Bugungi jamiyatimizda qizlar erkaklarga nisbatan ko'proq diniy e'tiqodli ekanligi namoyon bo'lmoqda, buni qizlarni erkaklarga nisbatan din va diniy hayotga ko'proq jalb qilingani bilan izohlash mumkin. Qizlar, erkaklarnikiga qaraganda, o'zlarining diniy

e'tiqodlarini muhimroq deb baholaydilar. Qizlarda kognitiv, xulq-atvor va affektiv komponentlarning namoyon bo'lishi aniqroq va yuqoriroq. Shuningdek, din psixologlari bu holatni qizlarda passivlik, qaramlik, tashvish va bezovtalik ko'rsatkichlari erkaklarga qaraganda ko'proq namoyon bo'lishi bilan tushuntiradilar. Bu o'g'il va qiz bolalarni tarbiyalashning turli modellari tufayli yuzaga keladi.

2. Dindor shaxsning o'z-o'zini anglash konsepsiyasida aqliy va irratsional tomonlarni aks ettiruvchi kognitiv komponent ustunlik qiladi, bu yerda dindorlik bilim tuzilmalarida va fikrlash usullarida namoyon bo'ladi.

3. Dindorlik darajasi va uning tarkibiy qismlarining qadriyatlariga qarab, klaster tahlili asosida diniy o'zini o'zi anglashning to'rt turi e'tiborga olingan. Dindorlik darajasi yuqori bo'lgan respondentlarni diniy o'z-o'zini anglashning «shakllangan uyg'un» turiga kiritish mumkin (bu birinchi klasterga kiritilgan): ular dinning mohiyati va funksiyalari bilan qiziqadi va biladi; diniy muammolarni turli nuqtai nazardan tahlil qilib, hayotdagi adolatsizlikning sababi Xudo emasligini bu muammolarni o'zlari hal qilishlari lozimligini tushunadilar. Ular uchun din juda muhim; diniy va ma'naviy adabiyotlarni o'qiydilar; Ular o'linga va oxiratga, farishta va jinlarga ishonishadi. Ular Xudo tabiat qonunlarini belgilashiga va dunyodagi hamma narsani energiya bilan to'ldirishiga ishonadilar. Ular muntazam ravishda diniy marosimlarda qatnashadilar va ibodatga katta ahamiyat beradilar. Ularning fikriga ko'ra, Xudo ularning hayotini boshqaradi, ular ijobiy his-tuyg'ularni (xavfsizlik, minnatdorchilik, quvonch) boshdan kechiradilar.

Diniy o'z-o'zini anglashning «shakllangan kognitiv» turiga mansub respondentlar o'zlarining va boshqa dinlarning asosiy qoidalarini bilishadi; o'zlari sodiq bo'lgan din o'rgatgan haqiqatlarga shubha qilmaydilar; Ular o'zlarining diniy qarashlarini qayta ko'rib chiqmaydilar va g'ayritabiiy kuchlarning mavjudligiga ishonadilar. Vaqti-vaqti bilan, zaruratga qarab, diniy marosimlarda ishtirok etishadi. Ilohiy kuchga nisbatan ijobiy hislar bilan bir qatorda salbiy his-tuyg'ularni (qo'rquv, aybdorlik, umidsizlik, g'azab) boshdan kechiradilar.

Diniy o'z-o'zini anglashning «shakllangan xulq-atvor» turiga mansub respondentlar o'z dinlarining asosiy qoidalarini bilishadi, vaqti-vaqti bilan diniy muammolar va hayotning adolatsizligi haqida tanqidiy fikr yuritadilar. Bunday respondentlar uchun din faqat o'rtacha darajada muhimdir, ular g'ayritabiiy kuchlarning mavjudligiga, ruhning o'lmasligiga ishonishadi, tabiatni yaratuvchisi Xudo ekanligiga ishonishadi. Ular o'zlari uchun muhim deb hisoblagan diniy marosimlarda qatnashadilar. Kam miqdorda ibodat yoki meditatsiya qilishadi. Ilohiyga nisbatan ular ijobiy (xavfsizlik, minnatdorchilik, quvonch) va salbiy (qo'rquv, aybdorlik, umidsizlik, g'azab) his-tuyg'ularini boshdan kechiradilar.

Xulosa. Diniy o'z-o'zini anglashning «shakllanmagan» turiga mansub respondentlar o'zlarini qayta ko'rib chiqmaydilar deb ta'riflash mumkin. Ular din va diniy odatlarga juda qiziqish bilan qarashmaydi va o'z hayotini uning kontekstida hisobga olishmaydi. Ular ma'naviy va diniy adabiyotlarni deyarli o'qimaydilar; Xudo, farishtalar, jinlar va yuqori kuchlarning mavjudligiga zaif ishonadilar yoki e'tibor bermaydilar. Diniy marosimlarda ham deyarli qatnashmaydilar; agar ular ibodat qilsalar, bu faqat o'zlari uchun tanqidiy vaziyatlarda: ya'ni, ular kamdan-kam hollarda ilohiylik bilan bog'liq har qanday his-tuyg'ularni boshdan kechirishadi, Xudo va g'ayritabiiy kuchlar ularning hayotiga hech qanday ta'sir ko'rsatmasligiga ishonishadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Голубь О.В. Временные «модусы» Я-концепции // Психологический коллаж: между психоанализом и экзистенциализмом: сборник научных статей участников VI Всероссийского молодежного психологического форума, Волгоград, 8-13 апреля 2011 г.

- / Российская ассоциация студентов-психологов, Волгоградский государственный университет. - Волгоград: Волгоградское научное издательство, 2011. - С. 36-39.
2. Келли Дж.А. Теория личности: психология личных конструктов. - СПб.: Речь, 2000. - 249 с.
3. Чернов А.Ю. «Я-концепция» в психосемантическом пространстве политики // Человек в современных философских концепциях: материалы Третьей Международной конференции. - Волгоград: Изд-во Волгоградского государственного университета, 2004. - С. 477-482.
4. Янчук В. А. Введение в современную социальную психологию: учеб. пособие для вузов. - Минск: АСАР, 2005. - 800 с.
5. Allport G. Personal religious orientation and prejudice / G. Allport, J. Ross // Journal of Personality and Social Psychology. - 1967. - Vol. 5. - P. 432-443.
6. Garai J. Sex differences in mental and behavioral traits / J. Garai, A. Scheinfeld // Genetic Psychology Monographs. - 1968. - Vol. 77. - P. 169-299.
7. Glock C.Y. On the study of religious commitment: Review of Recent Research Bearing on Religious and Character Formation // Religious Education. - July-August 1962. - P. 98-110.
8. Huber S. The Centrality of Religiosity Scale (CRS) / S. Huber, O. W. Huber // Religions. -2012. - Vol. 3. - P. 710-724.
9. Stark R. American Piety: The Nature of Religious Commitment / R. Stark, C. Y. Glock. - Los Angeles, CA: Berkeley University Press, 1968.
10. Sasaki M. S. Status inconsistency and religious commitment // The Religious dimension: new directions in quantitative research / ed. by R. Wuthnow. - N.Y.: Academic Press, 1979. - P. 135-156.

Юнусзода Шахноза Жовиджоновна,
*Ассистент кафедры практической психологии факультет
психологии и социально-политических отношений.
Самаркандский государственный университет им. Шарофа Рашидова. Г
Самарканд.*
shaxnoza.yunuszoda@mail.ru

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ С ДЕТСКИМ ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ

Аннотация. Статья посвящена актуальной психологической проблеме изучению с психофизическими отклонениями в развитии, на примере ДЦП. Исследуются психологические проблемы с которыми сталкиваются семьи, воспитывающих детей с детским церебральным параличом (стрессом, социальной изоляцией, эмоциональное выгорание) а также психологических особенностей родителей в сопоставлении с психологическими характеристиками родителей, воспитывающих здоровых детей. Предметом исследования являются семья, личностные особенности родителей, родительское отношение к детям и их взаимосвязь.

Ключевые слова: детский церебральный паралич, психологическая помощь, психология ребенка, развитие ребенка, родители, воспитывающие детей с детским церебральным параличом (ДЦП), отношение родителей и ребенка, личностные особенности родителей.

Abstract. The article is devoted to the current psychological problem of studying a family raising a child with psychophysical developmental disabilities, using cerebral palsy as an example. The psychological problems faced by families raising children with cerebral palsy (stress, social isolation, emotional burnout) are studied, as well as the psychological characteristics of parents in comparison with the psychological characteristics of parents raising healthy children. The subject of the study is the family, personal characteristics of parents, parental attitudes towards children and their relationship.

Key words: Cerebral palsy, psychological assistance, child psychology, child development, parents raising children with cerebral palsy (CP), parent-child relationship, parental personality traits.

Annotasiya. Maqola psixofizik rivojlanishida nuqsoni bo'lgan bolani tarbiyalayotgan oilani o'rganishning dolzarb psixologik muammosiga bag'ishlangan bo'lib, miya yarim palsi misolida keltirilgan. Miya falajli bolalarni tarbiyalayotgan oilalarda duch keladigan psixologik muammolar (stress, ijtimoiy izolyatsiya, emotsional charchash), shuningdek, ota-onalarning psixologik xususiyatlari sog'lom bolalarni tarbiyalayotgan ota-onalarning psixologik xususiyatlari bilan taqqoslangan holda o'rganiladi. Tadqiqot mavzusi - oila, ota-onalarning shaxsiy xususiyatlari, ota-onalarning bolalarga munosabati va ularning munosabatlari.

Kalit so'zlar: Miya falaji, psixologik yordam, bolalar psixologiyasi, bolaning rivojlanishi, miya falaji (MS) bilan og'rigan bolalarni tarbiyalayotgan ota-onalar, ota-ona va bola munosabatlari, ota-onaning shaxsiy xususiyatlari.

По исследованиям Всемирной организации здравоохранения, распространенность рождения детей с ДЦП в последние годы в мире составляет в среднем 2-3 случая на 1000 новорожденных, а в некоторых странах включая нашу страну Узбекистан, по оценке специалистов количество рождаемости детей с детским церебральным параличом (ДЦП), продолжает увеличиваться, что связывают с патологией беременности, осложнения при родах, родовыми травмами. [1] Отмечается неуклонный рост числа

семей, воспитывающих детей с отклонениями в физическом и психическом развитии, которые нуждаются в квалификационной психолого-педагогической помощи и поддержки. Всем известно, что именно в семье закладываются основы личности ребенка, особенности его характера, ценности и мировоззрение, формируется отношение к миру, людям и самому себе. Именно семья это-первое социальное взаимодействие и взаимоотношение ребенка с миром. Воспитание ребенка с ДЦП сопровождается тяжелыми эмоциональными выгораниями, повышением уровня стресса и высоким чувством вины перед ребенком. Семья является основополагающим фактором успешной социализации детей с ограниченными возможностями здоровья, поскольку воспитание и образование детей-инвалидов начинается с семьи. Исследования показывают, что рождение и воспитание ребенка с отклонениями в психофизическом развитии, являясь психотравмирующим фактором для семьи, изменяет ее функционирование, накладывает ограничения на различные сферы жизни (профессиональную, семейную, общественную), отрицательно влияет на состояние здоровья и личностные качества родителей, приводит к невротизации и к психосоматическим расстройствам членов семьи. Внутрисемейные отношения часто напряженные. Семья - микросоциум, в котором ребенок не только живет, но в котором формируются его нравственные качества, отношение к миру людей, представления о характере межличностных и социальных связей. Семья рассматривается как системообразующая детерминанта в социально-культурном статусе ребенка, предопределяющая его дальнейшее психофизическое и социальное развитие. В современных исследованиях выявлена прямая зависимость влияния семейного фактора на особенности развития ребенка: чем сильнее проявляется семейное неблагополучие, тем более выражены нарушения развития у ребенка (В. Р. Никишина, 2004) [2]

При всех формах церебрального паралича имеют место глубокая задержка и нарушение развития кинестетического анализатора (тактильное и мышечно-суставное чувство). Дети затрудняются определить положение и направление движений пальцев рук без зрительного контроля (с закрытыми глазами). Ощупывающие движения рук часто очень слабые, осязание и узнавание предметов на ощупь затруднены. У многих детей выражен астереогноз - невозможность или нарушение узнавания предмета на ощупь, без зрительного контроля. Ощупывание, манипулирование с предметами, т. е. действенное познание, при ДЦП существенно нарушено

Проблемы семьи, имеющей ребенка с отклонениями в развитии, проявляются в различных сферах ее жизни. В истории развития человечества взаимоотношения семьи и общества прошли путь от диктата социума, предписывающего избавляться от неполноценных младенцев, до понимания необходимости оказания помощи и поддержки таким семьям. Следует отметить, что ситуация проблемности возникает в семье с момента рождения в ней ребенка с ограниченными возможностями здоровья и проявляется как отношение социума к дефекту. В эти отношения включаются и близкие ребенка (родители, другие члены семьи, опекуны). [3]

В семьях, где есть ребенок-инвалид, отмечается широкий спектр проблем: низкий уровень психологопедагогической компетентности родителей, их пассивная позиция к оказанию грамотной помощи ребенку, искаженное восприятие его личности, неадекватные родительские установки и неблагоприятные стили воспитания, нарушенные эмоциональные связи и межличностные отношения в семье и другие. Следовательно, отмечается низкий уровень реабилитационных возможностей семьи для оказания помощи ребенку с отклонениями в развитии [4]

Оказание комплексной социально-психологической помощи семье ребенка-инвалида и изучение проблем данной семьи становится одним из важных направлений развития коррекционной педагогики и психологии на современном этапе.

В последнее время отмечается повышения внимания к семьям с детьми, страдающими детским церебральным параличом (далее ДЦП), который относится к наиболее распространенной патологии центральной нервной системы у детей.

Знание психологического портрета родителей, воспитывающих детей с церебральным параличом, и особенностей их отношения к детям и их болезни являются условиям успешной реабилитации детей с ДЦП, их социальной адаптации и интеграции в общество, гармоничного личностного становления, а также своевременной профилактики и коррекции нервно-психических расстройств у самих родителей. [5]

Семья, воспитывающая ребёнка с заболеваниями нервной системы, занимает особое место среди семей с особыми потребностями. Трудности, с которыми сталкиваются такие семьи, существенно отличаются от повседневных забот большинства домохозяйств. Как правило, происходит трансформация всего уклада жизни, в том числе нарушение психологического климата. Члены семьи находятся в состоянии хронического стресса, который нередко не ослабевает со временем, а может прогрессировать. Это приводит к структурной деформации семейных отношений, формированию напряжённых и конфликтных взаимодействий между супругами и другими родственниками. В ряде случаев родители ограничивают социальные контакты, сокращают круг общения с друзьями и близкими, замыкаясь в переживании собственной утраты и отстраняясь от общественной жизни. Нередко в подобной стрессовой ситуации родители демонстрируют состояние беспомощности. По данным Ткачёвой В.В. (1998), их положение можно охарактеризовать как сочетание внутреннего (психологического) и внешнего (социального) тупика. В связи с этим особую значимость приобретает проблема социальной адаптации не только ребёнка, имеющего тяжёлую патологию, но и семьи в целом [6, 7]. Проблема психологического консультирования и дифференцированной помощи семьям, имеющих детей с отклонениями в развитии не нашла пока широкого применения в специальной литературе. На практике возникает острая необходимость разработки методического обеспечения направленной работы с родителями с целью вовлечения их в процесс коррекционно-развивающей работы в условиях учреждения, оказания специальной помощи семьям с проблемными детьми для их последующей, успешной социальной адаптации. Известно, что основной груз по уходу за больным ребёнком в семье лежит преимущественно на матери, превышающий порой её возможности, что проявляется в различных соматических заболеваниях, астенических и вегетативных расстройствах. Изучение семьи, имеющей детей с церебральным параличом, должно быть направлено на оценку состояния психического здоровья родителей и характера общей психологической атмосферы в семье; на оценку психолого-педагогической, медицинской грамотности родителей; оценку стиля взаимоотношений в семье в целом, в диадах «мать-дитя», «отец-ребёнок»; на оценку адекватности установок родителей в отношении перспектив ребёнка. [8]

Для большинства родителей, рождение ребёнка с детским церебральным параличом является тяжёлым испытанием. Родственники испытывают разнообразные переживания, связанные с состоянием ребёнка: растерянность, постоянное беспокойство о будущем, страх, к которому часто добавляются чувство вины, депрессия, разочарование, а также ярость, вызванная неразрешимостью самой проблемы заболевания. Высокая нервнопсихическая и физическая нагрузка на семью часто приводит к исчезновению качеств, необходимых для её успешного функционирования. Прежде всего, развитие ребёнка с ограниченными возможностями здоровья в семье часто происходит в условиях гиперопеки со стороны родителей (чрезмерная родительская забота и тревожность), что обуславливает наличие незрелости эмоционально-волевой сферы ребенка, выражающейся в несамостоятельности решений и действий, чувстве незащищённости, в пониженной критичности по отношению к себе,

повышенной требовательности к заботе других о себе. Кроме того, развитие ребёнка в ограниченном пространстве ведёт к вторичной аутизации (ослаблению контактов с окружающими). В силу гиперопеки у ребёнка страдают коммуникативные способности, обуславливающие снижение самооценки, неуверенность в себе, замкнутость. И чем выше коэффициент интеллектуального развития ребёнка, тем больше риск развития комплекса неполноценности, влекущего за собой мнительность, тревожность, и в более старшем возрасте депрессию.

Для психического развития при ДЦП характерна выраженность психоорганических проявлений - замедленность, истощаемость психических процессов. Отмечаются трудности переключения на другие виды деятельности, недостаточность концентрации внимания, замедленность восприятия, снижение объема механической памяти. Большое количество детей отличаются низкой познавательной активностью, что проявляется в пониженном интересе к заданиям, плохой сосредоточенности, медлительности и пониженной переключаемостьюTM психических процессов. Низкая умственная работоспособность отчасти связана с церебрастеническим синдромом, характеризующимся быстро нарастающим утомлением при выполнении интеллектуальных заданий. Наиболее отчетливо он проявляется в школьном возрасте при различных интеллектуальных нагрузках. При этом нарушается обычно целенаправленная деятельность. Достаточное интеллектуальное развитие у этих больных часто сочетается с отсутствием уверенности в себе, самостоятельности, с повышенной внушаемостью. Личностная незрелость проявляется в наивности суждений, слабой ориентированности в бытовых и практических вопросах жизни. У детей и подростков легко формируются иждивенческие установки, неспособность и нежелание к самостоятельной практической деятельности. Выраженные трудности социальной адаптации способствуют формированию таких черт личности, как робость, застенчивость, неумение постоять за свои интересы. Это сочетается с повышенной чувствительностью, обидчивостью, впечатлительностью, замкнутостью.

Проблемы, возникающие при воспитании и развитии ребенка с ограниченными возможностями здоровья, как правило, вызывают глубокую и продолжительную социальную дезадаптацию всей семьи. Исследования, проведенные в данной области, позволили выявить, что родители детей с ОВЗ подвержены сильнейшему эмоциональному напряжению, тревоге, чувству вины, обидам, что влечет хроническое стрессовое состояние. Всё это в комплексе отражается на детско-родительских отношениях: в зоне риска оказываются и родители, и дети. Проблемы семьи, имеющей ребенка с отклонениями в развитии, проявляются в различных сферах ее жизни. В истории развития человечества взаимоотношения семьи и общества прошли путь от диктата социума, предписывающего избавляться от неполноценных младенцев, до понимания необходимости оказания помощи и поддержки таким семьям. Следует отметить, что ситуация проблемности возникает в семье с момента рождения в ней ребенка с ограниченными возможностями здоровья и проявляется как отношение социума к дефекту.

Основные правила родительского взаимодействия с ребенком, которые помогут благополучному развитию ребенка с ДЦП:

1. Активность и самостоятельность ребёнка. Родитель обязан помочь ребёнку, но именно помочь, а не сделать за него. Самое сложное – наблюдать неудачные попытки ребенка, его усталость, порой отчаяние. Выдержать это напряжение, это состояние сознательной беспомощности - Ваша задача и великий подвиг родительской любви. Надо осознать, что Ваша вера в возможности и силы ребёнка, придают ему мужество.

2. Безусловное принятие ребёнка и его дефекта родителями. Одной из основных проблем большого количества семей, где растут больные дети, является реакция

отрицания родителями ограниченных возможностей ребёнка. Такие родители строят планы относительно образования и профессии ребёнка, настаивают на высокой успешности его деятельности, для них характерно честолюбие по отношению к ребёнку. Помните, что реакция отрицания дефекта родителями может вызвать нарушения в личностной сфере ребёнка, так как у него повышается нервное напряжение, он начинает чувствовать себя беспомощным и неумелым.

3. Постоянная упорная тренировка каждый день Любое развитие и физическое, и умственное, происходит последовательно, оно не терпит скачков и перерывов. Поэтому каждую ступеньку своего восхождения ребёнок должен пройти сам. Только тогда он действительно научиться управлять собой. Наша с вами задача - развить и поддержать эту активность, последовательно ставить перед ребёнком всё более сложные цели. Каждая уступка лени - это предательство своего ребёнка.

4. Сознательная беспомощность родителя. Если Вы поймали себя на мысли, что не можете больше смотреть на неудачные попытки ребёнка и готовы что-то сделать за него – Вы жалеете не его, а себя! Если Вы сделали что-то за ребёнка – Вы отняли у него шанс научиться чему-то новому. Необходимо активизировать сохранённые психические и физические возможности ребёнка и тем самым побуждать к компенсации дефекта. Ваша цель - сделать эти возможности и навыки – средством, для полноценной творческой жизни ребёнка. Умение общаться с людьми, обаяние, остроумие, широта интересов, разнообразные знания помогут компенсировать и сверхкомпенсировать физические недостатки ребёнка, дадут ему возможность чувствовать себя на равных среди сверстников. Поэтому можно и нужно компенсировать физический недостаток интеллектуальным, эмоциональным и нравственным развитием.

Исходя из выше написанного можно прийти к такому заключению, что дети с детским церебральным параличом, характеризуются психологическими особенностями, а также члены их семьи тоже характеризуются с особыми психологическими особенностями которые выявляются стрессовой нагрузкой, изменением, эмоциональным выгоранием, внутрисемейных отношений и повышенными требованиями к стойкости. Наиболее значимыми проявлениями являются:

1. высокий уровень тревожности и эмоционального выгорания детей с детским церебральным параличом;
2. высокий уровень тревожности и эмоционального выгорания у родителей воспитывающих детей с детским церебральным параличом;
2. снижение качества полноценной жизни деятельности;
3. ограничение в полноценной жизни, социальных контактов и тенденция к социальной изоляции;
4. формирование чувства беспомощности и выгорания у основных ухаживающих лиц.
5. повышенной чувство вины перед ребёнком.

Все сказанное выше может выявить, что все особенности подчеркивают необходимость комплексной психолого-социальной поддержки таких детей а также семей, которое включает в себя психологическое консультирование, психологическую коррекцию, психологическую поддержку, программы развития стрессоустойчивости, обучение навыкам эффективного взаимодействия в семье, а также расширение системы социальной помощи и инклюзии. Это позволит не только снизить психологическую нагрузку на детей но и на родителей, но и создать более благоприятные условия для развития и комплексной реабилитации, а также благополучной социализации ребёнка с ДЦП в окружающем мире.

Использованная литература.

1. Национальный клинический протокол диагностики и лечения по нозологии «детский церебральный паралич» Узбекистан 2024 положение к приказу №107
2. Психолого-педагогическое сопровождение семьи ребенка с ограниченными возможностями здоровья : учебник для студ. учреждений высш. образования / В.В.Ткачева, Е.Ф.Ар хипова, Г.А.Бутко и др. 2014 ст.6
3. Левченко И. Ю., Ткачева В. В. Психологическая помощь семье, воспитывающей ребенка с отклонениями в развитии: Методическое пособие. - М.: Просвещение, 2008. 4. Ткачева В.В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии: Учеб. пособие / В.В. Ткачева. - М.: АСТ; Астрель, 2007. - 318 с.
4. Тихомиров В.С. Актуальность социально – психологического сопровождения матерей воспитывающих ребенка с детским церебральным параличом всероссийский вестник 2008 №4 ст. 87
5. Ткачева В.В. О некоторых проблемах семей, воспитывающих детей с отклонениями в развитии. //Дефектология - No 4, - 1998 - с. 3-9.
6. .Ткачева В.В. Семья ребенка с отклонениями в развитии: Диагностика и консультирование. М.: Издательство «Книголюб», 2008. - 144 с.
7. Комплексная реабилитация детей с детским церебральным параличом. Методические рекомендации. Президентская программа «Дети России». Москва-Санкт-Петербург, Том 2, 1998. - 439 с.

*Djurayev Toshpulat Saxiyevich,
TERDU psixologiya kafedrasi dotsenti, ps. f. n*

O'SMIRLAR IJOBIY XULQ-ATVORINI SHAKLLANTIRISHDA MILLIY VA MADANIY OMILLARNING ROLI

Annotatsiya. Ushbu maqola o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda milliy va madaniy omillarning ahamiyatini o'rganadi. Tadqiqot davomida o'smirlarning oilaviy, maktab va jamiyat muhitidagi madaniy qadriyatlar ularning xulq-atvoriga qanday ta'sir qilishi tahlil qilinadi. Shuningdek, milliy an'analar va madaniy merosni ijobiy xulq-atvorni rivojlantirishda qo'llash strategiyalari ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: o'smirlar, ijobiy xulq-atvor, milliy omillar, madaniy omillar, tarbiya, an'analar

Abstract. This article examines the role of national and cultural factors in shaping positive behavior among adolescents. The study analyzes how cultural values within family, school, and societal environments influence adolescents' conduct. Strategies for applying national traditions and cultural heritage to foster positive behavior are also discussed.

Key words: adolescents, positive behavior, national factors, cultural factors, education, traditions

Аннотация. В статье рассматривается роль национальных и культурных факторов в формировании положительного поведения подростков. Исследование анализирует, как культурные ценности в семье, школе и обществе влияют на поведение подростков. Также обсуждаются стратегии использования национальных традиций и культурного наследия для развития положительного поведения.

Ключевые слова: подростки, положительное поведение, национальные факторы, культурные факторы, воспитание, традиции

Kirish. O'smirlik davri - inson hayotidagi eng muhim va murakkab psixologik, ijtimoiy va madaniy jarayonlar sodir bo'ladigan bosqichdir. Bu davrda shaxsning xulq-atvori, ijtimoiy ko'nikmalari va madaniy qadriyatlari shakllanadi, shuningdek, kelajkdagi shaxsiy va ijtimoiy hayotga tayyorgarlik jarayoni boshlanadi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning ijobiy xulq-atvori ularning oilaviy tarbiyasi, maktabdagi muhit, do'stlar bilan aloqalari, shuningdek, kengroq jamiyat va madaniy kontekst ta'siri ostida rivojlanadi. Shu bois, ijobiy xulq-atvorni shakllantirish masalasi nafaqat pedagogika va psixologiya fanlari, balki sotsiologiya va madaniyatshunoslik sohalariga uchun ham dolzarb hisoblanadi.

Milliy va madaniy omillar o'smirlarning xulq-atvoriga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Milliy qadriyatlar va an'analar orqali yoshlar hurmat, vatanparvarlik, halollik, mehnatsevarlik kabi ijobiy xislatlarni o'zlashtiradi. Masalan, oilaviy madaniyat, milliy bayramlar, xalq o'yinlari va og'zaki ijodiy meros o'smirlarning ijtimoiy qobiliyatlarini rivojlantirishda muhim vosita sifatida xizmat qiladi. Shu bilan birga, zamonaviy globalizatsiya jarayonlari natijasida o'smirlar ko'plab turli madaniy ta'sirlarga duch kelmoqda, bu esa ularning shaxsiy xulq-atvorini shakllantirish jarayonini murakkablashtiradi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, milliy va madaniy omillarni ijobiy xulq-atvorni shakllantirish vositasi sifatida samarali qo'llash uchun, ularni maktab, oilaviy muhit va jamiyat darajasida tizimli ravishda integratsiya qilish zarur. Bu esa pedagoglar, psixologlar va oilalar tomonidan o'smirlarni tarbiyalash jarayonida aniq strategiyalar ishlab chiqishni talab qiladi. Shu nuqtai nazardan, milliy va madaniy qadriyatlarni yoshlar tarbiyasiga samarali kiritish o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini rivojlantirishning asosiy omillaridan biri sifatida qaraladi.

Shunday qilib, ushbu ishning maqsadi o'smirlar ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda milliy va madaniy omillarning roli, ularning samarali integratsiyasi va amaliy qo'llanish

imkoniyatlarini o'rganishdan iborat. Tadqiqot jarayonida o'smirlarning xulq-atvori va madaniy qadriyatlar o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik aniqlanib, ijobiy xulq-atvorni rivojlantirishga xizmat qiluvchi tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Adabiyotlar tahlili. O'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirish masalasi psixologiya, pedagogika va madaniyatshunoslik sohalarida keng tadqiq etilgan. Ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish natijasida aniqlanishicha, ijobiy xulq-atvorning shakllanishida milliy va madaniy omillar muhim ahamiyat kasb etadi.

Bandura (1977)ning ijtimoiy o'rganish nazariyasi shuni ko'rsatadiki, o'smirlar atrof-muhitdagi shaxslarning xatti-harakatlarini kuzatish va model sifatida qabul qilish orqali o'z xulq-atvorini shakllantiradi. Shu nuqtai nazardan, milliy qadriyatlar, oilaviy an'analar va jamiyatdagi madaniy me'yorlar yoshlar uchun ijobiy model vazifasini o'taydi.

R. Sears (1966) va B. Skinner (1953)ning tadqiqotlari o'smirlarning xulq-atvorida ijtimoiy va madaniy kontekstning ahamiyatini ta'kidlaydi. Ularning fikricha, ijtimoiy muhitda shakllangan qadriyatlar va normativ me'yorlar shaxsning odoq-axloqiy va ijtimoiy xulqini rivojlantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Masalan, ota-onalar va o'qituvchilar tomonidan mustahkamlangan milliy qadriyatlar, yoshlar orasida halollik, mehnatsevarlik va hurmat kabi ijobiy xislatlarning rivojlanishiga yordam beradi.

Zamonaviy tadqiqotlarda, masalan, N. Chumakova (2015) va I. Karimova (2020) ishlarida o'smirlarning ijobiy xulq-atvori va madaniy meros o'rtasidagi bog'liqlik tahlil qilingan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, milliy bayramlar, xalq o'yinlari va og'zaki ijodiy meros orqali o'smirlar ijtimoiy hamkorlik, vatanparvarlik va madaniy identifikatsiya hissini rivojlantiradi. Shu bilan birga, globalizatsiya va zamonaviy texnologiyalarning ta'siri yoshlarning madaniy qadriyatlarini qayta shakllantirishda yangi chaqiriqlar yaratmoqda.

Bundan tashqari, o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda maktab va oilaning roli ham katta ahamiyatga ega. Pedagogik tadqiqotlar (A. Novikova, 2018; M. Saidova, 2021) shuni ko'rsatadiki, maktabda milliy va madaniy qadriyatlarni o'quv dasturlariga kiritish, turli madaniy tadbirlar, musobaqalar va loyihalar orqali yoshlar o'rtasida ijobiy xulq-atvorni rag'batlantirish samarali bo'ladi. Oilaviy muhit esa, o'z navbatida, ijtimoiy va axloqiy qadriyatlarni mustahkamlashga xizmat qiladi.

Shu bilan birga, xalqaro tadqiqotlar (Hofstede, 2001; UNICEF, 2019) yoshlarning xulq-atvori va madaniyat o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni ko'rsatib beradi. Milliy qadriyatlar va madaniy identifikatsiya yoshlarning shaxsiy identitetini shakllantirish, ijtimoiy normativlarga moslashish va jamiyatga foydali bo'lishiga yordam beradi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda milliy va madaniy omillarni hisobga olish zarur. Shu bilan birga, global va zamonaviy ta'sirlarni ham e'tiborga olgan holda, pedagogik va psixologik strategiyalar ishlab chiqish muhimdir. Bu esa yoshlar tarbiyasida kompleks yondashuvni ta'minlaydi.

Metodologiya. Ushbu tadqiqotning maqsadi - o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda milliy va madaniy omillarning rolini aniqlash va ularning samarali integratsiyasini o'rganish. Tadqiqot quyidagi metodologik asoslar bilan olib borildi:

Tadqiqot obyekti va predmeti:

Obyekt: O'smirlar (12–17 yosh) xulq-atvori.

Predmet: Milliy va madaniy omillar o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishga ta'siri.

Tadqiqot usullari:

Tadqiqot jarayonida quyidagi ilmiy-uslubiy vositalardan foydalanildi:

So'rovnomalar - o'smirlar va ularning ota-onalari o'rtasida ijobiy xulq-atvor, milliy va madaniy qadriyatlar bo'yicha axborot yig'ish.

Intervyu - o'qituvchilar va pedagoglar bilan individual suhbatlar orqali amaliy tajribani o'rganish.

Hujjatlarni tahlil qilish - maktab va mahalla tarbiyaviy dasturlar, madaniy tadbirlar va loyihalarni o'rganish.

Statistik tahlil - olingan natijalarni tahlil qilish va ular o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash.

Tadqiqot ishtirokchilari:

Tadqiqot O'zbekistonning turli hududlaridagi 200 o'smirdan iborat tasodifiy tanlov asosida o'tkazildi. Ishtirokchilar 12–17 yosh oralig'ida bo'lib, ular turli maktab va oilaviy muhitni aks ettiradi.

Tadqiqot jarayoni va yo'nalishlar:

Tadqiqot uch bosqichda olib borildi:

Birinchi bosqich: Nazariy materiallar va adabiyotlar tahlili.

Ikkinchi bosqich: So'rovnoma va intervyular orqali ma'lumot yig'ish.

Uchinchi bosqich: Natijalarni statistik tahlil qilish va xulosalar chiqarish.

Natijalarni ko'rsatish uchun jadval:

Quyidagi jadvalda o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda milliy va madaniy omillarning ta'siri foiz ko'rinishida aks ettirilgan:

Omillar	Juda katta ta'sir (%)	O'rtacha ta'sir (%)	Kam ta'sir (%)
Oilaviy qadriyatlar	45	40	15
Maktabdagi madaniy tadbirlar	30	50	20
Milliy bayramlar va an'analar	40	45	15
Jamiyatdagi madaniy muhit	25	50	25

Jadvaldan ko'rinib turibdiki, o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda eng katta rol oilaviy qadriyatlar va milliy an'analar hisoblanadi. Shu bilan birga, maktab va jamiyatdagi madaniy tadbirlar ham ijobiy xulq-atvorni rivojlantirishda muhim vosita sifatida xizmat qiladi.

Ma'lumotlarni tahlil qilish:

Tadqiqot natijalari SPSS va Excel dasturlari yordamida statistik tahlil qilindi. Olingan ma'lumotlar o'smirlarning xulq-atvori va milliy-madaniy omillar o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlashga imkon berdi.

Shu metodologik yondashuv yordamida tadqiqot o'smirlar xulq-atvorini shakllantirishda milliy va madaniy omillarning samaradorligini aniqlash va ularni amaliy strategiyalarga integratsiya qilishga imkon berdi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda milliy va madaniy omillarning roli juda muhim. So'rovnoma va intervyular natijalari ko'rsatdiki, oilaviy qadriyatlar o'smirlarning xulq-atvorini shakllantirishda eng sezilarli ta'sirga ega. Oilada ota-onalar tomonidan mustahkamlangan hurmat, mehribonlik, halollik va mas'uliyat kabi qadriyatlar o'smirlarning ijtimoiy va axloqiy xislatlarini rivojlantirishga yordam beradi. Shu bilan birga, oilaviy madaniyatning yoshlar tarbiyasidagi roli ularning ijtimoiy qobiliyatlari va jamiyat bilan aloqalarini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Maktabdagi madaniy tadbirlar va o'quv dasturlari ham ijobiy xulq-atvorni shakllantirishda muhim omil sifatida ajralib turadi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, o'smirlar o'rtasida o'tkazilgan madaniy loyihalar, musobaqalar va bayram tadbirlari ijtimoiy hamkorlikni rivojlantirishga, guruh ichida mas'uliyatni oshirishga va bir-biriga yordam berishga undaydi. Shu bilan birga, maktabdagi madaniy faoliyatlar yoshlarning milliy qadriyatlarni chuqurroq o'zlashtirishiga yordam beradi va ularni ijtimoiy normativlarga moslashishga tayyorlaydi.

Milliy bayramlar, an'analar va xalq og'zaki ijodi o'smirlarning xulq-atvorida ijtimoiy identifikatsiya hissini shakllantiradi. Tadqiqot davomida olingan ma'lumotlar shuni ko'rsatdiki, o'smirlar milliy qadriyatlar bilan yaqindan tanishgan holda, vatanparvarlik, halollik, mehr-shafqat va hurmat kabi ijobiy xislatlarni rivojlantiradi. Shu bilan birga, globalizatsiya va zamonaviy texnologiyalar ta'siri ostida yoshlarning qadriyatlarni qabul qilish jarayoni murakkablashadi va ular o'rtasida qarama-qarshiliklar paydo bo'lishi mumkin. Bu esa pedagoglar va oilalarga milliy va madaniy qadriyatlarni yanada tizimli va samarali tarzda yetkazish zaruratini tug'diradi.

Jamiyatdagi madaniy muhit ham o'smirlarning xulq-atvorini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Turli jamoat tadbirlari, madaniy festivallar va ijtimoiy loyihalar yoshlarning ijtimoiy faolligini oshiradi va ularni jamiyat hayotiga faol jalb qiladi. Shu bilan birga, tadqiqot natijalari ko'rsatdiki, jamiyatdagi madaniy omillarning ta'siri maktab va oilaviy omillar bilan birgalikda ijobiy xulq-atvorni shakllantirishda yanada samarali bo'ladi.

Shu tarzda, o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda milliy va madaniy omillar bir-birini to'ldiruvchi va mustahkamlovchi rol o'ynaydi. Oilaviy tarbiya, maktabdagi madaniy faoliyatlar va jamiyatdagi milliy an'analar birgalikda o'smirlarni ijtimoiy jihatdan moslashgan, axloqiy jihatdan yetuk va madaniy qadriyatlarni chuqur anglagan shaxs sifatida shakllantiradi. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, milliy va madaniy omillarni samarali integratsiya qilgan holda o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini rivojlantirishga erishish mumkin.

Xulosa. Ushbu tadqiqot o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda milliy va madaniy omillarning ahamiyatini o'rganishga bag'ishlandi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'smirlar xulq-atvorining ijobiy shakllanishi ko'plab omillarga bog'liq bo'lib, ular orasida oilaviy tarbiya, maktabdagi madaniy tadbirlar, milliy bayramlar va an'analar, shuningdek, jamiyatdagi madaniy muhit eng muhim hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan, o'smirlarning ijtimoiy va axloqiy rivojlanishida milliy va madaniy qadriyatlarni hisobga olgan holda tizimli yondashuv zarurdir.

Oilaviy muhit tadqiqot natijalarida eng samarali omil sifatida ajralib turadi. Ota-onalar tomonidan mustahkamlangan hurmat, mehribonlik, halollik va mas'uliyat kabi qadriyatlar o'smirlarning ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantiradi va ularni jamiyatga foydali shaxslar sifatida tarbiyalaydi. Shu bilan birga, maktabdagi madaniy tadbirlar, musobaqalar va loyihalar yoshlarning ijtimoiy faolligini oshiradi, guruh ichidagi hamkorlik va mas'uliyat hissini kuchaytiradi, shuningdek, milliy qadriyatlarni chuqurroq anglashga yordam beradi.

Milliy bayramlar, an'analar va og'zaki ijodiy meros o'smirlarning ijtimoiy identifikatsiyasini mustahkamlaydi va ularni vatanparvarlik, hurmat, mehr-shafqat kabi ijobiy xislatlarni o'zlashtirishga undaydi. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, milliy qadriyatlarning ijobiy shakllanishi yoshlar orasida madaniy va axloqiy barqarorlikni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Shu bilan birga, globalizatsiya va zamonaviy texnologiyalar ta'siri ostida yoshlarning qadriyatlarni qabul qilish jarayoni murakkablashadi, bu esa pedagoglar va oilalarga milliy va madaniy omillarni yanada tizimli va samarali tarzda yetkazish zaruratini tug'diradi.

Jamiyatdagi madaniy muhit ham o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda ahamiyatli omil sifatida ajralib turadi. Turli jamoat tadbirlari, madaniy festivallar va ijtimoiy loyihalar yoshlarning ijtimoiy faolligini oshiradi va ularni jamiyat hayotiga faol jalb qiladi. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, jamiyatdagi madaniy omillar oilaviy va maktab omillari bilan birgalikda ishlaganda ijobiy xulq-atvorni shakllantirishga sezilarli hissa qo'shadi.

Shu tarzda, o'smirlarning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda milliy va madaniy omillar bir-birini to'ldiruvchi va mustahkamlovchi rol o'ynaydi. Tadqiqot natijalari asosida shuni ta'kidlash mumkinki, ijobiy xulq-atvorni rivojlantirishda kompleks yondashuv zarur bo'lib, bunda oilaviy tarbiya, maktabdagi madaniy faoliyat va jamiyatdagi milliy qadriyatlarni tizimli ravishda integratsiya qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

Natijada, milliy va madaniy qadriyatlarni samarali qo'llash orqali o'smirlarni ijtimoiy jihatdan moslashgan, axloqiy yetuk va madaniy identitetga ega shaxs sifatida tarbiyalash mumkin. Ushbu tadqiqot o'smirlar tarbiyasida milliy va madaniy omillarni hisobga olishning muhimligini yana bir bor tasdiqladi va pedagogik, psixologik hamda ijtimoiy strategiyalar ishlab chiqishda asos bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
2. Sears, R. R. (1966). Child Development and Socialization. New York: Harper & Row.
3. Skinner, B. F. (1953). Science and Human Behavior. New York: Macmillan.
4. Hofstede, G. (2001). Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions, and Organizations Across Nations. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
5. Chumakova, N. (2015). National Values and Adolescents' Behavior in Modern Society. Moscow: Publishing House of Psychology.
6. Karimova, I. (2020). Influence of Cultural Heritage on Positive Behavior of Adolescents. Tashkent: Uzbekistan National University Press.
7. Novikova, A. (2018). Pedagogical Approaches in Fostering Positive Behavior among Teenagers. Saint Petersburg: Education Press.
8. Saidova, M. (2021). Role of School and Family in Developing Moral and Cultural Values of Adolescents. Tashkent: Academy of Pedagogical Sciences.
9. UNICEF (2019). Child and Adolescent Development in a Cultural Context. New York: United Nations Children's Fund.

MUNDARIJA:

<i>DOLZARB MAZVU</i>			
Avezov Olmos Ravshanovich	Ekstremal vaziyatlarda aholining turli qatlamlariga psixologik xizmat ko'rsatish psixologik xususiyatlari	5	
Nurullayeva Baxtigul Bobojonovna	Bolaga qadriyatli munosabat asosidagi reproduktiv motivatsiyaning nazariy va empirik o'rganilishi	13	
<i>PSIXOLOGIYA</i>			
Ishanova Muhayyoxon Muxtarovna	Talabalarni oilaviy hayotga tayyorlashda sharq allomalari merosidan foydalanishga yo'naltirilgan innovatsion pedagogik jarayonning takomillashtirilgan modeli	16	
Karimova Nilufar Ulmassultonovna	Talabalarda ijtimoiy faollikni shakllantirishning psixologik xususiyatlari	20	
Nurbayeva Xolniso Uralovna	Gender madaniyatini rivojlantiruvchi determinantlar va ularning xususiyati	26	
O'ktamova Shoxista Odilbek qizi	Metakognitiv qobiliyatlarning shakllanishi va ularni rivojlantirishning psixologik-pedagogik asoslari	32	
Ro'ziqulov Faxriddin Rasulovich	Globalashuv bilan bog'liq xalqaro etnomadaniyatni nikohdan ajralishlarga psixologik ta'sirlari	36	
Sultonova Mashhura Rustamboyevna	Yetuklik yoshidagi ayollarning hayotdan qoniqish darajasini shakllantirishda shaxsiy va ijtimoiy-psixologik omillarning o'rni	40	
Umaraliyeva Dilshodaxon Zafarbek qizi, Egamberdiyev Azizbek Abdumalikovich	Boshlang'ich sinf o'quvchilarining kreativ fikrlashini rivojlantirishning ahamiyati	46	
Xamidova Sabrina Abduvahob qizi	Bo'lajak pedagoglarda fasiltatorlik sifatlarini rivojlantirishning maqsad va vazifalari	50	
Azizova Shodiya Utkur qizi	Psixologik barqarorlik va raqamli stress: raqamli davrda inson ruhiyatining yangi sinovlari	55	
Abdurayimov Sardorbek Odiljon o'g'li	Talabalarda baxtli oila to'g'risidagi tasavvurlar shakllanishining psixologik xususiyatlari.	61	
Maxamatov Nurmuxammad Odilovich,	Ish-oila muvozanati tushunchasi va uni psixologik tahlili	65	
Jabborova Malohat Azimovna	Psixologik xususiyatlar (temperament, xarakter, qobiliyat) va irodaviy sifatning talabalar akademik faoliyatidagi muvaffaqiyatga ta'siri	69	
Yulchiyeva Shohsanam Dilshod qizi, Ahmadjanova Nargiza Adiljanova	Oilaviy munosabatlarda ishonch va uning ahamiyati	74	
Axmatova Guli Xurram qizi	O'smir rivojlanishiga ta'sir ko'rsatuvchi salbiy omillar: identifikatsiya, stress, xavotir va depressiya	78	

Batirov Zafar Lutfullayevich, Lutfullayeva Zuhro Zafar qizi	Ta’limda psixologik kompetensiyalarning ahamiyati	84
Xudoyberganova Sharofat G’ofurjon qizi	Raqamli platformalarda o’smirlar orasida ijtimoiy manipulyatsiya va algoritmik ta’sir mexanizmlari	89
Guldayev Lochinbek Kelsinboyevich	Yosh futbolchilarning musobaqa oldi psixologik tayyorgarliklarining samaradorligi	96
Кулдашева Гулбахор Давлятовна, Адхамова Диёра Кудратилла кизи	Влияние детско-родительских отношений на формировании личности ребёнка	100
Akramov Abdufattoh Shavkatovich	Oliy ta’lim muassasalari professor-o’qituvchilarida psixologik salomatlikni mustahkamlashning psixologik omillari	106
Кулдашева Гулбахор Давлятовна, Азанчевская Кристина Владимировна	Девиантное поведение у детей-сирот в условиях дома семейного типа	112
Murodova Mexrangiz Murodovna	5-6-sinf o’quvchilarida vatanparvarlik his-tuyg’ularini shakllantirishning psixologik-pedagogik xususiyatlari	119
Mamatqulov Akbarjon Raim o’g’li	Texnika yo’nalishi talabalari kasbiy moslashuvda ijtimoiy qo’llab-quvvatlash va guruh muhitining roli	126
Кулдашева Гулбахор Давлятовна, Равшанова Лобар Равшан кизи	Психологические особенности поведения подростков в стрессовой ситуации	133
Кулдашева Гулбахор Давлятовна, Сайдикаримова Рухсора Бобохоновна	Стили родительского воспитания и их влияние на ребёнка	141
Abduvokhidova Nodirabegim Abduvosiq qizi	Yoshlar psixikasida ajrim madaniyatini shakllantirish	145
Arzimbetov Tileubergen Tilepbergenovich, Atadjanova Alfiya Qurbonbaevna	Talaba yoshlarda sport motivatsiyasiga ta’sir etuvchi ichki va tashqi omillar tahlili	149
Kalillaeva Ulbosin Ayaapbergenovna, Kdirniyazova Rayhan Kalbayevna	Jamoaviy sport turlarida sportchilarning hamkorlikda ishlashiga ta’sir etuvchi psixologik mexanizmlar	155
Atadjanova Alfiya Qurbonbaevna	Talaba yoshlarda sport motivatsiyasiga ta’sir etuvchi ichki va tashqi omillar tahlili	150
Kalillaeva Ulbosin Ayaapbergenovna	Jamoaviy sport turlarida sportchilarning hamkorlikda ishlashiga ta’sir etuvchi psixologik mexanizmlar	156

Kdirniyazova Rayhan Kalbayevna		
Umirbekova Nasiba Kenesbaevna	Globalashuv sharoitida o'smirlarning ijtimoiy identitet krizisi	161
Кулдашева Гулбахор Давлятовна, Юнусова Азиза Малик кизи	Психологические факторы как причины отклоняющегося поведения у молодежи	167
Кулдашева Гулбахор Давлятовна, Якубенко Инна Геннадьевна	Социализация детей с аутистическим спектром посредством зоотерапии	172
Кулдашева Гулбахор Давлятовна Шарифжонова Хосият Равшан кизи	Родительское выгорание и его влияния на психику ребенка	178
Urazbayeva Yulduz Abdullayevna	Talabalarda ichki va tashqi motivatsiya turlarining o'quv faoliyatiga psixologik ta'siri	182
Yodgorov Bahriddin Baxodirovich	Raqamli ta'lim sharoitida talabalarning akademik moslashuvining ijtimoiy-psixologik omillari	189
Eshchanova Nasiba Matnazarovna	Turli yosh davrlaridagi gipertonik bemorlarda emotsional holatlarning ijtimoiy psixologik xususiyatlari bu ilmiy ishim mavzusi	197
Nasirdinova Soliha Ravshanbek qizi	O'quvchilarda sanogen tafakkur shakllanishining psixologik mexanizmlari	204
Dauletmuratova Eliza Allambergenovna	Deviant xulq-atvorli o'smirlar ijodiy fikrlash jarayonini takomillashtirish samaradorligi	208
Atadjonova Dinora Ulug'bekovna	O'quvchilarda o'zlashtirmovchilik sabablarini o'rganish psixologik fenomen sifatida	213
Normurodov G'ulomiddin Abdimurodovich	O'smirlik davrida shaxsiy identifikatsiya va ijtimoiy moslashuvning psixologik mexanizmlari	217
Razakova Rayxan Saylaubekovna	Eydjizm va uning keksalarda o'z-o'zini qabul qilishga ta'siri	223
Shaikimanova Shaxnoza Joldasbay qizi	Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda kognitiv uslubni rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlari	227
Xujaniyozova Oygul Rajabovna	O'smir yoshdagi o'quvchilarning psixofiziologik rivojlanish omillari va ularning ta'lim jarayoniga ta'siri	233
To'raboyev Azamat Muxamadullayevich	Ota-ona va farzand munosabatlarining psixologik xususiyatlari	238
Sadullayeva Zarnigor Tulkinjonovna	O'z-o'zini tarbiyalashning pedagogik-psixologik asoslari	241
G'ofurov Azizbek Umarjonovich	Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida sport turizmi faoliyatiga kasbiy motivatsiyani shakllantirishning psixologik asoslari	248
Allamova Oyshajon Gafurjon qizi	Talabalarda ilmiy bilimlarni rivojlantirishning pedagogik-psixologik jihatlari	254

Najmiddinova Gulnoza Odilovna	Ijtimoiy-kommunikativlikni bilingvizm vositasida shakllantirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari	260
Baybulov Axmet Risbekovich, Xabibova Mavluda Jarqinbay qizi	Oila bo'yicha ya'ni er-xotin o'rtasidagi kelishmovchiliklar sabablari	263
Parmonkulova Mo'tabar Zaynitdinovna	Maktabgacha ta'limda "ilk qadam" davlat dasturining ilmiy-pedagogik va psixologik mohiyati	268
Maxmudov Shokir Kamolovich	Ta'lim jarayonida pedagoglarning emotsional o'zini boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish va stressga chidamliligini oshirish strategiyalari	273
Karamova Mohinur Faxritdin qizi	Konfliktli xulq muammosining xorijiy tadqiqotlarda yoritilishi	279
Axmedova Dilnoza Eshnazar qizi	Tajovuz va tajjovuzkor axloqning mazmun-mohiyati	285
Turaxonov Abdukarim Eshkuziyevich	Umumiy o'rta ta'lim muassasalari direktorlarida liderlik kompetensiyalarining shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik omillar	291
Murotov Suxrob Quvondiqovich	Huquqbuzarlikka moyil shaxs xulq-atvorini aniqlashda individual tipologik xususiyatlar tadqiqi	296
Narzulloyeva Salomatbonu Sunnatulloyevna	Diqqatning buzilishi va psixologik oqibatlar: stress, texnologiyalar va ruhiy salomatlik	304
Tajibayev Shohruh Maqsudovich	Gidlar faoliyatida kommunikativ kompetentlikning ahamiyati	309
Mamajonova Mavluda	Stereotiplarni ijtimoiy hayot sifatiga ta'siri va ularning psixologik adabiyotlarda qo'llanilishi	315
Sobirova Lobar Raximovna	Yosh o'qituvchilar faoliyatida uchraydigan pedagogik va psixologik to'siqlar	320
Rustamov Shavkat Shuxratovich Axtamova Ferangiz G'ayrat qizi	Destruktiv xulq-atvorning zamonaviy ko'rinishlari va ijodiy prevensiya usullari	324
Yarashov Azizbek Lazizovich	Manifestation of socio-psychological competence of forensic psychologist	330
Abduraxmanova Nafosat Amanatovna	Talabalarda diniy tasavvur va diniy psixologik determinantlarning namoyon bo'lish xususiyatlari	342
Юнусзода Шахноза Жовиджоновна	Психологические особенности детей с детским церебральным параличом	349
Djurayev Toshpulat Saxiyevich	O'smirlar ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda milliy va madaniy omillarning roli	355



**“TA'LIMDA ISTIQBOLLI IZLANISHLAR”
XALQARO ILMIY METODIK JURNALI UCHUN
MAQOLALARNI RASMIYLASHTIRISH TALABLARI**

“Ta'limda istiqbolli izlanishlar” ilmiy jurnali mualliflari diqqatiga!

1. “Ta'limda istiqbolli izlanishlar” ilmiy jurnali ilmiy maqolalarni o'zbek, rus va ingliz tillarida chop etadi.

2. E'lon qilinadigan maqolalarga bo'lgan asosiy talablar:

✚ ishning dolzarbligi va ilmiy yangiligi;

✚ maqolaning hajmi: adabiyotlar ro'yxati, chizma va jadvallar inobatga olingan holatda 3-8 betgacha;

✚ maqola nomi, annotatsiya (50-60 ta so'z) va tayanch

so'zlar (8-10 ta) ingliz, o'zbek va rus tillarida keltiriladi.

3. Maqola boshida mavzu, muallifning F.I.O. (to'liq yozilishi kerak), mualliflar bir nechta bo'lsa, ularning har biri haqida to'liq ma'lumotlar berilishi shart, tashkilot, shahar, mamlakat, muallifning e-maili ko'rsatiladi. Matnda kirish qismi, tadqiqot obyekti va qo'llanilgan metodlar, olingan natijalar va ularning tahlili, xulosa, adabiyotlar ro'yxati, albatta, keltiriladi. Maqolada keyingi 10-15 yilda e'lon qilingan adabiyotlarga havola qilinishi tavsiya etiladi.

4. Matn uchun: Microsoft Word; Times New Roman, 12 shrift, maqola nomi bosh harflarda, interval 1,0; abzas 1,0 sm, yuqori va pastki tomon 2 sm, chap va o'ng tomon 2 sm.

5. Agar maqolaga rasm, jadval, diagramma, sxema, chizma, turli grafik belgilar kiritilgan bo'lsa, ular aniq va ravshan tasvirlanishi, qisqartmalarning to'liq izohi yozilishi lozim. Formulalar matnga maxsus kompyuter dasturlarida kiritilishi kerak.

6. Iqtibos olingan yoki foydalanilgan adabiyot satr osti izohi tarzida emas, balki maqola oxirida asosiy matndagi ketma-ketligi asosida umumiy ro'yxatda ko'rsatiladi. Matn ichidagi ko'chirmadan so'ng iqtibos olingan asarning ro'yxatdagi tartib raqami va sahifasi kvadrat qavs ichida beriladi. Bu o'rinda kitob, to'plam, monografiyalar uchun mualliflarning ism-familiyalari, manbaning to'liq nomi, nashr ko'rsatkichi (shahar, nashriyot va nashr yili) ko'rsatiladi. Jurnal maqolalari va boshqa davriy nashrlar uchun mualliflarning ism-familiyalari, maqola nomi, jurnal nomi, yili va soni, sahifa nomeri ko'rsatiladi.

7. Maqola matni kamida 70-80 % muallifning shaxsiy izlanishlari natijasiga asoslanishi lozim. Topshirilgan maqolalar “Antiplagiat” tizimi yordamida tekshiriladi.

8. Tahririyatga taqdim qilingan maqolalar tahririyat tomonidan taqrizga beriladi. Maqola taqrizdan qaytgach, agar zarur bo'lsa, barcha savol va e'tirozlar bo'yicha muallifga qayta ishlash uchun taqdim etiladi. Maqola nusxalari qaytarilmaydi.

9. Tahririyat maqolani taqrizga yuboradi, taqriz ijobiy bo'lsa maqola jurnalda chop etish uchun qabul qilinadi. Jurnalda anjuman tezislari va ma'ruzalari chop etilmaydi. E'lon qilingan materiallarning haqqoniyligiga va ko'chirilmaganligiga shaxsan muallif javobgardir.

10. Tahririyat maqolaga ayrim kichik o'zgartirishlarni kiritishi mumkin. Yuqoridagi talablarga javob bermaydigan maqolalar tahririyat tomonidan ko'rib chiqilmaydi va muallifga qaytarilmaydi.

11. Ijobiy taqriz berilgan maqola tahririyat tomonidan qabul qilingan sanaladi. Jurnal tahririyati maqola matnini qisqartirish va unga tahririy o'zgartirishlar kiritishga haqlidir.

12. Yuqoridagi talablarga javob bermaydigan maqolalar tahririyat tomonidan qabul qilinmaydi va ko'rib chiqilmaydi.

Jurnal O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan 2025-yil 16-fevral kuni № 622042-sonli guvohnoma bilan ro'yxatga olingan.

Tahririyat manzili: 200117, O'zbekiston Respublikasi,
Buxoro shahri Alpomish ko'chasi, 9-uy
Elektron manzil: <https://fanistiqbollari.uz>
Telegram raqami: -998 (93) 689-80-90

Ta'limda istiqbolli izlanishlar //xalqaro ilmiy-metodik jurnal.
Buxoro, 2025. № 11-Son, 1-Qism. B.368.