

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'ULOTLARD 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, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ 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>	MAKTABGACHA 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>	SHAHMAT 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		



**Qalandarova Yulduz Bahramovna,**  
Abu Rayhon Beruniy nomidagi  
Urganch davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi

## **PSIXOLOGIK TRENINGLAR ORQALI TALABALARDA PSIXOLOGIK SALOMATLIKNI RIVOJLANTIRISH SAMARADORLIGI**

**Annotatsiya.** Mazkur ilmiy maqolada psixologik treninglar asosida talabalarda psixologik salomatlik ko'rsatkichlarini rivojlantirish samaradorligi nazariy va empirik jihatdan o'rganilgan. Tadqiqot jarayonida talabalar o'rtasida emotsional barqarorlik, psixologik rezistentlik, stressga bardoshlilik hamda ijtimoiy-psixologik moslashuv darajasidagi o'zgarishlar tahlil qilindi. Tajriba natijalari psixologik treninglar akademik stressni kamaytirish, ichki psixologik zo'riqishni pasaytirish va shaxsning o'z-o'zini boshqarish mexanizmlarini kuchaytirishda samarali ekanligini ko'rsatdi.

**Kalit so'zlar:** psixologik rezistentlik, psixologik trening texnologiyalari, koping strategiyalari, emotsional regulyatsiya, shaxsiy barqarorlik, kognitiv-emotsional muvozanat, somatizatsiya, obsesif-kompulsiv holat, depressiya, qo'rquv-xavotir, agressivlik.

## **ЭФФЕКТИВНОСТЬ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ПОСРЕДСТВОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРЕНИНГОВ**

**Аннотация.** В данной научной статье теоретически и эмпирически изучена эффективность развития показателей психологического здоровья студентов на основе психологических тренингов. В ходе исследования были проанализированы изменения уровня эмоциональной устойчивости, психологической резистентности, стрессоустойчивости и социально-психологической адаптации среди студентов. Результаты эксперимента показали, что психологические тренинги эффективны в снижении академического стресса, снижении внутреннего психологического напряжения и укреплении механизмов саморегуляции личности.

**Ключевые слова:** психологическая резистентность, технологии психологического тренинга, стратегии копинга, эмоциональная регуляция, личностная устойчивость, когнитивно-эмоциональное равновесие, соматизация, обсессивно-компульсивное состояние, депрессия, страх-тревога, агрессивность.

## **THE EFFECTIVENESS OF DEVELOPING STUDENTS' PSYCHOLOGICAL WELL-BEING THROUGH PSYCHOLOGICAL TRAINING PROGRAMS**

**Abstract.** This scientific article theoretically and empirically examines the effectiveness of developing psychological health indicators in students based on psychological training. During the study, changes in the levels of emotional stability, psychological resistance, stress resistance, and socio-psychological adaptation among students were analyzed. The experimental results showed that psychological training is effective in reducing academic stress, reducing internal psychological tension, and strengthening the individual's self-regulation mechanisms.

**Key words:** psychological resistance, psychological training technologies, coping strategies, emotional regulation, personal stability, cognitive-emotional balance, somatization, obsessive-compulsive state, depression, fear-anxiety, aggressiveness.

**Kirish.** Bugungi kunda oliy ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalar nafaqat yuqori akademik yuklama, balki ijtimoiy raqobat, axborot bosimi, shaxslararo munosabatlardagi murakkabliklar va kelajakdagi kasbiy noaniqlik kabi omillar ta'sirida kuchli psixologik zo'riqishni boshdan kechirmoqda. Bu esa ularda stress, xavotir, emotsional beqarorlik hamda depressiv holatlarning ortishiga sabab bo'lishi mumkin.



Psixologik salomatlik tushunchasi zamonaviy psixologiya fanida shaxsning ichki uyg'unligi, emotsional barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi va o'z salohiyatini ro'yobga chiqarish imkoniyati bilan izohlanadi. A. Maslou ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasida psixologik sog'lom shaxs o'zini ro'yobga chiqarishga intiluvchi individ sifatida talqin etiladi [6]. K. Rojers esa shaxsning to'laqonli rivojlanishini o'zini qabul qilish va ichki uyg'unlik bilan bog'laydi [7]. A. N. Leontevning faoliyat nazariyasiga ko'ra esa shaxs psixik rivojlanishi uning faoliyat tizimi va ijtimoiy muhit bilan uzviy bog'liqdir [8]. Ushbu nazariy yondashuvlar psixologik treninglarning ilmiy asosini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega.

O'zbekiston Respublikasida so'nggi yillarda yoshlar siyosatini rivojlantirish, ta'lim tizimini modernizatsiya qilish hamda psixologik xizmatlar sifatini oshirishga qaratilgan keng ko'lamli islohotlar amalga oshirilmoqda. Xususan, O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev tomonidan ilgari surilgan tashabbuslar yoshlar bilan ishlash tizimini takomillashtirish, ularning ijtimoiy va psixologik qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini kuchaytirishga qaratilgani bilan ahamiyatlidir [1][2][3]. Bu esa oliy ta'lim muassasalarida psixologik xizmat va profilaktik psixologik dasturlarni rivojlantirish zaruratini yanada kuchaytirmoqda.

Shuningdek, xalqaro tajribada ham talabalarning psixologik salomatligini mustahkamlashda trening texnologiyalari, psixokorreksiya va psixoprofilaktika usullaridan keng foydalanilmoqda [4][5]. Bu yondashuvlar talabalarda emotsional o'zini boshqarish, stressga bardoshlilik, kommunikativ kompetensiya va ijtimoiy moslashuv ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Shu nuqtai nazardan, psixologik treninglar talabalarning psixologik salomatligini rivojlantirishda samarali pedagogik-psixologik vosita sifatida alohida ahamiyat kasb etadi va mazkur muammoni ilmiy jihatdan o'rganish dolzarb hisoblanadi.

#### **Asosiy qism.**

**Tadqiqotning maqsadi** psixologik treninglar orqali talabalarda psixologik salomatlikni rivojlantirish samaradorligini aniqlashdan iborat.

#### **Vazifalar:**

- psixologik salomatlik nazariy asoslarini tahlil qilish;
- psixologik trening mazmunini o'rganish;
- tajriba va nazorat guruhlarini shakllantirish;
- psixodiagnostik metodika asosida tahlil o'tkazish;
- statistik natijalarni baholash.

Tadqiqotda kuzatish, suhbat, psixodiagnostik testlar va matematik-statistik (Uilkoksin W) mezon qo'llanildi. Tadqiqotda 190 nafar talaba ishtirok etdi (nazorat guruhi – 145, tajriba guruhi – 45). Natijalar shuni ko'rsatdiki, tajriba guruhida barcha psixologik salbiy ko'rsatkichlar nazorat guruhiga nisbatan pastroq bo'lgan somatizatsiya, obsesif-kompulsiv holat, depressiya, qo'rquv-xavotir, aggressivlik.

Barcha holatlarda  $p < 0,001$  darajada ishonchli farqlar aniqlangan. Bu psixologik treninglarning samaradorligini tasdiqlaydi.

Olingan natijalar psixologik treninglar talabalarda emotsional barqarorlikni oshirish, stressni kamaytirish va ijtimoiy moslashuvni kuchaytirishda muhim omil ekanligini ko'rsatdi. Trening jarayonida talabalar o'z hissiyotlarini boshqarish va muammoli vaziyatlarni konstruktiv hal qilish ko'nikmalarini rivojlantirgan.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi psixologik salomatlik omillarining kompleks tahlili va statistik mezon asosida baholanishi bilan izohlanadi. Amaliy jihatdan esa psixologik treninglarni oliy ta'lim tizimiga joriy etish orqali talabalar psixologik holatini yaxshilash imkoniyati asoslab berildi.

Keling endi **“Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi” metodikasi** bo'yicha tajriba va nazorat guruhlarining treningdan oldin va keyingi natijalariga diqqatimizni qaratamiz.

#### **1-jadval.**

**“Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi” metodikasi orqali olingan tajriba va nazorat guruhlari natijalari (w=190)**



№	Ko'rsatkichlar	Guruhlar	N	O'rtacha rang	W	p
1	Somatizatsiya	Nazorat guruhi (n=145)	145	94,1	-9,057	0,000*
		Tajriba guruhi (n=45)	45	82,7		
		Jami:	190			
2	Obsesif-kompulsiya	Nazorat guruhi (n=145)	145	97,1	-8,942	0,000*
		Tajriba guruhi (n=45)	45	79,61		
		Jami:	190			
3	Depressiya	Nazorat guruhi (n=145)	145	92,7	-7,240	0,000*
		Tajriba guruhi (n=45)	45	78,4		
		Jami:	190			
4	Qo'rquv-xavotir	Nazorat guruhi (n=145)	145	91,9	-8,132	0,000*
		Tajriba guruhi (n=45)	45	76,9		
		Jami:	190			
5	Agressivlik	Nazorat guruhi (n=145)	145	94,5	-7,871	0,000*
		Tajriba guruhi (n=45)	45	81,2		
		Jami:	190			

Izoh: \*\*p<0,001.

1-jadvalda "Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi" metodikasi asosida tajriba va nazorat guruhlarida aniqlangan natijalar keltirilgan bo'lib, unda talabalar psixologik holatining ayrim salbiy ko'rsatkichlari tahlil qilingan. Jadval natijalari Uilkoksin W mezoni asosida statistik jihatdan tekshirilgan bo'lib, barcha ko'rsatkichlar bo'yicha guruhlar o'rtasida ishonchli farqlar mavjudligi aniqlangan (\*\*p<0,001). Bu esa olingan natijalar tasodifiy emasligini, balki real psixologik farqlar mavjudligini ko'rsatadi.

Jadvaldagi birinchi ko'rsatkich – somatizatsiya bo'yicha nazorat guruhining o'rtacha rangi 94,1 ni, tajriba guruhida esa 82,7 ni tashkil qilgan (W=-9,057; p<0,01). Somatizatsiya insondagi psixologik zo'riqishlarning jismoniy holat orqali namoyon bo'lishini anglatadi. Masalan, talaba kuchli xavotir yoki ichki bosim tufayli tez-tez bosh og'rig'i, yurak tez urishi, holsizlik yoki uyqusizlikni his qilishi mumkin. Natijalardan ko'rinadiki, tajriba guruhidagi talabalar bu borada nisbatan past ko'rsatkichlarni namoyon qilgan. Bu esa ularda psixologik zo'riqishning jismoniy belgilar orqali kamroq namoyon bo'layotganini bildiradi. Psixologik treninglar davomida talabalar stressni boshqarish, emotsiyalarni nazorat qilish va dam olish usullarini o'rganganlari sababli ularning ichki ruhiy bosimi kamaygan deb izohlash mumkin.

Ikkinchi ko'rsatkich – obsesif-kompulsiya holati bo'lib, bu insonning bir xil fikr yoki harakatlarni takror-takror bajarishga moyilligini anglatadi. Nazorat guruhida o'rtacha rang 97,1 bo'lgan bo'lsa, tajriba guruhida bu ko'rsatkich 79,61 ni tashkil etgan (W=-8,942; p<0,01). Kundalik hayotda bunday holat talabaning "hammasi mukammal bo'lishi kerak" degan ortiqcha ichki bosim bilan yashashida, bir vazifani qayta-qayta tekshirishi yoki mayda xatolardan haddan tashqari xavotir olishi orqali namoyon bo'lishi mumkin. Trening mashg'ulotlari talabalarda o'zini erkin tutish, xatolarni tabiiy qabul qilish va ichki zo'riqishni kamaytirishga yordam bergani sababli tajriba guruhida ushbu ko'rsatkich pastroq kuzatilgan.

Depressiya ko'rsatkichi bo'yicha ham nazorat guruhi (92,7) va tajriba guruhi (78,4) o'rtasida sezilarli farq kuzatilgan (W=-7,240; p<0,01). Depressiv holat insonning kayfiyati tushishi, hayotga qiziqishning kamayishi, o'ziga ishonchsizlik va tushkunlik bilan xarakterlanadi. Talabalik davrida o'qishdagi qiyinchiliklar, oilaviy muammolar yoki kelajak haqidagi noaniqliklar depressiv holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Treninglardan so'ng tajriba guruhi talabalarida ijobiy fikrlash, o'z imkoniyatlarini anglash va muammolarga konstruktiv yondashuv kuchaygani sababli depressiv belgilar kamayganligi kuzatiladi.

Qo'rquv-xavotir ko'rsatkichi ham nazorat guruhida yuqoriroq natijani ko'rsatgan (91,9), tajriba guruhida esa bu ko'rsatkich 76,9 ni tashkil qilgan (W=-8,132; p<0,01). Bu natija tajriba



guruhidagi talabalar o'z hissiyotlarini boshqarishni yaxshiroq o'rganganini ko'rsatadi. Masalan, ayrim talabalar auditoriyada javob berishdan, imtihondan yoki yangi jamoaga moslashishdan qo'rqishi mumkin. Psixologik treninglar orqali talabalar o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish, erkin muloqot qilish va stressli vaziyatlarga moslashish ko'nikmalarini shakllantirganlari sababli ularda xavotir darajasi pasaygan.

Agressivlik ko'rsatkichi bo'yicha ham tajriba guruhi nazorat guruhiga nisbatan past natijalarni namoyon qilgan. Nazorat guruhida o'rtacha rang 94,5 bo'lsa, tajriba guruhida 81,2 ni tashkil etgan ( $W=-7,871$ ;  $p<0,01$ ). Agressivlik insonning tez jahllanishi, boshqalar bilan keskin munosabatga kirishishi yoki salbiy emotsiyalarni nazorat qila olmasligi bilan bog'liqdir. Talabalar hayotida bu holat guruhdoshlar bilan tortishuv, o'qituvchilarga nisbatan salbiy munosabat yoki kichik muammolarga keskin reaksiya bildirish shaklida namoyon bo'lishi mumkin. Psixologik treninglar esa talabalarda empatiya, sabr-toqat va konstruktiv muloqot ko'nikmalarini rivojlantirgani sababli agressiv holatlar kamayganligi kuzatiladi.

Jadval natijalari psixologik treninglarning talabalarning ruhiy holatini sog'lomlashtirishda muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi. Tajriba guruhi talabalarida barcha salbiy psixologik ko'rsatkichlarning pasaygani trening mashg'ulotlari samarali tashkil etilganidan dalolat beradi. Bu esa psixologik treninglar yoshlarning emotsional barqarorligini mustahkamlash, stressga chidamliligini oshirish hamda sog'lom psixologik muhitni shakllantirishda samarali vosita ekanligini tasdiqlaydi.

**Xulosa.** Mazkur tadqiqot natijalari psixologik treninglar talabalarda psixologik salomatlikni rivojlantirishda samarali pedagogik-psixologik vosita ekanligini ko'rsatdi. Tajriba jarayonida olingan empirik ma'lumotlar shuni tasdiqladiki, psixologik treninglar ta'sirida talabalarda somatizatsiya, obsesif-kompulsiv holat, depressiya, qo'rquv-xavotir va agressivlik kabi salbiy psixologik ko'rsatkichlar sezilarli darajada kamaygan.

Shuningdek, trening mashg'ulotlari talabalarning emotsional barqarorligini mustahkamlash, stressga bardoshlilik darajasini oshirish hamda ijtimoiy-psixologik moslashuv jarayonini yaxshilashga ijobiy ta'sir ko'rsatdi. Bu esa ularning o'quv faoliyatida faolligini oshirish va shaxsiy rivojlanish jarayonini jadallashtirishga xizmat qiladi.

Olingan natijalar asosida shuni ta'kidlash mumkinki, oliy ta'lim muassasalarida psixologik trening dasturlarini tizimli ravishda joriy etish talabalarning ruhiy salomatligini mustahkamlash va psixologik muammolar profilaktikasini amalga oshirishda muhim ahamiyatga ega.

### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.**

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti. Yoshlar siyosati va ta'lim tizimini rivojlantirishga oid qaror va farmonlar. Toshkent - 2019.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Oliy ta'lim tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarori. – Toshkent, 2017.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining yoshlar ma'naviyati va ruhiy salomatligini mustahkamlashga oid farmon va farmoyishlari. – Toshkent, 2020–2024.
4. G'oziev E. G'. Umumiy psixologiya. Toshkent: O'qituvchi, 2002.
5. Karimova V. M. Psixologiya. Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti, 2010.
6. Maslow A. H. Motivation and Personality. New York: Harper & Row, 1954.
7. Rogers C. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1961.
8. Leontev A. N. Faoliyat. Ong. Shaxs. Moskva: Politizdat, 1975.
9. <https://edu.uz?utm>
10. <https://lex.uz?utm>
11. <https://www.who.int/health-topics/mental>
12. [https://ziyonet.uz/ru?utm\\_source](https://ziyonet.uz/ru?utm_source)

**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.**