

ISSN 3060-544X

2026-yil 7-son

# ZAMONAVIY JAMIYAT VA INNOVATSIYALAR

*ilmiy-nazariy jurnal*

BUXORO 2026



# ZAMONAVIY JAMIYAT VA INNOVATSIYALAR

*ilmiy-nazariy jurnal*

## СОВРЕМЕННОЕ ОБЩЕСТВО И ИННОВАЦИИ

*научно-теоретический журнал*

## MODERN SOCIETY AND INNOVATIONS

*scientific-theoretical journal*

**№ 7-son, 1-qism 2026-yil**

*Jurnal 2025-yilda tashkil etilgan.  
Jurnal 1 yilda 12 marta nashr etiladi.*

**Jurnal O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta’lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi OAK Rayosatining 2025-yil 24-sentyabrdagi 375/5-son qarori bilan pedagogika va psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) va fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning disertatsiya ishlari yuzasidan asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan milliy ilmiy nashrlar ro‘yxatiga kiritilgan.**

## MUNDARIJA:

Mualliflar	Maqola sarlavhasi	Yo'nalishi	Bet
<i>A'ZAMOVA XUMOROY ILYOSJONOVNA</i>	MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING SO'Z-MANTIQ TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISH SHARTI SIFATIDA ERTAKLAR SYUJETLARIDAGI TRIGGERLARDAN FOYDALANISH	PSIXOLOGIYA	3
	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТРИГГЕРОВ В СЮЖЕТАХ СКАЗОК КАК УСЛОВИЕ РАЗВИТИЯ СЛОВЕЧНО-ЛОГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА		
	THE USE OF TRIGGERS IN FAIRY TALE PLOTS AS A CONDITION FOR THE DEVELOPMENT OF VERBAL-LOGICAL THINKING IN PRESCHOOL CHILDREN		
<i>AXROROV VORIS YUNUSOVICH</i>	PEDAGOGIK FAOLIYATDA KONFLIKTLI HOLATLARDA BO'LAJAK PEDAGOGLARNING PSIXOLOGIK CHIDAMLILIGINI SHAKLLANTIRISH OMILLARI	PSIXOLOGIYA	8
	ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ		
	FACTORS INFLUENCING THE FORMATION OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF FUTURE TEACHERS IN CONFLICT SITUATIONS WITHIN PEDAGOGICAL ACTIVITY		
<i>MAXMUDOVA ZULFIYA MEXMONOVNA</i>	QO'RIQLASH XIZMATI XODIMLARI KASBIY KOMPETENTLIGINI TAKOMILLASHTIRISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK MEKANIZMLARI	PSIXOLOGIYA	13
	СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ СОТРУДНИКОВ СЛУЖБЫ ОХРАНЫ		
	SOCIO-PSYCHOLOGICAL MECHANISMS FOR ENHANCING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF SECURITY SERVICE PERSONNEL		
<i>SUVONOVA LOBARXON ISLOM QIZI</i>	RAQAMLI TEXNOLOGIYALARDAN AUDITORIYA VA AUDITORIYADAN TASHQARI MASHG'ULOTLARDA FOYDALANISHDA PEDAGOGIK DIZAYNING AHAMIYATI	PEDAGOGIKA	25
	ЗНАЧЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ДИЗАЙНА ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В АУДИТОРНЫХ И ВНЕАУДИТОРНЫХ ЗАНЯТИЯХ		
	THE IMPORTANCE OF INSTRUCTIONAL DESIGN IN THE USE OF DIGITAL TECHNOLOGIES IN CLASSROOM AND EXTRACURRICULAR LEARNING ACTIVITIES		

<i>RAXIMBAYEVA GULYORA ULUGBEKOVNA</i>	TALABALARDA IJTIMOY IDENTIFIKATSIYA SHAKLLANISHINI O'RGANISHDA QO'LLANILADIGAN PSIXODIAGNOSTIK METODIKALAR TASNIFI	PSIXOLOGIYA	30
	КЛАССИФИКАЦИЯ ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК, ИСПОЛЗУЕМЫХ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ ИДЕНТИФИКАЦИИ У СТУДЕНТОВ		
	CLASSIFICATION OF PSYCHODIAGNOSTIC METHODS USED IN STUDYING THE FORMATION OF STUDENTS' SOCIAL IDENTIFICATION		
<i>MASHARIPOVA XADICHA JAVLON QIZI</i>	MATERIALSHUNOSLIK ASOSLARINI O'QITISHDA INTERFAOL METODLAR VA RAQAMLI TEXNOLOGIYALARNING AHAMIYATI	PEDAGOGIKA	36
	ЗНАЧЕНИЕ ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДОВ И ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРЕПОДАВАНИИ ОСНОВ МАТЕРИАЛОВЕДЕНИЯ		
	THE IMPORTANCE OF INTERACTIVE METHODS AND DIGITAL TECHNOLOGIES IN TEACHING THE FUNDAMENTALS OF MATERIALS SCIENCE		
<i>ISABAYEV ABDUKARIM KOMILJONOVICH</i>	МАКТАБГАЧА YOSHDAGI BOLALARDA KOGNITIV FAOLLIKNI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK MEKANIZMLARI	PSIXOLOGIYA	40
	ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ КОГНИТИВНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА		
	PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL MECHANISMS FOR DEVELOPING COGNITIVE ACTIVITY IN PRESCHOOL CHILDREN		
<i>AHMADOVA MAHBUBA SHAVKAT QIZI</i>	ALISHER NAVOIY IJODIDAGI DO'STLIK VA SADOQAT G'OYALARINI BOSHLANG'ICH TA'LIMDA TARBIYAVIY VOSITA SIFATIDA QO'LLASH	PEDAGOGIKA	45
	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИДЕЙ ДРУЖБЫ И ПРЕДАННОСТИ В ТВОРЧЕСТВЕ АЛИШЕРА НАВОИ КАК СРЕДСТВА ВОСПИТАНИЯ В НАЧАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ		
	THE USE OF THE IDEAS OF FRIENDSHIP AND LOYALTY IN ALISHER NAVOI'S WORKS AS AN EDUCATIONAL TOOL IN PRIMARY EDUCATION		
<i>MAHMARAIMOV JASUR JUMANAZAROVICH</i>	BOSHLANG'ICH TAYYORGARLIK BOSQICHIDA SHUG'ULLANUVCHI BADMINTONCHILARGA TEXNIK-TAKTIK XARAKAT ELEMENTLARINI O'RGATISH METODIKASI	PEDAGOGIKA	51
	МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ БАДМИНТОНИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ		
	METHODOLOGY FOR TEACHING TECHNICAL AND TACTICAL MOVEMENT ELEMENTS TO BADMINTON PLAYERS AT THE INITIAL TRAINING STAGE		

<i>RAXIMOVA FAZILATXON ATABEKOVNA</i>	TA'LIM JARAYONIDA BO'LAJAK BOSHLANG'ICH SINFLAR O'QITUVCHILARIGA O'RTA OSIYO ALLOMALARINING ILMIY MEROSINI O'RGATISHNING DIDAKTIK TA'MINOTINI TAKOMILLASHTIRISH IMKONIYATLARI	PEDAGOGIKA	58
	ВОЗМОЖНОСТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДИДАКТИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБУЧЕНИЯ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ НАУЧНОМУ НАСЛЕДИЮ УЧЕНЫХ СРЕДНЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ		
	OPPORTUNITIES FOR IMPROVING THE DIDACTIC SUPPORT OF TEACHING FUTURE PRIMARY SCHOOL TEACHERS ABOUT THE SCIENTIFIC HERITAGE OF MIDDLE SCHOOL SCIENTISTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS		
<i>САБИРОВА ШАХЛО</i>	МАКТАБГАЧА YOSHDAGI BOLALARDA KOMMUNIKATIV FAOLLIKNI DIDAKTIK O'YINLAR VOSITASIDA RIVOJLANTIRISH	PEDAGOGIKA	63
	РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ДИДАКТИЧЕСКОЙ ИГРЫ		
	DEVELOPING THE COMMUNICATIVE ACTIVITY OF PRESCHOOL CHILDREN THROUGH DIDACTIC GAMES		
<i>MASHARIPOVA SAIDA RAHIMOVNA</i>	OTA-ONALARNING EMOTSIONAL INTELLEKTI VA FARZANDLARNING SHAXSIY KAMOLOTIGA TA'SIRI	PSIXOLOGIYA	67
	ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА РОДИТЕЛЕЙ НА ЛИЧНОСТНОЕ СТАНОВЛЕНИЕ ДЕТЕЙ		
	PARENTS' EMOTIONAL INTELLIGENCE AND ITS IMPACT ON CHILDREN'S PERSONAL DEVELOPMENT		
<i>TOSHEV ALISHER TEMIROVICH</i>	ШАХМАТ O'YINLARI ASOSIDA BOSHLANG'ICH SINFLAR O'QUVCHILARIDA MANTIQIY FIKRLASH VA INTELLEKTUAL RIVOJLANISHNI SHAKLLANTIRISH METODIKASI	PEDAGOGIKA	71
	МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ЛОГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ И ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ У УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ НА ОСНОВЕ ШАХМАТНОЙ ИГРЫ		
	METHODOLOGY FOR DEVELOPING LOGICAL THINKING AND INTELLECTUAL GROWTH IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS BASED ON CHESS GAMES		
<i>DAVLATOVA ZEBO HAYDAROVNA</i>	МАКТАБГАЧА YOSHDAGI BOLALARDA RAQAMLI TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISHNING HISSIY-IRODAVIY RIVOJLANISHGA PSIXOLOGIK TA'SIRI	PSIXOLOGIYA	76
	ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВЛИЯНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА		
	THE PSYCHOLOGICAL IMPACT OF DIGITAL TECHNOLOGY USE ON THE EMOTIONAL AND VOLITIONAL DEVELOPMENT OF PRESCHOOL CHILDREN		

<i>JUMAYEV NODIR ZAYNIDDINOVICH</i>	O'SMIRLARDA KREATIV FIKRLASHNI RIVOJLANTIRISHDA INNOVATSION PEDAGOGIK TECHNOLOGIYALARNING PSIXOLOGIK AHAMIYATI	PSIXOLOGIYA	83
	ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАЗВИТИИ КРЕАТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ		
	THE PSYCHOLOGICAL SIGNIFICANCE OF INNOVATIVE PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES IN THE DEVELOPMENT OF CREATIVE THINKING AMONG ADOLESCENTS		
<i>TESHABOEV AKRAMJON YULDASHEVICH</i>	TALABALARNING O'QUV JARAYONIDAGI QIYINCHILIKLARINI ANIQLASH VA KORREKSIYALASHDA PEDAGOGIK DIAGNOSTIKA TECHNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISH METODIKASI	PEDAGOGIKA	90
	МЕТОДИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ ПРИ ВЫЯВЛЕНИИ И КОРРЕКЦИИ ТРУДНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ		
	METHODOLOGY FOR USING PEDAGOGICAL DIAGNOSTIC TECHNOLOGIES TO IDENTIFY AND CORRECT STUDENTS' LEARNING DIFFICULTIES IN THE EDUCATIONAL PROCESS		
<i>АСЛАМКУЛОВА ПАРВИНА ЖАМШИД КИЗИ</i>	SUN'IY INTELLEKT DAVRIDA BILIMNING ISHONCHLILIGI MUAMMOSI: FALSAFIY VA GNOSEOLOGIK TAHLIL	PEDAGOGIKA	98
	ПРОБЛЕМА ДОСТОВЕРНОСТИ ЗНАНИЯ В ЭПОХУ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА: ФИЛОСОФСКО-ГНОСЕОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ		
	THE PROBLEM OF KNOWLEDGE RELIABILITY IN THE ERA OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE: A PHILOSOPHICAL AND EPISTEMOLOGICAL ANALYSIS		
<i>TURSUNKULOVA SHODIYA</i>	TALABALARDA EMOTSIONAL BARQARORLIKNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI	PSIXOLOGIYA	105
	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ		
	PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF DEVELOPING EMOTIONAL STABILITY IN STUDENTS		
<i>TOHIROVA FERUZA</i>	BO'LAJAK TIBBIYOT XODIMLARIDA KASBIY IDENTIKLIKNI SHAKLLANTIRISHDA IJTIMOY-PSIXOLOGIK MUHITNING TA'SIRI	PSIXOLOGIYA	110
	ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СРЕДЫ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ У БУДУЩИХ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ		
	THE INFLUENCE OF THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL ENVIRONMENT ON THE FORMATION OF PROFESSIONAL IDENTITY IN FUTURE HEALTHCARE PROFESSIONALS		

<i>ESHPU LATOVA SHOXISTA</i>	O‘SMIRLARDAGI AGRESSIV XULQ-ATVORNING SHAKLLANISHIDA OILAVIY VA PEDAGOGIK MUHITNING PSIXOLOGIK TA‘SIRI	PSIXOLOGIYA	119
	ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВЛИЯНИЕ СЕМЕЙНОЙ И ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ СРЕДЫ НА ФОРМИРОВАНИЕ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ		
	THE PSYCHOLOGICAL INFLUENCE OF FAMILY AND EDUCATIONAL ENVIRONMENTS ON THE FORMATION OF AGGRESSIVE BEHAVIOR IN ADOLESCENTS		
<i>ERGASHEV IBODULLA</i>	“O‘ZBEKISTON – 2030” STRATEGIYASINING JAMIYAT IDEOSFERASINI YANGILASHDAGI O‘RNI	PEDAGOGIKA	126
	РОЛЬ СТРАТЕГИИ «УЗБЕКИСТАН – 2030» В ОБНОВЛЕНИИ ИДЕОСФЕРЫ ОБЩЕСТВА		
	THE ROLE OF THE “UZBEKISTAN – 2030” STRATEGY IN RENEWING THE IDEOLOGICAL SPHERE OF SOCIETY		
<i>TUXTASHEVA RUSHANA SADULLAYEVNA</i>	OLIIY TA‘LIM MUASSASALARIDA MASOFAVIY TA‘LIM JARAYONIDA INTERFAOL MULOQOTNI SHAKLLANTIRISHDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALARNING O‘RNI	PEDAGOGIKA	131
	РОЛЬ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФОРМИРОВАНИИ ИНТЕРАКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ		
	THE ROLE OF INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN DEVELOPING INTERACTIVE COMMUNICATION IN DISTANCE LEARNING PROCESSES IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS		
<i>USMONOV RAHIM RAXMONALI O‘GLI</i>	TURLI HUDUDIY SHAROITLARDAGI HAYDOVCHILARNING G‘AZABLANISH DARAJASINING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	PSIXOLOGIYA	136
	СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ УРОВНЯ АГРЕССИВНОСТИ И ГНЕВА ВОДИТЕЛЕЙ В РАЗЛИЧНЫХ РЕГИОНАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ		
	SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF DRIVERS’ ANGER LEVELS IN DIFFERENT REGIONAL CONDITIONS		
<i>RAHIMOVA NAVBAHOR RUSTAMOVNA, OLIMOV TEMUR HASANOVICH</i>	DIFFERENSIAL YONDASHUV ASOSIDA TALABALARDAGI KOMMUNIKATIV KOMPETENTLIKNI RIVOJLANTIRISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH	PEDAGOGIKA	141
	СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ У СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА		
	IMPROVING THE METHODOLOGY FOR DEVELOPING STUDENTS’ COMMUNICATIVE COMPETENCE BASED ON A DIFFERENTIATED APPROACH		

<i>TURDIKULOVA EBZOXOH ERKINJOH KIZI</i>	BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIDA CHET TILIDA KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYANI SHAKLLANTIRISHDA INTERNET TEKNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISH SAMARADORLIGI	PEDAGOGIKA	147
	ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ФОРМИРОВАНИИ ИНОЯЗЫЧНОЙ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ		
	THE EFFECTIVENESS OF USING INTERNET TECHNOLOGIES IN DEVELOPING FOREIGN LANGUAGE COMMUNICATIVE COMPETENCE IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS		
<i>RASHIDOV ABDURASHID MURODULLAYEVICH</i>	PSIXOLOGIK METODLAR YORDAMIDA YOSHLARDA VATAN HIMOYASI RUHINI TARBIYALASH	PSIXOLOGIYA	152
	ФОРМИРОВАНИЕ У МОЛОДЕЖИ ДУХА ЗАЩИТЫ РОДИНЫ С ПОМОЩЬЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ МЕТОДОВ		
	CULTIVATING THE SPIRIT OF DEFENDING THE MOTHERLAND AMONG YOUTH THROUGH PSYCHOLOGICAL METHODS		
<i>ABSAMATOVA GULKHAYO BAKHODIROVNA</i>	DUNYO IMO-ISHORA TILI FOYDALANUVCHILARI VA TARJIMA NAZARIYASI	PEDAGOGIKA	156
	МИР ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ЖЕСТОВОГО ЯЗЫКА И ТЕОРИЯ ПЕРЕВОДА		
	THE WORLD OF SIGN LANGUAGE SPEAKERS AND TRANSLATION THEORY		
<i>IZZATOV SHERZOD SAMAD O'G'LI</i>	YOSHLARDA PSIXOLOGIK IMMUNITETNI SHAKLLANTIRISHNING ILMIY NAZARIY ASOSLARI VA AMALIY MEKANIZMLARI	PSIXOLOGIYA	162
	НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И ПРАКТИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИММУНИТЕТА У МОЛОДЕЖИ		
	SCIENTIFIC AND THEORETICAL FOUNDATIONS AND PRACTICAL MECHANISMS FOR DEVELOPING PSYCHOLOGICAL IMMUNITY IN YOUNG PEOPLE		
<i>KARIMOV SHERZOD ABDURASULOVICH</i>	ICHKI LOKUS NAZORAT VA MOTIVATSION FAOLIYAT XUSUSIYATLARINING O'RGANILISHI	PSIXOLOGIYA	167
	ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ВНУТРЕННЕГО ЛОКУСА КОНТРОЛЯ И МОТИВАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ		
	A STUDY OF THE CHARACTERISTICS OF INTERNAL LOCUS OF CONTROL AND MOTIVATIONAL ACTIVITY		
<i>MURATOVA SABOXAT CHORIYEVNA</i>	OILA VA MAKTAB HAMKORLIGIDA MILLIY QADRIYATLAR ASOSIDA MA'NAVIY-AXLOQIY TARBIYA BERISH	PEDAGOGIKA	174
	ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ НА ОСНОВЕ НАЦИОНАЛЬНЫХ ЦЕННОСТЕЙ В СОТРУДНИЧЕСТВЕ СЕМЬИ И ШКОЛЫ		
	SPIRITUAL AND MORAL EDUCATION BASED ON NATIONAL VALUES IN FAMILY AND SCHOOL COOPERATION		

<i>NIYAZOVA NILUFAR FARXADOVNA</i>	ONKOLOGIK KASALLIKKA CHALINGAN BEMORLARDA EMOTSIONAL BARQARORLIKNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI	PSIXOLOGIYA	180
	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ПАЦИЕНТОВ С ОНКОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ		
	PSYCHOLOGICAL FACTORS INFLUENCING THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL STABILITY IN PATIENTS WITH ONCOLOGICAL DISEASES		
<i>QALANDAROVA YULDUZ BAHRAMOVNA</i>	PSIXOLOGIK TRENINGLAR ORQALI TALABALARDA PSIXOLOGIK SALOMATLIKNI RIVOJLANTIRISH SAMARADORLIGI	PSIXOLOGIYA	188
	ЭФФЕКТИВНОСТЬ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ПОСРЕДСТВОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРЕНИНГОВ		
	THE EFFECTIVENESS OF DEVELOPING STUDENTS' PSYCHOLOGICAL WELL-BEING THROUGH PSYCHOLOGICAL TRAINING PROGRAMS		
<i>RAHIMOVA NAZOKATXON KASIMDJONOVNA</i>	TALABALARDA IJTIMOY YETUKLIKNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEKANIZMLARI VA TA'LIM SAMARADORLIGIGA TA'SIRI	PSIXOLOGIYA	192
	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОЙ ЗРЕЛОСТИ СТУДЕНТОВ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОБРАЗОВАНИЯ		
	PSYCHOLOGICAL MECHANISMS FOR DEVELOPING STUDENTS' SOCIAL MATURITY AND THEIR IMPACT ON EDUCATIONAL EFFECTIVENESS		
<i>TOIROVA MUNAVVAR MURODULLAYEVNA</i>	O'SMIRLARDA MILLIY O'ZLIKNI ANGLASHNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK ASOSLARI	PSIXOLOGIYA	202
	ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ НАЦИОНАЛЬНОГО САМОСОЗНАНИЯ У ПОДРОСТКОВ		
	PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL FOUNDATIONS OF DEVELOPING NATIONAL IDENTITY IN ADOLESCENTS		



**Niyazova Nilufar Farxadovna,**  
Ma'mun universiteti Psixologiya, Tibbiyot va sport kafedrasi v.b dotsenti  
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

## **ONKOLOGIK KASALLIKKA CHALINGAN BEMORLARDA EMOTSIONAL BARQARORLIKNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI**

**Annotatsiya.** Mazkur maqolada onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirishning psixologik omillari ilmiy-nazariy hamda amaliy jihatdan tahlil qilingan. Onkologik kasallik tashxisi bemor hayotida kuchli psixologik stressni yuzaga keltirib, xavotir, depressiv holatlar, qo'rquv, emotsional zo'riqish va kelajakka nisbatan noaniqlik hissini kuchaytirishi asoslab berilgan. Tadqiqotda emotsional barqarorlikning psixologik mazmuni, uning shaxsning ruhiy salomatligi va davolanish jarayonidagi ahamiyati, shuningdek, emotsional barqarorlikning shakllanishiga ta'sir etuvchi individual, oilaviy va ijtimoiy omillar yoritilgan. Psixologik rezilyentlik, stressni boshqarish ko'nikmalari, konstruktiv koping strategiyalari, o'zini-o'zi boshqarish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va psixologik maslahat xizmatlarining bemorlarning emotsional holatini barqarorlashtirishdagi o'rnini tahlil etilgan. Shuningdek, multidissiplinar yondashuv, psixoedukatsiya va kognitiv-xulq-atvor terapiyasi elementlarini qo'llash orqali bemorlarning ruhiy moslashuvini kuchaytirish hamda hayot sifatini yaxshilash imkoniyatlari asoslab berilgan. Tadqiqot natijalari onkologik bemorlarning emotsional farovonligini ta'minlash, psixologik yordam tizimini takomillashtirish va davolash samaradorligini oshirishga qaratilgan ilmiy-amaliy tavsiyalarni ishlab chiqishga xizmat qiladi.

**Kalit so'zlar:** onkologik kasallik, emotsional barqarorlik, psixologik omillar, psixologik rezilyentlik, stress, xavotir, depressiya, koping strategiyalari, emotsional regulyatsiya, psixologik yordam, psixoedukatsiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, hayot sifati.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ПАЦИЕНТОВ С ОНКОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ**

**Аннотация.** В данной статье представлен научно-теоретический и практический анализ психологических факторов формирования эмоциональной устойчивости у пациентов с онкологическими заболеваниями. Показано, что диагноз онкологического заболевания является мощным психотравмирующим фактором, сопровождающимся тревожностью, депрессивными состояниями, страхом, эмоциональным напряжением и неопределённостью относительно будущего. Рассмотрены психологическая сущность эмоциональной устойчивости, её значение для психического здоровья и эффективности лечения, а также индивидуальные, семейные и социальные факторы, влияющие на её формирование. Особое внимание уделено роли психологической резильентности, навыков управления стрессом, конструктивных копинг-стратегий, саморегуляции, социальной поддержки и психологического консультирования в стабилизации эмоционального состояния пациентов. Обоснована эффективность мультидисциплинарного подхода, психообразования и элементов когнитивно-поведенческой терапии в укреплении психологической адаптации и повышении качества жизни онкологических больных. Результаты исследования могут быть использованы при совершенствовании системы психологической помощи и разработке практических рекомендаций по поддержанию эмоционального благополучия пациентов.

**Ключевые слова:** онкологические заболевания, эмоциональная устойчивость, психологические факторы, психологическая резильентность, стресс, тревожность, депрессия, копинг-стратегии, эмоциональная регуляция, психологическая помощь, психообразование, социальная поддержка, когнитивно-поведенческая терапия, качество жизни.



## PSYCHOLOGICAL FACTORS INFLUENCING THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL STABILITY IN PATIENTS WITH ONCOLOGICAL DISEASES

**Abstract.** *This article presents a scientific and practical analysis of the psychological factors involved in the development of emotional stability among patients with oncological diseases. A cancer diagnosis is recognized as a major psychological stressor that often leads to anxiety, depression, fear, emotional distress, and uncertainty about the future. The study examines the concept of emotional stability and its importance for mental health, treatment adherence, and successful rehabilitation. It also explores the individual, family, and social factors that contribute to emotional resilience in cancer patients. Particular attention is given to the roles of psychological resilience, stress management skills, constructive coping strategies, self-regulation, social support, and psychological counseling in maintaining emotional balance. Furthermore, the article substantiates the effectiveness of multidisciplinary care, psychoeducation, and cognitive behavioral therapy techniques in strengthening psychological adaptation and improving patients' quality of life. The findings provide a scientific basis for enhancing psychological support services and developing evidence-based recommendations aimed at promoting emotional well-being and improving treatment outcomes for oncology patients.*

**Key words:** *oncological diseases, emotional stability, psychological factors, psychological resilience, stress, anxiety, depression, coping strategies, emotional regulation, psychological counseling, psychoeducation, social support, cognitive behavioral therapy, quality of life.*

**Kirish.** So‘nggi yillarda dunyo miqyosida onkologik kasalliklarning tarqalish ko‘lami ortib borayotgani inson salomatligini muhofaza qilish bilan bir qatorda bemorlarning ruhiy salomatligini ta‘minlash masalasini ham dolzarb ilmiy muammoga aylantirmoqda. Onkologik kasallik inson hayotining barcha jabhalariga – jismoniy, psixologik, ijtimoiy va ma‘naviy holatiga bevosita ta‘sir ko‘rsatadigan murakkab biopsixosotsial hodisa hisoblanadi. Kasallik tashxisi qo‘yilishi aksariyat bemorlar uchun kutilmagan va kuchli psixologik zarba bo‘lib, unda qo‘rquv, xavotir, tushkunlik, umidsizlik, g‘azab, yolg‘izlik hissi hamda kelajakka nisbatan noaniqlik kabi salbiy emotsional kechinmalarni yuzaga keltiradi. Mazkur holatlar bemorning davolanishga munosabati, hayot sifati, ijtimoiy faolligi va rehabilitatsiya jarayoniga sezilarli ta‘sir ko‘rsatadi. Shu bois onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirish bugungi kunda klinik psixologiya va psixoonkologiyaning ustuvor ilmiy yo‘nalishlaridan biri sifatida e‘tirof etilmoqda.

Zamonaviy tibbiyotda onkologik kasalliklarni davolash samaradorligi faqat farmakologik yoki jarrohlik usullar bilan emas, balki bemorning psixologik holati, davolanishga bo‘lgan motivatsiyasi va emotsional barqarorligi bilan ham uzviy bog‘liq ekanligi ilmiy jihatdan isbotlangan. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, emotsional jihatdan barqaror bemorlar davolash jarayoniga faolroq jalb etiladi, tibbiy tavsiyalarga qat‘iyroq amal qiladi, stressni samaraliroq boshqaradi hamda rehabilitatsiya bosqichini nisbatan yengil kechiradi. Aksincha, uzoq davom etuvchi xavotir, depressiv holatlar va emotsional beqarorlik immun tizimi faoliyatining pasayishiga, davolanish motivatsiyasining susayishiga hamda hayot sifatining yomonlashishiga olib kelishi mumkin. Shuning uchun ham bugungi psixoonkologiya amaliyotida bemorning emotsional holatini baholash va uni psixologik jihatdan qo‘llab-quvvatlash kompleks davolashning ajralmas qismi sifatida qaralmoqda.

Emotsional barqarorlik shaxsning turli stressli vaziyatlarda o‘z hissiyotlarini boshqara olishi, salbiy emotsiyalar ta‘sirini nazorat qilishi, ruhiy muvozanatini saqlab qolishi va hayotiy qiyinchiliklarga konstruktiv munosabat bildira olish qobiliyatidir. Onkologik bemorlarda ushbu sifatning rivojlanganligi kasallikka moslashish, davolanishga ishonchni saqlash, ijtimoiy munosabatlarni davom ettirish va kelajakka nisbatan ijobiy qarashni shakllantirishda muhim psixologik resurs hisoblanadi. Shu sababli emotsional barqarorlikni shakllantiruvchi psixologik omillarni aniqlash va ularning o‘zaro bog‘liqligini ilmiy jihatdan asoslash amaliy psixologiya uchun muhim ahamiyatga ega.[1]



Ilmiy adabiyotlarda emotsional barqarorlikning rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar sifatida psixologik rezilyentlik, shaxsning individual-psixologik xususiyatlari, emotsional intellekt, konstruktiv koping strategiyalari, o'zini-o'zi boshqarish ko'nikmalari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, oilaviy muhit va samarali kommunikatsiya alohida ta'kidlanadi. Ayniqsa, bemorning o'z kasalligiga nisbatan konstruktiv munosabati, hayot mazmunini saqlab qolishi, optimistik fikrlashi va ichki psixologik resurslarini safarbar eta olishi emotsional barqarorlikning muhim determinantlari sifatida baholanadi. Shu bilan birga, psixologik maslahatlar, psixosotsial dasturlar, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi va relaksatsiya texnikalarining qo'llanilishi bemorlarning emotsional zo'riqishini kamaytirish hamda ruhiy salomatligini mustahkamlashda yuqori samaradorlikka ega ekanligi ko'plab ilmiy tadqiqotlarda qayd etilgan.[2]

Mamlakatimizda sog'liqni saqlash tizimini rivojlantirish, onkologik xizmatlar sifatini oshirish va aholining ruhiy salomatligini mustahkamlashga qaratilgan islohotlar doirasida onkologik bemorlarga kompleks tibbiy-psixologik yordam ko'rsatishga alohida e'tibor berilmoqda. Biroq amaliyot shuni ko'rsatadiki, ayrim davolash muassasalarida psixologik xizmatlarning yetarli darajada integratsiyalashmaganligi, bemorlar va ularning oila a'zolari bilan tizimli psixologik ishlarning to'liq yo'lga qo'yilmaganligi emotsional moslashuv jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Bu esa onkologik bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirishning psixologik omillarini chuqur o'rganish, ularni ilmiy asosda tizimlashtirish va amaliyotga joriy etish zaruratini yanada kuchaytiradi.

Mazkur tadqiqotning maqsadi onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirishga ta'sir etuvchi psixologik omillarni ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilish, ularning o'zaro bog'liqligini aniqlash hamda emotsional barqarorlikni rivojlantirishga qaratilgan samarali psixologik yondashuvlarni asoslashdan iborat. Tadqiqot natijalari klinik psixologlar, onkologlar, psixoterapevtlar va sog'liqni saqlash tizimi mutaxassisleri faoliyatini takomillashtirish, onkologik bemorlarga ko'rsatiladigan psixologik yordam sifatini oshirish hamda ularning ruhiy salomatligi va hayot sifatini yaxshilashga xizmat qilishi bilan ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etadi.

**Mavzuga oid adabiyotlar tahlili.** Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirish muammosi klinik psixologiya, sog'liq psixologiyasi va psixoonkologiya fanlarining eng muhim tadqiqot yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy izlanishlar shuni ko'rsatadiki, onkologik kasallik bemorning jismoniy salomatligiga ta'sir ko'rsatishi bilan birga, uning psixik holati, emotsional muvozanati, ijtimoiy munosabatlari va hayot sifati uchun ham jiddiy sinov hisoblanadi. Shu sababli zamonaviy psixoonkologiyada davolash samaradorligini oshirishda bemorning emotsional barqarorligini rivojlantirishga qaratilgan psixologik yondashuvlar alohida ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etmoqda.

Psixoonkologiya fanining asoschilaridan biri bo'lgan Jimmie C. Holland o'z ilmiy tadqiqotlarida saraton tashxisi inson uchun kuchli psixotravmatik hodisa ekanligini asoslab bergan. Olimning fikriga ko'ra, kasallik tashxisi qo'yilgan dastlabki davrlarda bemorlarning katta qismida xavotir, depressiv holatlar, qo'rquv, g'azab va emotsional beqarorlik kuzatiladi. Holland emotsional buzilishlarni erta aniqlash, psixologik skrining, individual konsultatsiyalar va psixoterapevtik yordamni davolashning majburiy tarkibiy qismi sifatida baholaydi. Uning ilmiy ishlari psixoonkologiyaning mustaqil ilmiy yo'nalish sifatida shakllanishiga muhim hissa qo'shgan.

Emotsional barqarorlikni shakllantirishning psixologik asoslarini tushuntirishda Richard S. Lazarus va Susan Folkman tomonidan ishlab chiqilgan stress va koping nazariyasi alohida o'rin tutadi. Ushbu nazariyaga ko'ra, insonning psixologik holati stress omilining kuchiga emas, balki uni qanday baholashi va qanday koping strategiyalaridan foydalanishiga bog'liq. Onkologik bemorlarda muammoga yo'naltirilgan koping strategiyalaridan foydalanish emotsional zo'riqishni kamaytiradi, davolanishga moslashishni osonlashtiradi hamda ruhiy barqarorlikni saqlashga yordam beradi. Aksincha, passiv yoki qochishga asoslangan koping usullari xavotir va depressiv holatlarning kuchayishiga olib kelishi mumkin.[2]



Emotsional barqarorlikning shakllanishida psixologik rezilyentlik muhim ilmiy tushunchalardan biri hisoblanadi. Ann S. Masten, George A. Bonanno va boshqa olimlarning tadqiqotlari rezilyentlikni shaxsning og'ir hayotiy vaziyatlarda ruhiy muvozanatini saqlab qolish va yangi sharoitlarga muvaffaqiyatli moslasha olish qobiliyati sifatida izohlaydi. Ularning ilmiy xulosalariga ko'ra, rezilyentligi yuqori bo'lgan onkologik bemorlar salbiy emotsiyalarni samaraliroq boshqaradi, davolash jarayoniga faolroq jalb etiladi va hayot sifati nisbatan yuqori darajada saqlanib qoladi.[6]

Ijobiy psixologiya vakillari Martin E. P. Seligman va Mihaly Csikszentmihalyi emotsional barqarorlikni shakllantirishda optimizm, umid, hayot mazmunini anglash va shaxsning kuchli tomonlarini rivojlantirishning ahamiyatini alohida ta'kidlaydilar. Ularning konsepsiyalariga ko'ra, ijobiy emotsiyalar salbiy psixologik kechinmalarning ta'sirini kamaytiradi, shaxsning moslashuv imkoniyatlarini kengaytiradi hamda psixologik farovonlikni ta'minlaydi. Mazkur yondashuv bugungi kunda psixoonkologik amaliyotda keng qo'llanilib, bemorlarning hayotga nisbatan ijobiy munosabatini shakllantirishga xizmat qilmoqda.[5]

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning emotsional barqarorlikka ta'siri Sidney Cobb, Sheldon Cohen va Thomas A. Wills tomonidan chuqur o'rganilgan. Ushbu olimlarning ilmiy izlanishlari oila, yaqinlar, do'stlar va tibbiyot xodimlari tomonidan ko'rsatiladigan emotsional, axborot va amaliy yordam bemorlarning psixologik himoya resurslarini kuchaytirishini ko'rsatadi. Ayniqsa, oila a'zolarining doimiy qo'llab-quvvatlashi, empatik muloqot va ijobiy psixologik muhit bemorlarda umid hissining saqlanib qolishi, emotsional zo'riqishning kamayishi va davolanish motivatsiyasining ortishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.[4]

So'nggi yillarda psixoonkologiya sohasida olib borilgan tadqiqotlarda kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (CBT), mindfulness, psixoedukatsiya, relaksatsiya mashqlari va stressni boshqarish dasturlarining samaradorligi ilmiy jihatdan isbotlangan. Mazkur psixologik texnologiyalar bemorlarning salbiy fikrlash stereotiplarini o'zgartirish, xavotir va depressiv simptomlarni kamaytirish, emotsiyalarni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish hamda hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi. Xalqaro ilmiy tadqiqotlar ushbu yondashuvlarning onkologik bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirishda yuqori samaradorlikka ega ekanligini ko'rsatmoqda.

O'zbekiston olimlari tomonidan olib borilgan ilmiy izlanishlarda ham sog'liq psixologiyasi, tibbiyot psixologiyasi va shaxsning emotsional barqarorligini rivojlantirish masalalariga alohida e'tibor qaratilgan. Xususan, shaxsning stressga chidamliligi, psixologik moslashuvi, ruhiy salomatligini mustahkamlash va psixologik xizmatlarni takomillashtirish bo'yicha muhim nazariy hamda amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan. Biroq mavjud ilmiy ishlarda aynan onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirishning psixologik omillarini kompleks, tizimli va empirik asosda yorituvchi tadqiqotlar nisbatan kam uchraydi. Bu esa mazkur yo'nalishda yangi ilmiy izlanishlar olib borish zarurligini ko'rsatadi.[3]

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, onkologik bemorlarda emotsional barqarorlik biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning uzviy o'zaro ta'siri natijasida shakllanadigan murakkab psixologik jarayondir. Psixologik rezilyentlik, konstruktiv koping strategiyalari, emotsional regulyatsiya, ijtimoiy va oilaviy qo'llab-quvvatlash, psixoedukatsiya hamda zamonaviy psixoterapevtik yondashuvlar emotsional barqarorlikni rivojlantirishning asosiy psixologik omillari sifatida e'tirof etiladi. Shu bilan birga, ilmiy adabiyotlar tahlili mazkur omillarning o'zaro bog'liqligini O'zbekiston sharoitida chuqur empirik o'rganish, ularning amaliy samaradorligini baholash va onkologik yordam tizimiga mos innovatsion psixologik texnologiyalarni ishlab chiqish zarurligini ko'rsatmoqda. Aynan shu jihatlar mazkur tadqiqotning ilmiy yangiligi va amaliy ahamiyatini belgilaydi.

**Tadqiqot metodologiyasi.** Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirishning psixologik omillarini o'rganish murakkab biopsixosotsial jarayon bo'lib, u kompleks metodologik yondashuvni talab etadi. Mazkur tadqiqot metodologiyasi zamonaviy klinik psixologiya, sog'liq psixologiyasi va psixoonkologiya fanlarining nazariy qarashlariga tayangan holda ishlab chiqildi. Tadqiqotning konseptual asosini shaxsning emotsional



holati, psixologik resurslari, ijtimoiy muhit va davolash jarayonining o'zaro ta'sirini izohlovchi ilmiy nazariyalar tashkil etadi. Tadqiqotda emotsional barqarorlikka ta'sir etuvchi psixologik omillar tizimli, qiyosiy va kompleks yondashuv asosida tahlil qilindi.

Tadqiqotning metodologik negizini, avvalo, R. Lazarus va S. Folkman tomonidan ishlab chiqilgan stress va koping nazariyasi tashkil etdi. Ushbu nazariyaga ko'ra, onkologik kasallik bemor uchun kuchli stress manbai hisoblanadi va uning emotsional holati kasallikning o'zidan ko'ra, uni qanday baholashi hamda qanday koping strategiyalaridan foydalanishiga bog'liq. Tadqiqotda muammoga yo'naltirilgan koping, emotsional boshqaruv va moslashuv strategiyalarining emotsional barqarorlikka ta'siri metodologik asos sifatida qabul qilindi.

Ikkinchi metodologik yondashuv sifatida J. C. Holland tomonidan ishlab chiqilgan psixoonkologik konsepsiyadan foydalanildi. Mazkur konsepsiyada onkologik bemorning ruhiy holatini muntazam baholash, psixologik skriningni tashkil etish, individual va guruhviy psixologik konsultatsiyalarni davolash jarayoniga integratsiya qilish zarurligi asoslab berilgan. Ushbu yondashuv asosida emotsional barqarorlikni shakllantirishda psixologik yordamning o'rni tahlil qilindi.

Tadqiqot metodologiyasida A. Masten va G. Bonanno tomonidan ishlab chiqilgan psixologik rezilyentlik nazariyasi ham muhim o'rin egallaydi. Ushbu nazariyaga ko'ra, rezilyentlik insonning qiyin hayotiy vaziyatlarda ruhiy muvozanatini saqlab qolish va moslashuv resurslarini safarbar eta olish qobiliyatidir. Tadqiqot davomida rezilyentlik emotsional barqarorlikning asosiy psixologik determinantlaridan biri sifatida baholandi.[6]

Shuningdek, S. Cobb, S. Cohen va T. A. Wills tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy qo'llab-quvvatlash modeli metodologik asos sifatida qo'llanildi. Mazkur modelga ko'ra, oila, yaqinlar va tibbiyot xodimlari tomonidan ko'rsatiladigan emotsional, axborot hamda instrumental yordam bemorning ruhiy salomatligini mustahkamlash va emotsional barqarorligini rivojlantirishning muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Tadqiqot davomida ilmiy bilishning umumiy metodlari – tahlil, sintez, qiyosiy tahlil, ilmiy umumlashtirish, induksiya va deduksiya usullaridan foydalanildi. Mavzuga oid mahalliy va xorijiy ilmiy manbalar tizimli ravishda o'rganilib, ularda ilgari surilgan ilmiy qarashlar o'zaro taqqoslandi. Nazariy ma'lumotlarni umumlashtirish asosida onkologik bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirishga ta'sir etuvchi asosiy psixologik omillar tizimlashtirildi.

Empirik tadqiqotlarni tashkil etishda psixodiagnostik metodlar, psixologik suhbat, kuzatuv, anketa, standartlashtirilgan psixologik testlar hamda statistik tahlil usullaridan foydalanish nazarda tutildi. Xususan, emotsional barqarorlik darajasi, xavotir va depressiya ko'rsatkichlari, psixologik rezilyentlik, stressni yengib o'tish strategiyalari hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasini baholash uchun valid va ishonchli psixodiagnostik metodikalardan foydalanish rejalashtirildi. Olingan natijalarni qayta ishlashda tavsifiy statistika, korrelyatsion tahlil va qiyosiy tahlil metodlari qo'llanilishi belgilandi.

### 1-jadval

#### Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni o'rganishning metodologik asoslari

O'rganilgan yo'nalish	Asosiy olimlar	Metodologik mazmuni	Tadqiqotdagi ahamiyati
Stress va koping nazariyasi	R. Lazarus, S. Folkman	Stressni baholash va koping strategiyalarini tahlil qilish	Emotsional barqarorlikka ta'sir etuvchi omillarni aniqlash
Psixoonkologik yondashuv	J. C. Holland	Psixologik yordamni davolash jarayoniga integratsiya qilish	Emotsional holatni kompleks baholash



<b>Psixologik rezilyentlik nazariyasi</b>	A. Masten, G. Bonanno	Ruhiy barqarorlik va moslashuv resurslarini aniqlash	Emotsional barqarorlikning ichki omillarini baholash
<b>Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash modeli</b>	S. Cobb, S. Cohen, T. A. Wills	Oila va ijtimoiy muhit ta'sirini o‘rganish	Emotsional himoya omillarini aniqlash
<b>Biopsixosotsial yondashuv</b>	G. L. Engel	Biologik, psixologik va ijtimoiy omillar integratsiyasi	Kompleks ilmiy tahlilni ta'minlash
<b>Psixodiagnostik metodlar</b>	Zamonaviy klinik psixologlar	Test, suhbat, anketa va kuzatuv metodlari	Empirik natijalarning ishonchliligini ta'minlash

Metodologik tahlil natijalari shuni ko‘rsatadiki, onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirish faqat individual psixologik xususiyatlarga emas, balki psixologik rezilyentlik, konstruktiv koping strategiyalari, emotsional regulyatsiya, oilaviy va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash hamda psixologik yordamning tizimli tashkil etilishiga ham bevosita bog‘liqdir. Shu bois mazkur tadqiqot kompleks va multidissiplinar metodologik yondashuv asosida olib borildi hamda keyingi bosqichda ushbu metodologik asosga tayangan holda tadqiqot natijalari va ularning ilmiy muhokamasi bayon etiladi.

**Tadqiqot natijalari va muhokama.** Tadqiqot davomida onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirishga ta’sir etuvchi psixologik omillar tizimli ravishda tahlil qilindi. Olingan natijalar shuni ko‘rsatadiki, bemorlarning emotsional holati faqat kasallikning klinik bosqichi yoki davolash usullariga emas, balki ularning individual psixologik xususiyatlari, stressni boshqarish ko‘nikmalari, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasi hamda psixologik yordamning sifati bilan ham chambarchas bog‘liqdir. Tadqiqot natijalari emotsional barqarorlik onkologik bemorlarning davolanish jarayoniga moslashuvi, hayot sifati va psixologik farovonligini belgilovchi muhim omillardan biri ekanligini tasdiqladi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, tashxis qo‘yilgan dastlabki davr bemorlar uchun eng murakkab psixologik bosqich hisoblanadi. Aynan shu davrda qo‘rquv, xavotir, tushkunlik, kelajakka nisbatan noaniqlik, ijtimoiy chekinish va emotsional zo‘riqish kabi holatlar eng yuqori darajada namoyon bo‘ladi. Biroq vaqt o‘tishi bilan psixologik yordam, oilaviy qo‘llab-quvvatlash va konstruktiv moslashuv strategiyalaridan foydalanish natijasida ko‘pchilik bemorlarda emotsional holatning barqarorlashuvi kuzatiladi. Bu esa emotsional barqarorlik tug‘ma sifat emas, balki rivojlantirilishi mumkin bo‘lgan psixologik xususiyat ekanligini ko‘rsatadi.

Tadqiqot davomida psixologik rezilyentlik emotsional barqarorlikning asosiy psixologik omili sifatida namoyon bo‘ldi. Rezilyentlik darajasi yuqori bo‘lgan bemorlar salbiy emotsiyalarni samaraliroq boshqargan, stressli vaziyatlarda ruhiy muvozanatini saqlab qolgan hamda davolanish jarayonida faol ishtirok etgan. Bunday bemorlar kelajakka nisbatan optimistik munosabatni saqlab qolishi, muammolarni konstruktiv hal qilishi va shifokor tavsiyalariga yuqori darajada amal qilishi bilan ajralib turadi. Aksincha, rezilyentlik darajasi past bo‘lgan bemorlarda xavotir va depressiv belgilar kuchliroq namoyon bo‘lib, emotsional beqarorlik davolash motivatsiyasining pasayishiga sabab bo‘lishi kuzatildi.[8]

Natijalar konstruktiv koping strategiyalarining emotsional barqarorlikni shakllantirishdagi o‘rnini ham tasdiqladi. Muammoga yo‘naltirilgan koping, ijobiy qayta baholash, hissiy o‘zini boshqarish va ijtimoiy yordam izlash strategiyalaridan foydalangan bemorlarda emotsional zo‘riqish sezilarli darajada past bo‘ldi. Bunga qarama-qarshi ravishda, muammolan qochish, inkor etish yoki passiv kutish strategiyalarini qo‘llagan bemorlarda psixologik moslashuvning sust kechishi kuzatildi. Ushbu holat onkologik bemorlar bilan ishlashda koping ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan psixologik treninglarning zarurligini ko‘rsatadi.[6]

Tahlillar davomida ijtimoiy va oilaviy qo‘llab-quvvatlash emotsional barqarorlikni shakllantirishning eng muhim tashqi omillaridan biri ekanligi aniqlandi. Oila a’zolarining mehr-



muhabbati, yaqinlarning ruhiy dalda berishi, do'stlarning qo'llab-quvvatlashi hamda tibbiyot xodimlarining empatik munosabati bemorlarda xavfsizlik hissini kuchaytiradi, yolg'izlik tuyg'usini kamaytiradi va hayotga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantiradi. Aksincha, ijtimoiy izolyatsiya, oilaviy nizolar yoki emotsional befarqlik emotsional zo'riqishni kuchaytiruvchi xavf omillari sifatida namoyon bo'ldi.

Tadqiqot natijalari psixoedukatsiya va psixologik konsultatsiyalarning samaradorligini ham ko'rsatdi. Kasallikning mohiyati, davolash bosqichlari va psixologik reaksiyalar haqida ilmiy asoslangan ma'lumotlarga ega bo'lgan bemorlarda noaniqlik hissi va qo'rquv darajasi pastroq bo'ldi. Psixologik maslahatlar bemorlarga salbiy fikrlarni nazorat qilish, emotsiyalarni boshqarish va konstruktiv hayotiy pozitsiyani shakllantirish imkonini berdi. Ayniqsa, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi elementlari qo'llanilgan psixologik mashg'ulotlar emotsional barqarorlikni rivojlantirishda yuqori samaradorlikni namoyon etdi.

2-jadval

**Onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantiruvchi asosiy psixologik omillar**

Psixologik omillar	Emotsional barqarorlikka ta'siri	Kutilayotgan natija
<b>Psixologik rezilyentlik</b>	Stressga chidamlilikni oshiradi	Ruhiy barqarorlik mustahkamlanadi
<b>Konstruktiv koping strategiyalari</b>	Salbiy emotsiyalarni boshqarishga yordam beradi	Xavotir va depressiya kamayadi
<b>Emotsional regulyatsiya</b>	Hissiyotlarni nazorat qilishni rivojlantiradi	Emotsional muvozanat ta'minlanadi
<b>Oilaviy qo'llab-quvvatlash</b>	Ishonch va xavfsizlik hissini kuchaytiradi	Psixologik moslashuv yaxshilanadi
<b>Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash</b>	Yolg'izlik hissini kamaytiradi	Hayot sifati ortadi
<b>Psixologik konsultatsiya</b>	Emotsional zo'riqishni kamaytiradi	Davolanish motivatsiyasi kuchayadi
<b>Psixoedukatsiya</b>	Kasallik haqidagi bilimlarni oshiradi	Qo'rquv va noaniqlik kamayadi
<b>Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi</b>	Salbiy fikrlashni o'zgartiradi	Ijobiy psixologik holat shakllanadi

Olingan natijalar J. C. Holland, R. Lazarus, S. Folkman, A. Masten, G. Bonanno hamda M. Seligman tomonidan ilgari surilgan ilmiy qarashlar bilan uyg'unlik kasb etadi. Mazkur olimlar emotsional barqarorlikni shakllantirishda psixologik rezilyentlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, konstruktiv koping strategiyalari va ijobiy psixologik resurslarning muhim o'rin tutishini ta'kidlaganlar. Ushbu tadqiqot natijalari mazkur nazariy qarashlarni O'zbekiston sog'liqni saqlash tizimi sharoitida qo'llashning dolzarbligini yana bir bor tasdiqlaydi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirish psixologik rezilyentlikni rivojlantirish, emotsional regulyatsiya ko'nikmalarini takomillashtirish, konstruktiv koping strategiyalarini shakllantirish, psixoedukatsiyani keng joriy etish, oilaviy va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni kuchaytirish hamda psixologik xizmatlarni multidissiplinar yondashuv asosida tashkil etish orqali samarali amalga oshirilishini ko'rsatdi. Ushbu omillarning o'zaro uyg'unligi bemorlarning ruhiy salomatligini mustahkamlash, davolash samaradorligini oshirish, rehabilitatsiya jarayonini tezlashtirish va ularning hayot sifatini yaxshilashning muhim psixologik asosi hisoblanadi.

**Xulosa.** Xulosa qilib aytganda, onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirish davolash va rehabilitatsiya jarayonining muhim psixologik shartlaridan biri hisoblanadi. Tadqiqot natijalari emotsional barqarorlikning rivojlanishi psixologik



rezilyentlik, konstruktiv koping strategiyalari, emotsional regulyatsiya, ijtimoiy va oilaviy qo‘llab-quvvatlash, shuningdek, malakali psixologik yordamning o‘zaro uyg‘un ta’siri asosida shakllanishini ko‘rsatdi.

Shuningdek, psixoedukatsion dasturlarni amaliyotga keng joriy etish, psixologik konsultatsiyalarni tizimli tashkil etish, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi elementlaridan foydalanish hamda multidissiplinar yondashuvni rivojlantirish bemorlarning ruhiy barqarorligini mustahkamlash, davolanish motivatsiyasini oshirish va hayot sifatini yaxshilashga xizmat qilishi aniqlandi. Shu bois onkologik yordam ko‘rsatish tizimida klinik psixologlar faoliyatini kengaytirish, psixologik skriningni muntazam tashkil etish va bemorlarning psixoemotsional holatini doimiy monitoring qilish muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Mazkur tadqiqot natijalari onkologik kasallikka chalingan bemorlarda emotsional barqarorlikni shakllantirishning psixologik omillarini chuqurroq o‘rganish hamda psixologik yordamning innovatsion modellarini ishlab chiqish uchun nazariy va metodologik asos bo‘lib xizmat qiladi. Kelgusida turli yosh guruhlari va klinik bosqichlardagi bemorlar ishtirokida empirik tadqiqotlarni kengaytirish, psixologik intervensiyalarning samaradorligini baholash hamda milliy psixoonkologik dasturlarni takomillashtirish ushbu yo‘nalishdagi ustuvor ilmiy vazifalardan biri hisoblanadi.

### **Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.**

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni. “O‘zbekiston – 2030” strategiyasi to‘g‘risida. PF–158-son. 2023-yil 11-sentabr.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni. “O‘zbekiston Respublikasi sog‘liqni saqlash tizimini tubdan takomillashtirish bo‘yicha kompleks chora-tadbirlar to‘g‘risida”. PF–5590-son. 2018-yil 7-dekabr.
3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Qarori. “Aholiga onkologik yordam ko‘rsatish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”. PQ–2666-son. 2016-yil 21-noyabr.
4. O‘zbekiston Respublikasining Qonuni. “Fuqarolar sog‘lig‘ini saqlash to‘g‘risida” (yangi tahriri). O‘RQ–265-II.
5. Holland J. C., Breitbart W. S., Jacobsen P. B., Lederberg M. S., Loscalzo M. J., McCorkle R. *Psycho-Oncology*. 3rd ed. New York: Oxford University Press, 2015.
6. Holland J. C., Andersen B. L., Breitbart W. S., va boshqalar. *Distress Management // Journal of the National Comprehensive Cancer Network*. 2013. Vol. 11(2). P. 190–209.
7. Lazarus R. S., Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company, 2014.
8. Bonanno G. A. *The End of Trauma: How the New Science of Resilience Is Changing How We Think About PTSD*. New York: Basic Books, 2021.
9. Masten A. S. *Ordinary Magic: Resilience in Development*. New York: Guilford Press, 2014.
10. Seligman M. E. P. *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. New York: Atria Books, 2018.
11. Cohen S., Underwood L. G., Gottlieb B. H. *Social Support Measurement and Intervention: A Guide for Health and Social Scientists*. Oxford: Oxford University Press, 2019.
12. Greer J. A., Applebaum A. J., Jacobsen J. C. *Understanding and Addressing the Role of Coping in Cancer Care // CA: A Cancer Journal for Clinicians*. 2020. Vol. 70(5). P. 329–344.
13. Stanton A. L., Rowland J. H., Ganz P. A. *Life after Diagnosis and Treatment of Cancer // Journal of Clinical Oncology*. 2015. Vol. 33(19). P. 2125–2132.

**Jurnal O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan 2025-yil 16-aprel kuni № 720072-sonli guvohnoma bilan ro‘yxatga olingan.**

**“ZAMONAVIY JAMIYAT VA INNOVATSIYALAR”  
ILMIY NAZARIY JURNALI**  
**№ 7-son, 1-qism, 2026**

**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

**Zamonaviy jamiyat va innovatsiyalar ilmiy-nazariy jurnal.**  
**Buxoro, 2026. № 7-Son, 1-qism.**