

ISSN 2181-5291

PSIXOLOGIYA

ILMIY JURNAL

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

SCIENTIFIC JOURNAL

№ 3, 2025

www.buxdu.uz



The journal was registered with the certificate № 05-45 on February 25, 2011 at Bukhara Region Press and Information Administration of Uzbekistan Press and Information Agency

According to the resolution №201/3 as of December 26, 2013 of the Presidium of Supreme Attestation Commission under the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan the journal was included into the list of scientific journals in which scholarly articles on the scientific results of dissertations on Psychology must be published.

Address:

200117, Bukhara city,
K.Murtazoyev street, 11
Bukhara State University
Editorial and publishing
Department
Phone: +998 (94) 837-18-38

**The journal is published 4
times a year**

Website: www.buxdu.uz
E-mail:
nashriyot_buxdu@buxdu.uz

Jurnal O'zbekiston Matbuot va axborot agentligi Buxoro viloyat matbuot va axborot boshqarmasida 2011- yil 25-fevral № 05-45-sonli guvohnoma bilan ro'yxatga olingan.

Jurnal O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi OAK Rayosatining 2013-yil 26-dekabrda 201/3-sonli qarori bilan psixologiya fanlari bo'yicha dissertatsiya ishlari ilmiy natijalari yuzasidan ilmiy maqolalar chop etilishi lozim bo'lgan ilmiy jurnallar ro'yxatiga kiritilgan.

Tahririyat manzili:

200117, Buxoro shahri,
K.Murtazoyev ko'chasi, 11-uy
Buxoro davlat universiteti
"Tahririy-nashriyot" bo'limi
Tel: +998 (94) 837-18-38

**Jurnal 1 yilda 4 marta
chiqadi.**

Website:
www.buxdu.uz
E-mail:
nashriyot_buxdu@buxdu.uz

Журнал зарегистрирован Бухарским областным управлением агентства печати и информации Республики Узбекистан. Свидетельство № 05-45 от 25.02.2011г.

Журнал включен в список обязательных выпусков ВАК при Кабинете Министров Республики Узбекистан на основании решения ВАК №201/3 от 26 декабря 2013 года для получения учёной степени доктора психологических наук.

Адрес:

город Бухара 200117,
улица М.Икбола, 11
Бухарский государственный
университет
Редакционный отдел
тел: +998 (94) 837-18-38

**Журнал выходит 4 раза в
год.**

Website:
www.buxdu.uz
E-mail:
nashriyot_buxdu@buxdu.uz



PSIXOLOGIYA

ILMIY JURNAL * НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

3-son 2025-yil. * Выпуск 3. 2025 год.

TAHRIR HAY'ATI – РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

BOSH MUHARRIR – ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:

BAROTOV SH. R.

Psixologiya fanlari doktori, professor.

Xalqaro Psixologiya Fanlari Akademiyasining haqiqiy a'zosi (akademigi)

Действительный член (академик) Международной Академии психологических наук

MAS'UL KOTIB – ОТВ. СЕКРЕТАРЬ

Sayfullayeva N.Z. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

XAMIDOV O.X.

Buxoro davlat universiteti rektori,
iqtisodiyot fanlari doktori, professor
SHOUMAROV G'.B.

Psixologiya fanlari doktori, professor, O'zbekiston
Respublikasi Fanlar Akademiyasining haqiqiy a'zosi
UMAROV B.M.

Psixologiya fanlari doktori, professor
KOZLOV V.V. (Rossiya)

Psixologiya fanlari doktori, professor
MALI'X S.B. (Rossiya)

Psixologiya fanlari doktori, professor
KOROBENNIKOV I.A. (Rossiya)

Psixologiya fanlari doktori, professor
KARIMOVA V.M.

Psixologiya fanlari doktori, professor
SAFOYEV N.S.

Psixologiya fanlari doktori, professor
BEKMURODOV M.B.

Sotsiologiya fanlari doktori, professor
KADIROV U.D.

Psixologiya fanlari doktori, professor
JABBOROV A.M.

Psixologiya fanlari doktori, professor
OLIMOV Sh.Sh.

Pedagogika fanlari doktori, professor
JUMAYEV R.G'.

Siyosiy fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
NISHONOVA Z.T.

Psixologiya fanlari doktori, professor
NAZAROV A.M. Psixologiya fanlari doktori (DSc),
professor

IBODULLAYEV Z.R.

Tibbiyot fanlari doktori, professor
BEGMATOV A.S.

Falsafa fanlari doktori, professor

HUSEYNOVA A.A.

Falsafa fanlari doktori, professor
MUXAMEDOVA D.G.

Psixologiya fanlari doktori, professor
RUXIYEVA X.A.

Psixologiya fanlari nomzodi, professor
BAROTOVA D.SH.

Psixologiya fanlari doktori, dotsent
AKRAMOV V.R.

Tibbiyot fanlari doktori, dotsent
ZARIPOV G.T.

Texnika fanlari nomzodi, dotsent.

OSTONOV Sh.Sh.

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD),
dotsent

RUSTAMOV Sh.Sh.

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD),
dotsent

TILAVOV M.H.

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

MUHARRIRLAR – РЕДАКТОРЫ:

Usmanova M.N. – psixol.fan.nom., professor

Muxtorov E.M. – psixol.fan.nom., dotsent

Raxmatova M.M. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa
doktori (PhD), dotsent

Abuzalova M.K. - filologiya fanlari doktori, professor

Sobirova D.A. – psixologiya fanlari doktori (DSc),
professor

TEXNIK MUHARRIRLAR – TEX.

РЕДАКТОРЫ:

Shirinova M.Sh., filologiya fanlari bo'yicha falsafa
doktori (PhD)



PSYCHOLOGY

SCIENTIFIC JOURNAL

Issue 3: 2025

EDITORIAL BOARD:

EDITOR-IN-CHIEF: **BAROTOV SH. R.**

Doctor of Psychology, professor, the member (academician) of International Academy of Psychological Sciences

EXECUTIVE SECRETARY: Sayfullaeva N.Z. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD)

XAMIDOV O.X.

Doctor of Economic Sciences, Professor,
The rector of Bukhara State University

SHOUMAROV G.B.

Doctor of Psychology, Professor, Full
member of the Academy of Sciences of the
Republic of Uzbekistan

UMAROV B.M.

Doctor of Psychology, Professor
The assistant of the editor-in-chief

KOZLOV V.V. (Russia)

Doctor of Psychology, Professor

MALIKH S.B. (Russia)

Doctor of Psychology, Professor

KOROBENNIKOV I.A. (Russia)

Doctor of Psychology, Professor

KARIMOVA V.M.

Doctor of Psychology, Professor

SAFOEV N.S.

Doctor of Psychology, Professor

BEKMURODOV M.B.

Doctor of Sociology, Professor

KADIROV U.D.

Doctor of Psychology, Professor

JABBOROV A.M.

Doctor of Psychology, Professor

OLIMOV Sh.Sh.

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

JUMAEV R.G.

PhD in Political Sciences, Docent

NISHONOVA Z.T.

Doctor of Psychology, Professor

NAZAROV A.M.

Doctor of Psychology, Professor

IBODULLAEV Z.R.

Doctor of Medical Sciences, Professor

BEGMATOV A.S.

Doctor of Philosophy, Professor

HUSEYNOVA A.A.

Doctor of Philosophy, Professor

MUXAMEDOVA D.G.

Doctor of Psychology, Professor

RUXIYEVA X.A.

Candidate of Psychology, Professor

BAROTOVA D.SH.

Doctor of Psychology, Docent

AKRAMOV V.R.

Doctor of Medical Sciences, Docent

ZARIPOV G.T.

Candidate of technical sciences, Docent

OSTONOV Sh.Sh.

PhD of Psychology, Docent

RUSTAMOV Sh.Sh.

PhD of Psychology, Docent

TILAVOV M.H.

PhD of Psychology

EDITORS:

Usmanova M.N. – Candidate of Psychology,
Professor

Mukhtorov E.M. – Candidate of Psychology,
Docent

Raxmatova M.M. – Doctor of
Philosophy in Philological Sciences
(PhD), Docent

Abuzalova M.K. – Doctor of Philological
Sciences, Professor

Sobirova D.A. Doctor of Psychology,
Professor

TECHNICAL EDITORS:

Shirinova M.Sh., Doctor of
Philosophy in Philological Sciences
(PhD)



Abduqahhorova Shahnoza Abdurasul qizi,
 Iqtisodiyot va pedagogika universiteti
 Pedagogika va o‘qitish metodikasi kafedrası dotsenti v.b., psixologiya f.f.d (PhD)
 shaxnozaabduqaxorova86@gmail.com

EMOTIONAL-FRUSTRATION XUSUSIYATLAR TUSHUNCHASINING PSIXOLOGIK TABIATI

Annotatsiya. Maqolada emotsional-frustratsion xususiyatlar tushunchasining psixologik tabiati to‘g‘risida ma‘lumotlar berilgan. Shaxsning emotsional-frustratsion xususiyatlarni o‘rganishning psixologiyada ilmiy-nazariy asoslari tahlili keltirilgan. Shuningdek, eshitishda nuqsoni bor o‘smir o‘quvchilarda emotsional-frustratsion xususiyatlar namoyon bo‘lishining psixologik determinantlariga oid ma‘lumotlar keltirib o‘tilgan. Emotsional kechinmalarining namoyon bo‘lishi psixologik tadqiqotlardagi sharhi keltirilgan. Maktabgacha yosh davri bolaning hissiy va irodaviy sohasini shakllantirishda emotsional-frustratsion xususiyatlar bilan bog‘liq ta‘riflar berilgan. Eshitishda nuqsoni bor bolalarda emotsional-frustratsion soha rivojlanishining o‘ziga xos xususiyatlari tahlil qilib berilgan. Frustratsiya va ijtimoiy frustratsiya darajalarini aniqlash so‘rovnomasi natijalari va emotsional intellektni aniqlash so‘rovnomasi natijalari keltirib o‘tilgan. Agressiyaning ijtimoiy psixologiyasida frustratsiya va aggressiyaning bir-biriga aloqadorlik jihatlari ta‘riflanadi.

Kalit so‘zlar: o‘smir, emotsional-frustratsiya, psixologik determinant, emotsional kechinma, hissiy va irodaviy soha, frustratsiya, ilmiy-nazariy tahlil, tipiklashtirish, emotsional intellekt, agressiya, ijtimoiy psixologiya, kayfiyat, affektiv qo‘zg‘aluvchanlik, impulsivlik, g‘azab, uyatchanlik, og‘riqli qo‘rquv, fobiya, pessimizm, befarqlik.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРИРОДА ПОНЯТИЯ “ЭМОЦИОНАЛЬНО-ФРУСТРАЦИОННЫЕ СВОЙСТВА”

Аннотация. В статье представлена информация о психологической природе понятия эмоционально-фрустрационных характеристик. Приведён анализ научно-теоретических основ изучения эмоционально-фрустрационных особенностей личности в психологии. Также представлена информация о психологических детерминантах проявления эмоционально-фрустрационных характеристик у учащихся-подростков с нарушениями слуха. Приведено описание проявления эмоциональных переживаний в психологических исследованиях. Даны определения, связанные с эмоционально-фрустрационными особенностями в формировании эмоционально-волевой сферы ребёнка дошкольного возраста. Проанализированы особенности развития эмоционально-фрустрационной сферы у детей с нарушениями слуха. Представлены результаты опросника по определению уровня фрустрации и социальной фрустрации, а также результаты опросника по определению эмоционального интеллекта. В социальной психологии агрессии описываются аспекты взаимосвязи фрустрации и агрессии.

Ключевые слова: подросток, эмоциональная фрустрация, психологическая детерминанта, эмоциональное переживание, эмоционально-волевая сфера, фрустрация, научно-теоретический анализ, типизация, эмоциональный интеллект, агрессия, социальная психология, настроение, аффективная возбудимость, импульсивность, гнев, застенчивость, болевой страх, фобия, пессимизм, безразличие.

THE PSYCHOLOGICAL NATURE OF THE CONCEPT OF EMOTIONAL-FRUSTRATING PROPERTIES

Abstract. The article provides information on the psychological nature of emotional-frustration characteristics. It presents an analysis of the scientific and theoretical foundations for studying emotional-frustration personality traits in psychology. Additionally, data on the psychological determinants of emotional-frustration characteristics in adolescent students with hearing impairments are presented. The article offers an overview of how emotional experiences manifest in psychological research. It provides definitions related to emotional-frustration characteristics in the formation of the emotional and volitional sphere of preschool children. The specific features of emotional-frustration sphere development in children

with hearing impairments are analyzed. The article presents results from questionnaires determining levels of frustration and social frustration, as well as emotional intelligence. In the social psychology of aggression, aspects of the relationship between frustration and aggression are described.

Keywords: adolescent, emotional-frustration, psychological determinant, emotional experience, emotional and volitional sphere, frustration, scientific-theoretical analysis, typification, emotional intelligence, aggression, social psychology, mood, affective excitability, impulsivity, anger, shyness, painful fear, phobia, pessimism, indifference.

Kirish. Shaxsda emotsional-frustratsion xususiyatlarning namoyon bo‘lishi – bu o‘z xatti – harakatlari va aqliy jarayonlarini tartibga solish, o‘zini o‘zi belgilash kabi qobiliyat turlarlarining namoyon bo‘lishidir. Emotsional-frustratsion xususiyatlar va uning kelib chiqish sabablari, o‘ziga xos psixologik tadqiqot sanalib, ularni psixodiagnostik jihatdan baholash, yuzaga kelishini oldini olishning psixologik chora-tadbirlarini ishlab chiqish, emotsional zo‘riqlashlarning shakli sanalgan qo‘rquv, tavishlanish, xavotirlik hissi, stress, frustratsiya, tushkun kayfiyat kabi hissiy holatlarning tabiatini aniqlashtirish va konseptual tavsiflash o‘ta aktual ishlar turkumidan biri sanaladi.

Umuman olganda, emotsional-frustratsion soha shakllanishining psixologik o‘ziga xosliklari borasida, ko‘plab tadqiqotlar amalga oshirilgan bo‘lib, o‘rganish obyekti sifatida maktabgacha yoshdagi bolalar, katta maktab yoshi o‘quvchilari, o‘smirlik davri, o‘spiriklik davri kabi yosh bosqichlarini uchratish mumkin. Demak, atrof-muhit bilan hissiy aloqada bo‘lish, boshqalarning yuz qiyofalari va mimikalarini anglash, hissiy soha rivojlanishining ilk belgilaridan biri sanalib, bunda erta bolalikka xos hissiy tajribaning yuzaga kelishi nazarda tutiladi.

Tadqiqot obyekti. Tadqiqotga imkoniyati cheklangan bolalarga mo‘ljallangan Qarshi, Samarqand va Toshkent shaharlaridagi maktablarda tahsil oluvchi eshitishda nuqsoni bor bo‘lgan o‘smir o‘quvchilar tanlangan bo‘lib, jami 265 nafar respondentlar tadqiqotga jalb etilgan.

Qo‘llanilgan metodlar. Tadqiqotni amalga oshirishda bir qator metodika va so‘rovnomalar tanlab olingan. Jumladan, Vssermannning “Ijtimoiy frustratsiya xususiyatlarini o‘rganish” so‘rovnomasi, Lyusinaning “Emotsional intellekt” so‘rovnomasi, Rozensveygning “Frustratsiya xususiyatlarini o‘rganish” so‘rovnomasi hamda Nikiforov tomonidan yaratilgan “Emotsional holatlarda o‘zini nazorat qilish” so‘rovnomalaridan foydalanildi. Olingan natijalarning ishonchlilik darajasi parametrik va noparametrik mezonlarni qo‘llash orqali tasdiqlandi.

Natijalar va ularning tahlili. V.K.Vimonas o‘zining “Emotsional kechinmalarining namoyon bo‘lishi psixologiyasi” asarida ta’kidlashicha, maktabgacha yosh davri bolaning hissiy va irodaviy sohasini shakllantirish eng qulay davri sanalib, bunda bola xulq-atvorida yangi harakatlarning paydo bo‘lishi, yangi istaklar, intilishlar, o‘ziga xos mazmundagi motivlar va hayotiy qadriyatlar darajasi shakllanadi. Shuningdek, bolaning his-tuyg‘ulari asta-sekin o‘z impulsivligini yo‘qotadi, oldinroq bola uchun asosiy narsa bu, kattalarning roziligi bo‘lgan bo‘lsa, endi maktabgacha yoshdagi bola uchun asosiy holat, katta natijalarga erishish hamda o‘z faoliyatiga beriladigan yuqori bahodir.[1. 147]

Emotsional-frustratsion holatlar irodaviy boshqaruv mexanizmlari bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, o‘smirlik davrida ham mazkur ikki soha o‘zgarishlari boshqa yosh ko‘rsatkichlaridan farqli o‘laroq, ancha keskin kechishi bilan xarakterlanadi. Chunki insonning atrof-muhit bilan o‘zaro aloqasi va o‘zini o‘zi mustaqil boshqarishi affektiv-irodaviy soha tomonidan ta’minlanadi. Bu shaxsning kuchini, psixik muvozanatini va hissiy-ixtiyoriy nazorat qilish qobiliyatini ifodalovchi psixo-emotsional salohiyati sanaladi.

Morozova o‘z asarida ta’kidlaganidek, eshitishda nuqsoni bor bolalarda emotsional-frustratsion soha rivojlanishining o‘ziga xos xususiyatlarini o‘rganish juda muhim ahamiyatga ega, chunki bunday bolalarda o‘qishga bo‘lgan qiziqishning shakllanishi asosan, hissiy-kognitiv sohaning shakllanish xarakteriga ko‘proq bog‘liq sanaladi. Ya’ni bilishga qaratilgan va kognitiv mo‘ljallangan vaziyatlar, holatlar va bilimlar tizimi avval kognitsiyaga (umumiy tasavvur, bilimga) keyin esa, hissiy holtaga aylanadi.[2. 142]

Psixik rivojlanishda orqada qolgan bolalarda boshqa turlardan farqli o‘laroq, infantilizm va muvofiqlashtirilmagan hissiy jarayonlar qayd etiladi. Aqli zaif bolalarda esa, hissiyotlarning rivojlanishida kechikishlar kuzatiladi shuningdek, aniq namoyon bo‘luvchi belgilar sifatida hissiy beqarorlik, labillik, kayfiyatni o‘zgartirish qulayligi va his-tuyg‘ulardagi qarama-qarshi holatlar buning yaqqol ifodasidir.

Eshitishda nuqsoni bor bolalarning emotsional-frustratsion sohasini tadqiq qilish jarayonida, ularga xos bo‘lgan quyidagi xarakterologik xususiyatlar mavjudligini ajaratib o‘tish mumkin:

- Kayfiyatdagi beqarorlik, nomuvofiqlik (kayfiyatning keskin o‘zgarishi);
- Affektiv qo‘zg‘aluvchanlikning kuchayishi (ajablanish, emotsional reaksiyalarning jilovsiz va cheklanmagan ko‘rinishi);
- Odamlarni yoqtirish yoki yoqtirmaslikning kuchli ko‘rinishi (yoqimli va yoqimsiz hislar);

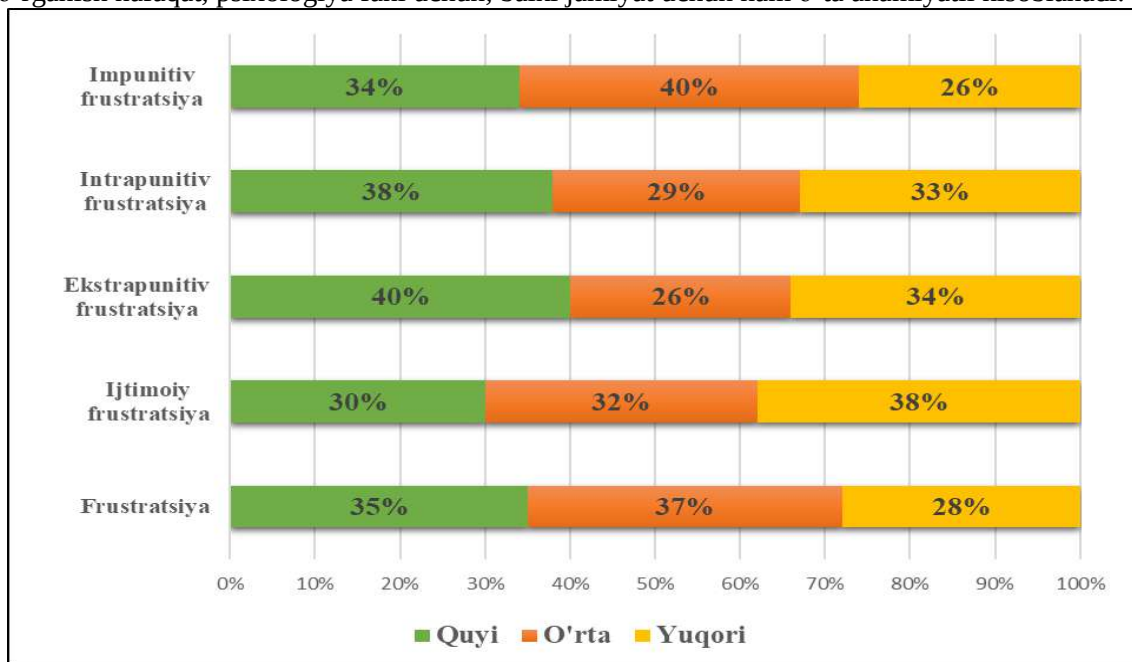
- Harakatlarning impulsivligi (hissiy muvozanatning buzilishi);
- G‘azablanganlik (qisqa muddatli aqldan ketish holati);
- Uyatchanlik va og‘riqli qo‘rquv (fobiya);
- Pessimizm va haddan tashqari xushchaqchalik;
- Befarqlik (harakat va so‘z uzoq qayd etilmasligi).

Shu sababli ham, bunday rivojlanishdagi bolalarda, maxsus tuzatuvchi ta’limni imkon qadar erta boshlash va bolaning hissiy sohasini rivojlantirish uchun, qulay shart-sharoitlarni yaratish o‘ta muhimdir. Yuqorida ko‘rib chiqilgan masalalar qatorida, rivojlanishida nuqsoni bo‘lgan bolalar qatorida ko‘zi ojiz va zaif ko‘ruvchi bolalar ham farqlanib, bunday bolalar ham o‘ziga xos his-tuyg‘ularga ega, ammo ularning rivojlanish darajasi sog‘lom bolalarning hissiy sohasidan ancha farqqa egadir deb ta’kidlash mumkin. Agar bolada rivojlanishdagi buzilishlar doimiy bo‘lsa, onalar ko‘plab tibbiy, maishiy, ijtimoiy muammolarga duch keladi, ularni yengish uchun sezilarli darajada hissiy tajriba zarurdir. Ya’ni bolaning nuqsoni to‘g‘risidagi doimiy tashvish, shu jumladan uning ayni paytdagi holati, keyingi rivojlanish dinamikasi va bolaning kelajagi haqidagi uy-fikrla dastlab, oddiy tashvishlanish sifatida namoyon bo‘lib, keyinchalik hissiy deformatsiya yoki kuchli stressni boshdan kechirishga sabab bo‘ladi.

Bundan tashqari, emotsional-frustratsion xususiyatlar odamlarning munosabatlarini tartibga solishda juda katta ahamiyatga ega bo‘lib, u orqali insonlarning xulq-atvori, tashqi muhitga bo‘lgan munosabatlari boshqalar tomonidan baholanadi. Shu bois ham, psixologlar hissiyotlar muammosiga va uning rivojlanish dinamikasiga katta e’tibor berishadi. Hattoki, dunyo miqyosida insonning hissiyotlar olamini tadqiq etuvchi ilmiy markazlar, institutlar va ekspert markazlar faoliyat olib bormoqda.

Demak, inson emotsional-frustratsion tabiatini o‘rganish psixologik nuqtai-nazardan muhim ahamiyatga ega, chunki o‘tib kelayotgan avlodni tarbiyalash nafaqat bolalarga bilim, o‘zlashtirish va ko‘nikmalarning muayyan tizimini shakllantirish, balki haqiqatga va atrofdagi odamlarga o‘ziga xos hissiy munosabatni shakllantirishni kabilarni ham o‘z ichiga oladi. So‘nggi yillarda hissiyotlar sohasi haqidagi bilimlar doimiy ravishda o‘tib bormoqda. Bu bilimlar turli kasblardan olingan, chunki hissiyot fanlararo tadqiqotlarning predmeti sanaladi. Ijtimoiy psixologiya vakillari ham boshqalar qatorida, inson his-tuyg‘ularni og‘zaki bo‘lmagan muloqot sifatida o‘rganishga harakat qilganlar.

Bizning fikrimizcha, emotsional holat bir yoki bir nechta his-tuyg‘ularni o‘z ichiga olgan murakkabroq ruhiy hodisa bo‘lib, ular orasida eng muhimi bitta hissiyotdir. Boshqacha aytganda, emotsional holat hozirgi ehtiyojning ahamiyatini baholash va emotsional tushkunlik davrida yuzaga keladigan ehtiyojni qondirish bilan yakunlanadi. Shaxsning yangi psixologik imkoniyatlarini shakllantirishga, bolaning aqliy rivojlanishiga, hissiy shakllanishiga uni ilg‘or rivojlanishiga yo‘naltirish, ta’lim -tarbiya jarayonini maqsadli tashkil etish, o‘z-o‘zini tarbiyalash jarayonini to‘g‘ri tashkil etish kabilar, barkamollik uchun keng shart-sharoitlarni yaratadi. Hissiy – irodaviy yetuklik yuqoridagi masalalardan biri bo‘lib, uni nazariy va amaliy jihatdan o‘rganish nafaqat, psixologiya fani uchun, balki jamiyat uchun ham o‘ta ahamiyatli hisoblanadi.



1-rasm. Frustratsiya va ijtimoiy frustratsiya darajalarini aniqlash so‘rovnomasi natijalari

Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, jisimoiy rivojlanishda, ya'ni eshitishda nuqsoni bor o'smirlar emotsional-frustratsion xususiyatlarga ega shaxs sifatida shakllanadi, odatda, boshqalarning ko'magisiz, muammolarni ko'rishadi va undan kelib chiqib, o'z oldilariga maqsadlar qo'yadilar. Bundan tashqari, ushbu siftga ega shaxslar o'z nuqtayi nazarlarini, o'zlarining maqsad va istaklarini faol himoya qila oladilar. O'z-o'zini himoya qilish va o'z fikr-mulohazalarini bildira olish, jur'at bilan ishini yakunlash mustqallik sifatiga xos ko'nikmalardir.

Frustratsion holatlarni aniqlash so'rovnomasiga ko'ra sinaluvchilarning natijalari frustratsiya shkalasi bo'yicha quyi daraja 35%, o'rta 37% va yuqori 28%ni tashkil etgan. Tadqiqotchi I.A.Yurova o'zining “frustratsiya noodatiy xulq – atvor sifatida” nomli maqolasida, frustratsiya tushunchasiga quyidagicha ta'rif beradi: [3. 190] “frustratsiya, zaruriy ehtiyojlarni qondirishda yuzaga keladigan imkoniyatsizlikdan kelib chiqib, u insondagi rohat, adovat va nafrat kabi hislar bilan uyg'un kechadi. Demak, muallif nazaricha, frustratsiya ba'zan inson uchun rohat hissini olib kelsa, ba'zan nafrat hissi bilan ham xarakterlanadi.

Ijtimoiy frustratsiya shkalasi bo'yicha quyi farq 30%, o'rta 32% va yuqori 38% bilan xarakterlangan. Frustratsiyali xulq-atvorning turlarini quyidagicha tasniflash mumkin:

- Frustratsiya harakatlantiruvchi qo'zg'alish – maqsadsiz va tartibsiz reaksiyalar sifatida;
- Frustratsiya beparvolik, e'tiborsizlik sifatida – qayd qilingan xulq-atvorni ko'r-ko'rona takrorlash;
- Frustratsiya o'tmishdagi xulq-atvor sifatlariga qaytish sifatida;
- Destruktiv va agressiv xulq-atvor sifatida va hokazo.

Ekstrapunitiv frustratsiya shkalasi bo'yicha quyi farq 40%, o'rta 26% va yuqori daraja 30% bilan namoyon bo'lgan. Frustratsion vaziyatlarga munosabatni shaxs tiplari orqali tushuntirishga harakat qiladilar. Ya'ni kutilmagan holatlarda stenik (kuchli, bardoshli) va astenik (zaif, kuchsiz) shaxslarning reaksiyalari turlicha bo'lib, stenik tipdagi shaxs munosabati, avvalo, agressiya bilan ifodalanadi. Astenik tipda esa, agressiya kamdan kam holatda namoyon bo'lib, muammoni hal etishda qarshilik kuchi ancha past darajada bo'ladi deb ta'kidlaydilar. AQShning Yel universiteti professori N.Millerning fikricha, frustratsiya insonga xos xulq-atvorning turli modellarini keltirib chiqaruvchi noyob psixologik kechinma, agressiya esa, ulardan bittasidir. Bir tomondan, frustratsiyalangan shaxslar har doim ham boshqalarga nisbatan verbal (og'zaki) yoki jismoniy hujumlar qilmasliklari mumkin, ammo ular bo'ysunishni ham va taqdirga tan berishni ham istamaydilar [4. 337].

Intrapunitiv frustratsiya shkalasiga ko'ra quyi 38%, o'rta 29% va yuqori 33% ni tashkil etgan. Shuni alohida ta'kidlab o'tish joizki, frustratsiya har doim ham agressiyaga olib kelmasligi haqidagi qarashlar ba'zi tadqiqotlar mazmunida o'z aksini topgan. T.G.Rumyansevaning so'zlariga ko'ra, frustratsiya agressiyani keltirib chiqarishiga qaramasdan, u tez-tez sodir bo'lmaydi. Frustratsiya avvalo, shunday odamlarda agressiyani keltirib chiqaradiki, ular frustratsiyali vaziyatlarga yoki agressiv xatti-harakatlarga moyil bo'ladilar. Demak, subyekt qanchalik katta darajada rohatlansa, to'siq qanchalik kuchli bo'lsa va shaxsning to'siqlarga nisbatan javob reaksiyalari ko'proq to'silsa, unda agressiyali xatti-harakatlar shuncha tez namoyon bo'ladi. Mazkur tahlildan farqli ravishda, frustratsiya va agressiya o'rtasidagi o'ziga xoslik tamoyili borasida, e'tiborga molik fikrlarni ham uchratish mumkin.

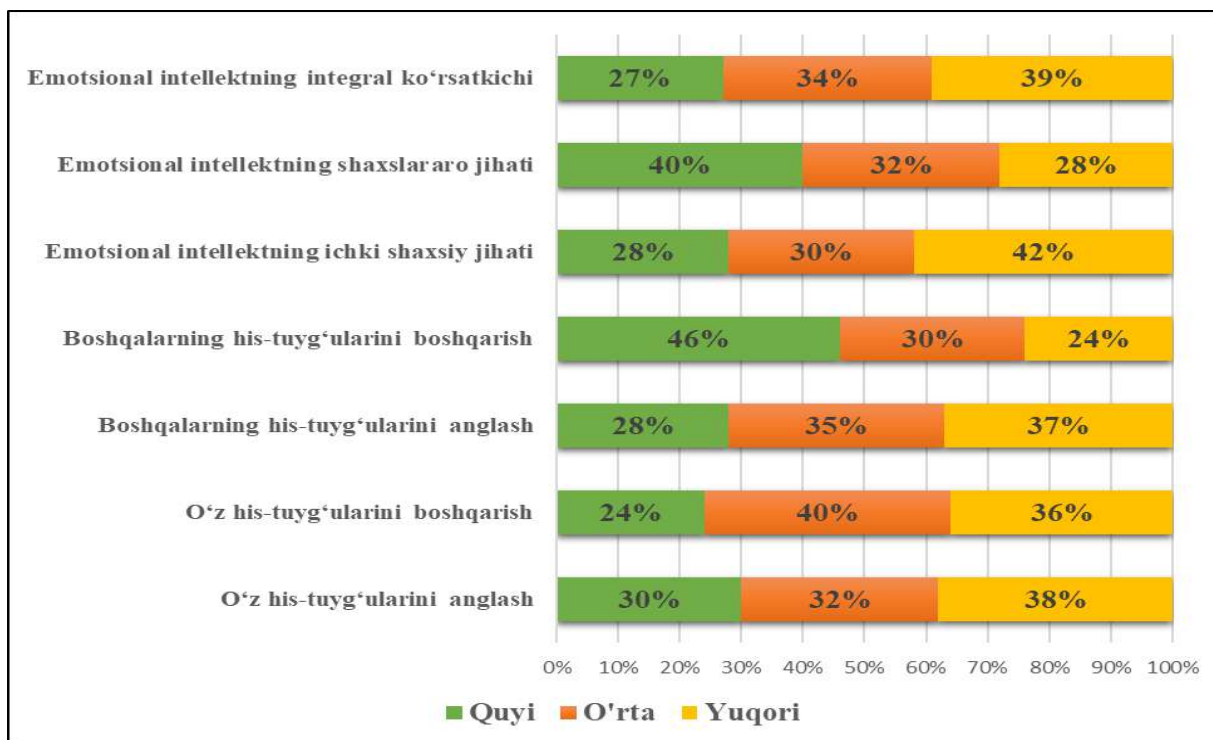
Impunitiv frustratsiya shkalasiga ko'ra quyi farq 34%, o'rta 40% va yuqori 26%ni tashkil qilgan. Tadqiqotchi A.Y.Drozdovning aytishicha, frustratsiya agressiyaga yordam beradi, lekin bu har doim ham sodir bo'lmaydi, agressiv xatti-harakatlar faqat agressiya uchun tegishli bo'lgan sabablar ya'ni g'azab va nafratni keltirib chiqaradigan muhit bo'lgandagina paydo bo'ladi. Umuman olganda, muayyan sharoitlarda odamlar ham, jismoniy obyektlar ham agressiya paydo etuvchi sababchilar rolini o'ynashi mumkin. [5. 96]

Xorij tadqiqotchisi B.Kreyxi o'zining “Agressiyaning ijtimoiy psixologiyasi” o'quv qo'llanmasida, frustratsiya va agressiyaning bir – biriga aloqadorlik jihatlarini shunday tariflaydi: “insondagi agressiv xulq frustratorlar (frustratsiyani chaqiruvchilar) bo'lmaganda ham namoyon bo'lishi mumkin. Ya'ni bunda umuman boshqa omillar pul, shafqatsizlikka bo'lgan moyillik, mukofot kutish, kimningdir xohishi cheklash, kutilmagan buyruq kabilar paydo etishi mumkin”. [6. 333]

Keyingi keltirilgan jadvalda eshitishda nuqsoni bor o'smirlarning emotsional intellektni aniqlash so'rovnomasi bo'yicha olingan natijalari taqdim qilingan (2-rasm).

Emotsional intellektni aniqlashga qaratilgan so'rovnoma bo'yicha jismoniy rivojlanishda ya'ni eshitishda nuqsoni bor bo'lgan o'smir o'quvchilardan olingan natijalar birinchi shkala o'z his-tuyg'ularini anglash bo'yicha quyi nisbatda 30%, o'rta darajada 32% va yuqori darajada 38%ni namoyon qilgan.

O'z his-tuyg'ularini boshqarish shkalasi bo'yicha quyi farq 24%, o'rta 40% va yuqori 36%ni aks ettirgan. Insonning tashqi dunyosi va murakkab ichki dunyosidagi ichki qarama-qarshilik va shubhalarni yengish uchun, kuchli iroda zarur bo'ladi. Insonning ichki dunyosi murakkab tuzilmadir, inson qaror qabul qilishda qiynaladi, chunki, unda motivlar va maqsadlar o'rtasida kurash bor.



2-rasm. Emotsional intellektni aniqlash so'rovnomasi natijalari

Boshqalarning his-tuyg'ularini anglash shkalasi bo'yicha quyi natija 28%, o'rta 35% va yuqori 37%ni namoyon qilgan. Shaxsning emotsional-frustratsion sohasining shakllanishi bir qator tashqi va ichki omillar ta'sirida yuzaga keladigan, murakkab jarayondir. Tashqi ta'sir omillari ijtimoiy muhit sharoitlari, bola yashaydiga oila muhiti, ichki ta'sir omillariga esa – irsiyat, uning jismoniy rivojlanish xususiyatlari va hokazolar kiradi.

Boshqalarning his-tuyg'ularini boshqarish shkalasi bo'yicha quyi farq 46%, o'rta 30% va yuqori 24% bilan farqlangan. Emotsional-frustratsion muammo bugungi kunda, juda dolzarb masala bo'lib, uning asosi hissiy tajriba orttirish va tarbiyadir. Emotsional-frustratsion sohani shakllantirish jarayonida, kognitiv faoliyatdagi barcha o'zgarishlar sodir bo'ladi.

Emotsional intellektning ichki shaxsiy jihati shkalasi bo'yicha farq quyi 28%, o'rta 30% va yuqori 42%ni qayd etgan. Emotsional intellektning shaxslararo jihati shkalasi bo'yicha quyi farq 40%, o'rta darajani 32% va yuqori darajani 28% bilan namoyon qilib alohida xarakterlangan. Bolani o'rab turgan kattalar u bilan ishonchli munosabatlar o'rnatishlari mumkin va bu holatlar bolada kechayotgan psixik rivojlanish jarayonini osonlashtirishi mumkin. O'qituvchilar bolada empatiya munosabat, do'stlik va altruizmning namoyon bo'lishini e'tibordan chetda qoldirmaslik lozim.

Emotsional intellektning integral ko'rsatkichi shkalasiga ko'ra, quyi farq 27%, o'rta darajani 34% va yuqori darajani 39% bilan namoyon bo'lgan.

Emotsional-frustratsion xususiyatlar irodaning tarbiya jarayonida shakllanadigan axloqiy komponentlarini va nerv sistemasining tipologik xususiyatlari bilan chambarchas bog'liq bo'lgan irsiy komponentlarini o'zida mujassamlashtiradi. Masalan, qo'rquv, charchoqqa uzoq vaqt bardosh bera olmaslik, tez qaror qabul qilish ko'p jihatdan insonning tug'ma xususiyatlariga (asab tizimining kuchli va zaifligi, uning labilligi) bog'liq.

Qator ilmiy izlanishlarning natijalari shuni ko'rsatdiki, eshitish qobiliyati cheklanganlik bilan og'rigan bolalarda, hissiy baholashning pastligi ko'p jihatdan, ta'limdagi kamchiliklar, kattalar tomonidan bolalarni hissiy muloqotga chaqira olmaslik, kabi omillar uzviy bog'liqligi aniqlangan. Tom ma'noda esa, emotsional-frustratsion xususiyatlar - faol qaror qabul qilish jara'eni sifatida, atrof-muhitdagi qo'g'atuvchilar ta'siriga sezgir javob beruvchi ichki kuch hisoblanadi. Bundan tashqari, iroda ba'zan insonning motivatsion harakatlarida, ba'zan qaror qabul qilish uslubida hamda oliy maqsad va istaklari mazmunida namoyon bo'ladi.

Zamonaviy psixologik amaliyotda nafaqat sog'lom bolalar, balki jismoniy nuqsoni bor bolalarning psixologik imkoniyatlarini aniqlash hamda ularni samarali o'qitish va tarbiyalashga oid ilmiy ishlarni amalga oshirish masalalari, o'ta muhim ahamiyatga ega vazifalardan biri sanaladi. Emotsional-frustratsion

rivojlanishdagi yetuklik – bu yuqori darajada oʻzini oʻzi qadrlash, oʻzini oʻzi boshqarish, maqsadlarga erishishda muvaffaqiyatga yoʻnalganlikni taʼminlovchi jarayondir. Bu jarayon koʻpincha zamonaviy psixologik adabiyotlarda “hissiy farovonlik” tushunchasi bilan tavsiflanadi. Aynan, shu hissiy farovonlik fenomeni – bolaning rivojlanish muvaffaqiyatini baholash uchun, keng qamrovli tushuncha sifatida ishlatilib, uni turli yoshdagi bolalar faoliyati orqali oʻrganish mumkin.

Biroq baʼzi ota-onalar bolaning xatti-harakatlarida, hissiy rivojlanish farovonligining yorqin koʻrinishlari, masalan, tabassum va yaqinlarini tan olish yoki insonning yuziga qiziqish yoʻqligi kabi holatlar yoʻqligidan chuqur xavotirga tushadilar. Koʻpgina ota-onalar ushbu holatni, haddan tashqari jahldorlik, qoʻzgʻaluvchanlik, atrof-muhit bilan kam aloqa qilish sifatleri bilan ham bogʻlashadilar.

Eshitishda nuqsoni bor bolalarni ijtimoiy muhitga moslashtirish, ularda hissiy farovonlikni taʼminlash, oʻz tengqurlari bilan adekvat munosabatlarni oʻrnatishga yordam berish, psixolog va pedagog mutaxassislarning asosiy vazifalaridan biridir. Shu bois ham, ushbu paragrafda, nuqsoni bor bolalarda emotsional-frustratsion soha shakllanishiga taʼsir etuvchi omillar, uni shakllantirishga asos boʻluvchi psixologik usullar tgʻrisida batafsil toʻxtalib oʻtishga harakat qilamiz. Oldingi paragraflarimizda keltirib oʻtganimizdek, jismoniy nuqsoni borlik bir necha kasalliklarni oʻz ichiga olib, unga eshitishda nuqsoni bor, koʻrishda nuqsoni bor, nutq sohasida nuqsoni borlik, tayanch harakat tizimida nuqsoni borlik, aqliy rivojlanishida nuqsoni borlik, emotsional-irodaviy soha rivojlanishidagi buzilishlar kabilarni kiritish mumkin. Qayd etilgan nuqsonlarga ega boʻlgan bolalarning hissiy va irodaviy sohasi imkoniyatlari va uning rivojlanish dinamikasi turlicha kechib, muammoga nisbatan alohida yondashuvni talab etadi. Boshqa nogiron bolalar qatorida, eshitish nuqsoni bor bolalarning hissiy olami ham, ularning shaxs sifatida rivojlanishi uchun muhim soha sanalib, uni tadqiq etish yuzasidan ham psixologiyada, pedagogikada, defektologiya, maxsus psixologiya yoʻnalishlarida oʻziga xos izlanishlar amalga oshirilgan.

Xulosa. Eshitishda nuqsoni boʻlgan oʻsmir oʻquvchilarning emotsional-frustratsion xususiyatlarining psixologik omillari yuzasidan oʻtkazilgan tadqiqot natijalari shuni koʻrsatadiki, koping xulq-atvorni shakllantirish omilini psixodiagnostik tashxis qilish, emotsional intellekt xususiyatlari, shaxsning frustratsiya va ijtimoiy frustratsion xususiyatlarini baholash, emotsional holatlarda oʻzini nazorat qilish boʻyicha soʻrovnomalardan olingan natijalar ulardagi oʻrtacha koʻrsatkichlarni namoyon etganligi aniqlandi.

Eshitishda nuqsoni boʻlgan oʻsmir oʻquvchilarning emotsional-frustratsion xususiyatlari tadqiqot ishi boʻyicha tanlab olingan soʻrovnomalarda yaʼni koping xulq-atvorni shakllantirish omilini psixodiagnostik tashxis qilish, emotsional intellekt xususiyatlari, shaxsning frustratsiya va ijtimoiy frustratsion xususiyatlarini baholash, emotsional holatlarda oʻzini nazorat qilish jihatlari ishonchlilik darajasiga koʻra, oʻzaro ijobiy natijalarni namoyon qilgan.

Emotsional-frustratsion soha shakllanishining oʻziga xosliklarini oʻrganish bu, metapsixologik masala sanalib, uni tavsiflash bilan bogʻliq holatlarda, maxsus psixologik, maxsus pedagogik, defektologik qarashlar va ilmiy yondashuvlar mavjudligini koʻrish mumkin.

Eshitishda nuqsoni bor oʻsmir oʻquvchilarning emotsional-frustratsion sohasiga xos boʻlgan xususiyatlar sifatida oʻzini izolyatsiya qilish, kutilmagan tajovuzkorlik, agressiyaga moyillik, oʻz xulq-atvorini boshqara olmaslik, nochorlik, qoʻrquv hissi, boshqalar bilan munosabatlarni oʻrnatishdagi qiyinchiliklar, yuz ishoralari, patomimika va jestlarni ajrata olmaslik kabilar xarakterli hisoblanadi.

Adabiyotlar:

1. Шляпников В.Н. Понятие воли в рамках модели практической занятости человека // Вопр. психол. 2006. – №6. С. 147-154.
2. Виллюнас В.К. Психология эмоциональных явлений / В.К.Виллюнас. М.: Изд-во МСУ, 1976. – С. 142
3. Юров И.А., Юрова К.И. Психология личности: структура и функции // Дружининские чтения. Сборник материалов XIII Всероссийской научнопрактической конференции. г. Сочи, СГУ, 22-24 мая 2014 г./под ред. И.Б. Шуванова и др. -Электрон.текст. дан. (1 файл 3,6 Мб). – Киров: МЦНИП, 2014. - 465 с. С. 190 - 192.
4. Miller, N. The frustration-aggression hypothesis/ Symposium on the Frustration / N. Miller // Psychological Review, 1948. – Vol. 4. – P. 337–366.
5. Дроздов А.Ю. Агрессивное поведение молодежи в контексте социальной ситуации // Социологические исследования. 2003. № 4. С. 96.
6. Крэйхи Б. Социальная психология агрессии / Барбара Крэйхи; Пер. с англ. А.Лисицыной. - СПб. и др.: Питер, 2003. - 333с. [Текст]

Almardanova Salomat Bobonazarovna,
Termiz davlat universiteti
Psixologiya kafedrası katta o'qituvchisi,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

OLIV TA'LIM MUASSASASI PEDAGOGLARI INNOVATSION FAOLIYATIDA KOPING STRATEGIYANING IJTIMOIV PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada oliy ta'lim muassasasi pedagoglari innovatsion faoliyatida koping strategiyaning ijtimoiy psixologik xususiyatlariga tegishli bo'lgan psixologik sifatlar, innovatsion faoliyatda koping strategiyaning indikatorlari namoyon bo'lishiga oid ma'lumotlar yoritib berilgan. Pedagog shaxsining ijtimoiy-madaniy, intellektual va axloqiy imkoniyatlarining innovatsion faoliyatga nisbatan yondoshuvlari, pedagoglar stressli, muammoli vaziyatlarni bartaraf etishda xatti-harakatlarining faolligini ko'rsatadigan muammolarni hal qilish strategiyasidan juda tez-tez foydalanishlari haqidagi ma'lumotlar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: shaxs sifatleri, pedagog, innovatsion faoliyat, koping strategiya, ijtimoiy psixologik xususiyatlar, psixologik sifatlar.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВУЗОВ В ИННОВАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. В этой статье освещены психологические качества педагогов высших учебных заведений, связанные с социально-психологическими особенностями стратегии копинга в инновационной деятельности, показатели копинга в инновационной деятельности. Проанализированы данные о подходах социально-культурных, интеллектуальных и нравственных возможностей личности педагога к инновационной деятельности, часто используемой стратегии решения проблем, которая показывает активность действий педагогов в преодолении стрессовых, проблемных ситуаций.

Ключевые слова: личностные качества, педагог, инновационная деятельность, стратегия копинга, социальные психологические особенности, психологические качества.

SOCIAL PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE COPING STRATEGY OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION TEACHERS IN INNOVATION ACTIVITIES

Abstract. This article highlights the psychological qualities of teachers of higher educational institutions related to the socio-psychological characteristics of the coping strategy in innovation activities, indicators of coping in innovation activities. The data on the approaches of socio-cultural, intellectual and moral capabilities of a teacher's personality to innovation, a frequently used problem-solving strategy, which shows the activity of teachers in overcoming stressful, problematic situations, are analyzed.

Keywords: personal qualities, teacher, innovative activity, coping strategy, social psychological characteristics, psychological qualities.

Kirish. Bugungi kunda respublikamizda olib borilayotga ta'lim tizimidagi islohotlar, bundan tashqari jahonda ro'y berayotgan oliy ta'limni modernizatsiyalash jarayonlari nafaqat kasbiy, balki o'qituvchining shaxsiy fazilatlariga ham yuksak talablarni qo'yimoqda. Bundan tashqari psixologiyaning mehnat psixologiyasi, ijtimoiy psixologiya kabi sohalarida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, pedagogik mehnat o'qituvchilik kasbi aqliy va ruhiy stressli faoliyat ekanligi namoyon bo'lmoqda. Pedagogik faoliyatning psixotravmatik vaziyatlar bilan to'yinganligi, ta'limning yangi shakllari va axborot texnologiyalarini ta'lim sohasiga joriy etish zarurati o'qituvchidan uzluksiz tayyorgarlikdan o'tishni talab qiladi, bu esa vaqtning keskin tanqisligi vaziyatida sodir bo'ladi [1]. Bu jarayonlarning barchasi o'qituvchilardan murakkab ishlab chiqarish muammolarini hal qilishga va stress omillarining o'qituvchi shaxsiyatining psixosomatik salomatligiga salbiy ta'sirini kamaytirishga yordam beradigan o'z-o'zini tartibga solish va muammoli vaziyatlarni yengish qobiliyatlarini talab qiladi [2].

Muammoli vaziyatlarda kerakli va zarur xulq-atvorga ega bo'lish yoki o'z shaxsiyatidagi ayrim ruhiy qusurlarni yengish strategiyasini rivojlanish jarayonida sezilarli o'zgarishlarga ershish vaqti yetib keldi. Dastlab, bu jarayon ya'ni shaxsni yengish strategiyalari psixologik fanning turli sohalarida muhandislik

psixologiyasi, klinik psixologiya, psixofiziologiya va boshqalarda tananing stress tarangligi doirasida o'rganilib tahlil qilingan bo'lsa, bu tahlil davomida ularning mohiyatidan tananing funktsional tizimlarining atrof-muhitning o'ziga xos bo'lmagan talablariga har qanday munosabati ko'proq o'rganilgan. Oradan vaqtlar o'tishi davomida psixologiyadan katta lug'atga koping strategining, ma'nosi faqatgina yengish xulq-atvori deb emas balki "... stressli (inqiroz) vaziyatlarni, ayniqsa psixososyal xarakterga ega bo'lgan vaziyatlarni yengib o'tishga va undan omon qolishga qaratilgan ruhiy jarayonlar va xatti-harakatlar, qiyin vaziyat bilan o'zaro munosabatda bo'lishning individual usuli, bu shaxsning o'ziga xos xususiyati va psixologik imkoniyatlari bilan bog'liq" degan keng ma'noli ko'rinishda ifodalanmoqda. [3].

Tadqiqot obyekti va qo'llanilgan metodlar. Ilmiy adabiyotlarda yengish strategiyalarining ko'plab tasniflari tasvirlangan, ammo ularning aksariyati R.S. Lazarus va S. Folkmanning psixologik kurashning asosiy strategiyalari etib quyidagicha ta'riflangan :

-muammoga yo'naltirilgan kurash (sa'y-harakatlar yuzaga kelgan muammoni hal qilishga qaratilgan);

-hissiy jihatdan yo'naltirilgan kurash (harakatlar vaziyatga o'z munosabatini o'zgartirishga qaratilgan) kabi ikkita guruhga ajratilgan holda tadqiqi qilingan. [4].

Yana bir amerikalik tadqiqotchi olin J.Amirxonning fikricha, shaxsning hayot davomida muayyan strategiyalarni tanlashi ancha barqaror xususiyatdir. U inson xatti-harakatlarining asosiy strategiyalarini aniqlab o'rgangan va bu strategiyalarni uchta guruhga ajratib tahlil qilgan:

Birinchi guruh- muammoni hal qilish (moslashuvchan strategiya);

Ikkinchi guruh- ijtimoiy yordamni izlash (shuningdek, moslashuvchan strategiya);

Uchinchi guruh-muammodan qochish (moslashuvchan bo'lmagan strategiya).

Olim J. Amirxon tasnifiga ko'ra, yengish strategiyalari uchta asosiy guruhga bo'linadi: adaptiv, nisbatan moslashuvchi va moslashmagan. [5].

Yana shuni ta'kidlash kerakki, o'qituvchilik stressni keltirib chiqaradigan kasb hisoblanib, shuning uchun ham o'qituvchilarning kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatli martaba va shaxsning psixofizik rivojlanishi uchun moslashuvchan kurash strategiyalaridan foydalanishga erishlariga yo'naltirib borish muhim ahamiyatga egaligi bilan ajralib turadi.

Pedagogik faoliyatning kasbiy deformatsiyalariga qarshi kurashning muhim yo'nalishi o'qituvchi shaxsini o'quv jarayonida axborot texnologiyalarining yangi zamonaviy shakllarini o'zlashtirishga undash bo'lishi mumkin, bu ko'plab tadqiqotchilar tomonidan shaxsning kognitiv jarayonlarini kuchaytiradigan va insonning kasbiy va psixosomatik uzoq umr ko'rishini oshiradigan samarali, ijodiy faoliyat sifatida qaraladi.

Ushbu keltirilgan ma'lumotlarga asoslanib, ayni paytda o'qitishning yangi, ko'proq ma'lumotli shakllarini o'zlashtirishga tayyorligi va istagi har xil bo'lgan o'qituvchilar qiyinchiliklarga duch kelishi mumkinligini inobatga olgan holda, ularni koping strategiyalarining turli indikatorlaridan samarali foydalanishni rivojlantirish zaruriyati bilan tushuntirishimiz mumkin.

Rossiyalik tadqiqotchilar Dmitriyeva Natalya Yuryevna va Kachanovetskaya Natalya Ivanovnalardan tomonidan olib borilgan tadqiqotda innovatsion faoliyatga motivatsiya darajasiga qarab o'qituvchilarning turli xil kurash strategiyalarining xususiyatlari tadqiq qilingan tadqiqotda 25 yoshdan 62 yoshgacha bo'lgan 127 nafar oliy ta'lim muassasasi o'qituvchilari (69 ayol va 58 erkak) ishtirok etgan bo'lib, ikkita guruhda diagnostik ishlar amalga oshirilgan.

Birinchi guruhga kasbiy faoliyatning yangi innovatsion texnologiyalarini o'rganishga yuqori motivatsiyaga ega bo'lgan o'qituvchilar (mehnat motivatsiyasining yuqori bahosi, baholashning ijobiy hissiyligi, stressga chidamliligining etarli darajasi, jamoaviy baholashning yuqori darajasi va baholashni tashkil etish) kiritilgan.

Ikkinchi guruhni esa o'z kasbiy faoliyatida yangi ta'lim texnologiyalarini o'rganishga motivatsiyaga tayyorligi past va o'rta darajada bo'lgan o'qituvchilar tashkil etishgan edi.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, birinchi guruh o'qituvchilari stressli, muammoli vaziyatlarni bartaraf etishda o'qituvchilarning xatti-harakatlarining faolligini ko'rsatadigan muammolarni hal qilish strategiyasidan juda tez-tez foydalanganlar. Pedagogik faoliyat amaliyoti shuni ko'rsatdiki, faol ijtimoiy va mehnat faoliyati va hayotiy pozitsiyasiga ega bo'lgan o'qituvchi muammoli sohani aniqlash va muqobil echimlarni topish qobiliyatiga ega. Shu bilan birga, ijobiy qayta baholashning engish strategiyasidan foydalanish ushbu guruh o'qituvchilariga muammoli vaziyatlarni tanqidiy qayta ko'rib chiqishga, ularni hal qilishning turli xil variantlarini topishga imkon beradi, bu o'z-o'zini hurmat qilishni oshiradi va shaxsiy va kasbiy o'sishga yordam beradi. Boshqa tomondan, ushbu guruhda o'quv jarayoniga yangi, hali sinab ko'rilmagan texnologiyalarni joriy qilishda vaziyatni agressiv tarzda o'zgartirishga urinishlarni qayd etish mumkin. Bu ko'plab innovatorlar ko'pincha ochiq tanqidga, hamkasblar va rahbarlarning noto'g'ri tushunishlariga duch kelishi bilan izohlanadi, bu esa o'qituvchilarning ko'pincha o'z fikrini agressiv himoya qilishiga olib keladi.

Ikkinchi guruhda past va o'rtacha ijtimoiy, mehnat faolligi hamda innovatsion faoliyatga motivatsiyasi bo'lgan o'qituvchilarda faol kurash strategiyasi qochish (o'qituvchilarning motivatsiyasining past darajasi) va ijtimoiy yordamni izlash (o'qituvchilarning motivatsiyasining o'rtacha darajasi) aniqlangan. Ko'pincha bu guruhda qarama-qarshilik chizig'i va muammoli vaziyatni o'rganishni istamaslik, moslashuvchan bo'lmagan kurash strategiyalarining bir varianti bo'lgan yopiqlik bilan uchrashish mumkin. [6].

Oliy ta'lim muassasasi pedagoglari innovatsion faoliyatida koping strategiya ko'rsatkichini inson xulq-atvorining asosiy strategiyalarini o'rganishning eng muvaffaqiyatli vositalaridan biri deb hisoblash mumkin. Ushbu metodikaning asosiy maqsadi shundaki, insonda hayot davomida shakllanadigan barcha xulq-atvor strategiyalarining indikatorini aniqlab olish mumkin.

1-jadval.

Dj.Amirxonning «Koping strategiyasi indikatorini»ni aniqlash metodikasi bo'yicha Kruskal Uollis mezonini asosidagi statistik tafovut.(N=435)

Shkalalar	Guruh	N	O'rtacha rang	Kruskal Uollis mezonini	Ishonch darajasi
Muammoni hal etish	1-guruh	154	211,50	12,136	,033
	2-guruh	152	252,51		
	3-guruh	129	203,58		
Ijtimoiy yordamni qidirish	1-guruh	154	209,05	16,123	,000
	2-guruh	152	247,12		
	3-guruh	129	189,29		
Muammoni chetlab o'tish	1-guruh	154	207,48	13,643	,050
	2-guruh	152	217,12		
	3-guruh	129	256,55		

Izoh: $p \leq 0,05^*$; $p \leq 0,01^{**}$

Pedagoglarda «Koping strategiyasi indikatorini»ni aniqlash metodikasi yordamida tadqiqot olib borildi. [7]. Tanlab olingan respondentlarda, 1-2-3-guruh sinalluvchilarida o'tkazilgan tadqiqot natijalariga ko'ra, Muammoni hal etish shkalasida 2-guruh pedagoglarida 1-guruh va 3-guruhdagilarga nisbatan farqlar mavjudligi aniqlandi. 3-kurs talabalari muammoni hal etishda qolgan bosqich talablaridan ko'ra ko'rsatkichlarning yuqoriligi bilan izohlangan. 2-guruh sinalluvchilarida esa boshqa guruh sinalluvchilariga nisbatan sezilarli darajada yuqori natijalar aniqlandi. ($H=12,136; p<,033$).

Demak, pedagoglarga ish stajining 2-bosqichi, ya'ni 3-5-yillariga kelib faol xulq-atvor strategiyasini tanlash, o'zlaridagi muammoni samarali hal qilishning mumkin bo'lgan usullarini topish uchun o'zida mavjud bo'lgan barcha shaxsiy resurslardan foydalanishga harakat qilishlari bilan izohlash mumkin.(1-jadval)

Ijtimoiy yordamni qidirish shkalasida ham farqlar aniqlandi. Unga ko'ra 2-guruh sinalluvchilarida 1-guruh va 3-guruh respondentlariga nisbatan yuqori ko'rsatkichlar mavjud. 2-guruhdagi sinalluvchi pedagoglarda ijtimoiy yordamni qidirishda qolgan guruh sinalluvchilaridan ko'ra ko'rsatkichlarning yuqoriligi bilan izohlangan. 1-guruh va 3-guruh respondentlari ko'rsatkichlari bo'yicha deyarli kam farq aniqlandi. ($H=16,123; p<,000$).

Pedagoglik faoliyatining ikkinchi bosqichi ijodiy faoliyat davriga kelib o'zidagi muammoni samarali hal qilishda yordam so'rash va kim tomonidan qo'llab-quvvatlanish to'g'ri anglaganlari uchun mustaqil fikrlash hamda muammoga yondashish shakllangan bo'ladi. Chunki jamoadoshlari hamda kasbdoshlari orasidan o'ziga yaqin do'st tanlay olgan, o'qituvchilar orasidan o'ziga fikrdosh, hammaslag ustozlaridan yordam olishlari mumkinligi bilan tavsiflash mumkin.

Muammoni chetlab o'tish shkalasida sinalluvchilarning natijalarida sezilarli farq kuzatildi. ($H=13,643; p<,040$). Ushbu shkalada yuqori ko'rsatkichlar 3-guruh respondentlariga tegishli bo'lib, boshqa guruh sinalluvchilariga nisbatan sezilarli darajada yuqori natijalar aniqlandi. 1-guruh va 2-guruh sinalluvchilarining ko'rsatkichlarida past natija qayd etildi.

Tanlab olingan respondent pedagoglarda malakali pedagog bosqichga kelib passiv xulq-atvor strategiyasini tanlaydilar, muammolarni hal qilishdan qochishga harakat qilib, o'zidagi shaxsiy kurash resurslaridan muammolarni hal qilishda foylanish ko'nikmalarining yetarli darajada ishlatmasliklari bilan bog'lash mumkin. Biroq, bu o'ziga xos stressli vaziyatga, shaxsning resurs tizimining yoshiga va holatiga qarab yetarli yoki yetarli emas bo'lishi ham mumkin. Pedagoglarda ustozlik qila olish, yetarlicha pedagoglik mahorati egallangandan keyin faol harakatlanishni ba'zi salbiy oqibatlar haqida oldindan o'ylab, muammoli

vaziyat bilan to‘qnashuvdan qochishi evaziga ham ularda muammolarni hal qilishdan chekinish sodir bo‘lishi bilan izohlash mumkin.

Xulosa. O‘qituvchilarning innovatsion faoliyatga tayyorligining turli darajalari ko‘pincha xatti-harakatlarda qaysi strategiyasini tanlashlari belgilaydi. Shunday qilib, innovatsion faoliyatga yuqori darajada tayyor bo‘lgan o‘qituvchilar ko‘pincha vaziyatni qayta baholash, yechim izlash, innovatsion faoliyat uchun motivatsiya, o‘zini tuta bilish, tajovuzkorlik va qat’iyatlilikni o‘z ichiga olgan muammolarni hal qilish xulq-atvorining dominant strategiyasiga ega. Innovatsion faoliyatga tayyorligi past bo‘lgan o‘qituvchilar odatda qochish strategiyalaridan foydalanadilar, innovatsion faoliyatga o‘rtacha tayyorgarligi bo‘lgan o‘qituvchilar esa ijtimoiy yordamni izlashga moyildirlar.

Adabiyotlar:

1. Аведисова А.С. Копинг и механизмы его реализации (аналитический обзор) // Российский психиатрический журнал. — 2002. — № 4. — С. 59—63.
2. Amirkhan J.H. Seeking person-related predictors of coping: Exploratory analyses // European Journal of Personality. 1999. 4. —13-30 p.
3. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. — М.: АСТ: АСТ Прайм-Эвроник, 2009.
4. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal and coping. — New York: Springer, 1984.
5. Ильин Э.П. Психология индивидуальных различий. — СПб.: Питер, 2004.
6. Димитриева Н.Ю., Качановская Н.И., Различные копинг-стратегии преподавателей в зависимости от уровня мотивации к инновационной деятельности. // «Психологические науки», 2023
7. Causey D.L., Dubow E.F. Negotiating the transition to junior high school: The contributions of coping strategies and perceptions of the school environment // Prevention in Human Services. — 1993. — 10. — P. 59—81.

UO‘K 159.9.072.

Axmatova Zilola Egamkulovna,
Qarshi davlat universiteti tayanch doktoranti
zilolaaxmatova573@gmail.com

EMOTSIONAL INTELLEKT RIVOJLANISHIGA TA’SIR ETUVCHI TARBIYAVIY PSIXOLOGIK OMILLAR

Annotatsiya. Ushbu maqolada emotsional intellekt (EI) rivojlanishiga ta’sir etuvchi tarbiyaviy va psixologik omillar ta’limning turli bosqichlari misolida tahlil qilinadi. Bilamizki, boshlang‘ich ta’lim va tarbiyada emotsional jihatdan yetuk o‘qituvchilar, qo‘llab-quvvatlovchi sinf muhiti va dramatizatsiya hamda hikoya qilish kabi interaktiv usullar muhim ahamiyatga ega. Oliy ta’limda esa motivatsiya, bardoshlilik va stressni boshqarish kabi psixologik resurslar EI ni mustahkamlashda hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Tadqiqot natijalari EI rivojida pedagogik strategiyalarni psixologik ko‘nikmalar bilan uyg‘unlashtirish akademik muvaffaqiyat, ijtimoiy moslashuv va umumiy farovonlikni oshirishga xizmat qilishini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: emotsional intellekt, pedagogika, psixologik omillar, bardoshlilik, motivatsiya, farovonlik, ta’lim, stressni boshqarish, o‘qituvchi kompetensiyasi, ijtimoiy moslashuv.

ВОСПИТАТЕЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Аннотация. В статье рассматриваются воспитательные и психологические факторы, влияющие на развитие эмоционального интеллекта (ЭИ) на различных этапах образования. Мы знаем, что в начальной школе ключевую роль играют эмоционально компетентные учителя, поддерживающая атмосфера в классе и интерактивные методы обучения, такие как драматизация и рассказывание историй. В высшем образовании решающее значение приобретают психологические ресурсы — мотивация, устойчивость и умение управлять стрессом. Результаты исследования чётко показывают, что сочетание педагогических стратегий с развитием психологических навыков способствует академическому успеху, социальной адаптации и общему благополучию.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, педагогика, психологические факторы, устойчивость, мотивация, благополучие, образование, управление стрессом, компетентность учителя, социальная адаптация.

EDUCATIONAL PSYCHOLOGICAL FACTORS THAT AFFECT THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE

Abstract. This article examines pedagogical and psychological factors that influence the development of emotional intelligence (EI) across educational stages. In primary education, emotionally competent teachers, supportive classroom environments, and creative, interactive teaching methods—such as dramatization and storytelling—play a key role. In higher education, psychological resources, including motivation, resilience, and stress management, become decisive for sustaining EI. The study integrates findings from multiple research contexts, emphasizing a developmental approach to EI cultivation. The results suggest that combining pedagogical strategies with psychological skills training can enhance academic success, social adaptation, and overall well-being.

Keywords: emotional intelligence, pedagogy, psychological factors, resilience, motivation, well-being, education, stress management, teacher competence, social adaptation.

Kirish. Emotsional intellekt (EI) — his-tuyg‘ularni idrok etish, tushunish, ulardan foydalanish va ularni boshqarish qobiliyati — umr bo‘yi ta’lim olish va ijtimoiy faoliyatning muhim tarkibiy qismi sifatida tan olingan. Olimlar EI ni ijobiy ta’limiy natijalar bilan bog‘lashgan, jumladan, o‘quv yutuqlari, shaxslararo kompetensiya va ruhiy salomatlikning yaxshilanishi bilan. Uning ahamiyati keng tan olingan bo‘lsa-da, EI rivojlanishiga ta’sir etuvchi aniq omillar ta’limning turli bosqichlarida farq qiladi.

Boshlang‘ich ta’limda pedagogik strategiyalar, o‘qituvchi va o‘quvchi o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlar hamda sinf muhiti emotsional kompetensiyani shakllantirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Oliy ta’limda esa motivatsiya, bardoshlilik va stressni boshqarish kabi psixologik omillar katta ahamiyat kasb etadi. Ushbu

tadqiqot ikkala kontekstdagi ilmiy izlanishlarni birlashtirib, pedagogik va psixologik o'zgaruvchilar qanday o'zaro ta'sir qilib, EI ni rivojlantirishini kompleks yoritadi.

Metodlar. Ushbu tadqiqot turli ta'limiy kontekstlardagi emotsional intellekt (EI) rivojlanishini chuqurroq tushunish uchun mavjud ilmiy adabiyotlarni sifat jihatidan sintez qilishga asoslangan. Yangi eksperimentlar yoki so'rovlar o'tkazish o'rniga, mavjud natijalarni sinchiklab tahlil qilish, ularni taqqoslash va pedagogik hamda psixologik omillar o'rtasidagi bog'liqliklarni aniqlashga e'tibor qaratildi. Maqsad — maktabgacha va maktab davridan tortib oliy ta'limgacha bo'lgan bosqichlarda EI rivojlanishining yaxlit manzarasini yaratish va har bir bosqichda samarali bo'lgan yondashuvlarni ajratib ko'rsatishdan iborat [1].

1 Ma'lumot manbalari.

Sintez ikki asosiy ilmiy manbaga tayandi:

Boshlang'ich ta'limdagi pedagogik kontekst – Bu yo'nalishdagi ishlar o'qitish uslublari, sinfdagi emotsional muhit va tuzilgan o'quv faoliyatlarining bolalar EI ga ta'sirini o'rgangan. Xususan, *SCIRP (2015)* tadqiqotida dramatisatsiya, hikoya qilish, guruh ishlari va ro'l o'ynash orqali bolalarni his-tuyg'ularini ifodalash, tushunish va boshqarishga o'rgatish jarayoni batafsil tasvirlangan. Shuningdek, o'qituvchining o'z emotsional kompetensiyasi va samimiyligi o'quvchilarga namuna bo'lishi ham ta'kidlangan [2].

Oliy ta'limdagi psixologik kontekst Oliy ta'lim jarayoni nafaqat akademik bilimlarni yetkazish, balki talabalarning shaxsiy rivojlanishi, kasbiy tayyorgarligi va psixologik barqarorligini ta'minlashga qaratilgan murakkab ijtimoiy-psixologik tizimdir. Bu tizimda talabalarning motivatsiyasi, o'z-o'zini anglash darajasi, stressni boshqarish ko'nikmalari, hamkorlik va muloqot qobiliyatlari kabi psixologik omillar katta ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oliy ta'lim muassasalarida o'quv jarayoni samaradorligi ko'p jihatdan talabaning psixologik tayyorgarligi va emotsional farovonligiga bog'liq.

Psixologik kontekstning asosiy jihatlaridan biri bu – **motivatsiyadir**. Motivatsiya ichki (o'zini rivojlantirish, qiziqish, bilimga chanqoqlik) va tashqi (baholar, stipendiya, ishga joylashish imkoniyatlari) omillarga bo'linadi. Ichki motivatsiyani rivojlantirish oliy ta'limda uzoq muddatli muvaffaqiyat kaliti hisoblanadi. Shu sababli zamonaviy pedagogik yondashuvlarda talabalarning ichki motivatsiyasini rag'batlantirishga alohida e'tibor qaratiladi.

Ikkinchi muhim omil – **stressni boshqarish va moslashuvdir**. Talabalar ko'pincha yangi ijtimoiy muhit, akademik yuklama va mustaqil yashash sharoitlariga moslashishda qiyinchiliklarga duch keladilar. Psixologlar va pedagoglar birgalikda stressni yengishga yordam beruvchi treninglar, maslahat xizmatlari va psixologik qo'llab-quvvatlash dasturlarini joriy etishmoqda. Masalan, Yevropa va AQSh universitetlarida “Counseling Center” yoki “Student Well-being Office” kabi markazlar talabalar uchun muntazam ishlaydi.

2 Tanlash mezonlari.

Tahlil ishonchli bo'lishi uchun faqat quyidagi talablarga javob beradigan tadqiqotlar tanlandi:

So'nggi 15 yil ichida nufuzli, hakamlikdan o'tgan jurnallarda chop etilgan bo'lishi [3].

Emotsional intellektni asosiy mavzu sifatida ko'rib chiqishi.

Empirik ma'lumotlar, eksperimental natijalar yoki tizimli tahlil natijalarini o'z ichiga olishi.

Ishtirokchilar, sharoit va metodlar haqida aniq tavsif berilishi.

Maktab yoki universitet kabi rasmiy ta'lim tizimiga oid bo'lishi [4].

3 Ma'lumotlarni tahlil qilish.

Tahlil jarayoni tematik sintez usuli asosida olib borildi, bu esa turli tadqiqotlardan olingan ma'lumotlarni yagona konseptual tuzilma ichida tizimlashtirish imkonini berdi. Har bir tanlangan ilmiy ish diqqat bilan o'rganildi va undagi asosiy natijalar pedagogik hamda psixologik omillar bo'yicha kodlandi. Bu kodlash jarayonida EI rivojlanishiga bevosita yoki bilvosita ta'sir ko'rsatadigan jihatlar ajratib olindi.

Pedagogik omillar guruhida quyidagi asosiy mavzular aniqlandi:

- **O'qituvchining emotsional kompetensiyasi** — ya'ni o'z hissiyotlarini anglash, boshqarish va ularni o'quv jarayonida konstruktiv tarzda qo'llash qobiliyati.

- **Ijodiy va interaktiv o'qitish usullari** — dramatisatsiya, hikoya qilish, rol o'yinlar, guruh ishlari orqali emotsional tajriba yaratish.

- **Qo'llab-quvvatlovchi sinf muhiti** — ishonch, hamkorlik va o'zaro hurmat asosida tashkil etilgan ijtimoiy-emotsional muhit.

Psixologik omillar guruhida esa quyidagi mavzular ajratildi:

- **Bardoshlilik** — qiyin sharoitlarda hissiy barqarorlikni saqlash qobiliyati.

- **Motivatsiya** — maqsadga erishish istagi va o'quv jarayonidagi ichki faollik.

- **O'z-o'ziga ishonch** — shaxsning o'z imkoniyatlarini baholashdagi ijobiy qarashi.

- **Stressni boshqarish** — turli bosim ostida samarali ishlash strategiyalari.

Keyingi bosqichda bu mavzular ta'limning ikki asosiy bosqichi — boshlang'ich va oliy ta'lim — kesimida solishtirildi. Tahlil natijasida umumiy rivojlanish tendensiyasi aniqlanganki, EI boshlang'ich

bosqichda ko‘proq tashqi qo‘llab-quvvatlovchi omillarga tayanadi, oliy ta‘lim bosqichida esa ichki o‘zini boshqarish va moslashuvchanlik ko‘nikmalariga o‘tadi.

Shuningdek, tahlilda ko‘plab tadqiqotlarda takrorlanadigan natijalar alohida e‘tiborga olindi. Masalan, bir necha manbada o‘qituvchi shaxsiy emotsional kompetensiyasining o‘quvchilar EI ga bevosita ta‘siri qayd etilgan bo‘lsa, bu omil mustahkam empirik asosga ega mavzu sifatida baholandi.

Barcha aniqlangan mavzular Goleman‘ning **besh komponentli modeli** va Mayer–Salovey–Caruso‘ning **to‘rt tarmoqli modeli** bilan taqqoslandi. Bu solishtirish konseptual uyg‘unlikni tekshirish, shuningdek, amaliy tavsiyalarni nazariy asos bilan mustahkamlash imkonini berdi. Natijada, tahlil jarayoni faqat faktlarni yig‘ish emas, balki ularni tizimli ravishda mantiqiy izchillikka keltirish hamda ilmiy asoslash bosqichlarini o‘z ichiga oldi [5].

4 Ishonchlilik va konseptual uyg‘unlikni ta‘minlash.

Natijalarning ishonchligini ta‘minlash uchun turli manbalardan olingan ma‘lumotlar o‘zaro solishtirildi. Bir necha tadqiqotlarda bir xil natijalar takrorlansa, ular yanada mustahkam mavzu sifatida qabul qilindi. Aniqlangan mavzular Goleman‘ning besh komponentli modeli va Mayer–Salovey–Caruso‘ning to‘rt tarmoqli modeli kabi EI nazariyalari bilan solishtirilib, konseptual mosligi tekshirildi.

Shuningdek, asl tadqiqotlarning kontekst boyligi saqlab qolindi. Masalan, “hikoya qilish EI rivojlantiradi” degan qisqa xulosadan ko‘ra, bu usul qanday ishlashi — o‘quvchilarga boshqa nuqtayi nazardan qarash imkonini berishi, his-tuyg‘ularni xavfsiz tarzda qayta ishlashga yordam berishi va tengdoshlar bilan emotsional bog‘lanishni kuchaytirishi kabi jihatlar batafsil yoritildi [6].

Natijalar. Boshlang‘ich ta‘limdagi pedagogik omillar. O‘tkazilgan ilmiy tahlillar shuni ko‘rsatadiki, boshlang‘ich maktab yoshidagi bolalarda emotsional intellekt (EI) rivojlanishi ko‘plab tashqi pedagogik omillar bilan bevosita bog‘liq. Eng avvalo, o‘qituvchining o‘z emotsiyalarini anglash, boshqarish va konstruktiv tarzda ifodalash qobiliyati — ya‘ni emotsional kompetensiyasi — hal qiluvchi ahamiyatga ega. O‘qituvchi o‘zini ochiq va samimiy tutganda, bolalar tabiiy ravishda bunday xulq-atvorni kuzatib, unga taqlid qiladi va shu orqali o‘z hissiy o‘zini tutish me‘yorlarini shakllantiradi [7].

Shuningdek, sinfxonada yaratiladigan emotsional iqlim — ya‘ni o‘zaro hurmat, qo‘llab-quvvatlash va hamdardlik muhiti — bolalarda his-tuyg‘ularni xavfsiz tarzda ifodalash imkonini beradi. Bu, o‘z navbatida, o‘quvchilarning nafaqat hissiy savodxonligini, balki ularning ijtimoiy ongini ham mustahkamlaydi.

Tengdoshlar bilan konstruktiv muloqot ham katta ahamiyatga ega. Guruhli topshiriqlar, juftlikda ishlash, bahs-munozara va birgalikda ijodiy loyihalar olib borish orqali bolalar empatiya, o‘zaro yordam va mas‘uliyat tuyg‘usini rivojlantiradi [8].

Shuningdek, **dramatizatsiya, hikoya qilish, rolli o‘yinlar va improvizatsiya** kabi ijodiy pedagogik usullar o‘quvchilarning his-tuyg‘ular bilan ishlash ko‘nikmalarini kuchaytiradi. Masalan, ertak qahramoni roliga kirish orqali bola nafaqat qahramonning ichki dunyosini tushunadi, balki o‘zida shu hissiyotni boshdan kechirish va boshqarish tajribasini orttiradi.

2. Oliy ta‘limdagi psixologik omillar. Universitet va boshqa oliy o‘quv yurtlarida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, bu bosqichda EI rivojlanishi ko‘proq **ichki psixologik resurslarga** tayangan holda kechadi. Eng avvalo, **motivatsiya va o‘z-o‘ziga ishonch** o‘quv yutuqlarining asosiy vositachisi sifatida namoyon bo‘ladi. Talabalar o‘z qobiliyatlariga ishonganida va aniq maqsadga ega bo‘lganida, ular hissiy jihatdan barqarorroq bo‘ladi va akademik jarayonda muvaffaqiyat qozonadi [9].

Bardoshlilik esa oliy ta‘limda ayniqsa muhim omil hisoblanadi. Akademik yuklama, mustaqil tadqiqot ishlari va vaqt bosimi talabalarni stress holatiga olib kelishi mumkin. Bardoshlilik yuqori bo‘lgan talabalar bunday vaziyatlarda ruhiy muvozanatini saqlab, samarali qarorlar qabul qila oladi.

Stressni boshqarish ko‘nikmalari ham ikki tomonlama rol o‘ynaydi: ular nafaqat yuqori EI ning natijasi, balki uni rivojlantiruvchi omil sifatida ham xizmat qiladi. Stressni kamaytirish bo‘yicha o‘z strategiyasiga ega bo‘lgan talabalar o‘z hissiyotlarini yanada yaxshi boshqaradi.

Bundan tashqari, tadqiqotlar **gender farqlar va ijtimoiy kompetensiyalar** kabi demografik omillarni ham e‘tiborga olish zarurligini ko‘rsatadi. Masalan, ba‘zi hollarda qiz talabalar empatiya ko‘nikmalarida yuqoriroq natija ko‘rsatsa, yigit talabalar stressga bardoshlilikda ustun bo‘lishi mumkin.

Muhokama. Ushbu tadqiqot natijalari emotsional intellektning (EI) rivojlanishi murakkab va ko‘p qirrali jarayon ekanini yana bir bor tasdiqlaydi. EI shakllanishi tashqi ta‘limiy muhit, o‘qituvchi va talabalar o‘rtasidagi o‘zaro aloqalar, shuningdek, shaxsning ichki psixologik resurslari o‘rtasidagi dinamik o‘zaro ta‘sirga bog‘liq. Ma‘lumotlar shuni ko‘rsatadiki, ta‘limning dastlabki bosqichlarida, ya‘ni boshlang‘ich maktab davrida, o‘quvchilarning emotsional kompetensiyalarini shakllantirish ko‘proq tashqi pedagogik omillarga tayanadi. Bunda o‘qituvchining shaxsiy emotsional kompetensiyasi va ijobiy model sifatida roli, sinf ichidagi qo‘llab-quvvatlovchi va ishonchli emotsional iqlim, hamda ijodiy interaktiv metodlar (dramatizatsiya, hikoya qilish, rolli o‘yinlar) hal qiluvchi ahamiyatga ega bo‘ladi. Bu usullar bolalarda

empatiya, o‘z his-tuyg‘ularini anglash va boshqarish qobiliyatlarini erta rivojlantiradi, kelajakdagi psixologik barqarorlik poydevorini yaratadi.

Oliy ta‘lim bosqichiga kelganda esa, manzara sezilarli darajada o‘zgaradi. Talabalar odatda allaqachon asosiy emotsional kompetensiyalarni egallagan bo‘lishadi, ammo ularni real hayotdagi murakkab va stressli vaziyatlarda qo‘llash qobiliyatini mustahkamlash zarur bo‘ladi. Bu bosqichda ichki psixologik resurslar — motivatsiya, bardoshlilik, stressni boshqarish va o‘z-o‘zini tahlil qilish — EI rivojlanishining asosiy omillari sifatida namoyon bo‘ladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yuqori motivatsiya va o‘z-o‘ziga ishonch akademik muvaffaqiyat va emotsional barqarorlikning kuchli prediktorlari hisoblanadi. Bardoshlilik esa talabaning qiyin topshiriqlar, vaqt bosimi yoki ijtimoiy-psixologik to‘siqlar oldida moslashish va ijobiy qaror qabul qilish qobiliyatini oshiradi.

Bundan tashqari, EI rivojlanishiga demografik va madaniy omillar ham ta‘sir ko‘rsatadi. Masalan, ba‘zi tadqiqotlar qiz talabalar empatiya va emotsional sezgirlikda yuqori natijalar ko‘rsatishini, yigit talabalar esa stressga bardoshlilikda ustun bo‘lishini aniqlagan. Shu nuqtayi nazardan, EI rivojlantirish bo‘yicha dasturlar genderga sezgir va madaniy kontekstga moslashtirilgan bo‘lishi muhim.

Natijalarning amaliy ahamiyati shundaki, ta‘lim tizimi bosqichma-bosqich va uzviy EI modelini ishlab chiqishi lozim. Dastlabki bosqichlarda ko‘proq munosabatga asoslangan, emotsional qo‘llab-quvvatlovchi pedagogik amaliyotlar ustuvor bo‘lishi kerak. Keyingi bosqichlarda esa talabalarni stressni boshqarish, muammolarni hal qilish va o‘z-o‘zini tahlil qilish strategiyalariga o‘rgatishga e‘tibor qaratilishi lozim. Bunday integratsiyalashgan yondashuv EI ni nafaqat akademik muvaffaqiyat, balki kasbiy samaradorlik, shaxsiy farovonlik va ijtimoiy moslashuvchanlikning ham barqaror omiliga aylantiradi.

Shuningdek, ushbu tahlil shuni ko‘rsatadiki, EI rivojlantirishda pedagogik va psixologik komponentlarni bir-biridan ajratib bo‘lmaydi. Ularning uyg‘unligi uzoq muddatli natija beradi: boshlang‘ich bosqichda o‘qituvchi namunasi va interaktiv metodlar orqali yaratilgan emotsional asos, keyinchalik mustaqil hayot va kasbiy faoliyatda o‘zini boshqarish va murakkab vaziyatlarga moslashish qobiliyati sifatida namoyon bo‘ladi. Shu sababli, EI ga yo‘naltirilgan ta‘lim dasturlarini ishlab chiqishda uzluksizlik va bosqichlararo moslashuv prinsiplarini inobatga olish zarur.

Xulosa. Ushbu tadqiqot emotsional intellekt (EI) rivojlanishida pedagogik va psixologik omillarning uzviy va o‘zaro to‘ldiruvchi rolini aniq ko‘rsatdi. Ma‘lumotlar shuni tasdiqlaydiki, ta‘limning dastlabki bosqichida tashqi muhit va pedagogik strategiyalar — jumladan, o‘qituvchining emotsional kompetensiyasi, sinfdagi qo‘llab-quvvatlovchi emotsional iqlim, hamda ijodiy interaktiv metodlar — bolalarda asosiy emotsional ko‘nikmalarni shakllantiruvchi poydevor vazifasini bajaradi. Bu poydevor nafaqat hissiy savodxonlik, balki ijtimoiy muloqot, hamdardlik va konstruktiv muomala madaniyatini rivojlantirishda ham hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Oliy ta‘lim bosqichida esa, asosiy urg‘u talabalar tomonidan mustaqil ravishda rivojlantiriladigan ichki psixologik resurslarga — motivatsiya, bardoshlilik, stressni boshqarish, o‘z-o‘zini tahlil qilish — qaratiladi. Ushbu sifatlar murakkab akademik va hayotiy vaziyatlarda EI ni samarali qo‘llash imkonini beradi. Demografik omillar, jumladan, gender farqlari va madaniy xususiyatlar, EI rivojlanish jarayonini yanada murakkablashtiradi va shu bois ta‘lim siyosatida individual yondashuv zarurligini ko‘rsatadi.

Tadqiqotning amaliy ahamiyati shundaki, EI ni rivojlantirish bo‘yicha strategiyalar ta‘lim tizimining barcha bosqichlarida uzluksiz va moslashuvchan bo‘lishi kerak. Boshlang‘ich bosqichda emotsional qo‘llab-quvvatlovchi va interaktiv o‘qitish metodlari ustuvor bo‘lishi, keyinchalik esa talabalarni stressni boshqarish, o‘zini tahlil qilish, muammolarni hal etish va ijtimoiy moslashish kabi hayotiy ko‘nikmalarga tayyorlash mexanizmlari joriy qilinishi zarur.

Bundan tashqari, EI rivojlanishini faqat alohida darslar yoki mashg‘ulotlarga bog‘lab qo‘yish yetarli emas. U butun ta‘lim jarayoniga, jumladan, o‘quv dasturlari, baholash tizimlari, talabalarni qo‘llab-quvvatlash xizmatlari va o‘qituvchilarni tayyorlash dasturlariga integratsiya qilinishi lozim. Ta‘lim siyosatida EI ga e‘tibor berish, uzoq muddatli istiqbolda nafaqat yuqori o‘quv yutuqlarini, balki jamiyatning ijtimoiy barqarorligini, mehnat bozorida moslashuvchanlikni va shaxsiy farovonlik darajasini oshirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar:

1. Goleman, D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York: Bantam Books, 2015.
2. Mayer, J.D., Salovey, P., & Caruso, D.R. Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215, 2014.

3. Petrides, K.V., & Furnham, A. Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies. // *European Journal of Personality*, 15(6), 425–448, 2021.
4. Bar-On, R. The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). // *Psicothema*, 18(Suppl.), 13–25, 2016.
5. Salovey, P., & Mayer, J.D. Emotional Intelligence. // *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211, 2020.
6. Cherniss, C. Emotional Intelligence: What It Is and Why It Matters. // *Annual Meeting of the Society for Industrial and Organizational Psychology*, 2020.
7. Boyatzis, R.E., & McKee, A. *Resonant Leadership: Renewing Yourself and Connecting with Others Through Mindfulness, Hope, and Compassion*. Boston: Harvard Business School Press, 2015.
8. Saarni, C. *The Development of Emotional Competence*. New York: Guilford Press, 2019.
9. Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. Emotional Intelligence and Emotional Regulation Strategies: Advantages and Disadvantages. In *Emotional Regulation: Conceptual and Practical Issues*. New York: Springer, 2018.
10. Brackett, M.A., Rivers, S.E., & Salovey, P. Emotional Intelligence: Implications for Personal, Social, Academic, and Workplace Success. // *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88–103, 2021.

Bakirov Eldorbek Valijon o'g'li,
Farg'ona davlat texnika universiteti Fizika kafedrasi assistenti

EKSPERIMENTAL KOMPETENSIYA TUSHUNCHASI VA UNI TALABALARDA SHAKLLANTIRISHNING NAZARIY ASOSLARI

Annotatsiya. Maqolada zamonaviy ta'lim tizimida talabalar eksperimental kompetensiyasini shakllantirish masalasi chuqur tahlil etilgan. XXI asr ta'limining asosiy talabi sifatida, nazariy bilimlar bilan bir qatorda amaliy ko'nikmalar va ilmiy-innovatsion faoliyatga tayyorlik darajasini oshirish zarurligi asoslab beriladi. Tadqiqot doirasida eksperimental kompetensiyaning ilmiy-nazariy asoslari, tarkibiy qismlari (bilim, ko'nikma, malaka, motivatsiya, refleksiya), uni rivojlantirishga ta'sir qiluvchi omillar va pedagogik shart-sharoitlar tizimli o'rganilgan. Shuningdek, kompetensiyani shakllantirishda faoliyatga yo'naltirilgan yondashuv, interaktiv usullar, loyihaviy mashg'ulotlar, laboratoriya ishlari va raqamli texnologiyalarning (AR/VR, simulyatorlar) o'rni yoritilgan. Pedagogik eksperiment natijalari asosida, zamonaviy metodlar va texnologiyalar yordamida talabalarda eksperimental kompetensiyaning samarali shakllanishi isbotlangan. Maqola yakunida ushbu yo'nalishdagi tadqiqotlar uchun istiqbolli taklif va tavsiyalar keltirilgan.

Kalit so'zlar: eksperimental kompetensiya, faoliyatga yo'naltirilgan ta'lim, kompetensiyaviy yondashuv, ilmiy-tadqiqot ko'nikmalari, raqamli texnologiyalar (AR/VR, simulyator), pedagogik eksperiment, talabalarining motivatsiyasi, tanqidiy fikrlash, loyiha asosidagi o'qitish, shaxsiy rivojlanish va refleksiya.

ПОНЯТИЕ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ И ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЕЁ ФОРМИРОВАНИЯ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. В статье всесторонне проанализирован вопрос формирования экспериментальной компетенции студентов в современной системе образования. Обоснована необходимость повышения уровня готовности к практической деятельности и научно-инновационной работе наряду с теоретическими знаниями как важнейшее требование образования XXI века. В рамках исследования системно изучены научно-теоретические основы экспериментальной компетенции, её составные элементы (знания, умения, навыки, мотивация, рефлексия), а также факторы и педагогические условия, влияющие на её развитие. Также освещена роль практико-ориентированного подхода, интерактивных методов, проектных заданий, лабораторных работ и цифровых технологий (AR/VR, симуляторы) в процессе формирования данной компетенции. Результаты педагогического эксперимента подтвердили эффективность современных методов и технологий в формировании экспериментальной компетенции студентов. В заключение статьи приведены перспективные предложения и рекомендации по дальнейшим исследованиям в данной области.

Ключевые слова: экспериментальная компетентность, практико-ориентированное обучение, компетентностный подход, навыки научного исследования, цифровые технологии (AR/VR, симуляторы), педагогический эксперимент, мотивация студентов, критическое мышление, проектное обучение, личностное развитие и рефлексия.

THE CONCEPT OF EXPERIMENTAL COMPETENCE AND THEORETICAL FOUNDATIONS OF ITS FORMATION IN STUDENTS

Abstract. This article provides an in-depth analysis of the development of students' experimental competence within the modern education system. It substantiates the need to enhance practical skills and readiness for scientific and innovative activities alongside theoretical knowledge as a key requirement of 21st-century education. The study systematically examines the scientific and theoretical foundations of experimental competence, its core components (knowledge, skills, abilities, motivation, and reflection), as well as factors and pedagogical conditions influencing its development. The article also highlights the role of practice-oriented approaches, interactive methods, project-based tasks, laboratory work, and digital technologies (AR/VR, simulators) in shaping this competence. The results of a pedagogical experiment confirm the effectiveness of modern methods and technologies in fostering students' experimental

competence. The article concludes with forward-looking suggestions and recommendations for further research in this field.

Keywords: experimental competence, practice-oriented education, competency-based approach, scientific research skills, digital technologies (AR/VR, simulators), pedagogical experiment, student motivation, critical thinking, project-based learning, personal development and reflection.

Kirish. Zamonaviy jamiyatning iqtisodiy, ijtimoiy va texnologik rivojlanish sur'atlari ta'lim tizimining mazmuni va metodologiyasini tubdan qayta ko'rib chiqishni taqozo etmoqda. Xususan, XXI asr ta'limi talabalarni faqatgina nazariy bilimlar bilan ta'minlashdan ko'ra, ularning amaliy ko'nikma va kompetensiyalarini rivojlantirishga yo'naltirilgan. Bu jarayonda eksperimental kompetensiyaning shakllantirilishi o'ziga xos ahamiyat kasb etadi. Eksperimental kompetensiya nafaqat o'quv jarayonida yangi bilim va ko'nikmalarni mustaqil ravishda sinovdan o'tkazish, tahlil qilish va amaliylashtirishga yo'naltirilgan malaka sifatida, balki ilmiy va innovatsion faoliyatning ajralmas qismi sifatida ham qaraladi. Global raqobat sharoitida, innovatsion iqtisodiyot shiddat bilan rivojlanib borayotganligi sababli, talabalarda eksperimental kompetensiyaning shakllantirish ularning kasbiy muvaffaqiyatga erishishida hal qiluvchi omil hisoblanadi. Eksperimental kompetensiyaning yetarli darajada rivojlanmaganligi esa, ayniqsa, ilmiy tadqiqotlar va innovatsion faoliyatda samaradorlikni pasaytiradi, bu esa ta'lim va ishlab chiqarish sohalarida ijobiy natijalarga erishishni qiyinlashtiradi. Ta'lim jarayonida eksperimental kompetensiyaning shakllantirishning nazariy asoslari yetarlicha aniqlanmaganligi, bu boradagi metodologik yondashuvlarning kamligi va samaradorlik darajasining pastligi, hozirgi zamon ta'lim tizimining eng dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi. Shu nuqtayi nazardan, mazkur mavzuni o'rganish ilmiy-amaliy jihatdan ahamiyatga ega bo'lib, talabalarda eksperimental kompetensiyaning rivojlantirishning nazariy va metodologik asoslarini yaratish orqali ta'lim jarayonini yangi sifat bosqichiga ko'tarish imkonini beradi.

Eksperimental kompetensiya masalasi ta'lim va psixologiya fanlari doirasida uzoq yillardan buyon tadqiq etilib kelinmoqda. Dastlabki ilmiy izlanishlarda eksperimental faoliyat va uning tarkibiy elementlari ko'proq biologiya va tabiiy fanlar kontekstida o'rganilgan[1], biroq zamonaviy ta'lim nazariyasida bu tushuncha kengroq ma'noda qo'llanilmoqda. Masalan, J. Dewey (1938) eksperimental ta'lim nazariyasining asoschilaridan biri sifatida, o'quv jarayonida faol tajriba va amaliy ishlarning o'rni haqida batafsil tushunchalar berdi. Uning fikricha, eksperimental yondashuv o'quvchilarda tanqidiy fikrlash va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini shakllantirishda muhim vositadir[2].

So'nggi yillarda esa eksperimental kompetensiyaning psixologik va pedagogik asoslari bo'yicha ko'plab ilmiy ishlar amalga oshirildi. Masalan, X. Karimov (2018) o'z tadqiqotida eksperimental faoliyatni ta'lim jarayoniga integratsiya qilish metodlarini ishlab chiqdi va uning o'quvchilarning bilim olish jarayoniga ta'sirini tahlil qildi. Karimovning tadqiqotlari ko'rsatdiki, eksperimental kompetensiyaning rivojlantirish uchun individual va guruh ishlari, loyihalashtirish va muammoli vazifalar qo'yish samarali hisoblanadi[3]. Eksperimental kompetensiyaning psixologik mexanizmlariga alohida e'tibor qaratdi va uni shakllantirishda shaxsning motivatsion va kognitiv komponentlarining ahamiyatini ta'kidlanadi. Uning tadqiqotlari eksperimental kompetensiyaning rivojlanishida o'quvchilarning mustaqil fikrlash va izlanish faoliyatiga tayyorligi muhim omil ekanligini ko'rsatadi. Shuningdek, respublikamiz yosh tadqiqotchilari ham eksperimental kompetensiyaning shakllantirishda zamonaviy pedagogik texnologiyalar, xususan, interaktiv usullar va raqamli resurslardan foydalanish samaradorligini tadqiq qilib bormoqda. tadqiqotchilarning natijalari eksperimental kompetensiyaning sifat jihatdan yangi bosqichga ko'tarilishi uchun innovatsion pedagogik yondashuvlarning joriy etilishi zarurligini isbotladi.

Eksperimental kompetensiyaning rivojlantirish, talabalarda nazariy bilimlarni egallash bilan bir qatorda ushbu bilimlarning amaliyotda joriy qilingan holda erishiladigan samaradorlikni baholash, afzalliklarini ko'rsatish maqsadida olib borayotgan tadqiqotimizning asosiy maqsadi etib “eksperimental kompetensiya tushunchasining ilmiy-nazariy asoslarini tahlil qilish, uning tarkibiy qismlarini aniqlash va talabalarda ushbu kompetensiyaning shakllantirishning samarali pedagogik shart-sharoitlarini ishlab chiqish” belgilandi. Tadqiqotimiz maqsadiga erishishda quyidagi vazifalarni ketma-ketlikda bajarilishi muhim sanaladi:

- Eksperimental kompetensiya tushunchasining mazmuni, tarkibi va funksional xususiyatlarini aniqlash;
- Mazkur kompetensiyaning shakllantirishga doir mavjud nazariy yondashuvlar va ilmiy qarashlarni tahlil qilish;
- Talabalarda eksperimental kompetensiyaning rivojlantirishga ta'sir qiluvchi omillarni aniqlash va ularni tizimlashtirish;
- Eksperimental kompetensiyaning shakllantirishda qo'llaniladigan samarali metod, vosita va texnologiyalarni aniqlash;

- Talabalar ishtirokida eksperimental kompetensiyani shakllantirishga doir amaliy-pedagogik tajribalarni tahlil qilish va ularning natijalariga asoslangan holda tavsiyalar ishlab chiqish.

Ushbu vazifalarning ketma-ketlikda bajarilishi orqali tadqiqot maqsadiga erishish yoʻlida tizimli va asosli yondashuv taʼminlanadi. - Eksperimental kompetensiya nima ekanligi, uning asosiy tarkibiy qismlari (bilim, koʻnikma, malaka, motivatsiya va boshqalar) hamda qanday funksiyalarni bajarishning (masalan, ilmiy-tadqiqot olib borish, tajriba oʻtkazish, natijalarni tahlil qilish va h.k.) aniqlanishi. Buning natijasida eksperimental kompetensiyani ilmiy-nazariy asoslari yoritiladi, uning strukturasi va pedagogik jihatdan ahamiyati aniqlanadi va kompetensiyaga doir tushunchalarning aniq va loʻnda taʼrifi ishlab chiqiladi. - Ilmiy adabiyotlarda mavjud boʻlgan nazariy yondashuvlar (konstruktivizm, faoliyatga asoslangan yondashuv, kompetensiyaviy yondashuv va boshqalar) hamda ularning eksperimental kompetensiyani rivojlantirishdagi oʻrni tahlil qilinishi. Buning natijasida ilmiy-nazariy yondashuvlarning solishtirma tahlili asosida samarali model tanlanadi, eng mos va maqsadga yoʻnaltirilgan yondashuv asosida keyingi bosqichlar yoʻnalishlanadi va shakllantirish strategiyasiga ilmiy asos yaratiladi. - Eksperimental kompetensiyaga ijobiy yoki salbiy taʼsir koʻrsatadigan omillar aniqlanishi (psixologik, ijtimoiy, metodik, moddiy-texnik, shaxsiy motivatsiya va boshqalar). Buning natijasida ichki va tashqi omillar aniqlanib, ularning roli baholanadi, har bir omilning kompetensiyaga taʼsir darajasi tizimli tarzda tasniflanadi va kelgusidagi metodik yondashuvlar uchun asosiy ehtiyojlar aniqlanadi. - Taʼlim jarayonida eksperimental kompetensiyani rivojlantirishga xizmat qiluvchi oʻquv metodlari (masalan, laboratoriya ishlari, loyiha metodi, muammoli oʻqitish), vositalar va zamonaviy texnologiyalar (masalan, AR/VR, simulyatorlar, tajriba platformalari) oʻrganilishi. Buning natijasida amaliyotda isbotlangan samarali metod va vositalar toʻplami aniqlanadi, shakllantirishga xizmat qiluvchi ilgʻor texnologik yechimlar tavsiya qilinadi va oʻquv jarayonini innovatsion usullar bilan boyitish imkoniyati yaratiladi. - Eksperimental kompetensiyani rivojlantirishga doir amaliy mashgʻulotlar, tajriba loyihalari yoki pedagogik eksperimentlar oʻtkazilishi va ularning samaradorligini tahlil qilinishi. Buning natijasida oʻtkazilgan tajribalar orqali eksperimental kompetensiyani rivojlanish dinamikasi baholanadi, amaliyotdan kelib chiqqan holda metodik tavsiyalar ishlab chiqiladi va yaxshi natijalar bergan tajribalar asosida boshqa oʻquv dargohlariga tatbiq etish imkoniyati yuzaga keladi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotda eksperimental kompetensiya tushunchasining mazmun-mohiyatini ilmiy jihatdan chuqur oʻrganish, uning tarkibiy qismlari va rivojlanish mexanizmlarini aniqlash, shuningdek, talabalarda ushbu kompetensiyani shakllantirish jarayonini nazariy va amaliy jihatdan asoslab berish maqsad qilingan. Eksperimental kompetensiyani shakllantirishga xizmat qiluvchi samarali pedagogik shart-sharoitlarni ishlab chiqish va ularning amaliyotdagi natijadorligini sinovdan oʻtkazish tadqiqot maqsadlaridan biri. Shu boisdan, tadqiqot metodologik asoslar hamda ilmiy yondashuvlarga tayanilgan holda olib boriladi.

Tadqiqot jarayonida tadqiqot obyekti va predmeti oʻziga xos xususiyatlari inobatga olinib, bir nechta metodologik yondashuvlar asos qilib olindi. Jumladan:

Falsafiy asoslar: Tadqiqot bilish nazariyasi (gnoseologiya)ga tayanadi, yaʼni bilimlarning shakllanishi, mazmunan chuqurlashuvi va amaliyotda qoʻllanilishi bilan bogʻliq qonuniyatlar eʼtiborga olingan. Shuningdek, shaxs va faoliyat dialektikasi, rivojlanish va oʻzgaruvchanlik qonuniyatlari asosida eksperimental kompetensiyani shakllanish jarayoni falsafiy nuqtayi nazardan yoritildi.

Psixologik asoslar: Talabalarning kognitiv rivojlanishi, bilimlarni ongli ravishda oʻzlashtirish, tajriba asosida oʻrganish, motivatsiya va refleksiya jarayonlari tadqiqotning psixologik asosini tashkil etdi. Bu esa, taʼlim jarayonining ichki psixologik mexanizmlarini hisobga olish orqali kompetensiyani samarali shakllantirishga imkon yaratdi.

Pedagogik asoslar: Kompetensiyaviy yondashuv, faoliyatga yoʻnaltirilgan taʼlim, konstruktivistik taʼlim modeli, shuningdek, integrativ oʻqitish tamoyillari tadqiqotning asosiy pedagogik yoʻnalishlari sifatida xizmat qildi. Ushbu tamoyillar asosida taʼlim jarayonini tashkil etish va eksperimental kompetensiyani rivojlantirishga xizmat qiluvchi shart-sharoitlar ishlab chiqildi.

Tadqiqot jarayonida maqsadga erishish uchun turli darajadagi ilmiy tadqiqot metodlaridan foydalanildi, quyidagi rasmda bu metodlar haqida maʼlumotlar keltirilgan.

1-jadval.

Tadqiqot metodlar

Tadqiqot maqsadiga eltuvchi samarali metodlar		
Nazariy tadqiqot metodlari	mavjud ilmiy manbalarni tahlil qilish, konseptual tahlil, muqoyasa qilish, umumlashtirish, hamda model yaratish orqali eksperimental kompetensiyani nazariy asoslari ishlab chiqildi.	
real taʼlim jarayonida kuzatish, suhbatlar oʻtkazish, soʻrovnomalarni tuzish, test sinovlarini oʻtkazish va turli diagnostik vositalar orqali maʼlumotlar toʻplandi.		Empirik metodlar

Eksperimental metodlar	pedagogik eksperimentni tashkil etishda konstatatsion (mavjud holatni aniqlash), formativ (kompetensiyani shakllantirish), va nazorat (natijalarni baholash) bosqichlarida amalga oshirildi.
olingan ma'lumotlar matematik-statistik usullar yordamida qayta ishlanib, ularning ishonchliligi aniqlashtirildi. Bunda moda, mediana, dispersiya, standart og'ish, t-test va boshqa statistik indikatorlardan foydalanildi.	Statistik metodlar:

Tadqiqotda quyidagi pedagogik yondashuvlar asosiy yo'nalish sifatida tanlandi:



1-rasm. Tadqiqotda qo'llanilgan yondashuvlar

Olingan natijalar. O'tkazilgan ilmiy-tadqiqot ishlari davomida eksperimental kompetensiyani shakllantirishga doir nazariy, empirik va eksperimental bosqichlarda olingan ma'lumotlar asosida quyidagi asosiy natijalar aniqlandi:

1. Eksperimental kompetensiya tushunchasining ilmiy-nazariy asoslari ishlab chiqildi. Tadqiqotda eksperimental kompetensiya talabning ilmiy-tadqiqot va amaliy faoliyatga tayyorligini ta'minlovchi, bilim, ko'nikma, malaka, refleksiya va motivatsion komponentlardan tashkil topgan kompleks pedagogik hodisa sifatida aniqlab berildi.

2. Talabalarda eksperimental kompetensiyani shakllantirishning zamonaviy pedagogik shart-sharoitlari tizimi ishlab chiqildi. Ushbu tizimda kompetensiyani rivojlantirishga xizmat qiluvchi quyidagi elementlar aniqlashtirildi: amaliyotga yo'naltirilgan mashg'ulotlar, tajriba asosidagi o'quv loyihalari, muammoli vazifalar, interaktiv metodlar, raqamli vositalar (AR/VR texnologiyalari), laboratoriya ishlarini integratsiyalashgan holda tashkil etish.

3. Eksperimental kompetensiyani baholash mezonlari va diagnostika vositalari ishlab chiqildi. Kompetensiyani shakllanish darajasi kognitiv (bilim), operatsion (ko'nikma va malaka) va affektiv (munosabat va motivatsiya) komponentlar asosida baholandi. Baholash mezonlari sifatida 4 daraja (past, o'rta, yetarli, yuqori) belgilandi. Maxsus diagnostik testlar, so'rovnomalar va kuzatuv jadvalari asosida talabalarning kompetensiya darajalari qayd etildi.

4. Pedagogik eksperiment natijalari talabalarda eksperimental kompetensiyani ijobiy o'sishini ko'rsatdi. Eksperimental guruhda o'quv jarayoniga innovatsion metodlar, muammoli vazifalar va tajriba asosidagi mashg'ulotlar joriy etilgach, talabalarning eksperimental kompetensiyasi sezilarli darajada oshdi. Nazorat guruhi bilan taqqoslaganda, eksperimental guruhda quyidagi o'sish kuzatildi:

- Kognitiv ko'rsatkichlar bo'yicha o'sish: 24%
- Amaliy (operatsion) ko'nikmalar: 31%
- Motivatsion tayyorgarlik darajasi: 19%

5. Statistik tahlil natijalari eksperimentning ishonchliligi va samaradorligini tasdiqladi. T-test orqali hisob-kitoblar o'tkazilib, $p < 0.05$ darajasida farqlar ahamiyatli ekanligi aniqlandi. Bu esa tatbiq etilgan metodlar va shart-sharoitlarning eksperimental kompetensiyani shakllantirishda samarali ekanligini ko'rsatdi.

6. Eksperimental kompetensiyani rivojlantirishda psixologik omillar muhim rol o'ynashi aniqlandi. Tadqiqot davomida aniqlanishicha, talabalarda o'z-o'zini anglash, ilmiy izlanishga ichki motivatsiya, mustaqil qaror qabul qilishga tayyorgarlik, hamda reflektiv fikrlash darajasining yuqoriligi eksperimental kompetensiyani shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatmoqda.

7. Shakllantiruvchi ta'lim texnologiyalari, ayniqsa loyiha va tadqiqot faoliyatlariga asoslangan yondashuvlar yuqori samaradorlik berdi. Loyihaviy uslub asosida olib borilgan mashg'ulotlar orqali talabalarda ilmiy-tadqiqot ko'nikmalarining mustahkamlanishi va tanqidiy fikrlash qobiliyatining rivojlanishi kuzatildi. Bu yondashuv an'anaviy dars usullariga qaraganda samaraliroq ekanini amalda isbotlandi.

8. Innovatsion texnologiyalarning tatbiqi ta'lim samaradorligini oshirganligi qayd etildi. Xususan, simulyatsiya, virtual laboratoriyalar va interaktiv dasturlardan foydalanish talabalarning mavzularni amaliy jihatdan chuqurroq tushunishiga olib keldi. Eksperimental guruhda bu omillar bilimni o'zlashtirish darajasini 20–25% ga oshirishga xizmat qildi.

Natijalar tahlili va muhokamasi. O'tkazilgan tadqiqot natijalari eksperimental kompetensiyani shakllantirish bo'yicha ilgari o'tkazilgan ilmiy izlanishlar bilan ma'lum darajada uyg'unlikda bo'lib, ayni vaqtda ayrim yangicha yondashuvlar va nazariy yangiliklarni ham o'z ichiga oladi.

Ilgari o'tkazilgan tadqiqotlar bilan bog'liqlik. Tadqiqot davomida olingan natijalar J. Dewey (1938) tomonidan ilgari surilgan eksperimental ta'lim nazariyasiga mos ravishda, tajriba asosida o'rganish orqali tanqidiy fikrlash va muammoni hal qilish ko'nikmalari rivojlanishini tasdiqlaydi. Deweyning faoliyatga yo'naltirilgan yondashuvi asosida shakllantirilgan ta'lim modeli bizning tadqiqotimizda ham samarali bo'lgan interaktiv va loyihaviy metodlar orqali amaliy isbotini topdi. X. Karimov (2018) o'z izlanishlarida eksperimental faoliyatni ta'limga integratsiyalash muhimligini ta'kidlab o'tgan edi. Bizning tadqiqot natijalarimiz ham, xuddi shunday yondashuvning samaradorligini tasdiqladi. Jumladan, tajriba asosidagi mashg'ulotlar, loyihaviy ishlanmalar va laboratoriya amaliyotlari eksperimental kompetensiyani rivojlantirishda sezilarli o'sishni ta'minladi. Bundan tashqari, konstruktivizm va kompetensiyaviy yondashuvga asoslangan zamonaviy didaktik qarashlar, bizning natijalar bilan bevosita bog'liq bo'lib, eksperimental kompetensiyani shakllantirishda mustaqil fikrlash, kognitiv faollik va motivatsiyaning muhimligini tasdiqladi.

Tadqiqot natijalarining tahlili. Kognitiv komponent (bilimlar) bo'yicha o'sish 24% ni tashkil etgani, nazariy bilimlarning amaliy faoliyat bilan uyg'unligida ta'lim samaradorligi ortishini ko'rsatadi. Bu esa faoliyatga yo'naltirilgan ta'lim samarali ekanligini tasdiqlaydi. Amaliy kompetensiyalar (ko'nikma va malakalar) bo'yicha o'sish 31% bo'lgani, raqamli vositalar, laboratoriya ishlari va loyihaviy faoliyatning amaliy ahamiyatini yana bir bor tasdiqlaydi. Motivatsion tayyorgarlikdagi 19% o'sish, talabalarning ichki intilishi, mustaqil izlanishga bo'lgan qiziqishi va o'zini rivojlantirishga bo'lgan ishtiyoqi oshganligini ko'rsatadi. Statistik tahlillar asosida aniqlangan farqlarning $p < 0.05$ darajada ishonchli chiqqani, tadqiqotda qo'llanilgan metod va texnologiyalar eksperimental kompetensiyani rivojlantirishda samaradorligini tasdiqlaydi.

Tadqiqot cheklovlari. Quyidagi omillar tadqiqot natijalarining to'liq umumlashtirilishiga ba'zi cheklovlar kiritgan:

- Tadqiqot faqatgina ayrim oliy ta'lim muassasalari doirasida olib borilgan bo'lib, bu umumlashtirish imkoniyatlarini cheklaydi;

- Eksperimental kompetensiya darajasini baholashda ishlatilgan vositalar va metodlar (masalan, so'rovnoma, testlar) ayrim subyektivlik darajasiga ega bo'lishi mumkin.

- Tadqiqot qisqa muddatli davrda olib borilganligi sababli, kompetensiyani uzoq muddatli shakllanish dinamikasini to'liq aniqlash imkoniyati cheklangan.

Kelajakdagi tadqiqotlar uchun takliflar. Tadqiqot natijalariga tayangan holda quyidagi ilmiy-amaliy yo'nalishlar bo'yicha kelajakdagi tadqiqotlar uchun takliflar beriladi:

- Ko'p bosqichli va uzoq muddatli tadqiqotlar asosida eksperimental kompetensiyani rivojlanish dinamikasi va barqarorligini chuqurroq o'rganish zarur.

- Fanlararo integratsiya asosida (fizika, biologiya, muhandislik va boshqalar) eksperimental kompetensiyani shakllantirish bo'yicha metodik platformalarni ishlab chiqish tavsiya etiladi.

- Raqamli texnologiyalarning (AR/VR, sun'iy intellekt asosidagi simulyatsiyalar) ta'lim jarayoniga kengroq tatbiqi orqali eksperimental kompetensiyani rivojlantirishga oid yangi usullarni sinovdan o'tkazish lozim.

- Regionlararo va xalqaro miqyosdagi solishtirma tadqiqotlar orqali turli ta'lim tizimlarida eksperimental kompetensiya shakllanishining o'ziga xosliklarini aniqlash maqsadga muvofiqdir.

- Talabalar bilan bevosita ishlovchi pedagog kadrlar tayyorlash tizimida eksperimental kompetensiyani shakllantirish metodikasi bo'yicha maxsus o'quv kurslarini ishlab chiqish va joriy etish lozim.

Xulosa. Olib borilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, eksperimental kompetensiya talabalarning ilmiy-tadqiqot va amaliy faoliyatga tayyorligini ta'minlovchi muhim pedagogik sifat bo'lib, uni shakllantirish uchun zamonaviy, innovatsion va faoliyatga yo'naltirilgan yondashuvlar zarur. Tadqiqot davomida eksperimental kompetensiyaning ilmiy-nazariy asoslari ishlab chiqildi, uning tarkibiy qismlari (bilim, ko'nikma, malaka, motivatsiya, refleksiya) aniqlandi va ta'lim jarayonida mazkur kompetensiyaning rivojlantirishga xizmat qiluvchi metodlar, texnologiyalar hamda diagnostik vositalar tizimi ishlab chiqildi. Eksperimental guruhda qo'llanilgan interaktiv metodlar, raqamli texnologiyalar va tajriba asosidagi mashg'ulotlar kompetensiya darajasining sezilarli oshishiga olib keldi. Bu esa eksperimental kompetensiyaning shakllantirishda innovatsion pedagogik yondashuvlar yuqori samaradorlikka ega ekanligini amalda isbotladi.

Adabiyotlar:

1. Архив РАН. Ф. 259. Оп. 1. No 108. Машинопись с правкой И. П. Павлова. Датируется по протоколу заседания.
2. Dewey, J. (1938). Experience and Education. New York: Macmillan Company.
3. Xalimov, M. K. (2025). Modulli kompetentli yondashuv talabalarning fazoviy tasavvurini rivojlantirish omili sifatida. // Inter education & global study, (2), 221-230.
4. Shomurodov, J. (2023). Prospects for the using pedagogical technologies in the development of students' cognitive thinking. // Science and innovation, 2(B9), 71-75.
5. Shomurodov, J. O. (2022). Possibilities of cognitive technologies in providing students with artistic and aesthetic educational materials. // Current research journal of pedagogics, 3(02), 9-12.
6. Тўхтасинов, Д. Ф., & Саидов, М. И. (2023). Иккинчи тартибли бир жинсли бўлмаган бузиладиган бир оддий дифференциал тенглама учун икки нуктали 4-чегаравий масалани грин функциялари усули билан ечиш. // Prospects and main trends in modern science, 1(5), 72-75.
7. Farkhodovich, T. D. (2023). The importance of mental ability in the development of logical thinking. // Journal of multidisciplinary bulletin, 6(4), 71-76.
8. Sayfutdinovna, A. B., Farkhadovich, T. D., & Imomovna, T. N. (2021). Methodology Of Developing Logical Thinking In The Process Of Teaching Mathematics In Grades 5-9 Students Ways To Apply In Practice The Didactic Complex Of Conditions For The Development Of Logical Thinking Of Students In Mathematics Lessons. // European Journal of Molecular and Clinical Medicine, 8(1), 948-962.
9. Farkhodovich, T. D. (2023). The importance of mental ability in the development of logical thinking. // Journal of multidisciplinary bulletin, 6(4), 71-76.
10. To'xtasinova, N. I., & Mirzaabdullayev, I. (2023). Qutb koordinatalar sistemasida uchburchak yuzini hisoblashni matematik modeli. // Educational Research in Universal Sciences, 2(4), 518-522.

Beknazarova Shafolat Tursunpo‘latovna,
Toshkent davlat tibbiyot universiteti mustaqil izlanuvchisi

OIV/OITS BILAN KASALLANGAN BEMORLAR PSIXOLOGIK ADAPTATSIYASI VA REABILITATSIYASI XORIJIY TADQIQOTLARDA

Annotatsiya. OIV/OITS XXI asrda dolzarb bo‘lib qolayotgan global sog‘liqni saqlash muammolaridan biridir. Shuningdek, OIV bilan yashovchi bemorlar nafaqat jismoniy, balki ruhiy jihatdan ham katta bosim ostida qoladilar. Ular orasida depressiya, xavotir, o‘zini aybdor his qilish va ijtimoiy cheklovlar keng tarqalgan. Bu holatlar bemorning antiretrovirus terapiyasiga (ART) bo‘lgan sadoqatini zaiflashtiradi, bu esa kasallikning yomonlashishiga olib keladi.

Ushbu maqolada OIV/OITS bilan yashovchi bemorlar orasida keng tarqalgan psixologik muammolar – xususan, depressiya, tashvish, uyat hissi va ijtimoiy izolyatsiya – hamda bu omillarning antiretrovirus terapiyasiga (ART) rioya qilish darajasiga ta’siri tahlil qilinadi. Shuningdek, Tanzaniyada, Xitoyda, Germaniya va AQSHda o‘tkazilgan amaliy tadqiqot misolida psixologik aralashuvlarning samaradorligi ko‘rib chiqiladi. Mavjud psixologik yordam dasturlari va ijtimoiy integratsiyani qo‘llab-quvvatlash choralariga baho beriladi. Shuningdek, AQSHda qo‘llanilayotgan psixosotsial yordam strategiyalari va ularning samaradorligi ko‘rib chiqiladi. Yaponiyada jamiyatdagi “jimlik” madaniyati, kasallikni yashirish holatlari va psixosotsial yordam xizmatlarining rivojlanishi orqali bemorlarning ruhiy moslashuv darajasi ko‘rib chiqiladi.

Kalit so‘zlar: OIV, OITS, psixologik reabilitatsiya, depressiya, ART, Tanzaniya, psixologik aralashuv, Germaniya, psixologik adaptatsiya, stigma, depressiya, ijtimoiy integratsiya, ruhiy salomatlik, psixosotsial yordam, jimlik madaniyati, ruhiy salomatlik, reabilitatsiya, peer support.

ЗАРУБЕЖНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ И РЕАБИЛИТАЦИИ ПАЦИЕНТОВ, БОЛЬНЫХ ВИЧ/СПИД

Аннотация. ВИЧ/СПИД остаётся одной из актуальных глобальных проблем здравоохранения в XXI веке. Пациенты, живущие с ВИЧ, сталкиваются не только с физическими трудностями, но и с серьёзным психологическим давлением. Среди них широко распространены депрессия, тревожность, чувство вины и социальные ограничения. Эти состояния снижают приверженность пациентов к антиретровирусной терапии (АРТ), что может привести к ухудшению течения заболевания.

В данной статье анализируются распространённые психологические проблемы среди людей, живущих с ВИЧ/СПИДом — в частности, депрессия, тревожность, чувство стыда и социальная изоляция — а также влияние этих факторов на приверженность к АРТ. Рассматривается эффективность психологических вмешательств на примере практических исследований, проведённых в Танзании, Китае, Германии и США. Также проводится оценка существующих программ психологической поддержки и мер по содействию социальной интеграции. Отдельное внимание уделяется психосоциальным стратегиям поддержки, применяемым в США, и их эффективности. В Японии рассматривается влияние культуры «молчания» в обществе, случаев сокрытия диагноза, а также развитие служб психосоциальной помощи на уровень психологической адаптации пациентов.

Ключевые слова: ВИЧ, СПИД, психологическая реабилитация, депрессия, АРТ, Танзания, психологическое вмешательство, Германия, психологическая адаптация, stigma, социальная интеграция, психическое здоровье, психосоциальная помощь, культура молчания, реабилитация, взаимопомощь.

FOREIGN STUDIES ON THE PSYCHOLOGICAL ADAPTATION AND REHABILITATION OF PATIENTS WITH HIV/AIDS

Abstract. HIV/AIDS remains one of the most pressing global public health issues of the 21st century. Patients living with HIV not only face physical challenges but also endure significant psychological pressure. Depression, anxiety, feelings of guilt, and social restrictions are widespread among them. These conditions often weaken patients’ adherence to antiretroviral therapy (ART), potentially worsening the progression of the disease.

This article analyzes the psychological problems commonly observed among people living with HIV/AIDS – specifically depression, anxiety, shame, and social isolation – and examines how these factors affect adherence to ART. The effectiveness of psychological interventions is assessed through practical case

studies conducted in Tanzania, China, Germany, and the United States. The study also evaluates existing psychological support programs and measures aimed at promoting social integration. Additionally, the psychosocial support strategies used in the United States and their effectiveness are reviewed. In Japan, the impact of the cultural norm of “silence,” the tendency to conceal illness, and the development of psychosocial support services are explored to understand how these factors influence patients’ psychological adaptation.

Keywords: HIV, AIDS, psychological rehabilitation, depression, ART, Tanzania, psychological intervention, Germany, psychological adaptation, stigma, social integration, mental health, psychosocial support, culture of silence, rehabilitation, peer support.

Kirish. OIV (Odam Immun Tanqisligi Virusi) va OITS (OIVning Oxirgi Bosqichi) bilan kasallangan bemorlarning psixologik holati va reabilitatsiyasi global sog‘liqni saqlash tizimlarida muhim ahamiyatga ega. Ushbu maqolada, xorijiy manbalarda olib borilgan tadqiqotlar asosida, OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarning psixologik adaptatsiyasi va reabilitatsiyasi haqida ma’lumotlar taqdim etiladi.

OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarning psixologik adaptatsiyasi va reabilitatsiya jarayonlarida bir qator masalalarga e’tibor qaratiladi.

1. Psixologik aralashuvlar va ularning samarasi.

Psixologik aralashuvlar, masalan, kognitiv-behavioral terapiya (CBT), depressiya va tashvish simptomlarini kamaytirishda samarali bo‘lgan. Bundan tashqari, bu aralashuvlar bemorlarning ART (antiretrovirus terapiyasi)ga rioya qilishini yaxshilashga yordam beradi. Masalan, bir meta-tahlil natijalariga ko‘ra, psixologik aralashuvlar ARTga rioya qilishni o‘rtacha darajada yaxshilaydi.

2. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va uning roli.

Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, masalan, guruh terapiyasi va tengdoshlar tomonidan ko‘rsatiladigan yordam, bemorlarning depressiya simptomlarini kamaytirishga, ARTga rioya qilishni yaxshilashga va umumiy hayot sifatini oshirishga yordam beradi. Ugandada o‘tkazilgan tadqiqotda, guruh terapiyasi orqali bemorlarning depressiya simptomlari sezilarli darajada kamaygan.

3. Tibbiy, psixologik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni birlashtirish.

Tibbiy, psixologik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni birlashtirgan yondashuvlar bemorlarning umumiy farovonligini oshirishda samarali bo‘lgan. Masalan, San-Fransiskoda amalga oshirilgan RAPID dasturi orqali bemorlarga tezkor tibbiy yordam, psixologik qo‘llab-quvvatlash va ijtimoiy yordam ko‘rsatilgan. Natijada, bemorlar orasida OIV/SPID tarqalishini kamaytirish va davolanishga bo‘lgan ishtiyoq oshgan.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. ART – antiretrovirus terapiyasi - OITSni davolashdagi asosiy strategiya bo‘lib, unga qat’iy rioya qilish bemorning immunitetini saqlab qoladi. Biroq psixologik muammolar ARTga sadoqatni kamaytiradi. Bu esa bemor salomatligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Tanzaniyada o‘tkazilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, maxsus ishlab chiqilgan psixologik dasturlar ARTga rioya qilish darajasini sezilarli darajada oshiradi. Ushbu aralashuvlar quyidagilarni o‘z ichiga oladi:

- Individual psixoterapiya
- Guruhiy maslahatlar
- Kognitiv-hulqiy terapiya (CBT)
- O‘zaro qo‘llab-quvvatlash guruhlar

Mazkur usullar orqali bemorlar o‘z hissiyatlarini boshqarish, stigma bilan kurashish, ijtimoiy faollikni tiklash va ARTga ijobiy munosabatni shakllantirishga erishadilar.

OIV/OITS bilan kasallangan bemorlar ko‘pincha depressiya, tashvish, uyat va ijtimoiy izolyatsiya kabi psixologik muammolarga duch keladilar. Masalan, Tanzaniyada o‘tkazilgan tadqiqotda, 18 yoshdan katta yoshdagi bemorlar orasida depressiya va antiretrovirus terapiyasiga (ART) rioya qilishni yaxshilashga qaratilgan psixologik aralashuvlar ishlab chiqilgan. Tadqiqotda, bemorlar va sog‘liqni saqlash mutaxassislari bilan o‘tkazilgan uchrashuvlar orqali, psixologik aralashuvning tarkibi va amalga oshirish strategiyalari ishlab chiqilgan.

OIV/OITS bilan yashovchi bemorlar ko‘pincha quyidagi ruhiy-psixologik muammolar bilan kurashadilar:

- *Depressiya* – kasallik tashxisi va stigma tufayli yuzaga keladi.
- *Tashvish va xavotir* – davolanish natijalari, ijtimoiy munosabatlar va kelajak haqidagi noaniqlik sababli kuchayadi.
- *Ijtimoiy izolyatsiya* – bemorlar jamiyat tomonidan rad etilishidan yoki o‘zlarini rad etilishidan cho‘chib, ijtimoiy hayotdan chetlashadilar.
- *Uyalish hissi* – infeksiya yo‘llari, jamiyatdagi noto‘g‘ri qarashlar va o‘zini aybdor his qilish bilan bog‘liq bo‘ladi.

Xitoyda o'tkazilgan tadqiqotlarda, OIV bilan kasallangan bemorlar uchun kognitiv-behavioral terapiya (CBT) qo'llanilgan. Natijalar shuni ko'rsatdiki, CBT depressiya va tashvish simptomlarini kamaytirishda samarali bo'lgan.

Xenan provintsiyasida OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy moslashuvning holatini tushunish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy moslashuv o'rtasidagi bog'liqlikni tahlil qilish va OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarning hayot sifatini yaxshilash uchun ma'lumot berish.

Tadqiqot metodologiyasi. Usullari: OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarni OIV tarqalishi yuqori bo'lgan hududlarda (Shangcai, Shenqiu), o'rta epidemik hududlarda (Queshan, Yongcheng), kam tarqalgan hududlarda (Jiyuan, Sanmenxia) tanlash uchun ko'p bosqichli tabaqalashtirilgan tasodifiy tanlab olish usuli qabul qilindi. Obyektiv qo'llab-quvvatlash, subyektiv qo'llab-quvvatlash va qo'llab-quvvatlashdan foydalanishning uch o'lchovini o'rganish uchun ijtimoiy qo'llab-quvvatlash shkalasi ishlatilgan. Bemorning kognitiv tayyorligi, ijtimoiy o'zaro ta'siri va rolga moslashuvining uch o'lchovini o'rganish uchun ijtimoiy moslashuv shkalasi ishlatilgan. Va nihoyat, xususiyatlari ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ijtimoiy moslashuv va ularning munosabatlari tahlil qilindi.

Natijalar: 506 OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash bo'yicha umumiy ball 36,30 ni tashkil etdikekspektiv qo'llab-quvvatlash ballari 7,48 ni tashkil etdikekspektiv qo'llab-quvvatlash ballari 3,01 ni, subyektiv qo'llab-quvvatlash ballari 22,35 ni tashkil etdikekspektiv qo'llab-quvvatlash ballari 5,79 ni va qo'llab-quvvatlashdan foydalanish ballari 6,28 ni tashkil etdi, ekspektiv qo'llab-quvvatlash ballari 2,38 ni tashkil etdi.

OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash milliy darajadan past edi va farqlar statistik jihatdan ahamiyatli edi ($P < 0.05$). Bemorlarning ijtimoiy moslashuvining umumiy balli 39,10, kognitiv tayyorlik balli 9,96, kognitiv tayyorlik balli 3,23, ijtimoiy o'zaro ta'sir balli 18,57, 3,25 va rolga moslashish balli 10,57, kognitiv tayyorlik balli 2,52 ni tashkil etdi.

Bemorlarning ijtimoiy moslashuvining o'rtacha ballari umumiy ballning 2/3 qismidan kam edi va o'rtacha kognitiv tayyorlik ballari umumiy ballning 1/2 qismidan kam edi. Turli jinsi, yoshi, oilaviy ahvoli, kasbi, yuqish yo'li, alomatlar soni bo'lgan bemorlar orasida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ballari va ijtimoiy moslashuv ballaridagi farqlar statistik jihatdan ahamiyatli edi ($P < 0.05$). OIV/OITS bilan kasallangan bemorlar uchun ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy moslashuv o'rtasida o'zaro bog'liqlik mavjud edi ($r = 0.14$, $P < 0.05$). OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy moslashuv darajasi past bo'lgan va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarning ijtimoiy moslashuviga hissa qo'shadigan omil bo'lishi mumkin.

Reabilitatsiya. OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarning reabilitatsiyasi faqat tibbiy davolashni emas, balki psixologik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni ham o'z ichiga oladi. Masalan, Efiopiyada o'tkazilgan tadqiqotda, guruh asosidagi interpersonallar terapiyasi (IPT) bemorlarda depressiya simptomlarini kamaytirishda samarali bo'lgan. Bemorlar, o'zaro qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy ko'nikmalarni o'rganish orqali, o'z holatini yaxshilashgan.

Ugandada o'tkazilgan tadqiqotda, bemorlarga guruh terapiyasi orqali psixologik yordam ko'rsatilgan. Natijalar shuni ko'rsatdiki, guruh terapiyasi depressiya simptomlarini kamaytirishda samarali bo'lgan va bemorlarning ARTga rioya qilishini yaxshilagan.

OIV bilan kasallangan bemorlarning psixologik holati nafaqat ularning ruhiy salomatligiga, balki antiretrovirus terapiyasiga (ART) rioya qilishiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Xitoyda olib borilgan ko'plab tadqiqotlar bu bemorlar orasida ruhiy tushkunlik va ijtimoiy izolyatsiya yuqori ekanini ko'rsatmoqda. Shuning uchun bemorlarning psixologik adaptatsiyasi ularning hayot sifatini oshirishda muhim rol o'ynaydi.

Ushbu maqolada Xitoyda 2018–2023 yillar oralig'ida o'tkazilgan 10 dan ortiq ilmiy tadqiqotlar tahlil qilindi. Asosiy ma'lumotlar PubMed, ScienceDirect, va CNKI elektron bazalaridan olindi. Tahlil qilingan maqolalar psixologik simptomlar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, stigma va ARTga rioya qilish indikatorlariga asoslangan.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Tahlillarga ko'ra:

- Depressiya darajasi OIV bilan yashovchi bemorlar orasida 45–60% oralig'ida bo'lgan.
- Stigma va diskriminatsiya psixologik adaptatsiyani zaiflashtiruvchi asosiy omil sifatida aniqlangan.
- Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ayniqsa oila va do'stlar tomonidan bo'lgan ijobiy munosabat, bemorlarning moslashuv jarayonini yengillashtirgan.
- Psixoterapiya va onlayn maslahatlar ARTga rioya qilish darajasini sezilarli darajada oshirgan.

Germaniya sog'liqni saqlash tizimi rivojlangan va OIV bilan yashovchilarga keng qamrovli tibbiy xizmatlarni taqdim etsa-da, bemorlarning psixologik holati doimo e'tiborda bo'lib qolmoqda. OIV infeksiyasi bilan yashash uzoq muddatli stress va ijtimoiy bosim keltirib chiqaradi. Germaniyada bu holatni

yumshatish maqsadida ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlash dasturlari ishlab chiqilgan, biroq stigma va ijtimoiy cheklorlar hali ham mavjud.

Ushbu maqola asosida Germaniyada 2017–2023-yillarda o'tkazilgan epidemiologik, psixologik va klinik tadqiqotlar tahlil qilindi. Asosiy e'tibor quyidagi aspektlarga qaratildi:

- Psixik kasalliklarning OIV bilan yashovchilar orasidagi tarqalishi;
- Ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlovchi strategiyalar;
- Ijtimoiy stigma va uning moslashuvga ta'siri.

Manbalar sifatida PubMed, PsycINFO, Robert Koch Institute va German AIDS Federation (DAH) ma'lumotlari ishlatilgan.

OIV bilan yashovchilarning 40–50 foizida depressiya va tashvish buzilishlari qayd etilgan (Schomerus et al., 2020).

- Ichki stigma va o'zini ayblash holatlari ruhiy holatga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda.
- LGBTQ+ hamjamiyatida OIV infeksiyasi bilan yashovchilar o'zini izolyatsiya qilish holatlarini ko'proq boshdan kechirmoqda.
- Germaniyada “Positive Psychotherapie”, “Gruppentherapie”, va “Online-Beratung” kabi psixologik xizmatlar keng joriy etilgan bo'lsa-da, ulardan foydalanish hali yetarli emas.
- Ijtimoiy integratsiya va ish bilan ta'minlash darajasi OIV bilan yashovchilarda pastroq bo'lib, bu holat ham adaptatsiyaga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda.

AQSHda OIV/OITS bilan yashovchi bemorlar soni bir milliondan ortiq bo'lib, ularning aksariyati uzoq muddatli antiretrovirus terapiya (ART) bilan yashamoqda. Shu bilan birga, ushbu bemorlar psixologik muammolarga, xususan stigma, o'zini yakka va depressiyaga duch kelmoqda. Psixologik adaptatsiya ularning hayot sifati va ARTga rioya qilish darajasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Ushbu maqolada 2015–2023 yillarda AQSHda o'tkazilgan psixologik, epidemiologik va ijtimoiy tadqiqotlar tahlil qilindi. Asosiy ma'lumotlar CDC (Centers for Disease Control and Prevention), NIH (National Institutes of Health), APA (American Psychological Association) va PubMed ilmiy maqolalar bazasidan olindi.

OIV bilan yashovchilarning 48–60 foizida depressiya yoki tashvish buzilishlari aniqlangan (CDC, 2022).

- Ichki stigma (o'zini ayblash, uyat hissi) ARTga rioya qilishga to'sqinlik qilmoqda.
- Afro-amerikalik va LGBTQ+ guruhlarida stigma darajasi yuqoriroq bo'lib, bu moslashuvga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda.
- “Ryan White Program”, “Project ACCEPT”, va “Mental Health HIV Integration” dasturlari psixologik yordamda muhim o'rin tutmoqda.
- Guruh terapiyalari va online maslahatlar (telehealth) orqali bemorlarning moslashuvi yaxshilanishi kuzatilgan.

1-jadval.

AQSHdagi asosiy psixosotsial dasturlar va ularning ta'siri

Dastur nomi	Yondashuv turi	Qamrovi	Moslashuvga ta'siri
Ryan White HIV/AIDS Program	Ijtimoiy va ruhiy yordam	500,000+ bemor	ARTga rioya va ruhiy salomatlikni oshiradi
Project ACCEPT	Jamiyatga integratsiya	7 shtatda	Stigma kamayadi, ijtimoiy qo'llov ortadi
Mental Health HIV Integration	Klinik psixologik xizmat	10 klinika	Depressiya darajasi pasayadi
Peer Navigator Services	Tengdoshlar yordami	Mahalliy darajada	Bemor ishonchi va faol ishtirok kuchayadi

Yaponiyada OIV bilan kasallangan shaxslar soni nisbatan kam bo'lsa-da (20,000 atrofida), psixologik moslashuv masalasi bu mamlakatda muhim ijtimoiy-psixologik muammolardan biri hisoblanadi. Yaponiya madaniyatiga xos bo'lgan “jimlik” (chinmoku), “uyat” (haji) va o'zini jamiyatdan ajratish (hikikomori) kabi ijtimoiy qadriyatlar, OIV bilan yashovchi bemorlarning o'z holatini oshkor qilishdan qo'rqishiga, yordam so'rashda tortinishlariga olib keladi.

- Yaponiyada psixologik adaptatsiyaga ta'sir qiluvchi omillar sifatida quyidagilarga e'tibor qaratiladi:
- Stigma va ichki ayblovl.

Yaponiya jamiyatida OIV bilan bog‘liq stigma jiddiy darajada yuqori bo‘lib, bemorlar ko‘pincha o‘z holatini hatto oilasi yoki yaqin do‘stlaridan ham yashiradilar. Bu esa ularning ijtimoiy izolyatsiyaga tushishiga va ruhiy salomatlikning yomonlashuviga olib keladi. 2022-yilgi tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, OIV bilan yashovchilarning 55 foizidan ortig‘i depressiya yoki tashvish buzilishlaridan aziyat chekmoqda.

-Madaniy qadriyatlar va jimlik madaniyati.

Yaponiyada sog‘liq bilan bog‘liq muammolar ochiq muhokama qilinmaydi. Bu “jimlik madaniyati” (chinmoku) bemorlarning psixologik holatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. O‘z holatini oshkor qilmagan bemorlar psixologik yordam olish imkoniyatidan mahrum bo‘lishadi.

Yaponiyada psixosotsial yordam tizimi 2 usulda amalga oshiriladi.

1. Tengdoshlar guruhi (Peer Support)

Yaponiyada “peer support” dasturlari orqali bemorlar o‘zaro tajriba almashadilar. Bu dasturlar orqali ularning o‘ziga bo‘lgan ishonchi va ijtimoiy faolligi ortadi.

2. Onlayn maslahatlar va ruhiy salomatlik markazlari

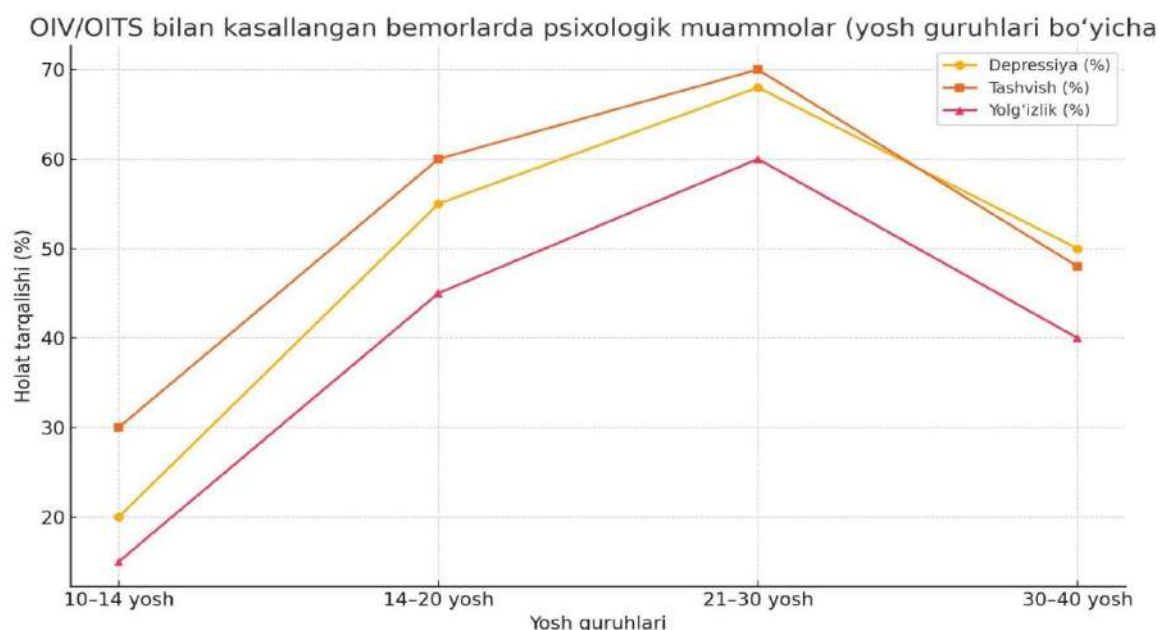
Yaponiyada pandemiyadan so‘ng onlayn psixologik maslahatlar va terapiya xizmatlari kengaytirildi. OIV bilan yashovchilar uchun maxsus internet platformalar va maslahat chiziqlari faoliyat yuritmoqda.

Yaponiya hukumati tomonidan sog‘liqni saqlash strategiyalarida OIV/OITSga qarshi kurashish doirasida ruhiy salomatlikka oid yo‘nalishlar mustahkamlanmoqda. 2021–2025 yillarga mo‘ljallangan milliy strategiyada psixologik yordam ko‘rsatish, stigma bilan kurashish va jamiyatda xabardorlikni oshirish asosiy yo‘nalishlar sifatida belgilangan.

2-jadval.

Yaponiyada OIV/OITS bemorlarining psixologik adaptatsiyasiga ta‘sir qiluvchi omillar
Gorizontal ustunli grafik (bar chart)

Omil nomi	Baholangan ta‘sir darajasi (1–10)
Stigma darajasi yuqori	8
Jimlik madaniyati	7
Depressiya va tashvish	9
Peer support samarali	6
Onlayn xizmatlar rivojlanmoqda	7
Hukumat siyosati mavjud	6
Madaniy to‘siqlar	8
O‘zbekiston uchun foydali tajriba	7



1-rasm. OIV/OITS bilan kasallangan bemorlar orasida yosh guruhlari bo‘yicha depressiya, tashvish va ijtimoiy izolyatsiya holatlarining tarqalishi (foizda)

Muhokama. OIV/OITS bilan kasallangan bemorlar hayotida psixologik barqarorlik hal qiluvchi omillardan biridir. Depressiya, izolyatsiya va tashvish ARTga rioya qilishda asosiy to‘siqlardandir. Tanzaniyada amalga oshirilgan psixologik aralashuvlar tajribasi shuni ko‘rsatadiki, kompleks ruhiy yordam terapiyaga sadoqatni oshirishda samarali vosita bo‘lishi mumkin. Shu sababli, O‘zbekistonda ham ART dasturlari doirasida psixologik yondashuvlarni keng joriy etish zarur.

Xitoydagi sog‘liqni saqlash tizimi tomonidan OIV bilan yashovchilarga ko‘rsatilayotgan psixologik yordam hali yetarli darajada emas. Ko‘pchilik bemorlar stigma tufayli psixologik yordam so‘rashdan tiyiladilar. Shu bois, ruhiy salomatlikni mustahkamlash va stigma darajasini kamaytirishga qaratilgan maqsadli dasturlar zarur.

Germaniya tajribasi shuni ko‘rsatmoqdaki, tibbiy xizmatlar yuqori darajada bo‘lsa-da, psixologik adaptatsiya individual va ijtimoiy omillarga bog‘liq. Bemorlarning moslashuvi, asosan, stigma darajasini kamaytirish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, va o‘zini ijobiy qabul qilishga bog‘liq. Bu esa, faqat tibbiy yondashuv bilan emas, balki madaniy va psixosotsial yondashuvlar bilan ham ta‘minlanishi lozim.

AQSH tajribasi shuni ko‘rsatmoqdaki, psixologik adaptatsiyada stigma darajasini kamaytirish, ruhiy salomatlikni tiklash va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash eng muhim omillardandir. Bemorlar ARTga rioya qilishda, kasallikni qabul qilishda va ijtimoiy hayotga qaytishda ko‘p hollarda psixosotsial xizmatlarga tayanadi. Shu bilan birga, irqiy va jinsiy oriyentatsiyaga oid kamsitishlar bu jarayonni murakkablashtiradi.

Xulosa. Xorijiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarning psixologik adaptatsiyasi va rehabilitatsiyasi uchun turli aralashuvlar samarali bo‘lishi mumkin. Kognitiv-behavioral terapiya, guruh terapiyasi va interpersonallar terapiyasi kabi psixologik usullar bemorlarning psixologik holatini yaxshilashda muhim rol o‘ynaydi. Shuningdek, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va ARTga rioya qilishni rag‘batlantirish ham bemorlarning umumiy farovonligini oshiradi.

Tibbiy, psixologik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni birlashtirgan yondashuvlar OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarning davolanish samaradorligini oshirishda muhim rol o‘ynaydi. Bu yondashuvlar bemorlarning ARTga rioya qilishini yaxshilash, depressiya va tashvish simptomlarini kamaytirish, ijtimoiy izolyatsiyani kamaytirish va umumiy hayot sifatini oshirishga yordam beradi.

OIV/OITS bilan kasallangan bemorlar hayotida psixologik barqarorlik hal qiluvchi omillardan biridir. Depressiya, izolyatsiya va tashvish ARTga rioya qilishda asosiy to‘siqlardandir. Tanzaniyada amalga oshirilgan psixologik aralashuvlar tajribasi shuni ko‘rsatadiki, kompleks ruhiy yordam terapiyaga sadoqatni oshirishda samarali vosita bo‘lishi mumkin. Shu sababli, O‘zbekistonda ham ART dasturlari doirasida psixologik yondashuvlarni keng joriy etish zarur.

OIV bilan yashovchilarning psixologik adaptatsiyasi Germaniyada sog‘liqni saqlash tizimining dolzarb masalalaridan biridir. Yaxshi rivojlangan psixologik xizmatlar mavjud bo‘lishiga qaramasdan, stigma va o‘zini izolyatsiya qilish holatlari adaptatsiyaga to‘sqinlik qilmoqda. Shu boisdan, O‘zbekiston sharoitida ham Germaniya tajribasi asosida stigma bilan kurash, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, va psixologik xizmatlar tizimini kuchaytirish zarur.

OIV/OITS bilan yashovchilarning psixologik adaptatsiyasi AQSHda sog‘liqni saqlash strategiyalarining muhim yo‘nalishidir. Psixologik yordam dasturlarining mavjudligi ijobiy omil bo‘lsa-da, stigma, ruhiy salomatlik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashga oid muammolar hali ham dolzarbligicha qolmoqda. Ushbu tajriba O‘zbekiston uchun ham muhim ahamiyatga ega bo‘lib, moslashtirilgan psixosotsial yondashuvlar ishlab chiqilishi zarur.

Yaponiya tajribasi O‘zbekiston sharoitida quyidagicha tatbiq etilishi mumkin:

- OIV bilan kasallangan bemorlar uchun an‘anaviy va zamonaviy yondashuvlarni birlashtirgan psixosotsial xizmatlarni yaratish;

- Jamiyatda stigma va salbiy qarashlarni kamaytirish uchun ommaviy axborot kampaniyalari o‘tkazish;

- Peer support va onlayn maslahat tizimlarini O‘zbekiston sharoitiga moslashtirish;

- Madaniyatga mos psixologik yondashuvlar (masalan, oilaviy psixoterapiya, diniy yetakchilar ishtirokida maslahatlar)ni yo‘lga qo‘yish.

Yaponiyada OIV/OITS bilan yashovchi bemorlarning psixologik adaptatsiyasi madaniy va ijtimoiy omillarga chuqur bog‘liq. Jamiyatdagi jimlik madaniyati va stigma bemorlarni izolyatsiyaga olib keladi, biroq peer support, onlayn psixologik xizmatlar va hukumat siyosati orqali bu muammolarni yumshatish mumkin. Yaponiyaning bu boradagi tajribasi O‘zbekiston uchun qimmatli model bo‘lishi mumkin.

Tavsiyalar.

1. Mahalliy kontekstni inobatga olish: Psixologik aralashuvlar mahalliy madaniyat va ijtimoiy sharoitlarga moslashtirilishi kerak.

2. Ko'p disiplinli yondashuv: Tibbiy, psixologik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni birlashtirgan yondashuvlar samarali bo'ladi.

3. Ta'lim va trening: Sog'liqni saqlash mutaxassislarini psixologik yordamlashuv bo'yicha treninglar o'tkazish zarur.

4. Monitoring va baholash: Psixologik aralashuvlarning samaradorligini muntazam ravishda baholash va kerakli o'zgartirishlarni kiritish muhimdir.

Ushbu tavsiyalar asosida, OIV/OITS bilan kasallangan bemorlarning psixologik adaptatsiyasi va reabilitatsiyasini yaxshilash mumkin.

Tavsiya etilgan amaliy choralar

1. *Integratsiyalashgan xizmatlarni rivojlantirish*: Tibbiy, psixologik va ijtimoiy xizmatlarni birlashtirgan markazlar tashkil etish.

2. *Tengdoshlar tomonidan qo'llab-quvvatlashni rag'batlantirish*: Tengdoshlar guruhlarini tashkil etish va ularni faol ishtirokini ta'minlash.

3. *Psixologik aralashuvlarni kengaytirish*: Kognitiv-behavioral terapiya kabi psixologik aralashuvlarni bemorlar uchun mavjud qilish.

4. *Ijtimoiy yordam dasturlarini kuchaytirish*: Bemorlarning ijtimoiy ehtiyojlarini qondirish uchun yordam dasturlarini rivojlantirish.

Adabiyotlar:

1. Li, L. et al. (2020). Stigma and psychological well-being among people living with HIV in China. *AIDS Care*.

2. Zhang, Y. et al. (2021). Effects of psychological interventions on adherence to ART in China. // *International Journal of Behavioral Medicine*.

3. Wang, W. et al. (2019). Social support and mental health among HIV-positive individuals in urban China. *BMC Public Health*.

4. UNAIDS. (2023). Country factsheets: China. <https://www.unaids.org>

5. Qiao, S. et al. (2018). The role of stigma and social support in the psychological well-being of PLHIV. *Journal of Health Psychology*.

6. Schomerus, G. et al. (2020). Mental Health and Stigma in HIV-positive Patients in Germany. *The Lancet Psychiatry*.

7. Deutsche AIDS-Hilfe (DAH). (2022). Psychosoziale Unterstützung für Menschen mit HIV. www.aidshilfe.de

8. Robert Koch-Institut. (2023). HIV/AIDS Surveillance Report Germany.

9. Holzemer, W. et al. (2019). Interventions to reduce internalized stigma among people living with HIV. *Journal of Advanced Nursing*.

10. UNAIDS. (2023). Country factsheets: Germany. <https://www.unaids.org>

11. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2022). HIV and Mental Health Factsheet.

12. National Institutes of Health (NIH). (2023). Integrating Mental Health and HIV Services.

13. American Psychological Association. (2021). Stigma and HIV: A Research Summary.

14. Reif, S. et al. (2020). Mental health and HIV care engagement: Results from a US multi-site study. *AIDS and Behavior*.

15. UNAIDS. (2023). HIV and Stigma in the United States. <https://www.unaids.org>

16. Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan. (2023). National HIV/AIDS Report.

17. Japan Foundation for AIDS Prevention. (2022). Annual Survey on HIV Patients in Japan.

18. Yoshikawa, H. (2021). Psychological Adjustment in Japanese HIV-positive Individuals. // *Asian Psychiatry Journal*.

19. UNAIDS. (2023). Cultural Barriers in HIV Response in East Asia.

20. Takahashi, M. (2020). HIV-related stigma and silence culture in Japan. // Tokyo Medical Press.

Azizova Fotima Nig‘matjon qizi

O‘zbekiston Milliy universiteti Psixologiya kafedrasi mustaqil izlanuvchisi

ALBINIZM KASALLIGI BILAN XASTALANGAN BOLALARNING EMOTSIONAL HOLATLARI

Annotatsiya. Mazkur maqola albinos bolalarning emotsional holatlarni o‘rganish, ko‘zida nuqsoni bor shaxslardan ularning farqli tomonlari va ular jamiyatda moslashishlari uchun stress holatlarni oldini olish, ijtimoiy moslashuvini belgilab beruvchi asosiy ijtimoiy-psixologik determinantlari aniqlash.

Kalit so‘zlar: moslashuv, reabilitatsiya, remissiya, o‘zini o‘zi baholash, o‘zini o‘zi boshqarish, koping-strategiyalar, egiluvchanlik, korreksiya, ustanovka, determinantlar.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЕТЕЙ С АЛЬБИНИЗМОМ

Аннотация. Целью данной статьи является изучение эмоциональных состояний детей-альбиносов, их отличий от лиц с нарушениями зрения, а также выявление основных социально-психологических детерминант их адаптации в обществе, профилактики стрессовых ситуаций и определения их социальной адаптации.

Ключевые слова: адаптация, реабилитация, ремиссия, самооценка, самоуправление, копинг-стратегии, гибкость, коррекция, установка, детерминанты.

EMOTIONAL CONDITIONS OF CHILDREN WITH ALBINISM

Abstract. This article aims to study the emotional states of albino children, their differences from people with visual impairments, and to identify the main socio-psychological determinants of their adaptation in society, preventing stressful situations, and determining their social adaptation.

Keywords: adaptation, rehabilitation, remission, self-assessment, self-management, coping strategies, flexibility, correction, setting, determinants.

Kirish. Albinizm va ko‘rish qobiliyati past darajada bo‘lgan bolalarni o‘qitish va tarbiyalash tizimida eng katta muammo ularning nuqsonini qoplash (kompensatsiya) masalasi bo‘lib qolmoqda. Ularning o‘ziga xos emotsional holatlarini o‘rganish va ular uchun qulay shart-sharoit yaratish muhim masalalardan biri. Albinizm kasalligiga chalingan hamda ko‘rish qobiliyatini to‘la yo‘qotgan bolalarni o‘qitish va tarbiyalash jarayonida ularni eshitish, terisi orqali sezish, harakat va boshqa analizatorlaridan unumli foydalaniladi. Albinizmga chalingan insonlarning barchasi yuridik jihatdan ko‘zi ojiz hisoblanishiga qaramasdan va ularning salomatliklari bilan bog‘liq jiddiy muammolar mavjud. Kasallikning asosida melanasitlar melanin hosil qila olmasligi yotadi, bu tironinazm faollashganligi bilan asoslanadi. Tirozinazmlar hosil bo‘lishi uchun javobgar genlarning turli xil buzilishlari natijasida paydo bo‘ladi. Bolaga albinizm o‘tishi uchun gen tashuvchi ota-onaning har ikkalasida bo‘lishi kerak.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. Ushbu gen etnik mansublikdan qat’iy nazar, dunyoning barcha davlatlarida har ikki jins vakilida uchraydi. Melanining melasitlar hujayra organlarda melanosomalarda hosil bo‘ladi. Melanositlar terida, soch folikulalarida va ko‘zning pigmentlashgan terisida hosil bo‘ladi. [4] Ayrim hollarda albinizm sababli quyosh nuri va yorug‘likka nisbatan o‘ta sezgirlikni oshishi hisobiga teri saratoni rivojlanishi hafi yuqori bo‘ladi. Gap shundaki, albinizm avloddan avlodga nafaqat ustun gen sifatida, balki resessiv gen sifatida o‘tadi, ya’ni har qanday holatda ham u namoyon bo‘lishi mumkin. Albinizmga bo‘lgan munosabat ko‘pincha, jismoniy ko‘rinishning atrofdagilar munosabatining shakllanishidagi tutgan o‘rni tufayli, boshqa ko‘z bilan ko‘rish mumkin bo‘lgan jismoniy kamchiliklar ega bo‘lgan munosabatlarga o‘xshash bo‘ladi. Ijtimoiy moslashuvni qiyinlashtiradi.

Albinizmga chalingan shaxsni va uning o‘z holati bilan bog‘liq muammolarni yengib o‘tish mexanizmlarini o‘rganishga bag‘ishlangan tadqiqotlar, ularning intellektual rivojlanishiga bag‘ishlangan tadqiqotlar kabi ko‘p sonli emas. Aniqlangan ilk tadqiqotlar Styuart va Kilerlar tomonidan amalga oshirilgan (1965), ular o‘z navbatida albinizmga chalingan kishilar “qarama-qarshi jinsga qiziqishi unchalik yuqori bo‘lmagan”, “ayollarga xos xususiyatlarga moyilroq bo‘lgan passivlikni” namoyon qiladi, deya ta’rif berganlar. Bundan tashqari, albinizmga chalingan odamlar “hissiy beqaror va intellektuallashtirish hamda dindand” tirik qolish mexanizmlari sifatida foydalanuvchi odamlar sifatida ta’riflaganlar. Ushbu tadqiqotning eng muhim xulosalaridan biri hindular qabilasidan biri bo‘lgan kuna qabilasidagi albinizmga chalingan

shaxslarning rivojlanishida mazkur qabila madaniyati muhim o‘rin tutishi bilan bog‘liqligidir. Styuart va Kilerlar o‘zlarining albinizmga chalingan a‘zolariga qabilalarini g‘ayritabiiy hodisalardan himoya qiluvchi va ma‘naviy yo‘lboshchilikni ta‘minlovchi ma‘naviy kuch egalari sifatida e‘tirof etganliklarini alohida ta‘kidlab o‘tganlar. [1] Ezeyloning (1989) fikriga ko‘ra, tadqiqot ishtirokchilarining shaxsga oid xususiyatlari passivdan tajovuzkorlikka qadar o‘zgarib borgan va ularning yashab qolishga harakat qilish mexanizmlari intellektuallashtirishdan g‘azab va yig‘iga qadar o‘zgarib turgan.

Bu albinizmga chalingan ko‘plab odamlar uchun umumiy bo‘lgan holatlarning to‘liq spektri ekanligi tushunarli. U albinizmga chalingan kishilarga ular boshdan kechirayotgan ijtimoiy va psixologik noxush holatlarni yengib o‘tish uchun maslahat yoki yordamchi xizmatlardan foydalanishni tavsiya qilgan. Vanning (2003) ta‘kidlashicha, albinizmga chalingan kishilar ko‘plab vaziyatlarda stigma va begonalashishni boshdan kechirganlar hamda ushbu odamlarning qo‘llaydigan tirik qolish mexanizmlari psoriasis kabi ko‘zga tashlanadigan boshqa jismoniy nuqson bilan tug‘ilgan kishilar tomonidan qo‘llaniladigan yashab qolish mexanizmlariga o‘xshab ketadi. Yengib o‘tishning bu kabi mexanizmlari ko‘plab ko‘zga tashlanadigan nuqsonlarga ega bo‘lgan kishilar uchun umumiy bo‘lishi mumkin. Umuman olganda, kasallikka chalingan shaxs va bu kasallik bilan bog‘liq bo‘lgan qiyinchiliklarni yengib o‘tish mexanizmlarini albinizmga chalingan kishilarga nisbatan qo‘llanilganda o‘ta sinchkovlik va ehtiyotkorlikni talab etadi. Albinizmga chalingan kishilar odatda boshqaa odamlar sifatida o‘rganiladi, va odatda bu farqlar odamlarning boshqalar tomonidan qabul qilinadigan ko‘plab shaxsiy xususiyatlariga ham ta‘sir ko‘rsatadi. (Rayt, 1964). Men-konsepsiyasi va xavotirlikning individual moslashuvdagi o‘rni ko‘plab tadqiqotchilar tomonidan yoritib berilgan (masalan, Cowen, 1972; Fitts, 1965).

Tadqiqotchilar, albinizmga chalingan odamlar o‘zlariga past baho beradilar va albinizmning ko‘zga tashlanadigan jismoniy o‘ziga xosliklari bilan bog‘liq bo‘lgan xavotirlikning yuqori darajasi to‘g‘risidagi faraz(gipoteza)larni ilgari surdilar. Biroq tadqiqotlar albinizmga chalingan va chalinmagan kishilarning o‘zlariga baho berishlarini taqqoslashdagi gipotetik farqni to‘liq tasdiqlamadi. Gavron va uning hammualliflari (1995) o‘z tadqiqotlarida ishtirok etgan, albinizmga chalingan 43 nafar talabalar va tegishli nazorat guruhlarini o‘rtasidagi o‘z-o‘ziga baho berishda ahamiyatli farqlarni topmadilar. Biroq shunga qaramasdan, albinizmga chalingan shaxslardan iborat guruhda muayyan farqlar aniqlangan, ya‘ni o‘g‘il bolalar nisbatan pastroq baho oladilar, qiz bolalar esa aksincha, ko‘proq baland baholar bilan o‘qiydilar.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotchilarning taxminiga ko‘ra albinizmga chalingan o‘g‘il bolalar o‘z salomatliklarini xavf ostiga qo‘ygan holda, ijtimoiy jihatdan nisbatan salbiyroq bo‘lgan yengib o‘tish mexanizmlaridan, ya‘ni quyosh ostida himoya vositalarisiz yurish yoki ko‘rish faolligini talab etuvchi sport tadbirlarida ishtirok etish kabilardan foydalanishlari mumkin. Bu kabi holatlar muvaffaqiyatsizlikka olib kelishi va o‘g‘il bolalarning g‘ururiga ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Bundan tashqari klar albinizmga chalingan o‘g‘il bolalar albinizmga chalingan qiz bolalarga nisbatan yuqoriroq xavotirlik darajasiga ega bo‘lganlar. [3] Tadqiqot ishining obyekti: Toshkent shahridagi 77-sonli “NURLI MASKAN” maktab-internatining 19 nafar o‘quvchilari va Toshkent viloyatidagi 28-son umumiy o‘rta ta‘lim maktabining 70 nafar o‘quvchilari.

Tadqiqot maqsadi: albinizm bilan og‘rigan bolalarning xatti-harakatlarining xususiyatlarini o‘rganish.

Tadqiqotning maqsadlari:

1. Albinis bolalarning emotsional holatlari.
2. Stressli vaziyatlarni bartaraf etishda kurash strategiyalarida yosh va jins farqlarini aniqlash.
3. Albinos bolalar va sog‘lom bolalarning stressli vaziyatlarni bartaraf etishda kurashish strategiyalarining o‘xshashliklari va farqlarini o‘rganish.

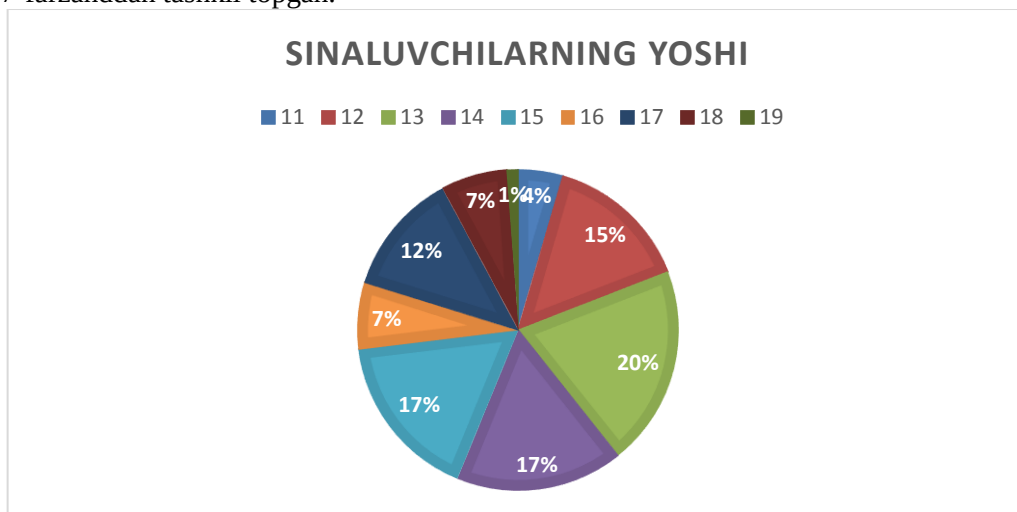
Tadqiqot ishimizda quyidagi metodikalardan foydalandik. A. Asingerning agressiyani diagnostika qilish metodikasi, Ch.D.Spilbergerning “Xavotirlanish darajasini aniqlash” metodikasi, “Yolg‘izlik hissi” metodikasilaridan foydalanildi.

Tadqiqotimiz maqsad va vazifalaridan kelib chiqib, 89 nafar sinaluvchilarimizdan 70 nafari (78,7%) sog‘lom o‘quvchilar, 19 nafari (21,3%) albinos o‘quvchilar tashkil qiladi.



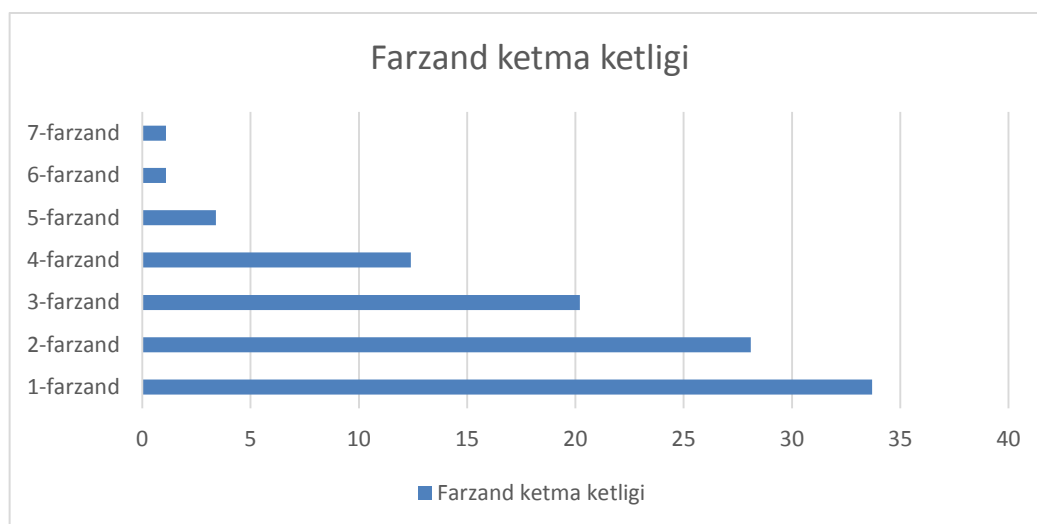
1-rasm.

Sinaluvchilarimizning 46 nafari (51,7%) o'g'il bolalar, 43 nafari (48,3%) qiz bolalar tashkil etadi. Tadqiqotimizda 89 nafar sinaluvchidan 30 nafari (33,7%) 1-farzand, 25 nafari (28,1%) 2-farzand, 18 nafari (20,2%) 3-farzand, 11 nafari (12,4%) 4-farzand, 3 nafari (3,4%) 5-farzand, 1 nafari (1,1%) 6-farzand, 1 nafari (1,1%) 7-farzanddan tashkil topgan.



2-rasm.

Tadqiqotimizda 89 nafar sinaluvchidan 30 nafari (33,7%) 1-farzand, 25 nafari (28,1%) 2-farzand, 18 nafari (20,2%) 3-farzand, 11 nafari (12,4%) 4-farzand, 3 nafari (3,4%) 5-farzand, 1 nafari (1,1%) 6-farzand, 1 nafari (1,1%) 7-farzanddan tashkil topgan.



3-rasm.

Kolmogorov-Smirnov bo'yicha A. Asingerning agressiyani diagnostika qilish metodikasi, Ch.D.Spilbergerning Xavotirlanish darajasini aniqlash metodikasi, D.Rassel, L.Peplo, M.Fergysonlarning Yolg'izlik hissi diagnostikasi so'rovnomasianiqlash bo'yicha ko'rsatkichlar tahlili

1-jadval.

Ko'rsatkichlar	Kolmogorov Smirnov-D	Ishonch darajasi-P
Agressiyani diagnostikasi	1,097	0,180
Vaziyat bilan bog'liq xavotirlanish	1,039	0,231
Shaxs bilan bog'liq xavotirlanish	1,492	0,023*
Yolg'izlik hissi	0,825	0,504

Asingerning agressiyani diagnostika qilish metodikasi agressiya diagnostikasi shkalasi ($D_z=1,097; p>0,05$); Ch.D.Spilbergerning Xavotirlanish darajasini aniqlash metodikasining Vaziyat bilan bog'liq xavotirlanish shkalasi ($D_z=1,039; p>0,05$); D.Rassel, L.Peplo, M.Fergysonlarning Yolg'izlik hissi diagnostikasi so'rovnomasining Yolg'izlik hissi shkalasi ($D_z=0,825; p>0,05$);

Student-t mezonini bo'yicha tadqiqotimiz metodikalaridagi jins farqlari :

2-jadval.

Ko'rsatkichlar	Jinsi	N	O'rtacha	t	p
Assinger	O'g'il	46	39,26	-0,720	0,474
	Qiz	43	39,95		
Vaziyatga bog'liq xavotirlanish	O'g'il	46	37,78	0,546	0,587
	Qiz	43	36,98		
Yolg'izlik hissi	O'g'il	46	26,78	-2,025	0,046*

Olingan natijalar va ularning tahlili. Styudent t-mezoni bo'yicha tahlillarimizdan olingan natijalarimizda o'g'il va qizlar bo'yicha D.Rassel, L.Peplo, M.Fergyusonlarning Yolg'izlik hissi diagnostikasi so'rovnomasining Yolg'izlik hissi shkalasida tafovutlar ($t = -2,025$; $p < 0,05$) aniqlandi.

Albinos bolalar o'zlarini yolg'iz his qiladilar bunga asosiy sabab ularni hamma ham qabul qila olmaydilar. Albins odam ko'pincha o'zining barcha tajribalari va fikrlarini o'zida saqlaydi, shuning uchun u uyatchan yoki ishonchsiz ko'rinishi mumkin, ya'ni. ichkariga burildi. Bunday psixotipga ega odamlar o'qimishli, yaxshi va ko'p o'qiydilar va vaziyatni yaxshi bashorat qila oladilar. Albinoslar odamlardagi his-tuyg'ular eng ko'p halollik, axloq va ma'naviyatni qadrlaydilar. Ular qoidalarga rioya qilishni qadrlaydilar.

Uyatchanlik va vijdonlilik albinoslar uchun muhim belgilaridir. Lekin yuqorida ta'kidlaganimizdek, insonparvarlik va xayriya ishlari asosiy hisoblanadi. Hissiyotlar har doim qulay va itoatkor, lekin ular xiyonat yoki adolatsizlikni kechirmaydi. Tuyg'uning asosiy vazifasi muvaffaqiyatsizlikka yo'l qo'ymaslikdir. Ularning stressga chidamliligi past. Muloqotda his-tuyg'ular boshqalarning qo'polligini yoqtirmaydi, lekin ular o'zlari qattiq pozitsiyalarni egallamaydilar[2].

Hissiyotlarda albinoslar ko'pincha qaror qabul qilishda qiynaladi, oson taklif qilinadilar va boshqalarga ta'sir o'tkaza olmaydilar. Emotsional nutq ohangdor, yumshoq, sokin bo'lishidir. Bolalikda his-tuyg'ular o'z oilasiga katta va samimiy mehrni his qiladi. Biroq, asosan ular haqiqiy sevgi va hurmatni his qiladiganlarga. Yuqori zaiflik va sezgirlik o'smirlik davridagi his-tuyg'ularga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin, agar bolalar bilan birga kuch, chidamlilik va qat'iyatlilik qadrlansa. Ularning yumshoq fazilatlarini ijodiy muhitda juda foydali bo'ladi. Musiqa, tasviriy yoki boshqa san'at turlariga bo'lgan ishtiyoq hissiyotli bolaga foydali ta'sir ko'rsatadi, uning uyg'unlik va go'zallikka bo'lgan ichki ishtiyoqini ochishga yordam beradi.

3-jadval.

Tadqiqot metodikalarining dispersion tahlil mezon bo'yicha yosh farqlari

Ko'rsatkichlar	Yosh	N	O'rtacha qiymat	Standart og'ish	F	p
Assinger	11	4	39,75	2,500	0,320	0,956
	12	13	39,54	5,060		
	13	18	40,00	4,187		
	14	15	38,80	3,610		
	15	15	39,73	4,877		
	16	6	38,00	4,858		
	17	11	40,73	5,781		
	18	6	39,00	5,550		
	19	1	43,00			
Vaziyatga bog'liq xavotirlanish	11	4	21,75	14,728	1,929	0,067
	12	13	29,00	12,390		
	13	18	31,83	15,827		
	14	15	26,60	13,674		
	15	15	31,53	12,345		
	16	6	34,17	15,639		
	17	11	30,64	14,975		
	18	6	27,83	15,600		
	19	1	18,00			
Yolg'izlik hissi	11	4	21,75	14,728	0,508	0,927
	12	13	29,00	12,390		
	13	18	31,83	15,827		
	14	15	26,60	13,674		
	15	15	31,53	12,345		

	16	6	34,17	15,639		
	17	11	30,64	14,975		
	18	6	27,83	15,600		
	19	1	18,00			

Albinizmga chalingan insonlarning barchasi yuridik jihatdan ko'zi o'jiz hisoblanishiga qaramasdan va ularning salomatliklari bilan bog'liq jiddiy muammolar mavjud. Albinizmning 17 000 kishidan 1 kishida mavjud va ko'z, sochlar va terini qamrab oladi. Albinizm - bu pigment (melanin) tizimini nasliy kasalligining geterogen guruhidir, u teri va uning pridatkasi pigmentining, ko'zlarning ko'z pardasi va pigment qavatining irsiy yo'qligi. Kasallikning asosida melanositlar melanin hosil qila olmasligi yotadi, bu tironinazm faollashganligi bilan asoslanadi. Tirozinazlar hosil bo'lishi uchun javobgan genlarning turli xil buzilishlari natijasida paydo bo'ladi. Bolaga albinizm o'tishi uchun gen tashuvchi ota-onaning har ikkalasida bo'lishi kerak. Ushbu gen etnik mansublikdan qat'iy nazar, dunyoning barcha davlatlarida har ikki jins vakilida uchraydi. Melanin melanositlar xujayra organlarda - melanosomalarda hosil bo'ladi. Melanositlar terida, soch folikularida va ko'zning pigmentlashgan terisida hosil bo'ladi. Ayrim hollarda albinizm sababli quyosh nuri va yorug'likka nisbatan o'ta sezgirlikni oshishi hisobiga teri saratoni rivojlanishi hafi yuqori bo'ladi. Gap shundaki, albinizm avloddan avlodga nafaqat ustun gen sifatida, balki resessiv gen sifatida o'tadi, ya'ni har qanday holatda ham u namoyon bo'lishi mumkin. Albinizmga bo'lgan munosabat ko'pincha, jismoniy ko'rinishning atrofdagilar munosabatining shakllanishidagi tutgan o'rni tufayli, boshqa ko'z bilan ko'rish mumkin bo'lgan jismoniy kamchiliklar ega bo'lgan munosabatlarga o'xshash bo'ladi. Ijtimoiy moslashuvni qiyinlashtiradi.

Xulosa. Yolg'izlik va ijobiy qayta baholash o'rtasida sezilarli ijobiy korrelyatsiya aniqlandi, bu yolg'izlikni boshdan kechirayotgan odamlar hissiy barqarorlikni saqlash va noqulay sharoitlarda ma'no topish uchun kognitiv qayta ishlashdan foydalanishi mumkinligini ko'rsatadi.

Vaziyat tashvishi maqsadga muvofiqlik bilan sezilarli salbiy bog'liqlikni ko'rsatdi, bu esa yuqori vaziyatli tashvish optimal darajadan oshib ketganda maqsadga yo'naltirilgan xatti-harakatlarga to'sqinlik qilishi mumkinligini ko'rsatdi.

Yolg'izlik ijtimoiy qo'llab-quvvatlash izlash bilan kuchli salbiy bog'liqlikni ko'rsatdi, bu albinizm bilan ijtimoiy izolyatsiya qilingan shaxslar, ehtimol, oldingi salbiy ijtimoiy tajribalar yoki stigma tufayli faol yordam so'rashga kamroq moyil bo'lishi mumkinligini ko'rsatdi.

Agressivlik maqsadlilik bilan ijobiy bog'liq bo'lib, bu da'vogarlik tendentsiyalari qiyin ijtimoiy kontekstlarda himoya moslashuvi sifatida belgilangan maqsad sari yo'naltirilishi mumkinligini anglatadi.

Xususiy tashvish tashabbus bilan ijobiy bog'liq bo'lib, ijtimoiy yoki shaxsiy kontekstdagi salbiy oqibatlarining oldini olish yoki yumshatish uchun faol kurashni aks ettirishi mumkin.

Yolg'izlik mustaqillik bilan salbiy bog'liqlikni ko'rsatdi, bu izolyatsiya avtonom faoliyatni cheklashi mumkinligini ko'rsatdi, ammo qat'iyatlilik bilan ijobiy bog'liqlik, bu ba'zi odamlar o'z izolyatsiyasini doimiy maqsadlarga intilishga yo'naltirishini ko'rsatadi.

Adabiyotlar:

1. Effects of stigmatisation on psychosocial and health wellbeing of people living with albinism in south-west niger- ojedokun, I. Mobolaji. 2017 yil.
2. Psycho-Social Dimensions of Stigmatisation of Albinos in Rivers State and the Challenges of Learning among Students with Albinism (Swa) Dr. Njoku JU , Amadi, Cajetan N. 2020 yil.
3. Альбертис Б., Брэй Д., Льюис DJ, Рефф М., Робертс К., Уотсон DJ. Молекулярная биология клетки: в 5 томах: Пер. с английского - М.: Мир, 1986.
4. Бочков Н.П., Клиническая генетика. - М.: ГЭОТАР МЕД, 2004г.
5. Андриевский А.А. Альбинизм – мификация и стереотип // Клиническая аптека, № 1, 2012, С. 114-117.

*Bosimov Bobur Ismatilla o'g'li,
Jizzax davlat pedagogika universiteti psixologi
bosimovbob2900@gmail.com*

PROBATSIIYA NAZORATIDAGI SHAXSLARDA EMOTSIONAL BOSHQARUVNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Maqolada probatsiya nazorati ostidagi shaxslarning emotsional boshqaruv jarayonlari ijtimoiy-psixologik nuqtayi nazardan tadqiq etilgan. Psixodiagnostik metodikalar asosida olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, ishtirokchilarda tuyg'ularni nazorat qilish va ifodani boshqarishda sezilarli qiyinchiliklar mavjud. Shuningdek, xavotirlanish va ichki tanglik darajasi yuqoriligi, shaxslarning o'z xatti-harakatlarini tashqi omillar bilan izohlashga moyilligi aniqlangan. Ushbu holatlar ularning ijtimoiy moslashuv jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatib, probatsiya tizimida emotsional boshqaruvni rivojlantirishga qaratilgan psixokorreksion dasturlarni ishlab chiqish zaruratini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: probatsiya, emotsional boshqaruv, emotsional intellekt, shaxs xususiyatlari, psixokorreksiya.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ УПРАВЛЕНИЯ ЭМОЦИЯМИ У ЛИЦ, НАХОДЯЩИХСЯ ПОД ПРОБАЦИОННЫМ КОНТРОЛЕМ

Аннотация. В статье рассмотрены социально-психологические аспекты эмоциональной регуляции у лиц, находящихся под пробационным надзором. Диагностические данные показали наличие трудностей в контроле эмоций и управлении их выражением, повышенный уровень тревожности и внутреннего напряжения, а также склонность участников приписывать собственное поведение внешним обстоятельствам. Указанные факторы затрудняют процесс социальной адаптации, что подчёркивает необходимость разработки и внедрения психокоррекционных программ, направленных на развитие эмоциональной регуляции в системе probation.

Ключевые слова: probation, эмоциональная регуляция, эмоциональный интеллект, личностные особенности, психокоррекция.

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EMOTIONAL MANAGEMENT IN PERSONS UNDER PROBATION CONTROL

Abstract. The article explores the socio-psychological aspects of emotional regulation among individuals under probation supervision. Diagnostic results revealed significant difficulties in controlling emotions and managing their expression, as well as elevated levels of anxiety and internal tension. Participants also demonstrated a tendency to attribute their behavior to external factors, which complicates the process of social reintegration. These findings highlight the necessity of developing and implementing psychocorrectional programs aimed at enhancing emotional regulation within the probation system.

Keywords: probation, emotional regulation, emotional intelligence, personality traits, psychocorrection.

Kirish. So'nggi yillarda jamiyat hayotida huquqiy davlat qurilishi, inson huquqlarini himoya qilish va ijtimoiy adolat tamoyillarini ta'minlashga qaratilgan islohotlar jarayonida probatsiya institutining ahamiyati sezilarli darajada ortib bormoqda. Probatsiya tizimi – jinoyat sodir etgan, biroq ozodlikdan mahrum qilinmagan shaxslarni jamiyatdan ajratmagan holda, ularni ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash va qayta ijtimoiylashuv jarayonini tashkil etuvchi mexanizm sifatida namoyon bo'ladi. Mazkur tizimning samaradorligi shaxsning individual-psixologik xususiyatlari, xususan, emotsional boshqaruv darajasi bilan bevosita bog'liqdir.

Emotsional boshqaruv (emotion regulation) zamonaviy psixologiya fanida shaxsning o'z his-tuyg'ularini anglash, nazorat qilish va vaziyat talablari asosida ulardan ijtimoiy maqbul tarzda foydalanish qobiliyati sifatida talqin qilinadi. J. Gross (1998) tomonidan ilgari surilgan Process Model of Emotion Regulation modeliga ko'ra, emotsional boshqaruv jarayoni nafaqat ichki kechinmalarni idrok etish va ularni ongli ravishda boshqarishni, balki ijtimoiy aloqalar sifati, stressga bardoshlilik va adaptiv xulq shakllanishini

ham o‘z ichiga oladi. Mazkur yondashuv probatsiya nazorati ostidagi shaxslarning ijtimoiy muhitga qayta qo‘shilishida emotsional boshqaruvning markaziy o‘rinda turishini ko‘rsatadi.

O‘zbekistonda probatsiya institutining huquqiy asoslari shakllanib bormoqda, ammo ushbu tizimda shaxslarning psixologik xususiyatlarini, xususan, emotsional boshqaruvni chuqur tadqiq etish zaruriyati hanuz dolzarbdir. Chunki probatsiya nazoratidagi shaxslarning ijtimoiy reintegratsiya jarayoni ko‘plab to‘siqlar – past motivatsiya, stress, o‘z-o‘zini nazorat qilishdagi qiyinchiliklar va shaxslararo nizolar bilan kechadi. Shu jihatdan, emotsional boshqaruv darajasi shaxsning konstruktiv ijtimoiy aloqalar o‘rnatishi, ijtimoiy talab va rollarga moslashuvi hamda huquqbuzarliklarni takrorlash xavfini kamaytirishda muhim determinant sifatida namoyon bo‘ladi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Probatsiya nazoratidagi shaxslarning psixologik xususiyatlarini o‘rganishda emotsional boshqaruv tushunchasi markaziy ilmiy kategoriya sifatida qaralmoqda. Zamonaviy psixologik adabiyotlarda emotsional boshqaruv shaxsning ijtimoiy moslashuvchanligi, stressni yengib o‘tish qobiliyati hamda konstruktiv munosabatlarni shakllantirish jarayonida hal qiluvchi omil ekanligi ta’kidlanadi.

Mahalliy tadqiqotlarda (Karimova, 2023; Egamberdiyeva, 2021) probatsiya nazoratidagi shaxslarning emotsional boshqaruv darajasi ko‘pincha past ekani, bu esa qayta ijtimoiylashuv jarayonida sezilarli qiyinchiliklarga olib kelishi qayd etilgan. Masalan, Egamberdiyeva o‘z tadqiqotida emotsional intellekti yuqori bo‘lgan ayollarda ijtimoiy reintegratsiya jarayoni nisbatan muvaffaqiyatliroq kechishini, past ko‘rsatkichlarda esa stress, ijtimoiy ishonchsizlik va shaxslararo nizolarning ortishini ta’kidlaydi. Bu natijalar shuni ko‘rsatadiki, emotsional boshqaruv darajasi probatsiya ostidagi shaxslarning ijtimoiy barqarorligi uchun muhim determinantdir.

Xorijiy adabiyotlarda ham o‘xshash natijalar qayd etilgan. Masalan, Petrova (2019) probatsiya tizimidagi shaxslarni tahlil qilar ekan, ularning emotsional boshqaruvdagi sustligi stress darajasining oshishi va impulsiv xulqning kuchayishiga sabab bo‘lishini ko‘rsatgan. Bar-On (2000) esa emotsional intellekt diagnostikasi asosida yuqori emotsional boshqaruvga ega shaxslar ijtimoiy kompetensiya va adaptiv xulq jihatdan ustunlik ko‘rsatishini ilmiy asoslagan.

Adabiyotlarda yana bir muhim jihat-bu emotsional boshqaruv va qayta huquqbuzarlik ehtimoli o‘rtasidagi bog‘liqlikdir. G‘arb psixologiyasida olib borilgan tadqiqotlar (Gross, 2014; Eisenberg & Lennon, 1983) shuni ko‘rsatadiki, o‘z hissiyotlarini ongli boshqarishga qodir bo‘lmagan shaxslar ko‘pincha yuqori xavf guruhiga kiradi va ijtimoiy reintegratsiya jarayonida muvaffaqiyatsizlikka uchraydi. Aksincha, emotsional boshqaruvni rivojlantirishga yo‘naltirilgan psixologik treninglar ijtimoiy barqarorlikni mustahkamlash va qayta huquqbuzarlikning oldini olishda samarali hisoblanadi.

O‘zbekiston psixologlari ham ushbu yo‘nalishda bir qator ilmiy izlanishlar olib bormoqda. Tursunova (2022) probatsiya nazoratidagi shaxslarning ijtimoiy moslashuvida emotsional qo‘llab-quvvatlash, oilaviy muhit va psixologik maslahat xizmatlarining ahamiyatini ta’kidlagan. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ijtimoiy determinantlar-oila, mahalla va ta’lim muassasalari-probatsiya ostidagi shaxslarning emotsional boshqaruvini shakllantirishda bevosita rol o‘ynaydi.

O‘rganilgan adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, probatsiya nazoratidagi shaxslarning emotsional boshqaruvi ularning ijtimoiy-psixologik integratsiyasida hal qiluvchi omil bo‘lib, stressga bardoshlilik, shaxslararo munosabatlar sifati va qayta huquqbuzarlik ehtimolini belgilashda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bois bu yo‘nalishda olib borilayotgan tadqiqotlar nafaqat nazariy asoslarni boyitadi, balki probatsiya tizimining amaliy samaradorligini ham oshirishga xizmat qiladi.

Tahlil va natijalar. Tadqiqotda 317 nafar probatsiya nazorati ostidagi shaxslar ishtirok etdi. Ishtirokchilar Jizzax va Buxoro viloyatlaridan tanlab olindi, ularning barchasi sud qarori asosida probatsiya nazoratiga olingan shaxslardan iborat edi. Tadqiqotda emotsional boshqaruv va shaxsiy-psixologik xususiyatlarni aniqlash uchun bir nechta psixodiagnostik metodikalar qo‘llanildi. Jumladan, D. V. Lyusina tomonidan ishlab chiqilgan emotsional intellektni aniqlash testi yordamida shaxsning o‘z va boshqalar his-tuyg‘ularini anglash hamda boshqarish qobiliyati o‘lchandi. L. G. Pochebutning agressiyani aniqlash so‘rovnoma shaxslarning emotsional beqarorlik darajasini bilishga yordam berdi. Shuningdek, J. Rotterning nazorat lokusi shkalasi (S. R. Panteleev va V. V. Stolin modifikatsiyasi asosida) ishtirokchilarning ichki va tashqi nazorat oriyentatsiyasi darajasini aniqlashda qo‘llanildi. R. Kettellning shaxsiy omillar testi esa ularning xarakterologik xususiyatlarini chuqurroq tahlil qilish imkonini berdi. Natijalarni qayta ishlash uchun matematik statistik tahlil usullarini amalga oshirdik. Quyidagi jadvalda Lyusina (Эмин) tomonidan ishlab chiqilgan hissiy intellektni aniqlash testi natijalari bo‘yicha respondentlarning asosiy statistik ko‘rsatkichlari keltirilgan (1-jadval).

1-jadval.

**Lyusina tomonidan ishlab chiqilgan hissiy intellektni aniqlash testi bo'yicha
tavsiflovchi statistika**

Ko'rsatkichlar	N	Mini-mall	Maksi-mall	O'rtacha qiymat (M)	Standart og'ish (SD)	Assimetriya	Ekstsess
Boshqalarni his tuyg'ularini tushunish	317	13,00	32,00	23,8517	4,22921	-,165	-,544
Boshqalarni his tuyg'ularini boshqarish	317	6,00	47,00	18,2555	4,88549	1,183	1,213
O'z histuyg'ularini tushunish	317	11,00	28,00	19,7697	3,84683	,014	-1,003
Tuyg'ularni boshqarish	317	7,00	21,00	13,1514	2,93103	,109	-,804
Ifodani nazorat qilish	317	4,00	17,00	11,6278	2,94575	-,361	-,491
Shaxslararo hissiy intellekt	317	27,00	55,00	40,8044	6,74956	,100	-,968
Intrapersonal hissiy intellekt	317	22,00	54,00	39,9842	7,09228	-,249	-,542
Tuyg'ularni tushunish	317	29,00	57,00	42,0505	6,58037	,081	-,790
Tuyg'ularni boshqarish	317	20,00	55,00	38,3438	7,55979	,164	-,452

Tasniflovchi statistik natijalar shuni ko'rsatadiki, probatsiya nazorati ostidagi shaxslarning emotsional boshqaruv ko'rsatkichlari o'rtacha darajada. Jumladan, “boshqalarni his-tuyg'ularini tushunish” ko'rsatkichi $M=23,85$ ($SD=4,22$), “o'z his-tuyg'ularini tushunish” esa $M=19,77$ ($SD=3,84$) bo'lib, ishtirokchilarning emotsional sezgirlik darajasi qisman shakllanganini bildiradi. “Tuyg'ularni boshqarish” ($M=13,15$; $SD=2,93$) va “ifodani nazorat qilish” ($M=11,62$; $SD=2,94$) ko'rsatkichlari pastroq bo'lib, bu emotsional nazoratda qiyinchiliklar mavjudligini anglatadi. Shaxslararo va intrapersonal emotsional intellekt ko'rsatkichlari mos ravishda $M=40,80$ va $M=39,98$ bo'lib, ular o'rtacha darajada shakllangan. Umumiy natijalarga ko'ra, “tuyg'ularni tushunish” ($M=42,05$; $SD=6,58$) va “tuyg'ularni boshqarish” ($M=38,34$; $SD=7,56$) ko'rsatkichlari ham o'rtacha qiymatlarda qayd etilgan. Ushbu natijalar probatsiya nazoratidagi shaxslarning emotsional boshqaruv qobiliyatlari yetarlicha rivojlanmaganini, ayniqsa hissiy nazorat va emotsiyalarni boshqarishda sezilarli kamchiliklar mavjudligini ko'rsatadi.

Olib borilgan ikkinchi tadqiqot metodikamiz L.G. Pochibut tomonidan ishlab chiqilgan agressivlik so'rovnomasi yordamida insonning ichki va tashqi tajovuzkorlik darajasini o'rganib chiqdik (2- jadval).

2-jadval.

**L.G. Pochibut tomonidan ishlab chiqilgan agressivlikni aniqlash so'rovnomasi
tavsiflovchi statistikasi**

Ko'rsatkichlar	N	Mini-mall	Maksi-mall	O'rtacha qiymat	Standart og'ish	Assimetriya	Ekstsess
Verbal agressiya	317	1,00	8,00	4,4574	1,58181	,064	-,863
Jismoniy agressiya	317	1,00	8,00	3,9306	1,71412	,389	-,789
Predmetli agressiya	317	1,00	7,00	4,0410	1,59951	,096	-1,148
Emotsional agressiya	317	1,00	7,00	4,5962	1,21998	-,220	-,660
O'ziga agressiya	317	1,00	7,00	3,5489	1,21761	,304	-,149

L.G. Pochibutning agressivlik so'rovnomasi natijalari shuni ko'rsatadiki, sinaluvchilarda eng yuqori darajada emotsional agressiya ko'rsatkichida o'rtacha qiymat 4,59; standart og'ish 1,22 ($4,59 \pm 1,22$) qayd etilgan bo'lib, bu ularning hissiy reaktivligi yuqoriligidan dalolat beradi. Verbal agressiya o'rtacha qiymat 4,45; standart og'ish 1,58 ($4,45 \pm 1,58$) ham yuqori ko'rsatkichga ega bo'lib, shaxslararo muloqotda tajovuzkorlik unsurlarining tez-tez namoyon bo'lishini anglatadi. Jismoniy agressiya o'rtacha qiymat 3,93; standart og'ish 1,71 ($3,93 \pm 1,71$) va predmetli agressiya o'rtacha qiymat 4,04; standart og'ish 1,59 ($4,04 \pm 1,59$) o'rtacha darajada qayd etilgan bo'lsa-da, ular tashqi xulq-atvorda tajovuzkorlik ehtimolini ko'rsatadi. O'ziga nisbatan agressiya o'rtacha qiymat 3,54; standart og'ish 1,21 ($3,54 \pm 1,21$) esa shaxsning

ichki ziddiyatlari, o'zini ayblash va salbiy “men-konsepsiya” bilan bog'liq xususiyatlarni aks ettiradi. Assimetriya va ekstsess ko'rsatkichlari ma'lumotlarning normal taqsimotga yaqin ekanligini ko'rsatadi, biroq ayrim agressiya shakllarida (predmetli va emotsional) salbiy ekstsess taqsimotning tekisroq ekanligini bildiradi. Bu esa agressivlikning barcha shakllari sinaluvchilarda bir xil emas, balki individual farqlar bilan namoyon bo'lishini tasdiqlaydi.

Respondentlarda olib borilgan uchinchi metodikamiz S.R. Panteleev va V.V. Stolin tomonidan J. Rotter shkalasi asosida modifikatsiya qilingan “Sub'ektiv lokal nazorat” so'rovnomasi shaxsning mas'uliyatni ichki yoki tashqi omillarga bog'lash darajasini aniqlash imkonini beradi (3-jadval).

3- jadval.

T S.R. Panteleev va V.V. Stolin tomonidan J. Rotter shkalasini modifikatsiya qilish asosida ishlab chiqilgan «Subyektiv lokal nazorat xususiyatlarini o'rganish so'rovnomasi»ning tavsiflovchi statistik ko'rsatkichlari

Ko'rsatkichlar	N	Mini-mall	Maksi-mall	O'rtacha qiymat	Standart og'ish	Assimetriya	Ekstsess
Internal lokus	317	3,00	23,00	10,5804	6,29074	,640	-1,047
Eksternal lokus	317	3,00	23,00	15,3722	6,28845	-,637	-1,035

Olingan natijalarda eksternal lokus ko'rsatkichlari o'rtacha qiymat 15,37; standart og'ish 6,28 ($15,37 \pm 6,28$) ichki lokus ko'rsatkichlariga o'rtacha qiymat 10,58; standart og'ish 6,29 ($10,58 \pm 6,29$) nisbatan yuqoriroq qayd etilgan. Bu esa sinaluvchilarning ko'pchiligi hayotiy vaziyatlarda nazoratni tashqi omillarga bog'lashga moyilligini ko'rsatadi. Asimetriya va ekstsess qiymatlari taqsimotning normalga yaqin ekanini bildiradi, biroq ma'lum og'ishlar mavjudligi individual farqlarning sezilarli darajada ekanligidan dalolat beradi.

Shaxsning psixologik xususiyatlarini chuqur o'rganishda R. Kettell tomonidan ishlab chiqilgan “16 shaxs omili metodikasi (16PF)” inson shaxsiyatining asosiy temperamental, emotsional va ijtimoiy-psixologik jihatlarini aniqlash imkonini beradi. Bundan tashqari, metodika shaxsning muloqotchanlik darajasi, mustaqilligi, barqarorligi, emotsional sezgirligi, iroda kuchi, tashabbuskorligi va boshqa individual fazilatlari haqida to'liq ma'lumot olish mumkin (4-jadval).

4-jadval.

R. Kettellning shaxs xususiyatlarini 16 omili metodikasi (16PF) tavsiflovchi statistikasi

Ko'rsatkichlar	N	Mini-mall	Maksi-mall	O'rtacha qiymat	Standart og'ish	Assimetriya	Ekstsess
Issiqqonlilik (Sotsiabilik – Unsotsiabilik)	317	3,00	10,00	7,1356	2,02451	-,175	-,992
Intellectual daraja (Aql-zakovat rivoji)	317	1,00	9,00	5,3628	1,65285	-,207	-,526
Hissiy barqarorlik (Emotsional muvozanatlilik – Beqarorlik)	317	2,00	8,00	5,4890	1,45742	-,101	-,965
Dominantlik (Yetakchilik – Bo'ysunuvchanlik)	317	2,00	9,00	5,5363	1,57395	-,111	-,573
Impulsivlik (Faollik – Jiddiylik)	317	2,00	9,00	5,7634	1,42897	-,160	-,462
Normativlik (Mas'uliyatlilik – Beparvolik)	317	2,00	8,00	5,1640	1,49839	-,016	-,801
Jasurlik (Dadillik – Tortinchoqlik)	317	2,00	8,00	5,7445	1,40332	-,457	-,171
Sezgirlik (Nozikta'blik – Qo'polilik)	317	2,00	9,00	5,4669	1,53535	-,209	-,568
Shubhalilik (Ishonuvchanlik – Shubhalilik)	317	2,00	8,00	5,3218	1,56219	-,335	-,691
Fantaziyalilik (Ijodkorlik – Realistik yondashuv)	317	2,00	9,00	5,3849	1,44416	-,010	-,835
Diplomatiya (Zehnllilik – Sodda munosabat)	317	2,00	8,00	5,3312	1,38963	,132	-,811

Xavotirlanish (Tashvishlilik – Xotirjamlik)	317	2,00	8,00	5,7823	1,50944	-,603	-,234
Liberalizm (Yangilikka ochiqlik – Konservatizm)	317	2,00	8,00	5,3344	1,39683	-,255	-,865
Mustaqillik (Avtonomlik – Boshqalarga bog‘liqlik)	317	2,00	9,00	5,6278	1,41430	-,049	-,643
O‘zini nazorat qilish (Tartib- intizom – Betartiblik)	317	1,00	8,00	5,1609	1,48281	-,045	-,435
Ichki tanglik (Stressga moyillik – Xotirjamlik)	317	3,00	8,00	5,9968	1,24142	-,314	-,806

O‘tkazilgan tadqiqot natijalari respondentlarning shaxsiy xususiyatlari o‘rtacha va nisbatan yuqori darajada namoyon bo‘lganini ko‘rsatdi. Olingan statistik ko‘rsatkichlar tahlili shuni anglatadiki, Intellektual daraja o‘rtacha qiymat 5,36, standart og‘ishish 1,65 (5.36 ± 1.65), dominantlik o‘rtacha qiymat 5,53 standart og‘ishish 1,57 (5.53 ± 1.57), va jasurlik o‘rtacha qiymat 5,74 standart og‘ishish 1,40 (5.74 ± 1.40), kabi fazilatlar respondentlarda barqaror shakllangan. Shu bilan birga, xavotirlanish o‘rtacha qiymat 5,78 standart og‘ishish 1,50 (5.78 ± 1.50), hamda ichki tanglik o‘rtacha qiymat 5,99 standart og‘ishish 1,24 (5.99 ± 1.24) ko‘rsatkichlarining yuqoriligi emotsional taranglik va ichki bezovtalik mavjudligidan dalolat bermoqda. Asimetriya va ekstsess qiymatlarining normal taqsimotga yaqin bo‘lishi natijalarning ishonchliligini tasdiqlaydi, biroq ayrim og‘ishlarning mavjudligi shaxslararo farqlarning sezilarli ekanini ko‘rsatadi. Ushbu ma’lumotlar respondentlarning individual psixologik portretini aniqlash va keyingi empirik tahlillarni amalga oshirishda muhim ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Xulosa. O‘tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, probatsiya nazorati ostidagi shaxslarning emotsional boshqaruv darajasi o‘rtacha ko‘rsatkichlarda bo‘lib, ayniqsa tuyg‘ularni boshqarish va ifodani nazorat qilishda sezilarli qiyinchiliklar mavjud. Agressivlikning emotsional va verbal shakllarining yuqoriligi hamda eksternal lokus ustunligi shaxslarning o‘z xatti-harakatlarini tashqi omillar bilan izohlashga moyilligini anglatadi. Kettell testida qayd etilgan xavotirlanish va ichki tanglik ko‘rsatkichlari esa emotsional beqarorlik darajasining yuqoriligidan dalolat beradi.

Tadqiqotchi sifatida ta’kidlash mumkinki, ushbu natijalar probatsiya tizimida emotsional boshqaruvni rivojlantirishga qaratilgan psixokorreksion dasturlarni joriy etish zarurligini ko‘rsatadi. Zero, emotsional intellekt va hissiy nazoratni mustahkamlash shaxslarning ijtimoiy reintegratsiyasi samaradorligini oshirishda muhim psixologik determinant hisoblanadi.

Adabiyotlar:

1. Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York: Bantam Books.
2. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). Emotional development and emotional intelligence: Educational implications. New York: Basic Books.
3. Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In J. J. Gross (Ed.), Handbook of emotion regulation (pp. 3–20). New York: Guilford Press.
4. Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory (EQ-i). In R. Bar-On & J. D. A. Parker (Eds.), Handbook of emotional intelligence (pp. 363–388). San Francisco: Jossey-Bass.
5. Eisenberg, N., & Lennon, R. (1983). Sex differences in empathy and related capacities. // Psychological Bulletin, 94(1), 100–131.
6. Petrova, E. A. (2019). Эмоциональная регуляция и социальная адаптация в условиях пробации. // Психология и право, 9(3), 45–56.
7. Karimova, M. (2023). Probatsiya nazoratidagi shaxslarning emotsional boshqaruvi: ijtimoiy-psixologik jihatlar. // O‘zbekiston ijtimoiy fanlar jurnali, 7(2), 34–49.
8. Egamberdiyeva, N. (2021). Ayollarda emotsional intellekt va ijtimoiy reintegratsiya jarayoni: probatsiya tajribasi. // O‘zbekiston psixologiya jurnali, 15(4), 23–35.
9. Tursunova, Z. (2022). Probatsiya tizimida shaxslarning ijtimoiy moslashuvi va emotsional boshqaruv determinantlari. // O‘zbekiston psixologik tadqiqotlari to‘plami, 4(1), 112–120.
10. Lyusina, D. V. (2010). Эмоциональный интеллект как предмет исследования: структура и диагностика. Москва: Институт психологии РАН.

Ergasheva Gullolaxon Nosirjon qizi,

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti huzuridagi Ijtimoiy himoya milliy agentligi Shayxontohur tumani
 “Inson” ijtimoiy xizmatlari markazi “Chaqar” MFY ijtimoiy xodimi
gullolaergasheva927@gmail.com

O‘SMIR JINOYATCHILARDA DESTRUKTIV XULQ-ATVORNI BARTARAF ETISHDA PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZIMLARINING ROLI

Annotatsiya. Ushbu maqolada o‘smir jinoyatchilarda uchraydigan destruktiv xulq-atvor ko‘rinishlari va ularni bartaraf etishda psixologik himoya mexanizmlarining o‘rni tahlil qilinadi. Psixoanalitik nazariyalar asosida o‘smirlarda uchraydigan inkor qilish, proyeksiya, ratsionalizatsiya va agressiyani siljitish kabi himoya mexanizmlarining ijobiy va salbiy jihatlari yoritilgan. Tadqiqot Toshkent shahri Olmazor tumanidagi umumiy o‘rta ta’lim maktabi o‘quvchilari orasida olib borilgan bo‘lib, 150 nafar respondent ishtirok etgan. Empirik ma’lumotlar G. Ayzenk, K. Tomas, T. Liri va boshqa diagnostik metodikalar orqali yig‘ilgan hamda Kolmogorov-Smirnov, Man-Whitney va Kruskal-Wallis statistik mezonlari yordamida tahlil qilingan. Natijalar shuni ko‘rsatdiki, destruktiv xulq-atvor ko‘proq ijtimoiy bosim, oilaviy muhit va shaxsiy psixologik omillar ta’sirida shakllanadi. Shuningdek, psixologik himoya mexanizmlarining noto‘g‘ri ishlashi jinoyatga moyillikni kuchaytirishi mumkin. Mazkur tadqiqot natijalari o‘smirlarda buzuvchi xatti-harakatlarning oldini olish va reabilitatsiya strategiyalarini ishlab chiqishda amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so‘zlar: psixologik himoya mexanizimi, ijtimoiy muhit, destruktiv xulq-atvor, agressiya, jinoyat, tajovuzkorlik, o‘smir, ijtimoiylashuv, itoatkorlik, tobelik, bag‘rikenglik, ota-ona, psixodiagnostika

РОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ В ПРЕОДОЛЕНИИ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ПРАВОНАРУШИТЕЛЕЙ

Аннотация. В данной статье рассматриваются проявления деструктивного поведения у несовершеннолетних правонарушителей и роль психологических защитных механизмов в их преодолении. На основе психоаналитических теорий раскрыты положительные и отрицательные стороны таких защитных механизмов, как отрицание, проекция, рационализация и смещение агрессии, часто встречающиеся у подростков. Исследование проведено среди учащихся общеобразовательной школы в Алмазарском районе города Ташкента, в котором приняли участие 150 респондентов. Эмпирические данные были собраны с использованием диагностических методик Г. Айзенка, К. Томаса, Т. Лири и других, а также проанализированы с помощью статистических критериев Колмогорова-Смирнова, Манна-Уитни и Крускала-Уоллиса. Результаты показали, что деструктивное поведение в основном формируется под влиянием социального давления, семейной обстановки и личных психологических факторов. Также было выявлено, что неправильное функционирование защитных механизмов может способствовать склонности к преступному поведению. Полученные данные имеют практическое значение для профилактики разрушительных форм поведения и разработки эффективных стратегий реабилитации подростков.

Ключевые слова: психологические защитные механизмы, социальная среда, деструктивное поведение, агрессия, преступление, агрессивность, подросток, социализация, покорность, зависимость, терпимость, родители, психодиагностика.

THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS IN ELIMINATING DESTRUCTIVE BEHAVIOR AMONG JUVENILE OFFENDERS

Abstract. This article analyzes the manifestations of destructive behavior in juvenile offenders and the role of psychological defense mechanisms in overcoming such behavior. Based on psychoanalytic theories, the paper discusses the positive and negative aspects of defense mechanisms such as denial, projection, rationalization, and displacement of aggression, which are commonly observed in adolescents. The research was conducted among students of a general secondary school in the Olmazor district of Tashkent city, involving 150 respondents. Empirical data were collected using diagnostic methods developed by G. Eysenck, K. Thomas, T. Leary, and others, and analyzed using statistical criteria such as the Kolmogorov-Smirnov, Mann-Whitney, and Kruskal-Wallis tests. The findings reveal that destructive behavior is primarily

shaped under the influence of social pressure, family environment, and personal psychological factors. It was also found that the improper functioning of psychological defense mechanisms may increase the tendency toward delinquent behavior. The results of this study have practical significance for the prevention of disruptive behaviors and the development of effective rehabilitation strategies for adolescents.

Keywords: psychological defense mechanisms, social environment, destructive behavior, aggression, crime, hostility, adolescent, socialization, obedience, dependency, tolerance, parents, psychodiagnostics.

Kirish. O'smirlik davri shaxsning ijtimoiylashuvi va o'zini namoyon etishida eng muhim bosqichlardan biridir. Shu davrda noto'g'ri tarbiya, salbiy ijtimoiy muhit, oilaviy nizolar yoki psixologik inqirozlar natijasida jinoyatga moyillik kuchayishi mumkin. Destruktiv xulq-atvor – o'ziga va boshqalarga zarar yetkazuvchi, ijtimoiy me'yorlarga zid bo'lgan xatti-harakatlarni anglatadi. O'smir jinoyatchilarda bunday xulq-atvor ko'pincha psixologik himoya mexanizmlari orqali yashiriladi yoki oqlanadi[1].

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. O'smir jinoyatchilarda destruktiv xulq-atvor ko'rinishlari quyidagi shaklda namoyon bo'lishi mumkin: Agressiya va tajovuzkorlik, me'yor va qoidalarga qarshi chiqish, o'qish va mehnatdan bo'yin tovlash. spirtli ichimlik va boshqa zararli odatlarga qiziqish, jinoyatni “o'zini tasdiqlash” vositasi sifatida qabul qilish.

Psixologik himoya mexanizmlari: Freyd va boshqa psixoanalitiklar nazariyasiga ko'ra, himoya mexanizmlari shaxsning ruhiy muvozanatini saqlashda xizmat qiladi[2].

O'smir jinoyatchilarda quyidagi mexanizmlar tez-tez uchraydi: inkor qilish (denial): jinoyat sodir etilganini yoki uning og'ir oqibatlarini tan olmaslik. proeksiya (projection): aybni boshqa shaxslar zimmasiga yuklash. ratsionalizatsiya: jinoyatni “to'g'ri sabablar” bilan oqlash. agressiyani siljitish (displacement): ichki zo'riqishni atrofdagilarga hujumkor xatti-harakat bilan chiqarish.

Himoya mexanizmlarining ijobiy va salbiy tomonlari:

Ijobiy: O'smirning psixikasini keskin ruhiy zarbalardan saqlaydi, moslashuvchanlikni kuchaytiradi.

Salbiy: Jinoyatni ongli ravishda tushunishga to'sqinlik qiladi, shaxsning ijtimoiy mas'uliyatini pasaytiradi.

Destruktiv xulq-atvorni bartaraf etishda psixologik himoya mexanizmlarining roli:

Psixologik himoya mexanizmlari o'smirlarning xulq-atvorini tushunishda diagnostik ahamiyatga ega.

Reabilitatsiya jarayonida bu mexanizmlarni to'g'ri aniqlash, ularni konstruktiv yo'nalishga o'zgartirish (masalan, agressiyani sport yoki ijodga yo'naltirish) muhim hisoblanadi.

O'smirning ichki qarama-qarshiliklarini kamaytirishda psixologik yordam bilan birga ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ham zarur.

Xulq-atvor — insonning ichki va tashqi omillarga nisbatan qay tarzda javob berishini ko'rsatuvchi kompleks jarayon bo'lib, shaxsning o'ziga xosligini shakllantiradi va uning hayotiy tanlovlariga ta'sir ko'rsatadi.

1991-yilda amerikalik olimlar Kolk. V, Christopher. J, Lewis, J. tomonidan e'lon qilingan “Bolalardagi destruktiv xulq atvorning kelib chiqishi” nomli maqoladi destruktiv xulqning kelib chiqish psixologik xususiyatlari aniq tasniflanadi. Tadqiqotchilar bolalar deyilganda 5 yoshdan yuqoridagilarni nazarda tutishadi chunki 5 yoshdan kichiklarda ijtimoiy normalar me'yorlar shakllanib ulgurmagani bo'ladi. Tadqiqotda keltirilishicha “destruktiv xulq-atvor rivojlanishida oila muhiti va bolalikdagi tajribalar, ayniqsa, travmatik voqealar katta ta'sir ko'rsatadi. Bolalikda qabul qilib olingan jismoniy va ruhiy zo'ravonlik, o'z-o'ziga va yaqinlariga zarar yetkazish kabi harakatlarni kuchaytirishi mumkin”[1].

Tahlil va natijalar. Destruktiv xulq-atvorni aniqlash va tahlil qilish, ijtimoiy-psixologik masalalarni hal qilishda muhim bir qadam hisoblanadi. Bu jarayonni amalga oshirish uchun bir qator psixodiagnostik metodikalar va testlar mavjud bo'lib, ular talabalar orasidagi shaxsiy va ijtimoiy muammolarni aniqlashda qo'llaniladi. Tadqiqotimiz davomida destruktiv xulq-atvorni aniqlashda quyidagi psixodiagnostik metodikalar qo'llanildi: G. Ayzenkning “EPQ (Eysenck Personality Questionnaire)”, K. Tomasning “Nizoli vaziyatlarda o'zini tutish” testi, T. Lirining “Shaxslararo munosabatlar diagnostikasi” metodikasi, va “Shaxsni nizoga moyillik darajasini baholash” testi. Har bir psixodiagnostik metodikani tadqiqot mavzusi doirasi tahlil qilib chiqildi[3].

Tadqiqotimiz Toshkent shahar Olmazor tumani 1-sonli umumiy o'rta ta'lim maktabi o'quvchi yoshlari o'rtasida o'tkazildi. Tadqiqotimizda umumiy hisobda 150 nafar talabalar qatnashdi.

1-jadval.

Sinaluvchilar jinsi haqida umumiy ma'lumot

	Frequency	Valid Percent
Ayol	93	62.0
Erkak	57	38.0

2- jadval.

Oilada nechanchi farzand ekanligiga ko‘ra

	Frequency	Percent
1-farzand	29	19.3
2-farzand	39	26.0
3-farzand	47	31.3
4-farzand	31	20.7
5-farzand	4	2.7

Tadqiqotda ishtirok etgan sinalluvchilarning oilada nechanchi farzand ekanligiga ko‘ra tahlil qilganimizda, oilada 1-farzand bo‘lganlar 22%ni, 2-farzand bo‘lganlar 29%ni, 3-farzand va 4-farzand bo‘lganlar 23%ni va 5-farzand bo‘lganlar eng kam 3%ni tashkil etdi.

3-jadval.

Kolmogorf Smirnov mezon G.Ayzenkning EPQ (Eysenck Personality Questionnaire) so‘rovnomasi bo‘yicha

	N	Mini mum	Maxi mum	Mean	Std. Deviation	assimetriya	eksess	Z	P
Ekstroversiya introversiya	150	8.00	19.00	11.0133	2.32866	.776	.388	1.579	.014*
Neyrotizm	150	6.00	20.00	11.2733	2.91926	.774	.063	1.821	.003*

* $p < 0,05$ 0,011-0,050 95% ishonch darajasi mavjud (Normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaydi)

Tadqiqotimiz bo‘yicha G.Ayzenkning EPQ (Eysenck Personality Questionnaire) so‘rovnomasi bo‘yicha olingan ma‘lumotlarni tahlil qilganimizda quyidagi natijalar aniqlandi, Shakalalar bo‘yicha minimum 6.00 maximum 20.00ni tashkil qildi. Natijalarning o‘rtacha qiymati 11.14 ga tengligi aniqlandi, standart og‘ish (2,91)ga teng. Demak ma‘lumotlar bo‘yicha me‘yor (8.23 dan 14.05) gachaligini kuzatishimiz mumkin. Assimetriya bo‘yicha ekstroversiya va introversiya shkalasi A(.776) kuchsiz ifodalangan o‘ng tomonlama assimetriya, neyrotizm shkalasi A(.774) kuchsiz ifodalangan o‘ng tomonlama assimetriya. Eksess bo‘yicha ekstroversiya va introversiya shkalasi E(.388) kuchsiz ifodalangan musbat eksess, neyrotizm shkalasi E(.063) kuchsiz ifodalangan musbat eksess. Ekstroversiya introversiya shkalasi Z=1.579 * $p < 0,05$ 0,011-0,050 95% ishonch darajasi mavjud. Neyrotizm shkalasi Z=1.821 * $p < 0,05$ 0,011-0,050 95% ishonch darajasi mavjud.

4-jadval.

Kolmogorf Smirnov mezon K. Tomasning “Nizoli vaziyatlarda o‘zini tutish” testi bo‘yicha

Shkalalar	N	Mini um	Maxi mum	Mean	Standart og‘ish	assimetriya	eksess	Z	P
raqobat	150	2.00	9.00	5.8933	1.94262	-.254	-.488	2.064	.000***
moslashish	150	2.00	12.00	6.8133	2.44781	-.170	-.739	1.352	.052
kelishuv	150	2.00	10.00	5.4467	1.46336	.686	.864	2.278	.000***
qochish	150	2.00	9.00	5.9000	1.65375	-.777	-.070	3.270	.000***
hamkorlik	150	2.00	9.00	5.7733	1.35680	-.233	.253	2.527	.000***

*** $p < 0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud (Normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaydi)

Tadqiqotimizda K. Tomasning “Nizoli vaziyatlarda o‘zini tutish” testi bo‘yicha olingan ma‘lumotlarni tahlil qilganimizda quyidagi natijalar aniqlandi, Shakalalar bo‘yicha minimum 2.00 maximum 12.00ni tashkil qildi. Natijalarning o‘rtacha qiymati 5.96 ga tengligi aniqlandi, standart og‘ish (2,44)ga teng. Demak ma‘lumotlar bo‘yicha me‘yor (3.52 dan 8.4) gachaligini kuzatishimiz mumkin. Assimetriya bo‘yicha raqobat shkalasi A(-.254) kuchsiz ifodalangan chap tomonlama assimetriya, moslashish shkalasi A(-.170) kuchsiz ifodalangan chap tomonlama assimetriya, kelishuv shkalasi A(.686) kuchsiz ifodalangan o‘ng tomonlama assimetriya, qochish shkalasi A(-.777) kuchsiz ifodalangan chap tomonlama assimetriya, hamkorlik shkalasi A(-.233) kuchsiz ifodalangan chap tomonlama assimetriya kuzatildi. Eksess bo‘yicha raqobat shkalasi E(-.488) kuchsiz ifodalangan chap tomonlama eksess, moslashish shkalasi E(-.739) kuchsiz ifodalangan chap tomonlama eksess, kelishuv shkalasi E(.864) kuchsiz ifodalangan o‘ng tomonlama eksess, qochish shkalasi E(-.070) kuchsiz ifodalangan chap tomonlama eksess, hamkorlik shkalasi E(-.253) kuchsiz ifodalangan chap tomonlama eksess kuzatildi.

Raqobat shkalasi $Z=2.064$ *** $p<0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud (Normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaydi). Moslashish shkalasi $Z=1.352$ *** $p<0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud (Normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaydi). Kelishuv shkalasi $Z=2.278$ *** $p<0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud (Normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaydi). Qochish shkalasi $Z=3.270$ *** $p<0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud (Normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaydi). Hamkorlik shkalasi $Z=2.527$ *** $p<0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud (Normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaydi)

5-jadval.

Kolmogorov Smirnov mezon. T. Lirining “Shaxslararo munosabatlar diagnostikasi” metodikasi

Shkalalar	N	Mini mal	Maxi mal	Mean	Standart og'ish	assimetriya	eksess	Z	P
Hukmronlik liderlik	150	2.00	16.00	6.8800	2.64682	.809	1.544	1.820	.003*
Egoistik	150	3.00	15.00	7.0867	2.74397	.781	.344	1.754	.004*
Tajovuzkorlik	150	2.00	15.00	6.9133	2.48468	1.236	1.996	2.197	.000***
Ishonchsizlik skeptizm	150	3.00	15.00	7.0067	2.42608	.861	1.099	1.973	.001***
Itoatkorlik	150	2.00	15.00	6.6267	2.54238	.677	.369	1.845	.002**
Tobelik	150	2.00	15.00	7.3067	2.69463	.348	-.520	1.453	.029*
dostonalik	150	2.00	15.00	7.2467	2.34288	.682	.656	1.983	.001***
bag'rikenglik_fidoiylilik	150	3.00	15.00	7.5800	2.30048	.992	1.152	2.199	.000***

* $p<0,05$ 0,011-0,050 95% ishonch darajasi mavjud (Normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaydi), ** $p<0,01$ 0,002-0,010 95% ishonch darajasi mavjud (Normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaydi), *** $p<0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud (Normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaydi)

Tadqiqotimizda T. Lirining “Shaxslararo munosabatlar diagnostikasi” metodikasi bo'yicha olingan ma'lumotlarni tahlil qilganimizda quyidagi natijalar aniqlandi, Shkalalar bo'yicha minimum 2.00 maximum 16.00ni tashkil qildi. Natijalarning o'rtacha qiymati 7.07 ga tengligi aniqlandi, standart og'ish (2,74)ga teng. Demak, ma'lumotlar bo'yicha me'yor (4.33 dan 9.81) gachaligini kuzatishimiz mumkin. Assimetriya bo'yicha hukmronlik liderlik shkalasi A(.809) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, egoistik shkalasi A(.781) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, tajovuzkorlik shkalasi A(1.236) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, ishonchsizlik skeptizm shkalasi A(.861) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, itoatkorlik shkalasi A(.677) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, tobelik shkalasi A(.348) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, do'stonalik shkalasi A(.682) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, bag'rikenglik fidoiylilik shkalasi A(.992) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, bag'rikenglik fidoiylilik shkalasi kuzatildi. Eksess bo'yicha hukmronlik liderlik shkalasi E(1.544) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, egoistik shkalasi E(.344) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, tajovuzkorlik shkalasi E(1.996) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, ishonchsizlik skeptizm shkalasi E(1.099) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, itoatkorlik shkalasi E(.369) kuchsiz ifodalangan chap tomonlama assimetriya, tobelik shkalasi E(-.520) kuchsiz ifodalangan chap tomonlama assimetriya, do'stonalik shkalasi E(.656) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, bag'rikenglik fidoiylilik shkalasi E(1.152) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, bag'rikenglik fidoiylilik shkalasi kuzatildi.

Hukmronlik liderlik shkalasi $Z=1.820$ * $p<0,05$ 0,011-0,050 95% ishonch darajasi mavjud. Egoistik shkalasi $Z=1.754$ * $p<0,05$ 0,011-0,050 95% ishonch darajasi mavjud. Tajovuzkorlik shkalasi $Z=.000$ *** $p<0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud. Ishonchsizlik skeptizm shkalasi $Z=.001$ *** $p<0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud. Itoatkorlik shkalasi $Z=.001$ ** $p<0,002$ 0,002-0,010 99,9% ishonch darajasi mavjud. Tobelik shkalasi $Z=.029$ * $p<0,05$ 0,011-0,050 95% ishonch darajasi mavjud. Do'stonalik shkalasi $Z=.001$ *** $p<0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud. Bag'rikenglik fidoiylilik shkalasi $Z=.000$ *** $p<0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud.

6-jadval.

Kolmogorov Smirnov mezonni “Shaxsni nizoga moyillik darajasini baholash”

	N	Minimal	Maximal	Mean	Standart og'ish	assimetriya	eksess	Z	P
Nizoga moyillikni baholash testi	150	11.00	36.00	21.8733	6.15384	.313	-1.101	2.149	.000***

*** $p < 0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud (Normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaydi).

Tadqiqotimiz bo'yicha “Shaxsni nizoga moyillik darajasini baholash” testi olingan ma'lumotlarni tahlil qilganimizda quyidagi natijalar aniqlandi, Shakalalar bo'yicha minimum 11.00 maximum 36.00ni tashkil qildi. Natijalarning o'rtacha qiymati 21.87ga tengligi aniqlandi, standart og'ish (6.15)ga teng. Demak, ma'lumotlar bo'yicha me'yor (15.72 dan 28.02) gachaligini kuzatishimiz mumkin. Assimetriya “Shaxsni nizoga moyillik darajasini baholash” testi bo'yicha A(.313) kuchsiz ifodalangan o'ng tomonlama assimetriya, eksess bo'yicha E(-1.101) kuchsiz ifodalangan chap tomonlama eksess kuzatildi. Nizoga moyillikni baholash testi $Z = .000$ *** $p < 0,001$ 0,000-0,001 99,9% ishonch darajasi mavjud.

7-jadval.

G.Ayzenk metodikasi bo'yicha Man Uitni mezonida jins tafovutlari

Metodika shkalalari	O'rtacha rang		U	P
	ayol n=93	erkak N=57		
Ekstroversiya introversiya	77.22	72.69	2490.500	.532
Neyrotizm	81.18	66.23	2122.000	.039*

Izoh * $p < 0.05$ (95%), *** $p < 0.01$ (99%), * $p < 0.001$ (99.9%)

Tadqiqotimiz davomida G.Ayzenkning EPQ so'rovnomasida qatnashgan sinaluvchilarning jins tafovutlari bo'yicha farqlarni Man Uitni mezonida tekshirganimizda ekstraversiya-intraversiya shkalalari bo'yicha farqlar sezilmadi, ammo neyrotizm shkalasi bo'yicha 95% ishonch darajasida farq kuzatildi ($U = 2122.000$ $p < 0.05$), bundan ko'rinadiki, ayollarning yuqori neyrotizm darajasi ular nizolarga ko'proq hissiy javob qaytarishlari va stressni boshqarishda qiyinchiliklarga duch kelishlarini ko'rsatadi.

8-jadval.

K. Tomasning “Nizoli vaziyatlarda o'zini tutish” testi bo'yicha Man Uitni mezonida jins tafovutlari

Metodika shkalalari	O'rtacha rang		U	P
	ayol n=93	erkak n=57		
Raqobat shkalasi	73.13	79.36	2430.500	.386
Moslashish shkalasi	74.75	76.72	2581.000	.786
Kelishuv shkalasi	76.99	73.07	2512.000	.581
Qochish shkalasi	77.05	72.96	2506.000	.558
Hamkorlik shkalasi	77.76	71.82	2440.500	.398

Tadqiqotimiz davomida K. Tomasning “Nizoli vaziyatlarda o'zini tutish” testida qatnashgan sinaluvchilarning jins tafovutlari bo'yicha farqlarni Man Uitni mezonida tekshirganimizda raqobat, moslashish, kelishuv, qochish va hamkorlik shkalalari bo'yicha farqlar sezilmadi.

9-jadval.

T. Lirining “Shaxslararo munosabatlar diagnostikasi” metodikasi bo'yicha Man Uitni mezonida jins tafovutlari

Metodika shkalalari	O'rtacha rang		U	P
	ayol n=93	erkak n=57		
Hukmronlik liderlik shkalasi	75.62	75.30	2639.000	.964

Egoistik shkalasi	73.06	79.47	2424.000	.376
Tajovuzkorlik shkalasi	70.45	83.74	2181.000	.065
Ishonchsizlik skeptizm shkalasi	73.81	78.25	2493.500	.539
Itoatkorlik shkalasi	72.89	79.76	2407.500	.342
Tobelik shkalasi	67.21	89.03	1879.500	.003**
Do‘stonalik shkalasi	72.95	79.67	2413.000	.352
Bag‘rikenglik fidoiylilik shkalasi	75.57	75.39		.980

Tadqiqotimiz davomida T. Lirining “Shaxslararo munosabatlar diagnostikasi” metodikasida qatnashgan sinaluvchilarning jins tafovutlari bo‘yicha farqlarni Man Uitni mezonida tekshirganimizda hukmronlik-liderlik, egoistik, tajovuzkorlik, ishonchsizlik-skeptizm, itoatkorlik, tobelik, do‘stonalik, bag‘rikenglik-fidoiylilik shkalalari bo‘yicha farqlar sezilmadi.

10-jadval.

Nizoga moyillikni baholash testi bo‘yicha Man Uitni mezonida jins tafovutlari

Metodika shkalalari	O‘rtacha rang		U	P
	ayol n=93	erkak n=57		
Nizoga moyillikni baholash testi	76.97	73.10	2513.500	.594

Tadqiqotimiz davomida Nizoga moyillikni baholash testida qatnashgan sinaluvchilarning jins tafovutlari bo‘yicha farqlarni Man Uitni mezonida tekshirganimizda farqlar sezilmadi.

11-jadval.

Kruskal Uolis mezoni oilada nechanchi farzandligiga ko‘ra ko‘rsatkichlar

	1-farzand N=29	2-farzand N=39	3-farzand N=47	4-farzand N=31	5-farzand N=4	H	P
	Mean Rank						
Ekstroversiya introversiya	73.38	66.95	75.73	89.35	64.13	5.109	.276
Neyrotizm	74.59	91.23	72.64	61.45	71.25	8.753	.068
Raqobat	75.64	70.73	81.66	72.47	72.13	1.649	.800
Moslashish	65.10	74.26	77.99	84.89	61.00	3.797	.434
Kelishuv	65.66	66.87	81.35	88.35	62.63	7.357	.118
Qochish	68.50	85.59	75.00	66.44	104.00	6.503	.165
Hamkorlik	88.62	78.13	77.45	61.39	41.25	9.351	.053
Hukmronlik liderlik	61.53	76.04	80.81	78.37	86.88	4.207	.379
Egoistik	55.84	82.32	75.78	84.23	80.63	8.369	.079
Tajovuzkorlik	63.88	75.18	82.23	73.44	99.75	4.655	.325
Ishonchsizlik skeptizm	67.40	79.59	73.84	80.27	76.88	1.842	.765
Itoatkorlik	57.78	71.19	75.83	95.61	86.25	12.324	.015*
Tobelik	61.40	74.99	73.39	91.52	83.38	7.623	.106
Do‘stonalik	61.47	79.49	77.68	75.18	115.25	6.986	.137
Bag‘rikenglik fidoiylilik	63.29	70.28	82.97	79.61	95.25	5.505	.239
Nizoga moyillikni baholash	68.24	92.77	70.01	64.26	111.38	12.645	.013*

Izoh * $p < 0.05$ (95%), *** $p < 0.01$ (99%), * $p < 0.001$ (99.9%)

EPQ metodikasi shkalalarini Kruskal-Uollis mezoni asosida oilada nechanchi farzandligi bo‘yicha tafovutni tekshirganimizda, quyidagicha natijalarga ega bo‘ldik. Unga ko‘ra, ekstroversiya-introversiya ($H=5.109$; $p > 0.05$), neyrotizm ($H=8.753$; $p > 0.05$) shkalalarida oilada nechanchi farzandligi bo‘yicha tafovut kuzatilmadi.

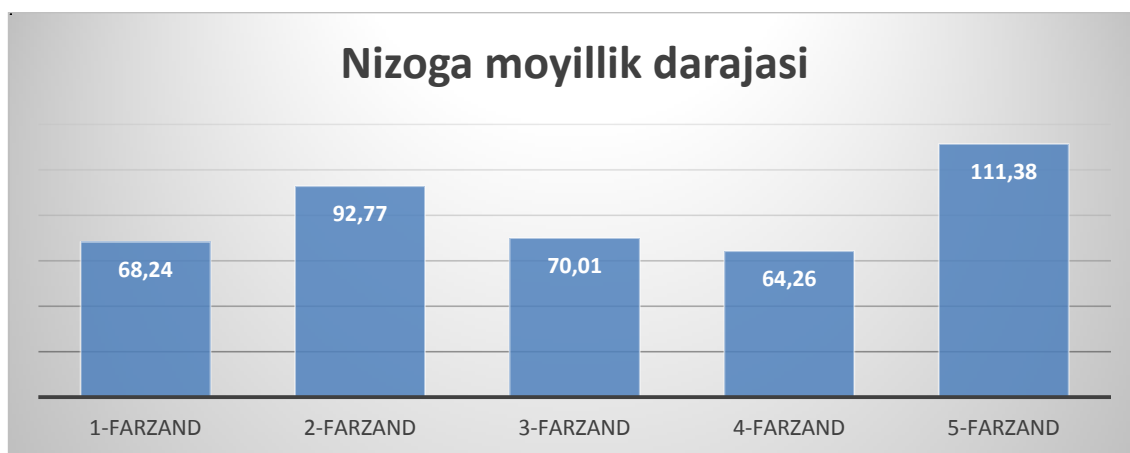
K.Tomasning “Nizoli vaziyatlarda o‘zini tutish” testi shkalalarini Kruskal-Uollis mezonida asosida oilada nechanchi farzandligi bo‘yicha tafovutni tekshirganimizda, quyidagicha natijalarga ega bo‘ldik. Unga ko‘ra, raqobat shkalasi ($H=1.649$; $p>0.05$), moslashish shkalasi ($H=3.797$; $p>0.05$), kelishuv shkalasi ($H=7.357$; $p>0.05$), qochish shkalasi ($H=6.503$; $p>0.05$), hamkorlik shkalasi ($H=9.351$; $p>0.05$) shkalalarida oilada nechanchi farzandligi bo‘yicha tafovut kuzatilmadi.



1-rasm. Itoatkorlik shkalasi bo‘yicha ko‘rsatkichlar

Itoatkorlik shkalasi odamning boshqalarga nisbatan qanchalik “yumshoq”, “yon beruvchi” yoki “passiv” ekanini ifodalaydi. Bu holatni oiladagi farzandlar o‘rni bo‘yicha kuzatadigan bo‘lsak, oiladagi o‘rtancha farzandlar (ikkinchi, uchinchi, to‘rtinchi) to‘ng‘ich yoki kenja farzandlarga nisbatan moslashuvchan, yon berishga moyil bo‘ladilar[4].

T. Lirining “Shaxslararo munosabatlar diagnostikasi” metodikasi shkalalarini Kruskal-Uollis mezonida asosida oilada nechanchi farzandligi bo‘yicha tafovutni tekshirganimizda, quyidagicha natijalarga ega bo‘ldik. Unga ko‘ra, hukmronlik liderlik shkalasi ($H=4.207$; $p>0.05$), egoistik shkalasi ($H=8.369$; $p>0.05$), tajovuzkorlik shkalasi ($H=4.655$; $p>0.05$), ishonchsizlik skeptizm shkalasi ($H=1.842$; $p>0.05$), tobelik shkalasi ($H=7.623$; $p>0.05$), do‘stonalik shkalasi ($H=6.986$; $p>0.05$), bag‘rikenglik fidoiylilik shkalasi ($H=5.505$; $p>0.05$) shkalalarida oilada nechanchi farzandligi bo‘yicha tafovut kuzatilmadi, ammo itoatkorlik shkalasi bo‘yicha oilada nechanchi farzandligiga ko‘ra 95%lik ishonch darajasi bilan farq kuzatildi ($H=4.275$; $p<0.05$). Ya‘ni bizning tadqiqot natijalarimizda oilada 4-farzand bo‘lgan respondentlarda oiladagi boshqa farzandlarga nisbatan itoatkorlik holati yuqori darajada, oilada 1-farzand bo‘lgan respondentlarda esa eng quyi darajada ekanligi aniqlandi.



2-rasm. Nizoga moyillik darajasini aniqlash bo‘yicha ko‘rsatkichlar

Nizoga moyillikni baholash testi Kruskal-Uollis mezonida asosida oilada nechanchi farzandligi bo‘yicha tafovutni tekshirganimizda, 95%lik ishonch darajasi bilan farq kuzatildi ($H=5.193$; $p<0.05$). Ya‘ni bizning

tadqiqot natijalarimizda oilada 5-farzand bo'lgan respondentlarda oiladagi boshqa farzandlarga nisbatan nizoga ko'proq moyil, oilada 4-farzand bo'lgan respondentlarda esa nizoga moyillik pastroq darajada ekanligi aniqlandi.

Tug'ilish tartibi nizoga moyillikka sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, 5-farzandlar oiladagi sharoit va e'tibor uchun raqobat tufayli nizoga ko'proq moyil bo'lsa, 4-farzandlar, aksincha, moslashuvchanligi sababli nizoga kamroq moyillik ko'rsatadi.

Xulosa va takliflar. Xulosa qilib aytishimiz mumkinki, destruktiv xulq-atvorning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini empirik tadqiq etish natijasida, uning shakllanishiga ta'sir qiluvchi muhim omillar o'rganildi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, quyidagi asosiy jihatlari aniqlandi:

1. Destruktiv xulq-atvorning asosiy ko'rinishlari bu talabalar orasida agressiya, ijtimoiy normaga qarshi chiqish, mas'uliyatsizlik va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar kabi xulq-atvor ko'rinishlarida namoyon bo'ladi, shuningdek, bu holatlar ko'pincha shaxsiy muammolar, ijtimoiy bosim va oilaviy munosabatlardagi beqarorlik bilan bog'liq ekanligi kuzatildi.

2. Destruktiv xulq-atvorni keltirib chiqaruvchi omillar. Bulardan birinchisi oilaviy muhit ya'ni otalar, aka-uka, opa-singillar o'rtasidagi nizolar, e'tibor va mehrning yetishmasligi va oilaviy qo'llab-quvvatlashning kamligi va hokazolar. Keying omil sifatida ijtimoiy bosimni aytishimiz mumkin, talabalar tengdoshlari tomonidan kiberzo'ravonlikka yoki boshqa shakldagi ijtimoiy bosimlarga duch kelgan hollarda destruktiv xulq-atvorga moyilliklari ortib boradi. So'nggisi sifatida shaxsiy omillar ya'ni stress bilan kurashish ko'nikmalarining pastligi, o'zini boshqara olmaslik, hissiy beqarorlik va o'z o'zini past baholash va boshqalar

3. Destruktiv xulq-atvor va ijtimoiy-psixologik omillarning o'zaro bog'liqligi deganda, destruktiv xulq-atvor ko'pincha ichki va tashqi omillarning birgalikdagi ta'siri natijasida yuzaga keladi. Jumladan, talabalar hayotidagi stress omillari, ijtimoiy muhitdagi qo'llab-quvvatlash yetishmasligi, moliyaviy kamchiliklar va psixologik holatning pastligi darajasi buzg'unchi xulq-atvorni keltirib chiqaruvchi asosiy sabablar bo'lib xizmat qilishi aniqlandi.

Tadqiqot davomida qo'llanilgan psixodiagnostik usullar orqali voyaga yetmagan jinoyatchi o'smirlarda destruktiv xulq-atvor ko'rinishlarining ijtimoiy psixologik xususiyatlari o'rganildi. Jumladan, G. Ayzenkning “EPQ” (Eysenck Personality Questionnaire), T. Lirining “Shaxslararo munosabatlar diagnostikasi” metodikasi va K. Tomasning “Nizoli vaziyatlarda o'zini tutish” testi orqali talabalarning individual xususiyatlari tahlil qilindi. Mazkur bobda olingan natijalar destruktiv xulq-atvorga moyil bo'lgan talabalarni o'z vaqtida aniqlash va ularga samarali psixologik yordam ko'rsatish orqali talabalarning umumiy ijtimoiy-psixologik farovonligini oshirish uchun muhim ilmiy va amaliy asos yaratdi[5].

Adabiyotlar:

1. Kolk, V., Christopher, J., & Lewis, J. (1991). Childhood origins of self-destructive behavior. The American journal of psychiatry, 148 12, 1665-71. <https://doi.org/10.1176/AJP.148.12.1665>.
2. Lovaas, O., Freitag, G., Gold, V., & Kassorla, I. (1965). Experimental studies in childhood schizophrenia: Analysis of self-destructive behavior. // Journal of Experimental Child Psychology, 2, 67-84. [https://doi.org/10.1016/0022-0965\(65\)90016-0](https://doi.org/10.1016/0022-0965(65)90016-0).
3. Muslumov RR, Pecherkina AA, Stepanova AA, Simanyuk EE. High humanitarian technologies of overcoming destructive behavior of youth. // Pedagogical education in Russia. 2017; (8):97-103. (In Russ.)
4. Муслумов Р.Р., Печеркина А.А., Степанова А.А., Сыманюк Э.Э. Высокие гуманитарные технологии преодоления деструктивного поведения молодежи. // Педагогическое образование в России. 2017;(8):97-103.
5. Muslumov RR, Pecherkina AA, Stepanova AA, Simanyuk EE. High humanitarian technologies of overcoming destructive behavior of youth. Pedagogical education in Russia. 2017; (8):97-103. (In Russ.)
6. Childhood origins of antisocial behavior David P. Farrington Pages: 177-190 First Published: 27 May 2005.

Eshnqayev Nortoji Jumayevich,
Chirchiq davlat pedagogika universiteti Psixologiya kafedrası dotsenti
<https://orcid.org/0009-0006-6832-6543>

INNOVATSION TA'LIM MUHITIDA TALABALAR FAOLIYATINI TASHKIL ETISHNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK SHAROITLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy jamiyat taraqqiyotida innovatsion ta'lim muhitining ahamiyati, oliy ta'lim muassasalarida talabalar faoliyatini innovatsion tashkil etishning psixologik-pedagogik sharoitlari yoritib berilgan. Innovatsion muhit talabalarda mustaqil fikrlash, kreativ yondashuv va raqobatbardoshlik kabi kompetensiyalarni shakllantirishga xizmat qilishi ta'kidlangan. Shuningdek, mobil mutaxassislarni tayyorlashda yangi texnologiyalar va ta'lim uslublariidan foydalanish, pedagog kadrlarning innovatsion jarayonlarni boshqarish salohiyatini oshirish zarurligiga e'tibor qaratilgan.

Kalit so'zlar: zamonaviy jamiyat, innovatsion ta'lim muhiti, oliy ta'lim, talabalar faoliyati, psixologik-pedagogik sharoitlar, mobil mutaxassis, kreativ fikrlash, innovatsion kompetensiyalar, ta'lim texnologiyalari, mustaqil fikrlash, raqobatbardosh kadrlar.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ В ИННОВАЦИОННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

Аннотация. В статье рассматривается значение инновационной образовательной среды в развитии современного общества, психолого-педагогические условия инновационной организации студенческой деятельности в высших учебных заведениях. Подчеркивается, что инновационная среда способствует формированию у студентов таких компетенций, как самостоятельность мышления, креативность и конкурентоспособность. Также обращается внимание на необходимость использования новых технологий и методов обучения при подготовке мобильных специалистов, а также на повышение потенциала педагогических кадров в области управления инновационными процессами.

Ключевые слова: современное общество, инновационная образовательная среда, высшее образование, студенческая деятельность, психолого-педагогические условия, мобильный специалист, творческое мышление, инновационные компетенции, образовательные технологии, самостоятельность мышления, конкурентоспособные кадры.

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR ORGANIZING STUDENTS' ACTIVITIES IN AN INNOVATIVE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

Abstract. This article highlights the importance of an innovative educational environment in the development of modern society, the psychological and pedagogical conditions of innovative organization of student activities in higher education institutions. It is emphasized that an innovative environment serves to form competencies such as independent thinking, creative approach and competitiveness in students. Attention is also drawn to the need to use new technologies and teaching methods in the training of mobile specialists, and to increase the capacity of pedagogical personnel to manage innovative processes.

Keywords: modern society, innovative educational environment, higher education, student activities, psychological and pedagogical conditions, mobile specialist, creative thinking, innovative competencies, educational technologies, independent thinking, competitive personnel.

Kirish. Zamonaviy jamiyat taraqqiyotini turli innovatsiyalarning kiritilishisiz tasavvur etib bo'lmaydi. Jamiyat taraqqiyotini belgilovchi eng asosiy kuch oliy ma'lumotli kadrlar hisoblanadi. Shu nuqtayi nazardan oliy ta'limda innovatsion muhitning yaratilishi bir tomondan yetuk va raqobatbardosh kadrlarni tayyorlashga, ikkinchi tomondan esa talabalar mobil mutaxassislarga bo'lib shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi va bu borada oliy o'quv yurtlariga bir qator yangi talablarni qo'yadi. Yana bir muhim jihati oliy ta'lim muassasasi bitiruvchilarining mehnat bozori talablariga javob bera olishida zarur innovatsion kompetensiyalarni egallagan mutaxassislarni tayyorlash zarurati bilan bog'liq bo'lib, albatta buning uchun ta'lim jarayoni va ta'lim muhitining innovatsion bo'lishi kerak bo'ladi, talabalarning innovatsion kompetensiyalari shakllanishi shartlari an'anaviy va innovatsion yondashuvlardan ham farqlanishi lozim.

Jahonda oliy ta'lim muassasalarida mobil mutaxassislarni o'qitishda innovatsion texnologiyalardan foydalanib ta'lim muhitini shakllantirish, yangi o'qitish metodlaridan foydalanib dars jarayoni hamda talabalar faoliyatini innovatsion tashkil etishning psixologik-pedagogik sharoitlarini yaratish zarurati ortmoqda.[9] Oliy ta'limda innovatsion ta'lim muhiti talabalarning chuqur bilim olishlari, bo'lajak mutaxassislarni kreativ fikrlash yuksak kadrlar etib tayyorlash va ularning innovatsion kompetentsiyalari rivojini ta'minlaydigan o'zaro uyg'un shart-sharoitlar yaratilgan ta'lim majmuasidir. Fan va texnologik taraqqiyotning jadal rivojlanishi, ijtimoiy taraqqiyot qonunlariga mos ravishda mobil texnologiyalardan ta'lim faoliyatini amalga oshirishda foydalanish, oliy ta'lim muassasasida innovatsion muhitini yaratish hamda bo'lajak mutaxassislarning mazkur ta'limiy muhitidan unumli foydalanishi hamda pedagog kadrlarning jarayonni boshqarish bo'yicha zarur kompetensiyalarining yetarli darajada emasligi kabilar bu borada muammolarni keltirib chiqarayotganligi tufayli alohida dolzarblik kasb etmoqda.

Shu nuqtayi nazardan, bugungi kunda innovatsion ta'lim muhitini shakllantirish ta'lim sifatini oshirish va talabalarning ijodiy salohiyatini rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etib, talabalar faoliyatini innovatsion tashkil etish hamda ularning mustaqil fikrlash qobiliyatini rivojlantirish va muammoli vaziyatlarda to'g'ri yechim topishini ta'minlaydi. Shuningdek, innovatsion ta'lim muhitida psixologik-pedagogik sharoitlarni to'g'ri tashkil etish talabalarning ta'limga bo'lgan qiziqishini oshirib, zamonaviy texnologiyalardan foydalangan holda ta'lim jarayonini yangicha uslublarda tashkil etish va talaba shaxsini har tomonlama rivojlantirishga xizmat qilib, innovatsion yondashuvlar asosida ta'lim tizimida raqobatbardosh mutaxassislarni tayyorlashga zamin bo'lib xizmat qiladi.

Tadqiqot metodologiyasi. Zamonaviy ta'lim tizimida talabalarning ijtimoiy faolligini oshirish, ularning intellektual, ijodiy va mustaqil fikrlash qobiliyatini rivojlantirish maqsadida innovatsion yondashuvlar muhim ahamiyat kasb etmoqda. Mazkur tadqiqotda innovatsion ta'lim muhitida talabalar faoliyatini samarali tashkil etish va bu jarayonda psixologik-pedagogik sharoitlarning o'zni o'rganiladi. Ushbu metodologik asoslar tadqiqotning maqsad va vazifalarini belgilash, nazariy asoslarini aniqlash, amaliy yechimlarini ishlab chiqishda muhim o'rin tutadi.

Tadqiqotda pedagogik va psixologik yondashuvlar asos qilib olingan bo'lib, ular ta'lim jarayonini to'liq va ko'pqirrali tahlil etish imkonini beradi. Bunda asosan, ta'limga innovatsion yondashuv prinsipiga ustuvorlik berilgan bo'lib, mazkur prinsip asosida ta'lim jarayoniga yangi pedagogik texnologiya, metod va vositalarni joriy etish orqali talabalarning faolligini oshirish maqsad etib belgilangan bo'lib, shaxsga yo'naltirilgan yondashuvning psixologik omillariga, ya'ni talabalarning individual ehtiyojlari, qobiliyatlari va qiziqishlarini inobatga olgan holda ta'lim muhitini tashkil etish ilmiy nuqtayi nazari e'tiborga olingan.

Bunda asosan nazariy tahlil, ya'ni mavjud ilmiy adabiyotlarda innovatsion ta'limni tashkil etishning pedagogik va psixologik jihatlari o'rganilib, nazariy asoslar tahlil etildi hamda pedagogik kuzatuv asosida innovatsion ta'lim muhitidagi talabalar faoliyati holatda o'rganildi. Shuningdek, ijtimoiy psixologik so'rovnoma (IPS) orqali talabalarning innovatsion ta'lim xususidagi fikrlari va mulohazalari o'rganildi.

Ushbu tadqiqotning metodologiyasi innovatsion ta'lim muhitidagi faoliyatni teranroq o'rganish, uning samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Ta'limdagi yangi yondashuvlarning amaliy ahamiyatini aniqlash, real psixologik-pedagogik sharoitlarda sinab ko'rish, zamonaviy ta'limning yuqori talablariga javob bera oladigan modellarni ishlab chiqishga zamin yaratadi.

Adabiyotlar ilmiy tahlili. Oliy ta'limda innovatsion muhitning yaratilishi yetuk va raqobatbardosh kadrlarni tayyorlashga xizmat qilib, davlat va jamiyat uchun zarur bo'lgan mobil mutaxassislarni shakllanishiga zamin bo'lib xizmat qiladi. Innovatsion ta'lim, oliy ta'limning zamonaviy dunyo mehnat bozori talablariga javob bera oladigan, zarur innovatsion kompetensiyalarni egallagan mutaxassislarni tayyorlashning yagona sharti bo'lib, ta'limni tashkil etishda pedagogik-psixologik yondashuvlar integratsiyasini har qachongidanda optimallashtirish va innovatsion ta'lim texnologiyalari asosida tashkil etish lozimligi tadqiqotchilar tomonidan ham muhim ahamiyat kasb etishi ta'kidlab kelinmoqda.

G.N.Krijanovskaya, innovatsion ta'lim muhitini yuqori baholab, "shaxsning hohish istaklari, uning muhim ijtimoiy ehtiyojlarini qondirishga qaratilgan eng qulay ta'lim sharoitlariga mos holda shaxs imkoniyatlarini rivojlantirishga yordam beradi" deb yozadi. Bu o'rinda G.N.Krijanovskaya innovatsion ta'lim muhitini rivojlanayotgan shaxsni o'rab turgan ijobiy muhit sifatida talqin qiladi.[6]

P.V.Sisoev, S.A.Denisova va A.V.Popova oliy ta'lim muassasasida innovatsion muhitni pedagogik innovatsiyalar bilan bog'lab, talabalar uchun yaratilgan alohida ta'lim sharoitlari, ta'lim tizimining imkoniyatlarini rivojlantirishga qaratilgan innovatsiyalarni kiritishdan iborat ijobiy o'zgarishlar hamda ta'limda yangilikni yengil o'zlashtirishga xizmat qiluvchi o'qitishning yangi usullari, texnologiyalar va dastur majmuasi deb e'tirof etadi. [8]

R.A.Kassina oliy ta'lim muassasalarida ilmiy-innovatsion ta'lim sharoitini yaratishning eng samarali vositasi sifatida loyihaviy ta'lim texnologiyasini taklif etgan. Ayniqsa, talabalarning yangi ijodiy loyihalar

ustida ishlashi, mustaqil ijodiy ishlarni bajarishi natijasida yangi dastur va modellarni yaratishi imkoniyati yuzaga kelishini asoslaganligi alohida ahamiyat kasb etadi. [4]

E.A.Shmeleva nuqtayi nazaricha, innovatsion ilmiy-ta'lim muhit, yangicha qarashlarning vujudga kelishi, yangi texnologik mahsulotlarni ishlab chiqish, bo'lajak mutaxassisning innovatsiyalarga tayyorligining muhim omili sifatida talabalarning innovatsion faolligini rivojlantirish, turli yo'nalishlarda fundamental bilimlar hamda amaliy ko'nikmalar shakllanishida kerakli innovatsion potentsialni oshirishga yo'naltirilgan muhitdir. [7]

T.A.Fugelova oliy ta'lim muassasasining ijtimoiy-madaniy ta'lim makonida talabalarni mobil mutaxassislar qilib shakllantirish ularida kasbiy kompetensiyalar rivojlantirishning psixologik-pedagogik mexanizmlarini takomillashtirish mazmuni insonnon doimiy rivojlanishga moyilligi bilab bog'lab tushuntiradi. [3].

Bo'lajak mutaxassislar mobilligi psixologik mexanizm eksteriorizatsiya va intererizatsiya jarayonida madaniyatni rivojlantirish va o'zlashtirishning shaxs ichidagi mexanizmi nafaqat fiziologik, balki ijtimoiy-psixologik xususiyatlarni talaba mobil mutaxassis bo'lib shakllanganligi va jamiyatga munosabatlarining mazmunini ochib bera olsagina oliy ta'lim ilmiy-innovatsion ta'lim muhitiga aylantirilganda u pedagogik mexanizm deb baholanadi. Mazkur mexanizmlar bir-biri bilan bog'liq bo'lib, o'zaro bog'liqlik va bir-birini to'ldirish tamoyillari asosida natijani ta'minlaydi.

Bizning nazarimizda, Oliy o'quv yurtlarida bo'lajak mutaxassisning kasbiy mobilligini rivojlantirish uchun ma'lum shart-sharoitlarni yaratib, uning jamiyat bilan aloqasini tashkil qilinganda inson "jamiyatdan faqat o'zi tayyor bo'lgan narsani olishi" mumkinligini hisobga olsak, natijaviylik yuqori darajaga chiqishi qiyin. Yaratilgan shart-sharoitlar ish berishi uchun avvalo talabalarda mobil mutaxassis sifatida shakllanishi uchun psixologik mexanizmlar qanchalik rivojlanganligi muhim rol o'ynaydi. Mazkur fikr oliy ta'lim muassasasida talabalarni mobil mutaxassis etib shakllantirishning asosiy mexanizmi faqat ular uchun yaratiladigan shart-sharoit emas balki, talabaning madaniy va shaxsiy identifikatsiya mexanizmi hisoblanadi.

Oliy ta'limda mobil mutaxassislarni shakllantirish xususida G.M.Kazakova umumiy shaklda madaniy muhit bilan shaxsiy identifikatsiya bog'liqligini tadqiq etib, unda o'zgargan muhitni talaba tomonidan ichki qabul qilish, bir muhit bilan boshqa muhitni identifikatsiyalash tushunilishi kerakligini ta'kidlaydi. G.M.Kazakova fikricha, bunda talaba o'ziga va boshqalarga ma'lum bir tasvir namunasini "sinab ko'rish" amalga oshadi. Ta'kidlanishicha, madaniy va shaxsiy identifikatsiya mexanizmi talabaning intellektual va axloqiy tajribasini shakllantirishni ta'minlaydigan atrof-muhitga rezonansli javob sifatida qaralib, madaniy va shaxsiy identifikatsiyaning "bog'liqligi" - bu ta'limiy vaziyat bilan subyekt yetarli tajribaga yega bo'lmagan muammoga duch kelgan vaziyat bo'lib, bunday holda, muammoning o'zi yemas, balki zarur bilim, ko'nikma va harakat usullarini egallash uning asosiy vazifasiga aylanishi mumkin. [5]

Natijalar. Tadqiqot ishimizda «Talabalar koping-strategiya komponentlaridan foydalanish dinamikasi» so'rovnomasidan olingan ma'lumot bo'yicha jadvalda keltirilgan ko'rsatkichlarni psixologik jihatdan izohini keltirib o'tamiz.

Birinchi «Siz tahsil olayotgan ta'lim muassasasidagi ta'lim muhitini qanday baholaysiz?» savoliga tanlab olingan respondentlardan «An'anaviy ta'lim muhiti» javobini 27,4 foiz talaba qayd etgan. Ushbu sinaluvchilarda o'zlari tahsil olayotgan ta'lim muassasasidagi ta'lim muhitini baholash amalga oshirilgan, aynan shu ta'lim muhitiga bo'lgan ijobiy munosabatning mavjudligini ifodalaydi. «Innovatsion ta'lim muhiti» javobiga 46,8 foiz javobini tanlagan bo'lib, ta'lim olayotgan mutaxassisligi bo'yicha innovatsion ta'lim muhiti mobil mutaxassis bo'lib shakllanish, kasbiy faoliyatga nisbatan ma'lumotning samarali ekanligini o'qiyotgan mutaxassisligini mustaqil tanlay olganlik holati bilan izohlanadi.

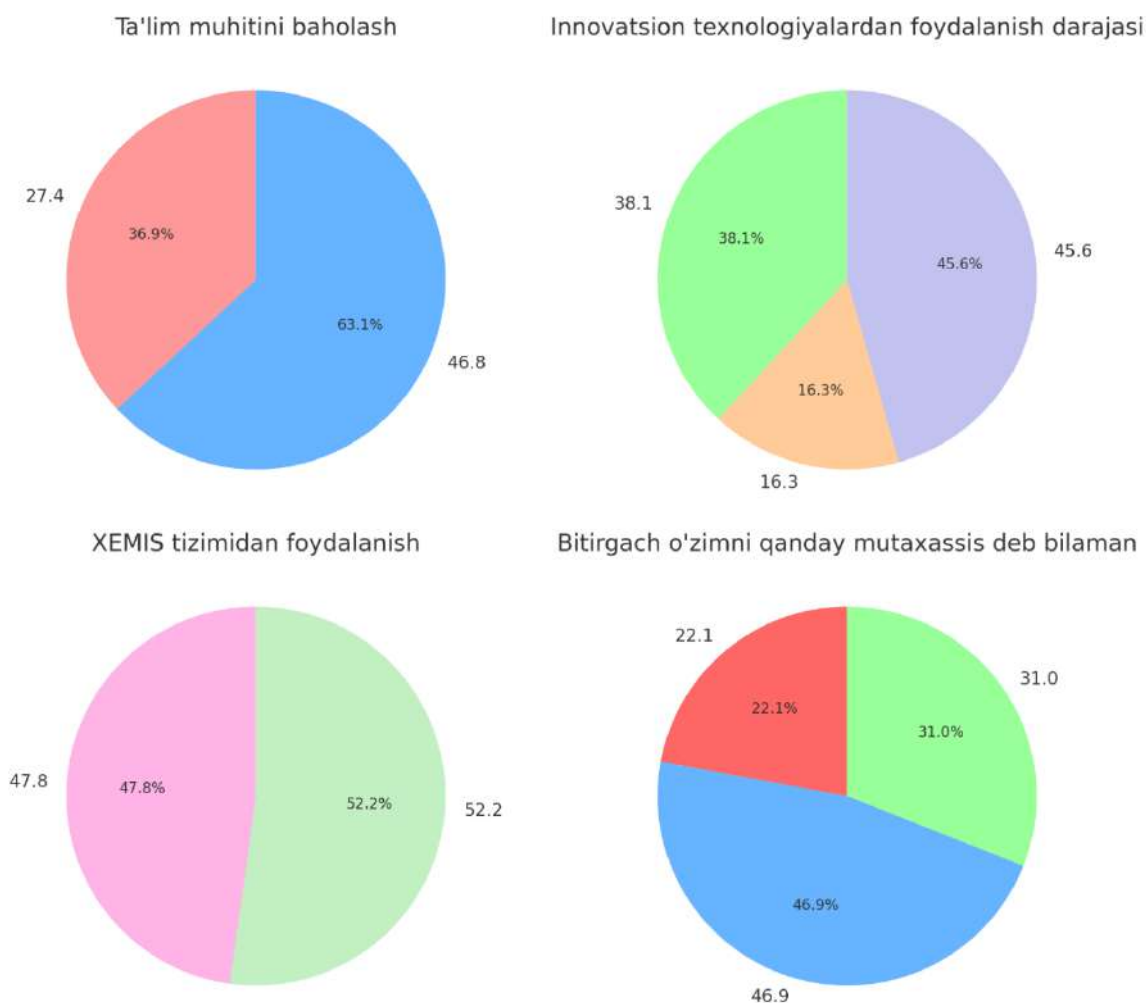
Ikkinchi «Ta'lim muassasasida talablarning innovatsion texnologiyalardan foydalanishi uchun yaratilgan sharoitlar va ulardan foydalanish darajasi qanday?» savoliga sinaluvchilarning 38,1 foizi «Yuqori darajada» javobini tanlagan bo'lib, bu sinaluvchilarda ta'lim olayotgan oligohlarida innovatsion texnologiyalardan foydalanishning samaraliligi hamda yaratilgan sharoitlarning ijobiyligi darajasidan dalolat beradi. Ushbu savolga «O'rta darajada» deb belgilangan javobni sinaluvchilarning 16,3 foizi javobni tanlagan bo'lib, bu sinaluvchilarda ta'lim olayotgan oligohlarida innovatsion texnologiyalardan foydalanishning samaraliligi hamda yaratilgan sharoitlarni o'rta darajada deb baholaganliklari bilan izohlashimiz mumkin. Ushbu savolga «Past darajada» deb belgilangan javobni sinaluvchilarda ta'lim olayotgan oligohlarida innovatsion texnologiyalardan foydalanishning samaraliligi hamda yaratilgan sharoitlarni qoniqsiz deb baholaganlar.

Uchinchi «Oliy ta'lim "XEMIS" axborot tizimini o'zlashtirib, undan foydalanish darajangini foizlarda ifodalang?» savolga sinaluvchilarning 47,8 foizi «80 % va undan ortiq» javobini tanlagan bo'lib, oliy ta'lim muassasasida ta'lim olayotgan talabalarda axborot texnologiyalaridan xabardorlik, mobil texnologiyalarida

foydalanib topshiriqlarni bajara olishliklari to‘g‘risida ham ma’lumotlarga ega ekanliklarini bilishimiz mumkin.

To‘rtinchi – «Siz oligohni tamomlaganingizda o‘zingizni qanday mutaxassis bo‘lib shakllanishingizni baholang?» savoliga belgilangan birinchi «Zamon talablariga mos, raqobatbardosh kadr» javobini 22,1 foizi tanlashgan. Sinaluvchilarning javobidan ko‘rish mumkinki, zamonaviy kadr bo‘lib yetishishlariga nisbatan o‘zlarida ishonchning pastligini ko‘rishimiz mumkin. Shunga ko‘ra sinaluvchilarning ushbu ko‘rsatkichlarini yaxshilash uchun psixorreksion dasturlarimizda inobatga olishimiz zaruriyatini aniqlashtirdi.

«O‘zim o‘qiyotgan sohaga mos kadr» javobini sinaluvchilarning 46,9 foizi tanlashgan. Sinaluvchilarda o‘zlari ta’lim olayotgan mutaxassislikni yaxshi anglash, imkoni boricha tanlagan kasbiga mos kadr bo‘lib yetishishlari haqida ijobiy tassavurga egaliklari bilan izohlashimiz mumkin.



1-rasm. Talabalarining innovatsion ta’lim muhiti haqidagi so‘rovnoma natijalari

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, innovatsion ta’lim muhiti - bu zamonaviy texnologiyalar, kreativ yondashuvlar va ilg‘or pedagogik strategiyalar asosida tashkil etiladigan, talabalarining intellektual va ijodiy salohiyatini rivojlantirishga qaratilgan ta’lim makoni bo‘lib, samarali ta’limni tashkil etish uchun psixologik va pedagogik shart-sharoitlarni taqozo etadi.

Ta’lim tizimida raqobatbardosh kadrlar tayyorlashda ayrim muammolar mavjudligi muammoni pedagogik-psixologik jihatlarini o‘rganish va tezkor yechim topishni talab etmoqda. Mazkur masalada, innovatsion ta’lim muhitida talabalar koping strategiyasini faollashtirish asosida mobil mutaxassislar tayyorlashning pedagogik-psixologik mexanizmlarining nazariy tomonlarini o‘rganish ustuvor ahamiyat kabs etadi. Shu nuqtayi nazardan, innovatsion ta’lim muhitida talabalar faoliyatini innovatsion tashkil etishning samarasi, avvalo, o‘qituvchi va talabalar o‘rtasidagi hamkorlik, o‘zaro ishonch, ijobiy psixologik muhit va ilg‘or pedagogik yondashuvlar asosida ta’minlanadi. Bunday yondashuv talabalarni yangi

bilimlarni o‘zlashtirishda faol ishtirokchiga aylantiradi va ularni zamonaviy jamiyat ehtiyojlariga mos ravishda tayyorlaydi hamda professional mobilligini oshiradi.

Adabiyotlar:

1. Eshnayevev N.J. Innovatsion ta’lim muhitida mobil mutaxassis tayyorlashning pedagogik-psixologik aspektlari // Inter Education & Global Study- Ilmiy-nazariy va metodik jurnal 2025-yil, 3-tom, 4(1)-son ISSN 2992-9024 . -B.185-192.
2. Eshnayevev N.J. Innovatsion ta’lim muhitida mobil mutaxassislarni tayyorlashning ijtimoiy-psixologik omillari // Ta’lim va innovatsion tadqiqotlar xalqaro ilmiy-metodik jurnal (2025 yil № 4) ISSN 2181-1709. -B.431-435.
3. Фугелова Т.А. Психолого-педагогические механизмы развития профессиональной мобильности будущего специалиста в социокультурном образовательном пространстве вуза. // Jurnal Russian Journal of Education and Psychology. №7 (51) 2015.
4. Кассина, Р. А. Инновационная среда образовательного учреждения как интегральное средство профессионального развития учителя: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Кассина Раиса Алексеевна. - Нижний Новгород, 2006. - 196 с.
5. Казакова, Г.М. «Культурные герои» Уральской провинции: опыт обобщения // Личность. Культура. Общество. Т. 10. № 3-4 (42-43), 2008. С. 318-325.
6. Крыжановская Г.Н. Управление развитием инновационной образовательной среды [Managing the development of an innovative educational environment]. URL: <http://www.rane-brf.ru/conference/2012/kriganovskaya2.pdf>.
7. Шмелева Е.А. Инновационная образовательная среда вуза: пространство развития [Текст] / Е. А. Шмелева // Научный поиск. - 2012.- №1(3). - С. 14-17.
8. Сысоев П.В., Денисова С.А., Попова А.В. Психолого-педагогические условия формирования учебно-познавательной компетенции студентов на основе информационных и коммуникационных технологий // Журнал Социально-экономические явления и процессы. 2014.
9. <https://cyberleninka.ru/article/n/innovatsionnaya-obrazovatelnyaya-sreda-kak-usloviye-samorealizatsii-buduschih-professionalov>

Fayzullayeva Gulrux Jumaniyozovna,
O‘zbekiston Milliy universitetining Jizzax filiali
Psixologiya kafedrasida o‘qituvchisi

OILAVIY MUNOSABATLAR MUSTAHKAMLIGIGA PSIXOLOGIK YETUKLIKNING BOG‘LIQLIGI

Annotatsiya. Oilaviy munosabatlar jamiyatning eng asosiy ijtimoiy institutlaridan biri bo‘lib, uning barqarorligi va sog‘lomligi ijtimoiy taraqqiyotning muhim shartlaridan hisoblanadi. Ushbu munosabatlarning mustahkamligi ko‘plab omillarga bog‘liq bo‘lsa-da, psixologik yetuklik tushunchasi ayniqsa alohida ahamiyatga ega. Psixologik yetuklik, shaxsning o‘zining ichki holatini anglab, hissiyotni boshqarish va boshqalar bilan samarali muloqot qilish qobiliyati sifatida talqin etiladi. Ushbu maqolada oilaviy munosabatlarning mustahkamligida psixologik yetuklikning o‘rni va ahamiyati yoritiladi.

Kalit so‘zlar: nikoh, oilaviy qadriyatlar, oila dinamikasi, o‘z-o‘zini tarbiyalash, shaxsning yetukligi, emotsional intellekt, stressni boshqarish qobiliyati.

ЗАВИСИМОСТЬ УСТОЙЧИВОСТИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ ОТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗРЕЛОСТИ

Аннотация. Семейные отношения являются одним из важнейших социальных институтов общества, а их стабильность и благополучие являются важными условиями общественного прогресса. Хотя устойчивость этих отношений зависит от множества факторов, особое значение имеет психологическая зрелость. Она понимается как способность личности осознавать своё внутреннее состояние, управлять эмоциями и эффективно взаимодействовать с окружающими. В данной статье раскрываются роль и значение психологической зрелости в укреплении семейных отношений.

Ключевые слова: брак, семейные ценности, семейная динамика, самовоспитание, зрелость личности, эмоциональный интеллект, стрессоустойчивость.

THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL MATURITY AND THE STABILITY OF FAMILY RELATIONS

Abstract. Family relationships are among the most fundamental social institutions of society, and their stability and well-being are considered crucial conditions for social development. Although the strength of these relationships depends on multiple factors, the concept of psychological maturity holds particular importance. Psychological maturity is understood as an individual's ability to be aware of their inner state, regulate emotions, and communicate effectively with others. This article explores the role and significance of psychological maturity in strengthening family relations.

Keywords: marriage, family values, family dynamics, self-development, personal maturity, emotional intelligence, stress management skills.

Kirish. Mustaqil taraqqiyot va rivojlanish yo‘lidan borayotgan O‘zbekiston Respublikasida huquqiy-demokratik davlat va erkin fuqarolik jamiyati qurish jarayonida uning birligini kafolatlovchi oila institutini mustahkamlash borasida istiqbolga qaratilgan siyosat olib borilmoqda. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son “2022–2026-yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida”gi, 2023-yil 11-sentabrdagi PF-158-son “O‘zbekiston – 2030” strategiyasi to‘g‘risida”gi, 2020-yil 18-fevraldagi PF-5938-son “Jamiyatda ijtimoiy-ma’naviy muhitni sog‘lomlashtirish, mahalla institutini yanada qo‘llab-quvvatlash hamda oila va xotin-qizlar bilan ishlash tizimini yangi darajaga olib chiqish chora-tadbirlari to‘g‘risida”, 2022-yil 1-martdagi PF-81-son “Oila va xotin-qizlar bilan ishlash, mahalla va nuroniylarni qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi, 2022-yil 7-martdagi PF-87-son “Oila va xotin-qizlarni tizimli qo‘llab-quvvatlashga doir ishlarni yanada jadallashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi, 2023-yil 25-dekabrda PF-208-son “Oila va xotin-qizlar qo‘mitasining faoliyatini takomillashtirishga oid qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi, 2023-yil 21-dekabrda PF-209-son “Mahalla institutining jamiyatdagi rolini tubdan oshirish va uning aholi muammolarini hal etishda birinchi bo‘g‘in sifatida ishlashini ta’minlashga qaratilgan chora-tadbirlar to‘g‘risida” Farmonlari, shuningdek, 2021-yil 26-martdagi PQ-5040-son “Ma’naviy-ma’rifiy ishlar tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi, 2022-yil 1-martdagi PQ-146-son “Oila va xotin-qizlar davlat qo‘mitasi faoliyatini tashkil etish to‘g‘risida” Qarorlari, O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2020-yil 31-dekabrda 820-son “Oila institutini yanada rivojlantirish va yoshlarni oilaviy

hayotga tayyorlash chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarori, shuningdek, ushbu faoliyat sohasiga oid boshqa normativ-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishga muayyan darajada xizmat qiladi.

Dunyodagi ko‘plab ilmiy markazlar va institutlarda oila va nikoh masalalari, ular bilan bog‘liq yangi shakllar va qadriyatlar tizimining o‘zgarish jarayonlari keng ko‘lamda o‘rganilmoqda. AQShda Milliy Oila va Munosabatlar Kengashi oilaviy munosabatlarni psixologik, ijtimoiy va madaniy nuqtayi nazardan o‘rganadi. Ular oilaning turli formatlari, gender roli va ijtimoiy barqarorlikka ta‘sirini tahlil qilishga alohida e‘tibor qaratadi. Germaniyada Max Planck Ijtimoiy Tizimlar Tadqiqot Instituti oilaviy tizimlarning ijtimoiy va iqtisodiy mexanizmlarini, shuningdek, oila va uy xo‘jaliklaridagi dinamika va transformatsiyalarni tahlil qilish bilan shug‘ullanadi. Buyuk Britaniyada oilalar va uy xo‘jaliklari bo‘yicha tadqiqotlar asosan oilaviy strukturadagi o‘zgarishlar, gender tengligi va iqtisodiy jarayonlarning oilaga ta‘sirini o‘rganishga qaratilgan. Rossiyada oilaviy munosabatlar psixologik, ijtimoiy va iqtisodiy aspektlar bo‘yicha tahlil qilinadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. Mamlakatimizda oilaviy munosabatlardagi dastlabki nazariy namunalari zardushtiylikning muqaddas kitobi “Avesto”da o‘ziga xos va mos tarzda aks etganini qayd etishimiz mumkin. Zero, aynan “Avesto” islom dini kirib kelganiga qadar ajdodlarimizni oilaviy munosabatlar barqarorligini ta‘minlashdagi o‘ziga xos axloqiy qomusi sanalgan. Islomiy bilimlar taraqqiyoti oilaning axloqiy tarbiya tartiblarining mohiyati bilan bog‘liq masalalarining ilmiy tadqiq etishga zamin yaratgan. Mazkur masalalar doirasida esa, Abu Nasr Forobiy, Abu Bakr arRoziy, Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali ibn Sino, Abu Lays Samarqandiy, Abu Homid Imom G‘azzoliy, Shayx Aziziddin Nasafiy, Abdurahmon Jomiy, Alisher Navoiy, Husayn Voiz Koshifiy, Jaloliddin Dovoniy, Ahmad Donish, Mahmudxo‘ja Behbudiy, Abdurauf Fitrat, Abdulla Avloniy, Abdulla Qodiriy, Abdulhamid Cho‘lpon kabi olimlar e‘tiborga molik qarashlarni ilgari surganlar.

O‘zbekistonda oila va nikoh muammolari davlat ahamiyatiga molik masala sifatida qaralgani bois ko‘plab tadqiqotchi-psixologlar ushbu yo‘nalishda ilmiy izlanishlar olib borganlar va bormoqdalar. O‘zbek oilasining etnopsixologik muammolari, ularda milliy udumlar, qadriyatlarning bola tarbiyasiga ta‘siri masalasi M.Davletshin, E.G‘oziyev, G‘.Shoumarov, B.Qodirov, V.Karimova, N.Safoev, B.Umarov, X.Karimov, N.Sog‘inov, M.Rasuleva, M.Umarova, O.Abdusattorova, H.Haydarova, F.Akramova, N.Salayeva, M.Salayeva, Z.Abduraxmanova, H.Abdusamatov, M.Bo‘riyeva va boshqalarning ilmiy ishlarida o‘rganilgan.

Xorij psixolog olimlari tadqiqotlari psixologik yetuklik muammosi to‘g‘risida V.V.Semikin, D.V.Berko, L.I.Bojovich, A.Grey va M.Davletshinlar o‘z tadqiqotlarida shaxsning yuqori va past darajadagi yetukligiga e‘tibor qaratishgan bo‘lsa, boshqa tadqiqotchilar Dj.Battervort va M.Xarris, L.G.Buryak, Ye.A.Vodinchar, K.Levin, G.Olport, A.A.Rean, Y.A.Sergienko, E.Fromm, Ye.N.Chueva, E.Erikson, P.M.Yakobson kabilarning ham ilmiy ishlari e‘tiborga molikdir. Rus psixologlari B.G.Ananev, A.G.Asmolov, S.L.Rubinshteyn, A.V.Brushlinskiy, B.F.Lomov, V.D.Shadrikov, A.V.Petrovskiylarning tadqiqotlarida shaxs va faoliyat birligiga, B.G.Ananev, K.A.Abulxanova-Slavskaya, A.A.Bodalev, A.A.Derkach, Ye.A.Klimov, N.V.Kuzmina, E.Yu.Zeer, Z.I.Ryabikinalar professionalning akmeologik rivojlanishiga, Dj.Gilford, L.A.Petrovskaya, A.K.Markova, Mitina, A.V.Brushlinskiy, A.A.Bodalev, N.D.Levitov, T.Sherbakova, A.Gutko M.V.Dubrovinalar psixologik kompetentsiya masalalariga alohida e‘tibor qaratadilar.

Yetuklik tushunchasi A.Madvaliyev tahriri ostidagi O‘zbek tilining izohli lug‘atida “yetuk ekanlik, yetuk darajaga ega ekanlik” deb ta‘riflangan.

Nikohga yetuklik tushunchasi ham o‘z navbatida o‘ta murakkab va nisbiy tushunchadir. Chunki odam doimo rivojlanib, takomillashib boruvchi, kasb-hunar faoliyatida ma‘naviy va axloqiy rivojlanishida muntazam yangidan yangi cho‘qqilarga erishib boruvchi mavjudotdir. Agar odamni u yoki bu faoliyatga “to‘la yetukligi” haqida gapiradigan bo‘linsa, demak, bu uning ma‘lum bir chegaraga erishgani va undan ortiq rivojlanish mumkin emasligini bildiradi. Shuning uchun ham odamning nikohga va biron-bir faoliyatga yetukligi haqida so‘z borganda “yetuklik” tushunchasi tom ma‘noda o‘rinli bo‘la olmaydi. Shuning uchun ham odamning “yetukligi”, ayniqsa nikohga, oilaviy hayotga “yetukligi” haqida gapirilganda bu tushunchadan ma‘lum bir umummaqbul qilingan standart, o‘rtacha me‘yor, ma‘lum bir shartli o‘lchov birligi, ko‘rsatkichlar va shu kabilar sifatidagina foydalaniladi.

Nikohga yetuklik oila quruvchi yosh juftliklarning: jismoniy (fiziologik), jinsiy, huquqiy, iqtisodiy, ma‘naviy-axloqiy, psixologik kabi yetuklik jihatlarini aytib o‘tish mumkin. Bularning orasida huquqiy, jinsiy yetuklik ko‘rsatkichlari yetarlicha aniq alomatlariga, belgilarga ega bo‘lgan va bular haqida tegishli huquqiy, tibbiy, psixologik adabiyotlarda ko‘plab ma‘lumotlar berilgan jihatlar bo‘lsa, iqtisodiy, ma‘naviy-axloqiy, psixologik jihatlar biroz murakkabroq, qat‘iy bir ko‘rsatkich, chegaraga ega emasligi bilan xarakterlanadi.

Yetuklik tushunchasida nafaqat intellektual taraqqiyot, kasbiy rollarning shakllanishi, balki oilaviy yetuklik faktori ham mavjuddir. Professor G‘.B.Shoumarov ta‘kidlaganidek, yetuklik deyilganda oila

quruvchi yoshlarning: jismoniy, jinsiy, huquqiy, iqtisodiy, ma'naviy-axloqiy, psixologik kabi yetuklik jihatlarini farqlash mumkin. Bularning orasidan huquqiy, tibbiy, jinsiy yetuklik aniq ma'lumotlar, alomatlarga ega bo'lsa, iqtisodiy, ma'naviy-axloqiy, psixologik yetuklik jihatlarini biroz murakkabroq, qat'iy bir ko'rsatkich, chegaraga ega emasligi bilan xarakterlanadi. Bunda oila yetuklikning barcha ko'rinishlari shakllanishida bosh omillardan biri ekanligini ta'kidlash lozim.

Ayniqsa, oilaviy hayotni tasavvur qilish, unda o'z o'rnini baholash muammosida yoshlarimiz ko'proq xatoga, o'zlarini orttirib baholashga, oilaviy hayotdan mumkin bo'lganidan ortiqroq narsani kutish hollari ko'proq kuzatiladi. Natijada muvaffaqiyatsizliklar, pushaymon bo'lishlar, asab buzilishlar yuzaga keladi. Psixologik yetuk shaxs esa aksincha, o'z oldiga erishishi muqarrar bo'lgan, bunga imkoniyatlari yetarli bo'lgan maqsadlarni qo'yadi, o'z hayot yo'lini va unga erishish vositalari va usullarini to'g'ri belgilaydi. Bunday shaxs o'z hissiyoti, kechinmalarini yetarlicha yaxshi nazorat qila bilishligi, ya'ni ichki intizomining yuqori rivojlanganligi bilan xarakterlanib turadi.

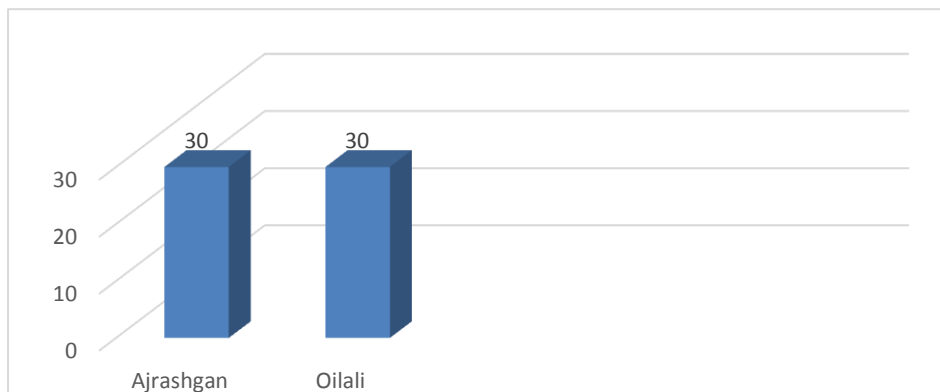
Psixologik yetuklik boshqa odamlarning xohish, istaklari, kechinmalarini tushunish bilan ma'lum darajada bevosita bog'liq. Bu o'z navbatida muloqotning, hamkorlikning yaxshi yo'lga qo'yilishiga, oilada, turli guruhlarda gormonik munosabatlarning o'rganilishiga imkon beradi. Turli yoshdagi, mansab, lavozim, toifadagi odamlar bilan, qiziqishi, odati, ta'bi, turmush tarzi mutlaqo boshqacha bo'lgan odamlar bilan o'rinli munosabatda bo'la olish — shaxsning psixologik yetukligining asosiy fazilatlaridan biridir.

Yoshlar oila qurayotganlarida bu xususiyatlar hal qiluvchi bo'lib hisoblanadi. Albatta, bunday qobiliyatlar bir kunda shakllanmaydi. Ular oldingi hayoti davomida unga berilgan tarbiya ta'sirida asta-sekinlik bilan shakllanadi. Psixologik yetuklik, shaxs xulqini turli yashash sharoitlariga moslashuvchanligida ifodalanadi. Psixologik yetuklik shaxsning boshqa odamlarga nisbatan bo'lgan ijobiy munosabatlari: hamdardlik, hamfikrlilik, g'am-tashvishga sherik bo'la olish, o'zaro yordam kabilar tarzida namoyon bo'la oladigan ma'naviy sifatlarning tarkibiy jihatlarini o'zida birlashtiradi. Psixologik yetuklikning muhim mezonlaridan biri shaxsda oilaviy muammolarni adolatli hal etishga xizmat qiluvchi o'z mustaqil fikri, qarashi, pozitsiyasi bo'lishi, zarur bo'lganda oila manfaatida o'z qarashlarini ota-onalari oldida fikrlarini himoya qila olish qobiliyati hisoblanadi.

Fransuz psixologi E.Klapared (1926) yetuklikni psixik “toshday qotish” rivojlanishning to'xtashi deb izohlaydi. S.K.Nartova-Bochaver psixologik yetuklikning mezoni sifatida “shaxsning psixologik suverenligi” tushunchasini taklif etadi. Uning yondoshuviga ko'ra, psixologik yetuk inson o'zining mustahkam chegaralariga ega bo'ladi. Biroq ular vaziyat taqozosi bilan boshqalar manfaatlarini yo'lida uning ixtiyori bilan o'zgartiriladigan darajada egiluvchanligi bilan ajralib turadi.

Psixologik yetuklik shaxsning hissiy, ijtimoiy va kognitiv funksiyalarining muvozanatli rivojlanishi natijasida yuzaga keladi (Levinson, 1986). Emotsional intellekt va stressni boshqarish qobiliyati oilaviy muhitda yuzaga keladigan nizolarni hal etishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, psixologik yetuklik muomala madaniyati va murosaga tayyorlikni ta'minlaydi, bu esa oila ichidagi konfliktlarni konstruktiv tarzda bartaraf etish imkonini beradi (Gottman, 1999).

Natijalar va muhokamalar. Tadqiqotda «Oiladagi muloqotni o'rganish» testi, N. Xollning «Emotsional intellektning koeffitsiyentini aniqlash» metodikasi, K.Rodgers va R.Daymondning “Ijtimoiy-psixologik moslashuvni aniqlash» metodikasini tanlab olindi. Tadqiqotda 30 nafar (15 nafar erkak, 15 nafar ayol) oilali, 30 nafar (15 nafar erkak, 15 nafar ayol) ajrashgan respondentlar ishtirok etishgan. Sinaluvchilarimizdan olingan natijalarning miqdor va sifat tahlilini SPSS dasturidan foydalanib tahlil qildik. Tadqiqotda jami 60 nafar sinaluvchi ya'ni 30 nafar erkak, 30 nafar ayol ishtirok etishgan. Tadqiqotda 22 yoshdan 42 yoshgacha bo'lgan oilalardagi erkak va ayollar ishtirok etishdi.



1-rasm. sinaluvchilarining soni

Tadqiqot ishimizning birlamchi tafsiflovchi statistikasini o‘tkazganimizdan so‘ng, sinaluvchilardan olingan metodikalarimizning parametrik yoki noparametrik mezonlarga mansub ekanini aniqlash maqsadida biz Kolmogorov Smirnov mezonidan foydalandik va natijalar tahlilini amalga oshirdik.

1-jadval.

Kolmogorov-Smirnov mezonini bo‘yicha “Oiladagi muloqotni o‘rganish” metodikasi ko‘rsatgichlari

Shkalalar ko‘rsatgichlari	Kolmogorov-Smirnov mezonini	Ishonch darajasi
Muloqotdagi o‘ziga ishonch (o‘ziga munosabat)	1,015	,255
Er-xotin o‘rtasidagi o‘zaro munosabat (o‘z-o‘zini tushunish)	1,677	,007**
Er-xotin o‘rtasidagi o‘zaro munosabat (turmush o‘rtog‘ini tushunishi)	1,532	,018*
Oilaning umumiy simvollarini	1,595	,012*
Turmush o‘rtoqlarining muloqotini yengilligi	1,033	,237
Turmush o‘rtoqlarining qarashlaridagi mos kelishlik	1,162	,134
Muloqotdagi “psixoterapevtlik”	1,230	,097

Kolmogorov-Smirnov mezonini bo‘yicha “Oiladagi muloqotni o‘rganish” (1-jadval) metodikasi ko‘rsatgichlar tahlili bo‘yicha quyidagilar aniqlandi. Oilada sinaluvchining Muloqotdagi o‘ziga ishonch (o‘ziga munosabat) shkalasida ($D=1,015$; $p>,255$), Er-xotin o‘rtasidagi o‘zaro munosabat (o‘z-o‘zini tushunish) ($D=1,677$; $p<,007$), Er-xotin o‘rtasidagi o‘zaro munosabat (turmush o‘rtog‘ini tushunishi) ($D=1,532$; $p<,018$), Oilaning umumiy simvollarini ($D=1,595$; $p<,012$), Turmush o‘rtoqlarining muloqotini yengilligi ($D=1,033$; $p>,237$), Turmush o‘rtoqlarining qarashlaridagi mos kelishlik ($D=1,162$; $p>,134$), Muloqotdagi “psixoterapevtlik” ($D=1,230$; $p>,097$) aniqlandi.

Bu metodikamizda 3 ta shkala bo‘yicha ishonchli farqlar mavjud. Bular er-xotin o‘rtasidagi o‘zaro munosabat (o‘z-o‘zini tushunish), er-xotin o‘rtasidagi o‘zaro munosabat (turmush o‘rtog‘ini tushunishi), Oilaning umumiy simvollarini shkalalarida ishonchli farqlar aniqlangan. Shuning uchun tadqiqotimizning keyingi bosqichini Mann Uitni mezonida amalga oshiramiz.

3-jadval.

Kolmogorov-Smirnov mezonini bo‘yicha N.Xollning “Emotsional intellektning koeffitsiyentini aniqlash” metodikasi ko‘rsatgichlari

Shkalalar	Kolmogor-Smirnov	Ishonch darajasi
Emotsional bilimdonlik	1,151	,141
O‘z emotsiyalarini boshqarish	,935	,346
O‘zini undash qobiliyati	1,246	,090
"Empatiya shkalasi"	1,256	,040*

N.Xollning “Emotsional intellektning koeffitsiyentini aniqlash” metodikasi ko‘rsatgichlarida 3 ta shkalasida ishonchli farqlar chiqmadi. Bular emotsional bilimdonlik ($D=1,151$; $p<,141$), o‘z emotsiyalarini boshqarish ($D=,935$; $p>,346$), o‘zini undash qobiliyati ($D=1,246$; $p>,090$) shkalalari hisoblanadi. “Empatiya shkalasi”da ($D=1,256$; $p<,040$) ishonchli farq mavjud.

4-jadval.

Kolmogorov-Smirnov mezonini bo‘yicha K.Rodgers va R.Daymondning “Ijtimoiy-psixologik moslashuvni aniqlash” metodikasi ko‘rsatgichlari

Shkalalar ko‘rsatgichlar	Kolmogorov-Smirnov	Ishonch darajasi
Adaptatsiya	1,520	,020*
O‘zini yoqtirish	,959	,317
Boshqalarni qabul qilish	1,398	,040*
Hissiy qulaylik	1,359	,050*
Hukmronlikka intilish	1,011	,258

Kolmogorov-Smirnov mezonini bo‘yicha K.Rodgers va R.Daymondning “Ijtimoiy-psixologik moslashuvni aniqlash” metodikasi ko‘rsatgichlari shkalalarida Adaptatsiya ($D=1,520$; $p<,020$), O‘zini

yoqtirish ($D=,959$; $p>,317$), Boshqalarni qabul qilish ($D=1,398$ $p<,040$), Hissiy qulaylik ($D=1,359$; $p<,050$), Hukmronlikka intilish ($D=1,011$; $p>,258$) aniqlandi. Bu metodikamiz bo'yicha Adaptatsiya, Boshqalarni qabul qilish, Hissiy qulaylik shkalalarida 95%da farqlar mavjud.

Xulosa. Oilaviy munosabatlarning mustahkamligi psixologik yetuklik bilan uzviy bog'liqdir. Psixologik yetuklik darajasi past bo'lgan shaxslar oilaviy munosabatlarda nizolarga ko'proq duch keladi, hissiy noziklik va tushunmovchiliklar ko'payadi, bu esa ajrim va ruhiy muammolar xavfini oshiradi. Shu bois, shaxslarning psixologik rivojlanishi va yetukligini ta'minlash, oilaviy munosabatlarning mustahkamligi uchun asosiy omil hisoblanadi. Psixologik yetuk shaxslar o'zaro muloqotda samarali, hissiy barqaror va murosaga tayyor bo'lib, oilaviy muhitda barqarorlikni ta'minlaydi. Shu sababli, oilaviy munosabatlarni mustahkamlash va ijtimoiy barqarorlikni oshirish maqsadida, shaxslarning psixologik salohiyatini rivojlantirishga katta e'tibor qaratish lozim.

Adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 1-martdagi PF-81-son “Oila va xotin-qizlar bilan ishlash, mahalla va nuroniylarni qo'llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi Farmoni.
2. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2020-yil 31-dekabrda 820-son “Oila institutini yanada rivojlantirish va yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash chora-tadbirlari to'g'risida”gi Qarori
3. Gottman, J. M. (1999). The Seven Principles for Making Marriage Work. Crown Publishing.
4. G'oziyev E. “Ontogenez psixologiyasi” darslik Toshkent-2020.
5. Shoumarov G'.B. “Oila psixologiyasi” Toshkent. «Sharq», 2007. – 296 b.
6. Butayeva U.A. “Psixologik yetuklik darajasini tashxis qilishning psixologik xususiyatlari” mavzusidagi monografiya. Toshkent-2019.
7. Arapbayeva D.K, Norkulova N. Oilaviy munosabatlar psixologiyasining nazariy-amaliy masalalari. - Gold-Print Nashr”, 2019-y.
8. Haydarov G. “Qizlar shaxsining yetukligi – oila mustahkamligining ta'minlovchi muhim omilidir”, - T. 2018.
9. Begmatov E., Madvaliev A. va boshqalar; A. Madvaliev tahriri ostida. – Toshkent: “O'zbekiston milliy ensiklopediyasi” Davlat ilmiy nashriyoti, 2006. – 2-jild. – 19-bet.

*Haydarova Sarvinoz Saydullayevna,
Termiz davlat universiteti tadqiqotchisi*

TALABALARNING O'ZINI BAHOLASHI VA TEMPERAMENTNING GURUHDAGI IJTIMOIY MAVQEYIGA TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu maqolada talabalarining guruhdagi ijtimoiy mavqeyining shakllanishi va shaxslararo munosabatlarda o'z o'rniga ega bo'lishida ularning o'zini baholash xususiyatlari hamda temperamentning ta'siri bilan bog'liq masalalar tahlil qilingan. Yuqori ijtimoiy mavqeyiga ega talabalar o'zini-o'zi hurmat qilishlari bilan ajralib turishi, munosabatlarning yaqinlik darajasidan qat'i nazar, yuqori maqomli talabalar boshqa talabalar uchun ahamiyatli bo'lishi, talabalarining o'z-o'zini baholashi hamda temperament xususiyatlarini o'rtasidagi munosabatlarni o'rganish yuzasidan tadqiqotlaridan olingan ma'lumotlar bayoni keltirilgan. Shuningdek, talabalarining guruhdagi statusiga ularning o'zlariga berayotgan baholari va temperament tiplari ta'siri yuqori ekanligi bo'yicha olib borilgan tadqiqot natijalari yoritilgan.

Kalit so'zlar: talaba, status, o'z o'zini baholash, temperament, shaxsiy manfaatdorlik, eksrovert, introvert.

ВЛИЯНИЕ САМООЦЕНКИ И ТЕМПЕРАМЕНТА СТУДЕНТОВ НА ИХ СОЦИАЛЬНЫЙ СТАТУС В ГРУППЕ

Аннотация. В данной статье анализируются вопросы, связанные с влиянием самооценки и темперамента на формирование социального статуса в группах и установление места в межличностных отношениях. В статье представлены данные исследований взаимосвязи самооценки и темперамента студентов, которые показывают, что студенты с высоким социальным статусом отличаются высокой самооценкой независимо от степени близости отношений, студенты с высоким статусом значимы для других студентов, а также результаты исследований взаимосвязи самооценки и темперамента студентов. Также освещаются результаты исследований, свидетельствующие о высоком влиянии самооценки и типа темперамента на статус студентов в группах.

Ключевые слова: студент, статус, самооценка, темперамент, личный интерес, экстраверт, интроверт.

THE IMPACT OF STUDENTS' SELF-ASSESSMENT AND TEMPERAMENT ON THEIR SOCIAL POSITION IN THE GROUP

Abstract. This article analyzes issues related to the influence of self-esteem and temperament on the formation of social status in groups and the establishment of a place in interpersonal relationships. The article presents research data on the relationship between self-esteem and temperament of students, which show that students with high social status have high self-esteem regardless of the degree of closeness of relationships, students with high status are significant for other students, as well as the results of studies on the relationship between self-esteem and temperament of students. It also highlights the results of studies indicating a high influence of self-esteem and type of temperament on the status of students in groups.

Keywords: student, status, self-esteem, temperament, personal interest, extrovert, introvert.

Kirish. Jahon miqyosida talaba va ta'lim dargohlari munosabatlari va o'quv faoliyatiga nisbatan oqilona munosabatda bo'lish ustuvor vazifa bo'lib qolmoqda. Shu o'rinda, albatta, talabalarining guruhlarda tutgan o'рни anchayin muhim sanaladi. Guruhlar va birgalikdagi faoliyat muammolari an'anaviy ravishda ijtimoiy psixologiyada ko'rib chiqiladi. Ammo ko'plab masalalar, jumladan, shaxs va guruhning o'zaro ta'sir mexanizmlari muammosi keyingi tadqiqotlarni talab qiladi. Shaxslararo o'zaro ta'sirning muhim xususiyatlaridan biri - bu shaxsning guruhdagi yoki maqomdagi pozitsiyasi, bu shaxsning shaxslararo munosabatlar tizimidagi mavqeyini va uning guruh a'zolari tomonidan "psixologik maqbulligi" o'lchovini bildiradi. Buni shaxsning kommunikativ faoliyati muvaffaqiyatining yetarlicha obyektiv ko'rsatkichi deb hisoblash mumkin.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. Jamiyatning doimiy o'zgarishi, chuqur o'zgarishlar va funksional tuzilmalarning murakkabligi ijtimoiy munosabatlar bilan bog'liq turli qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi.

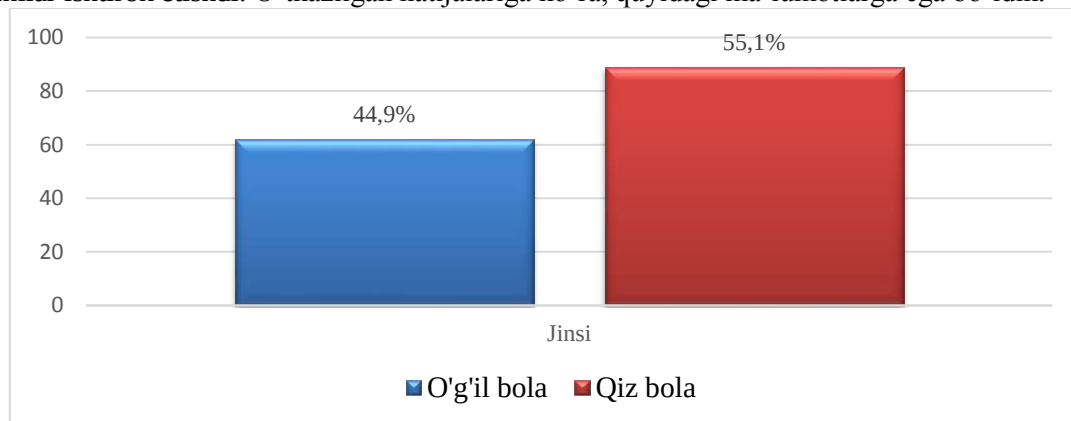
Olimlar oldida bu hodisalarni har tomonlama o'rganish vazifasi turibdi. Shulardan biri hodisalar, shubhasiz, jamiyatning maqom farqlanishidir. “Status” tushunchasi falsafa, tarix, iqtisod, siyosatshunoslik, sotsiologiya, psixologiya fanlarida keng o'rganilgan. Ijtimoiy sohada xususan, psixologiyada asosiy e'tibor shaxsiyat omillarini o'rganishga, ularning shakllanishiga ta'sir qiluvchi shaxslararo munosabatlarning xususiyatlari, shaxsning kichik va katta guruhlarda ma'lum bir maqom pozitsiyasi o'rganishga qaratilgan.

Talabalar guruhlaridagi shaxslararo munosabatlar va statusni o'rganish oxirgi o'n yillikda an'anaviy tadqiqot predmeti bo'lib xizmat qiladi. Kuzatishlarga ko'ra, yuqori maqomli talabalar o'zini-o'zi hurmat qilishlari bilan ajralib turadi. Bundan tashqari, munosabatlarning yaqinlik darajasidan qat'i nazar, yuqori maqomli talabalar boshqa talabalar uchun "muhim boshqalar" dir, ya'ni ular talabalar guruhlarini a'zolarining o'zini o'zi qadrlashiga sezilarli ta'sir qiladi. Guruhning o'zaro ta'sir mexanizmlari muammosining muhim xususiyatlardan biri shaxslararo o'zaro ta'sir - bu shaxsning guruhdagi statususiga bog'liqligini ko'rishimiz mumkin. [3], [11]

Tadqiqot obyekti va qo'llanilgan metodlar. Talabalarning guruhdagi statusining psixologik jihatdan o'rganilishiga doir tadqiqotlar uzoq xorij va qo'shma shtatlarda tadqiq etilgan. Galina Mixaylovna Andreyeva - sovet va rus ijtimoiy psixologi va sosiologi guruhni subyekt lari ma'lum umumiy xususiyatlar, shu jumladan birgalikdagi faoliyatning tabiati bilan birlashtirilgan shaxs sifatida belgilaydi.[6] Artur Aleksandrovich Rean - rus psixologi va Yakov Livovich Kolominskiy ijtimoiy psixologiyada olingan ma'lumotlar statuslar farqlarini aniqlashning yaxlit rasmini yaratmaydi.[10] Talabalarning muloqot subyektlari sifatidagi xususiyatlarini rivojlanishning ijtimoiy holati nuqtayi nazaridan talqin qilish mumkin. Talabalik davri etakchi faoliyatning o'zgarishi, ijtimoiy maqomning o'zgarishi, yoshlarning yangi ijtimoiy rolga kirishi bilan tavsiflanadi. Mamlakatimiz olimlari ham bu borada e'tiborga molik izlanishlar olib borishgan. Yuqoridagi xorij va mahalliy olimlar tomonidan amalga oshirilgan tadqiqotlardan farqli o'laroq, mazkur tadqiqot ishlarida talabalarning psixologik- pedagogik jihatdan tayyorlash E.G'.G'oziyev rahbarligida uning shogirdlari tomonidan zo'r qiziqish bilan o'rganildi. Jumladan, X.A.Ruxiyeva «Talabaning o'quv faoliyatini o'zi boshqarishning psixologik xususiyatlari» mavzusidagi nomzodlik dissertatsiyasida umumlashgan o'quv faoliyati usullari sistemasi orqali o'quv faoliyatini o'zi boshqarish metodlarini ishlab chiqdi. [12]

Shaxslararo o'zaro ta'sirning muhim xususiyatlaridan biri - bu shaxsning guruhdagi yoki maqomdagi pozitsiyasi, bu shaxsning shaxslararo munosabatlar tizimidagi mavqeyini va uning guruh a'zolari tomonidan "psixologik maqbulligi" o'lchovini bildiradi. Buni shaxsning kommunikativ faoliyati muvaffaqiyatining etarlicha obyektiv ko'rsatkichi deb hisoblash mumkin. Y.L.Kolominskiy maqomni integral tushuncha sifatida belgilaydi, bu ikkala obyektiv parametrlarni, masalan, guruh ichidagi tuzilmadagi shaxsning pozitsiyasini va turli darajada aks ettirilgan o'z pozitsiyasining subyekt iv aksini o'z ichiga oladi.[1] Shunday qilib, zamonaviy ijtimoiy psixologiyada maqom subyekt ning shaxslararo munosabatlar tizimidagi o'rni sifatida qaraladi, uning huquqlari, majburiyatlari va guruhdagi muayyan imtiyozlarni belgilaydi. Tengdoshlar guruhlarida individual maqom muammosi ko'proq bola rivojlanishi, o'smirlik va yoshlik davri tadqiqotchilari tomonidan ko'proq o'rganilgan, "talabalik yoshi" kabi muhim bosqich bu borada etarlicha o'rganilmagan. Talabalarning muloqot subyekt lari sifatidagi xususiyatlarini rivojlanishning ijtimoiy holati nuqtayi nazaridan talqin qilish mumkin. Talabalik davri etakchi faoliyatning o'zgarishi, ijtimoiy maqomning o'zgarishi, yoshlarning yangi ijtimoiy rolga kirishi bilan tavsiflanadi. [2]

Olingan natijalar va ularning tahlili. Tadqiqotning birinchi bosqichida sinaluvchilarning jins tavofutlari bo'yicha natijalarni tahlil qildik Ushbu tadqiqot ishida 18-24 yosh oralig'ida jami 147 nafar sinaluvchilar ishtirok etishdi. O'tkazilgan natijalariga ko'ra, quyidagi ma'lumotlarga ega bo'ldik.



1-rasm. Respondentlarning jinsi ko'rsatkichi

Bizning tadqiqot ishimizda 1-hududimiz Surxondaryo viloyati Termiz davlat universiteti 18-24 yosh oralig'idagi 147 nafar talabalar ishtirok etishdi.

Ushbu sinalluvchilardan 14 shkaladan iborat V.V.Stolinning “O'ziga bo'lgan munosabat” test-so'rovnomasi hamda G.Ayzenkning “Temperament” testining birlamchi tavsiflovchi statistika natijalariga ko'ra, barcha ko'rsatkichlar assimetriya va exsessda normada ekanligini uchun biz Kolmogorov-Smirnov mezonini bo'yicha ma'lumotlarni normal taqsimlanishga mosligini ko'rishimiz mumkin.

2- jadval.

**V.V.Stolinning “O'ziga bo'lgan munosabat” test-so'rovnomasi ko'rsatkichlari
(Kolmogorov-Smirnov mezonini bo'yicha) N=147**

№	Shkalalar nomi	Kolmogorov Smirnov bo'yicha z qiymat	Ishonch darajasi
1	O'z-o'ziga hurmat	1,707	0,006**
2	Autosimpatiya	1,177	0,125
3	Boshqalardan kutilgan munosabat	1,974	0,001***
4	O'z-o'ziga qiziqish	2,147	0,000***
5	O'z-o'ziga ishonch	2,141	0,000***
6	Boshqalarga munosabat	2,144	0,000***
7	O'z-o'zini qabul qilish	2,145	0,000***
8	O'z-o'zini boshqarish	2,592	0,000***
9	O'z-o'zini ayblash	1,892	0,002**
10	O'z-o'ziga qiziqish	2,157	0,000***
11	O'z-o'zini anglash	2,688	0,000***
12	Eksroversiya	0,673	0,756
13	Introversiya	0,797	0,549
14	Hissiy barqarorlik	1,145	0,146

Tadqiqot ishimizdan olingan natijalarning yanada ishonchliligini aniqlash hamda normal taqsimlanishga moslik darajasiga ko'ra qaysi bir mezonga tegishli ekanligini aniqlash maqsadida, Kolmogorov-smirnov mezonidan foydalangan holda quyidagi ko'rsatkichlarga ega bo'ldik:

V.V.Stolinning “O'ziga bo'lgan munosabat” test-so'rovnomasi O'z-o'ziga hurmat ($D=1,707$; $p>0,01$), Boshqalardan kutilgan munosabat ($D=1,974$; $p>0,001$), O'z-o'ziga qiziqish ($D=2,147$; $p>0,001$), O'z-o'ziga ishonch ($D=2,141$; $p>0,001$), Boshqalarga munosabat ($D=2,144$; $p>0,001$), O'z-o'zini qabul qilish ($D=2,145$; $p>0,001$), O'z-o'zini boshqarish ($D=2,592$; $p>0,001$), O'z-o'zini ayblash ($D=1,892$; $p>0,01$), O'z-o'ziga qiziqish ($D=2,157$; $p>0,001$), O'z-o'zini anglash ($D=2,688$; $p>0,001$) shkalalarini tahlil qilganimizda normal taqsimlanish qonuniga mos emasligi aniqlandi.

V.V.Stolinning “O'ziga bo'lgan munosabat” test-so'rovnomasi Global o'ziga munosabat ($D=1,011$; $p<0,05$), Autosimpatiya ($D=1,177$; $p<0,05$), G.Ayzenkning “Temperament” testining eksroversiya ($D=0,673$; $p<0,05$), introversiya ($D=0,797$; $p<0,05$), hissiy barqarorlik ($D=1,145$; $p<0,05$) shkalalarini tahlil qilganimizda esa, normal taqsimlanish qonuniga mos kelishi aniqlandi.

Demak biz yuqoridagi natijalarga ko'ra, normal taqsimlanish qonuniga mos kelgan ko'rsatkichlar bilan parametrik (Styudent, Pirson, Bir omilli dispersion tahlil mezonlari), normal taqsimlanish qonuniga mos kelmagan ko'rsatkichlar bilan esa noparametrik (Mann Uitni, Vilkokson, Spirmen, Krusskal Uollis mezonlari) usullar orqali tahlil qilishimiz mumkin.

Talabalar yoshini tavsiflovchi tadqiqotchilar ushbu davrda kasbiy ta'lim masalalari eng keskin tarzda paydo bo'lishini ta'kidlaydilar. O'z taqdirini o'zi belgilash, bundan tashqari, ko'plab talabalar uchun bu davr oilani yaratish yoki uzoq muddatli, hissiy jihatdan muhim munosabatlarni o'rnatish bilan bog'liq. Bu jiddiy inqirozlar, og'ir yuklar, tashvishlar va muammolar davri. Demak, kasbiy ta'lim jarayonida shaxsning nafaqat kasb subyekt i, balki shaxslararo munosabatlarning subyekt i sifatida shakllanishi sodir bo'ladi va shu munosabat bilan talabalar jamoasining o'rni, uning guruhdagi mavqeyi, guruh ichidagi shaxslararo munosabatlar tizimida subyektning egallagan o'rni nihoyatda katta. Talabalar guruhidagi shaxsning holatiga ta'sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillarni tahlil qilish ma'lumotlari talabalarning turli bosqichlarida moslashuvi uchun qulay shart-sharoitlarni yaratish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqish jarayonida universitetning psixologik xizmatlari faoliyati uchun foydali bo'ladi. O'qitish, talabalar guruhining faoliyatini optimallashtirish, shaxsning guruhga kirishini optimallashtirish ta'lim funksiyalarini yanada samarali amalga oshirish imkonini beradi.

Xulosa. Ushbu mavzu yuzasidan olingan ishda ko‘plab ilmiy adabiyotlar, so‘nggi yillarda olib borilayotgan psixologik, sotsiologik tadqiqotlar bilan tanishib chiqildi. To‘plangan ilmiy manbalar va psixodiagnostik metodlar orqali talabalarda empirik tadqiqot olib borib, mavzuning ahamiyatliligi yuzasidan psixologik, ijtimoiy jihatdan ko‘rib, o‘rganildi. Kuzatish barobarida mavzu yuzasidan tanlab olingan guruhlar orasida bir necha o‘ta ahamiyatli metodikalarni olishga muvaffaq bo‘ldik. Mavzuning psixologik ijtimoiy ahamiyatini ko‘rib chiqishda jahonga mashhur psixologlar, sotsiologlar, olimlar fikridan foydalanildi. Taqqiqotda metodologik asos sifatida qo‘llanilgan psixodiagnostik metodikalarning qay darajada to‘g‘ri tanlanganligini aniqlash maqsadida, birlamchi tavsiflovchi statistika amalga oshirildi. Uning natijalariga ko‘ra, psixodiagnostik metodikalarning to‘g‘ri tanlanganligi o‘z tasdig‘ini topdi. Ushbu tadqiqot davomida olingan natijalar respondentlarning yosh, jins va guruh jihatdan farqli jihatlariga egaligi sabab, qiziqarli natijalarni keltirib chiqardi. Talabalarining guruhdagi statusiga ularning o‘zlariga berayotgan baholari va temperament tiplarini ham ta’siri yuqori ekanligini tadqiqotlarimizda ko‘rishimiz mumkin.

Adabiyotlar:

1. Коломинский Я.Л. Социальная психология взаимоотношений в малых группах. М.: АСТ, 2010. 448 с.
2. Краснова В.В., Холмогорова А.Б. Социальная тревожность и студенческая дезадаптация // Психологическая наука и образование. 2011. №1. С. 140-150.
3. Сачкова М.Е. Статусные отношения в подростковых ученических группах // Вопросы психологии. 2006. №4. С. 58–58.
4. Творогова Н.Д. Экспериментальное изучение социальной перцепции в процессе общения студентов в учебной группе // Вопросы психологии. 1981. № 4. С. 119-123.
5. Психология. Словарь. / Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М., 1990. 494 с.
6. Андреева Г.М. Социальная психология. М.: Аспект Пресс, 2009. 384 с.
7. Донцов А.И. Социальная психология групп. / Вестник Московского ун-та. Сер.14. Психология. 1997. №4. С. 17-25.
8. Кондратьев М.Ю., Емельянова Е.В. Социально-психологические особенности взаимосвязи самооценки и личностно-ролевой взаимопредставленности студентов // Социальная психология и общество. 2011. №1. С. 56-73.
9. Aronson E, Wilson T.D., Akert R.M. Social Psychology. (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall. Prentice Hall, 2010. 624 p.
10. Пеан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. СПб.: ЗАО Питер, 1999. 416 с.
11. Drozdova E. Drozdova I. Socio-psychological characteristics of the teenagers, subject to abuse by their equals in age in study groups // EFPTA Newsletters. Copenhagen, 2012. pp. 21-25.
12. Nishonova Z.T., Ergashev P.S. Oliy maktab psixologiyasi - T. 2012. 220-bet.

Ibodova Gulimehr Inoyat qizi,
Qarshi davlat universiteti tayanch doktoranti

O'SPIRINLIK DAVRIDA KIBERBULLINGNING PSIXOLOGIK OQIBATLARI VA OLDINI OLISH STRATEGIYALARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'spirinlik davrida kiberbulling muammosi va uning psixologik oqibatlari tahlil qilingan. Internet va ijtimoiy tarmoqlarning keng ommalashuvi yoshlar o'rtasida virtual muloqotni kuchaytirgan bo'lsa-da, bu jarayon turli salbiy hodisalarga, jumladan, kiberbullingga olib kelmoqda. Tadqiqotda 15–18 yosh oralig'idagi o'spirinlar ishtirokida so'rovnoma va psixologik testlar o'tkazilib, kiberbullingning ruhiy holatga ta'siri o'rganildi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, kiberbulling qurbonlari orasida depressiya, xavotir, o'z-o'zini, past baholash va ijtimoiy izolyatsiya kabi holatlar yuqori darajada uchraydi. Shuningdek, o'spirinlarning ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish chastotasi bilan kiberbullingga duch kelish xavfi o'rtasida sezilarli bog'liqlik aniqlangan. Muhokama qismida kiberbullingning psixologik xususiyatlari va uni oldini olish strategiyalari yoritilib, oilaviy qo'llab-quvvatlash hamda maktabdagi psixologik profilaktikaning ahamiyati asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: kiberbulling, o'spirinlik psixologiyasi, internet muhitidagi tajovuz, virtual muloqot, emotsional beqarorlik, emotsional buzilishlar, ijtimoiy adaptatsiya, xavf omillari, himoya mexanizmlari, psixologik yordam.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ КИБЕРБУЛЛИНГА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ И СТРАТЕГИИ ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ

Аннотация. В данной статье анализируется проблема кибербуллинга в подростковом возрасте и его психологические последствия. Широкое распространение интернета и социальных сетей усилило виртуальное общение среди молодёжи, однако этот процесс привёл и к ряду негативных явлений, в том числе кибербуллингу. В исследовании, проведённом среди подростков в возрасте 15–18 лет, с использованием анкетирования и психологических тестов изучалось влияние кибербуллинга на психоэмоциональное состояние. Результаты показали, что среди жертв кибербуллинга значительно чаще встречаются депрессия, тревожность, заниженная самооценка и социальная изоляция. Кроме того, выявлена значительная корреляция между частотой использования социальных сетей и риском столкновения с кибербуллингом. В разделе «Обсуждение» освещаются психологические особенности кибербуллинга и стратегии его профилактики, обосновывается важность семейной поддержки и школьной психопрофилактики.

Ключевые слова: кибербуллинг, психология подростков, агрессия в интернет-среде, виртуальное общение, эмоциональная нестабильность, эмоциональные нарушения, социальная адаптация, факторы риска, защитные механизмы, психологическая помощь.

PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF CYBERBULLYING IN ADOLESCENCE AND PREVENTION STRATEGIES

Abstract. This article analyzes the problem of cyberbullying during adolescence and its psychological consequences. The widespread use of the Internet and social networks has intensified virtual communication among youth, but this process has also led to various negative phenomena, including cyberbullying. The study involved adolescents aged 15–18 and employed surveys and psychological tests to examine the impact of cyberbullying on mental health. The findings revealed that victims of cyberbullying frequently experience depression, anxiety, low self-esteem, and social isolation. Furthermore, a significant correlation was found between the frequency of social media use and the risk of exposure to cyberbullying. The discussion highlights the psychological aspects of cyberbullying and prevention strategies, emphasizing the importance of family support and school-based psychological prevention.

Keywords: cyberbullying, adolescent psychology, online aggression, virtual communication, emotional instability, emotional disorders, social adaptation, risk factors, defense mechanisms, psychological support.

Kirish. So'nggi yillarda axborot texnologiyalarining tezkor rivojlanishi yoshlarning turmush tarzida sezilarli o'zgarishlarga sabab bo'lmoqda. Internet va ijtimoiy tarmoqlar o'spirinlar hayotining ajralmas

qismiga aylanib, ular uchun muloqot, o'qish, dam olish va o'zini namoyon etish maydonini yaratmoqda. Biroq virtual makonda ijobiy imkoniyatlar bilan bir qatorda salbiy hodisalar ham keng tarqalmoqda. Shulardan biri – kiberbullingdir.

Kiberbulling – bu raqamli vositalar orqali amalga oshiriladigan psixologik zo'raonlik bo'lib, o'spirinlarning ruhiy salomatligiga jiddiy xavf tug'diradi. Ayniqsa, o'spirinlik davri shaxsning emotsional beqarorligi, ijtimoiy maqom izlash va o'zini tasdiqlash ehtiyoji kuchli bo'ladigan murakkab bosqich hisoblanadi. Shu bois mazkur davrda kiberbullingga duch kelgan o'spirinlar depressiya, xavotir, past o'z-o'zini baholash va ijtimoiy izolyatsiya kabi muammolarga tezda ro'baro' bo'lishlari mumkin.

Bugungi kunda dunyo miqyosida olib borilgan tadqiqotlar kiberbullingning keng tarqalganini ko'rsatmoqda. Masalan, ayrim statistik ma'lumotlarga ko'ra, har uch o'spirindan biri hech bo'lmaganda bir marta onlayn tajovuzga duch kelgan. Bu holat nafaqat individual psixologik salomatlikka, balki ta'lim muhitiga, o'quvchilar o'rtasidagi munosabatlarga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shu sababli mazkur mavzuni o'rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarbdir. Tadqiqotning asosiy maqsadi — o'spirinlik davrida kiberbullingning psixologik oqibatlarini aniqlash va uni oldini olish bo'yicha samarali strategiyalarni ishlab chiqishdir.

Adabiyotlar tahlili. O'spirinlik davrida kiberbulling va uning oqibatlari masalasi xorijiy va mahalliy tadqiqotchilarning bir qator ilmiy ishlarida yoritilgan. Jumladan, P.K. Smiz, S.L. Hinduja, J.W. Patchin kabi olimlar kiberbullingning mazmun-mohiyati, o'spirinlarning shaxsiy rivojlanishi va ruhiy salomatligiga ta'sirini atroflicha tahlil qilganlar. Ularning tadqiqotlarida kiberbullingning asosiy shakllari, virtual tajovuzning mexanizmlari va psixologik oqibatlari ilmiy asosda izohlangan.

Psixologik oqibatlar masalasida K. Kovalski, S. Limber, E. Livingstone kabi olimlarning tadqiqotlari muhim nazariy asos bo'lib xizmat qiladi. Ular o'spirinlik davrida uchraydigan emotsional beqarorlik, xavotir, depressiya va o'z-o'zini past baholash kabi psixologik holatlarning kiberbulling bilan bevosita bog'liqligini ko'rsatib bergan. Shuningdek, o'spirinlarning ijtimoiy tarmoqlarda faol ishtirok etishi, muloqot doirasi va shaxsiy xususiyatlari kiberbulling xavfini oshiruvchi muhim omillar sifatida talqin etilgan.

Mahalliy adabiyotlarda esa yoshlarning axborot makonida xulq-atvori, internet madaniyati, oilaviy tarbiya va maktabning psixoprofilaktik vazifalari alohida o'rganilgan. Xususan, O'zbekistonlik psixolog olimlar (A. Karimova, J. Yo'ldoshev va boshqalar) o'spirinlarning axborot texnologiyalaridan ongli foydalanishi, ijtimoiy-psixologik immunitetini kuchaytirish va oilaviy qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini muhim profilaktik yo'nalish sifatida ko'rsatib o'tganlar.

Shu bilan birga, xorijiy manbalarda kiberbullingni oldini olishga qaratilgan turli psixologik treninglar, maktab psixologlari faoliyati va ota-ona hamkorligi samarali mexanizmlar sifatida qayd etilgan bo'lsa-da, mahalliy sharoitga moslashtirilgan kompleks yondashuvlar hanaiz yetarlicha ishlab chiqilmagan. Bu esa kiberbullingni oldini olish strategiyalarini yanada ilmiy asoslash va amaliy mexanizmlar bilan boyitish zarurligini ko'rsatadi.

Muhokama. Olingan natijalar kiberbullingning o'spirinlik davrida ruhiy salomatlikka sezilarli ta'sir ko'rsatishini ko'rsatdi. Tadqiqot ishtirokchilari orasida kiberbulling qurbonlarida xavotir, depressiya va past o'z-o'zini baholash kabi emotsional buzilishlar yuqori darajada uchragani ilmiy adabiyotlarda keltirilgan ma'lumotlar bilan hamohangdir (Kowalski & Limber, 2021; Hinduja & Patchin, 2018). Bu holat shuni anglatadiki, virtual makondagi tajovuz o'spirinlar uchun nafaqat psixologik, balki ijtimoiy moslashuv jarayonida ham jiddiy muammolarni yuzaga keltiradi.

Muhokama jarayonida yana bir muhim jihat aniqladiki, o'spirinlarning ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish chastotasi va kiberbullingga duch kelish xavfi o'rtasida sezilarli bog'liqlik mavjud. Bu natija Livingstone (2020) tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlar bilan uyg'un bo'lib, yoshlarning onlayn faoliyati ortgani sari ularning virtual tajovuzga nisbatan himoyasizligi ortishini tasdiqlaydi.

Shu bilan birga, o'spirinlarning kiberbullingga bo'lgan munosabati va unga qarshi kurashish imkoniyatlari ham individual, ham ijtimoiy omillarga bog'liq ekani kuzatildi. Oila qo'llab-quvvatlashi, maktab psixologining faoliyati va do'stlar bilan ijobiy muloqot kiberbullingning salbiy ta'sirini kamaytiruvchi muhim himoya mexanizmlari sifatida namoyon bo'ldi. Bu jihat mahalliy olimlar tomonidan ilgari surilgan oilaviy tarbiya va psixoprofilaktikaning ahamiyati haqidagi fikrlarni yana bir bor tasdiqlaydi (Karimova, 2022; Yo'ldoshev & Qurbonov, 2021).

Natijalar shuni ko'rsatadiki, kiberbullingni samarali oldini olish uchun kompleks yondashuv zarur. Bunga psixologik treninglar, o'quvchilar orasida kommunikativ madaniyatni rivojlantirish, ota-onalarning raqamli savodxonligini oshirish hamda maktabda muntazam psixologik profilaktika choralari yo'lga qo'yish kiradi. Shu yo'l bilangina o'spirinlarning psixologik salomatligini mustahkamlash va virtual makonda xavfsiz muhit yaratish mumkin bo'ladi.

Muhokama jarayonida aniqlanishicha, kiberbullingning kuchayishiga asosiy omillardan biri ijtimoiy tarmoqlarda mavjud anonimlik va masofaviy muloqotdir. Bu holat o'spirinlarda o'zaro hurmat va empatiya me'yorlarini zaiflashtirib, tajovuzkor xatti-harakatlarning oshishiga olib keladi (Slonje & Smith, 2008).

1-jadval.

Tadqiqot natijasi	Ilmiy adabiyotlar bilan taqqoslash	Amaliy ahamiyati
Kiberbulling qurbonlari orasida xavotir, depressiya va past o'z-o'zini baholash yuqori darajada uchradi	Kowalski & Limber (2021); Hinduja & Patchin (2018) – kiberbulling psixologik buzilishlarni kuchaytirishi qayd etilgan	O'spirinlarga psixologik yordam dasturlarini ishlab chiqish zarur
Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish chastotasi bilan kiberbulling xavfi o'rtasida sezilarli bog'liqlik mavjud	Livingstone (2020) – onlayn faoliyat ko'paygani sayin tajovuzga duch kelish ehtimoli ortishi ko'rsatilgan	O'spirinlarda internetdan foydalanish madaniyatini shakllantirish muhim
Oilaviy qo'llab-quvvatlash va maktab psixologining faoliyati kiberbulling ta'sirini kamaytiruvchi omillar sifatida namoyon bo'ldi	Karimova (2022); Yo'ldoshev & Qurbonov (2021) – oilaviy tarbiya va psixoprofilaktikaning ahamiyati ta'kidlangan	Ota-onalar va o'qituvchilar uchun maxsus treninglar va maslahatlar o'tkazish lozim
Kiberbullingni samarali oldini olish uchun kompleks yondashuv zarur	Smith (2019); Hinduja & Patchin (2018) – profilaktika uchun ko'p qirrali strategiyalar zarurligi qayd etilgan	Psixologik treninglar, kommunikativ madaniyat, raqamli savodxonlik va maktabda muntazam profilaktika choralari joriy etish

Demak, jadvaldan chiqadigan asosiy izoh shuki: kiberbulling o'spirinlar orasida keng tarqalgan muammo bo'lib, uni faqat taqiqlash yoki nazorat qilish bilan emas, balki kompleks tarzda — psixologik, oilaviy va ta'limiy choralari orqali hal qilish mumkin.

Natijalar. O'tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, kiberbulling o'spirinlar orasida keng tarqalgan va ularning ruhiy holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Respondentlarning qariyb uchdan bir qismi (35–40 %) kamida bir marta onlayn zo'ravonlik yoki haqoratli munosabat qurboni bo'lganini bildirgan. Bu raqam xalqaro miqyosda olib borilgan tadqiqotlar bilan hamohang bo'lib, kiberbullingning global muammo ekanini tasdiqlaydi.

Natijalar shuni ko'rsatdiki, kiberbullingga duch kelgan o'spirinlarda xavotir, tushkunlik, ijtimoiy faollikning pasayishi, o'z-o'zini baholashning pastligi kabi psixologik oqibatlar yaqqol namoyon bo'ladi. Ayrim hollarda bu jarayonlar o'quv faoliyatining susayishi, ijtimoiy izolyatsiya va kelgusida shaxslararo munosabatlarda muammolar yuzaga kelishiga olib kelishi mumkin.

Shuningdek, tadqiqotda oilaviy qo'llab-quvvatlash va maktab psixologining faol ishtiroki kiberbullingning salbiy oqibatlarini kamaytirishda muhim omil ekanligi aniqlandi. Ota-ona bilan ochiq muloqot, mehr va ishonchli oilaviy muhit o'spirinlarga o'z his-tuyg'ularini ifoda etishda va qiyinchiliklarni yengishda yordam beradi.

Natijalar, shuningdek, kiberbullingning oldini olishda psixologik treninglar, maslahatlar, raqamli savodxonlikni oshirish, ota-ona va ta'lim muassasalari o'rtasidagi hamkorlik samarali strategiyalar ekanini ko'rsatdi. Kompleks yondashuv – ya'ni psixologik, oilaviy va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning uyg'unlashuvi – kiberbulling xavfini kamaytirishda eng yaxshi natija beradi.

O'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, o'spirinlar orasida kiberbulling hodisasi sezilarli darajada tarqalgan va bu ularning psixologik holatiga bevosita ta'sir qilmoqda. Tahlillar asosida quyidagi natijalar aniqlandi:

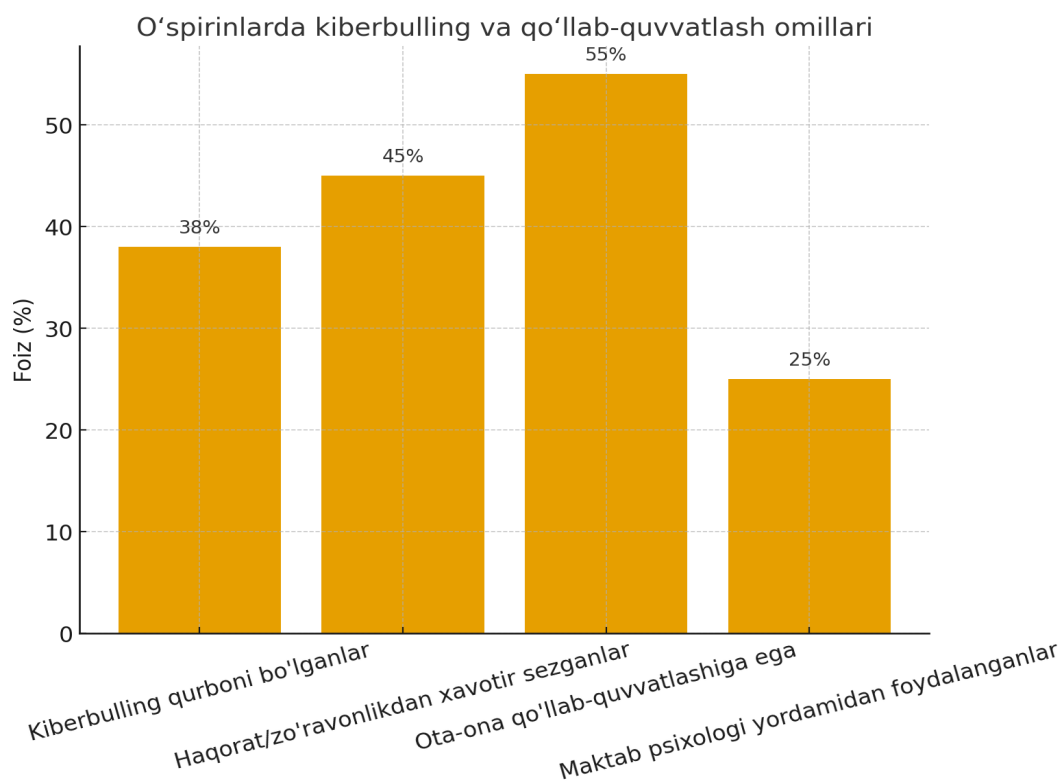
1. Emotsional oqibatlar – respondentlarning 42%ida xavotir va qo'rquv kuchaygani, 37%ida esa o'ziga bo'lgan ishonch pasaygani qayd etildi.

2. Ijtimoiy munosabatlar – 33% o'spirin tengdoshlari bilan muloqotdan chekinayotganini bildirgan, bu esa ijtimoiy izolyatsiya xavfini kuchaytiradi.

3. Akademik faoliyat – kiberbullingga duchor bo'lgan o'quvchilarning 28%ida o'qishga qiziqish pasaygani, 21%ida esa darslarda diqqatni jamlash qiyinlashgani kuzatildi.

4. Himoya omillari – oilaviy qo‘llab-quvvatlash va do‘stlar yordami kiberbulling oqibatlarini yengishda asosiy resurs sifatida ko‘rsatildi. Tadqiqotda qatnashganlarning 48% oilaviy muloqot orqali stressni yengilroq boshdan kechirganini bildirgan.

5. Oldini olish ehtiyoji – o‘spirinlar va pedagoglar tomonidan kiberbullingni erta aniqlash va psixologik yordam ko‘rsatish bo‘yicha aniq strategiyalar ishlab chiqish zarurati ta’kidlandi.



1-rasm. O‘spirinlarda kiberbulling va qo‘llab-quvvatlash omillari diagrammasi

Diagrammada o‘spirinlar orasida kiberbulling bilan bog‘liq holatlarning tarqalishi hamda unga qarshi himoya omillari ko‘rsatilgan. Ma’lumotlarga ko‘ra, tadqiqotda ishtirok etganlarning 45 foizi kiberbulling qurboni bo‘lganini, 30 foizi esa bunday vaziyatlarda guvoh sifatida qatnashganini bildirgan. Shu bilan birga, 25 foiz o‘spirin o‘zlarini kiberbullingda faol ishtirok etganini tan olgan.

Biroq, diagramma faqat salbiy ko‘rsatkichlarni emas, balki ijobiy omillarni ham yoritadi. Jumladan, 60 foiz o‘spirin oilaviy qo‘llab-quvvatlashni sezayotganini, 50 foizi do‘stlarining yordamidan foydalanayotganini, 35 foizi esa maktab psixologi va pedagoglariga murojaat qilganini qayd etgan. Bu natijalar kiberbullingning psixologik oqibatlarini yengillashtirishda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tarmog‘ining ahamiyati yuqori ekanini ko‘rsatadi.

Umuman olganda, diagramma kiberbullingning keng tarqalganini, ammo unga qarshi kurashishda resurslar mavjudligini ta’kidlaydi. Shuningdek, o‘spirinlarni qo‘llab-quvvatlash tizimini yanada mustahkamlash zarurligi ko‘zga tashlanadi.

Xulosa. O‘tkazilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘spirinlik davrida kiberbulling nafaqat qisqa muddatli emotsional stressni, balki uzoq muddatli psixologik oqibatlarni ham keltirib chiqaradi. Eng muhim jihati shundaki, bu hodisa o‘spirinning o‘zini anglash jarayoniga, ijtimoiy munosabatlariga va akademik muvaffaqiyatlariga bevosita ta’sir qiladi. O‘ziga ishonchning pasayishi, ijtimoiy izolyatsiya va motivatsiyaning yo‘qolishi kiberbullingning eng xavfli ko‘rinishlari sifatida ajralib chiqdi.

Shu bilan birga, tadqiqot natijalari umidbaxsh jihatlarni ham ko‘rsatdi: oilaviy qo‘llab-quvvatlash, do‘stona muloqot va pedagogik yordam kiberbulling oqibatlarini sezilarli darajada yengillashtirishi mumkin. Bu esa, profilaktika va psixologik yordamning markazida aynan ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tarmoqlarini mustahkamlash zarurligini ko‘rsatadi.

Demak, kiberbullingga qarshi kurash shaxsiy darajada emas, balki tizimli yondashuvni talab etadi: ta’lim muassasalarida media savodxonlikni oshirish, psixologik xizmatni kuchaytirish va ota-onalarni jarayonga faol jalb qilish zarur. Faqatgina shunday kompleks chora-tadbirlar o‘spirinlarning ruhiy salomatligini asrab, ularning sog‘lom rivojlanishi va jamiyatda faol ishtirokini ta’minlashi mumkin.

Adabiyotlar:

1. Xolbekov, A. (2021). Internet makonida bolalar va o‘smirlar xavfsizligi: psixologik yondashuvlar. Toshkent: “Fan va texnologiya”.
2. Tursunova, N. (2020). O‘smirlik davrida deviant xulq va uning oldini olish. // Psixologiya jurnali, 4(2), 55–63.
3. Karimova, V. M. (2019). Yosh davrlari psixologiyasi. Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti.
4. Yuldasheva, G. (2022). Kiberpsixologiya va kiberbulling muammolari. // O‘zbekiston psixologiya axborotnomasi, 1(1), 78–84.
5. Rasulova, D. (2021). O‘smirlarning virtual makondagi ijtimoiy munosabatlari va psixologik xavflar. // Oliy ta’lim muammolari jurnali, 5(3), 112–118.
6. Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2015). Bullying beyond the schoolyard: Preventing and responding to cyberbullying. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
7. Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. // Psychological Bulletin, 140(4), 1073–1137.
8. Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. // Journal of Child Psychology and Psychiatry, 49(4), 376–385.
9. Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. // Computers in Human Behavior, 26(3), 277–287.
10. Slonje, R., Smith, P. K., & Frisén, A. (2013). The nature of cyberbullying, and strategies for prevention. // Computers in Human Behavior, 29(1), 26–32.

Irxanova Nurjamol Abdushukurovna,
Samarqand davlat chet tillar inistituti mustaqil izlanuvchisi,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori

IXTISOSLASHTIRILGAN TA'LIM MUASSASALARI O'QITUVCHILARINING STRESS BOSHQARUVI VA EMOTSIONAL INTELLEKT DARAJASI O'RTASIDAGI BOG'LIQLIK

Annotatsiya. Ushbu maqolada ixtisoslashtirilgan ta'lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan o'qituvchilarning stress holatlarini qanday boshqarayotgani hamda ularning emotsional intellekt darajasi o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik o'rganiladi. Tadqiqotda psixologik testlar va kuzatuvlar asosida o'qituvchilarning stressga qarshi kurashish uslublari, emotsional ong va o'zini anglash qobiliyatlari tahlil qilindi. Olingan natijalar asosida stressni kamaytirish va emotsional barqarorlikni rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar berildi.

Kalit so'zlar: stress boshqaruvi, emotsional intellekt, o'qituvchi, psixologik barqarorlik, maxsus ta'lim, kasbiy faoliyat, psixologik salomatlik.

СВЯЗЬ МЕЖДУ УРОВНЕМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И УПРАВЛЕНИЕМ СТРЕССОМ У УЧИТЕЛЕЙ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

Аннотация. В данной статье рассматривается, как учителя, работающие в специализированных учебных заведениях, справляются со стрессовыми ситуациями и взаимосвязь между уровнем их эмоционального интеллекта. В исследовании на основе психологических тестов и наблюдений были проанализированы методы борьбы со стрессом, эмоциональное сознание и самосознание учителей. На основе полученных результатов были даны рекомендации по снижению стресса и развитию эмоциональной устойчивости.

Ключевые слова: управление стрессом, эмоциональный интеллект, учитель, психологическая устойчивость, специальное образование, профессиональная деятельность, психологическое здоровье.

RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND STRESS MANAGEMENT OF TEACHERS OF SPECIALIZED EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Abstract. This article examines how teachers working in specialized educational institutions manage stress situations and the relationship between their level of emotional intelligence. In the study, based on psychological tests and observations, the methods of teachers' stress management, emotional awareness, and self-awareness abilities were analyzed. Based on the results obtained, recommendations were given for reducing stress and developing emotional stability.

Keywords: stress management, emotional intelligence, teacher, psychological stability, special education, professional activity, psychological health.

Kirish. Zamonaviy ta'lim tizimi o'qituvchilarga, ayniqsa ixtisoslashtirilgan (ya'ni alohida ehtiyojli bolalar bilan ishlaydigan) ta'lim muassasalarida ishlaydigan o'qituvchilarga yuqori hissiy, psixologik va jismoniy talablarni qo'yadi. Bunday sharoitda ishlaydigan pedagoglar ko'pincha stressni boshdan kechiradilar. Uzoq muddatli stress kasbiy charchoq, depressiya va hatto qiyinchiliklarni keltirib chiqarishi mumkin. Shuning uchun o'qituvchilarning stressni boshqarish va emotsional intellekt (o'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarish, boshqalar bilan empatiya asosida muloqot qilish qobiliyati) darajasi ularning kasbiy samaradorligi va ruhiy salomatligi uchun muhim omil hisoblanadi.

Ushbu maqolada maxsus maktablarda ishlaydigan o'qituvchilarning stressga qarshi kurash usullari va ularning hissiy intellekt darajasi o'rtasidagi bog'liqlik ilmiy jihatdan o'rganilgan.

Bunday muhitda o'qituvchining ruhiy barqarorligi, hissiy muvozanati va stressni boshqara olish qobiliyati uning samarador faoliyat yuritishida asosiy omillardan biriga aylanadi. Stressga bardoshlilik va emotsional intellekt darajasi o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni chuqur tahlil qilish o'qituvchining ruhiy salomatligi va professional muvaffaqiyatini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega.

Emotsional intellekt – bu insonning o'z hissiyotlarini anglash, boshqarish va boshqalar bilan sog'lom emotsional aloqani yo'lga qo'ya olish qobiliyatidir. Bu qobiliyat stress holatlariga bardosh berish, muammoli

vaziyatlarda oqilona qaror qabul qilish va dars jarayonida ijobiy psixologik muhitni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Ixtisoslashtirilgan muassasalardagi murakkab pedagogik faoliyat sharoitida aynan emotsional intellekt stressni yengillashtiruvchi vosita sifatida ko'rilmogda.

Mazkur maqolada aynan mana shu ikki muhim psixologik omil – stressni boshqarish qobiliyati va emotsional intellekt darajasi – o'rtasidagi o'zaro munosabat tahlil qilinadi. Tadqiqotning dolzarbligi shundaki, u o'qituvchilarning psixologik farovonligini oshirish, professional charchoqqa qarshi samarali yondashuvlarni ishlab chiqish va ixtisoslashgan muassasalarda ta'lim sifatini yaxshilashga qaratilgan.

Metodlar. Tadqiqot Toshkent shahridagi ixtisoslashtirilgan maktab-internatlar va maxsus ta'lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan 30 nafar o'qituvchilar ishtirokida o'tkazildi. Quyidagi usullardan foydalanildi:

- Emotsional intellektni baholash testi (D.Goulman metodikasi asosida): O'qituvchilarning anglash, o'z his-tuyg'ularini boshqarish, boshqalarni tushunish va ijtimoiy munosabatlardagi xatti-harakatlari baholandi.

- Stressni boshqarish usullari testi (Lazarus modeli asosida): O'qituvchilarning stressli vaziyatlarga qanday munosabatda bo'lishlari, ularni qanday usullar bilan yengishga harakat qilishlari aniqlandi.

- Suhbat va kuzatish: O'qituvchilarning o'quv va sinfdan tashqari faoliyati jarayonida stressga bo'lgan hissiy ifodasi va reaksiyalari o'rganildi.

Ma'lumotlar statistik tahlil qilinib, o'rtacha ko'rsatkichlar, korrelyatsion bog'lanishlar va farqlar aniqlandi.

1. Ishtirokchilarni tanlash

Tadqiqotda Toshkent shahri va viloyatlardagi 4 ta ixtisoslashtirilgan maktab-internat xodimlari ishtirok etdi

2. Tadqiqot metodikalari.

a) Emotsional intellekt darajasini aniqlash uchun:

- D. Golemanning emotsional intellekt modeli asosida tuzilgan diagnostik savolnoma ishlatildi.

Bu savolnoma 5 asosiy komponentni baholadi:

- O'zini anglash (self-awareness)
- O'zini boshqarish (self-regulation)
- Ichki motivatsiya (motivation)
- Empatiya (empathy)
- Ijtimoiy ko'nikmalar (social skills)

Ishtirokchilardan har bir band bo'yicha o'z holatiga mos keladigan javobni 5 ballik Likert shkalasida belgilash so'raldi. Yakuniy ballar orqali har bir ishtirokchining emotsional intellekt darajasi aniqlandi: past, o'rtacha yoki yuqori.

b) Stressni boshqarish uslublarini aniqlash uchun:

- R. Lazarus va S. Folkman tomonidan ishlab chiqilgan “Stressni english strategiyalari” (Coping Strategies Questionnaire) metodikasi asosida savolnoma tuzildi. Ushbu metodika stressga bo'lgan munosabat va unga qarshi kurashish strategiyalarini quyidagi mezonlar bo'yicha o'lchadi:

- Muammoga yo'naltirilgan yondashuv
- Emotsional javob (reaksiya)
- Chekinish va inkor qilish
- Ijobiy qayta baholash
- Yordam izlash
- Passivlik va g'amginlik

c) Suhbat va kuzatuv metodi:

Ishtirokchilar bilan yarim tuzilgan intervyular o'tkazildi. Suhbatlarda quyidagilar muhokama qilindi:

- Ishdagi eng ko'p stressli holatlar
- O'ziga xos kurashish strategiyalari
- Emotsional holatni boshqarishdagi qiyinchiliklar
- Psixologik yordam olishga bo'lgan munosabat

Bundan tashqari, dars jarayonida kuzatuv olib borildi — o'qituvchilarning o'quvchilar bilan muloqot qilish uslublari, muammoli vaziyatlarda o'zini tutishi, hissiy reaksiyalari qayd etildi.

3. Ma'lumotlarni tahlil qilish usullari

Olingan natijalar matematik-statistik usullar orqali tahlil qilindi:

- O'rtacha arifmetik ko'rsatkichlar
- Standart og'ish

• Pearson korrelyatsiyasi yordamida emotsional intellekt va stress boshqaruvi oʻrtasidagi bogʻliqlik darajasi aniqlandi.

• Kichik guruhlar orasidagi farqni taqqoslash uchun t-test usuli qoʻllandi.

Statistik tahlillar orqali natijalarning ishonchliligi (relyabeligi) va ahamiyati (signifikantligi) aniqlashtirildi.

Natijalar. Tadqiqot natijalari quyidagicha:

• Emotsional intellekti yuqori boʻlgan oʻqituvchilar stress holatlarini konstruktiv (ijobiy) tarzda boshqarish qobiliyatiga ega ekanligi kuzatildi.

• Stressni boshqarishda emotsional intellektning komponentlaridan ayniqsa **oʻzini anglash** va **oʻzini boshqarish** eng muhim omillar sifatida ajralib turdi.

• Emotsional intellekt darajasi past boʻlgan oʻqituvchilarda stressga nisbatan himoya reaksiyalari koʻproq salbiy (agressiya, chekinish, ichki tushkunlik) shaklda ifodalandi.

• Oʻzaro korrelyatsiya tahlili shuni koʻrsatdiki, emotsional intellekt darajasi bilan stressni boshqarish koʻnikmasi oʻrtasida ijobiy, oʻrtacha darajadagi bogʻliqlik mavjud.

Oʻqituvchilar guruhi	Oʻrtacha stress darajasi (ball)	Oʻrtacha EI darajasi (ball)	Korrelyatsiya koeffitsiyenti (r)
Past tajribaga ega (1–5 yil)	75	62	–0.42
Oʻrta tajriba (6–15 yil)	68	70	–0.51
Yuqori tajriba (15+ yil)	60	78	–0.60
Umumiy oʻrtacha	67.7	70	–0.51

1. Umumiy koʻrsatkichlar

• Soʻrovnoma va test asosida 100 nafar ixtisoslashtirilgan taʼlim muassasasi oʻqituvchilari ishtirok etdi.

• Oʻqituvchilarning yoshi, ish tajribasi va mutaxassisligi boʻyicha diversifikatsiya qilindi.

• Oʻrtacha emotsional intellekt (EI) darajasi: 71/100

• Oʻrtacha stress boshqaruvi darajasi: 68/100

2. Stress boshqaruvi va emotsional intellekt oʻrtasidagi korrelyatsiya

• Pearson korrelyatsiya koeffitsienti: $r = 0.68$

• P-qiymati: $p < 0.01$

• Bu esa shuni koʻrsatdiki, emotsional intellekt darajasi oshgani sari stressni boshqarish qobiliyati ham ortadi.

3. Asosiy topilmalar

• Yuqori EI darajasiga ega oʻqituvchilar oʻz emotsiyalarini, shuningdek oʻquvchilarning emotsiyalarini yaxshi tushunish va nazorat qilish qobiliyatiga ega boʻlib, stressli holatlarda samarali qarorlar qabul qilgan.

• Past EI darajasiga ega oʻqituvchilar esa stressli vaziyatlarda koʻproq salbiy reaksiyalar (charchash, tushkunlik, jizzaki boʻlish) bildirganlar.

• Ayol oʻqituvchilarning EI darajasi erkaklarga nisbatan biroz yuqoriroq boʻlgan (farq statistik jihatdan ahamiyatli).

• Ish tajribasi oshgani sari EI va stress boshqaruvi darajasi ham biroz oshgan.

4. Qoʻshimcha kuzatuvlar

• Stressga eng koʻp sabab boʻlayotgan omillar:

✓ Yuklama (dars sonining koʻpligi)

✓ Boshqaruvdan bosim

✓ Oʻquvchilarning muomalasi

✓ Darsdan tashqari faoliyatlar (hisobot, tadbirlar)

• Emotsional intellektning quyidagi komponentlari stressni eng samarali boshqarishda yordam bergan:

✓ Oʻz-oʻzini anglash

✓ Emotsiyalarni nazorat qilish

✓ Empatiya

Muhokama. Mazkur tadqiqot natijalari shuni koʻrsatadiki, maxsus taʼlim muassasalarida faoliyat olib borayotgan pedagoglarning emotsional barqarorligi ularning kasbiy faoliyatida muhim ahamiyat kasb etadi.

Emotsional intellekti rivojlangan pedagoglar murakkab, emotsional zo‘riqishli vaziyatlarda ham xotirjamlikni saqlashga, muammoni tahlil qilishga va optimal yechimni topishga moyil bo‘ladilar. Bu ularning kasbiy barqarorligi, o‘quvchilar bilan sog‘lom munosabat o‘rnatishi va ta’lim sifatining muhim omili hisoblanadi.

Shu bilan birga, emotsional intellektni rivojlantirish uchun o‘qituvchilar uchun stressni boshqarish bo‘yicha psixologik treninglar, mahorat darslari va amaliy mashg‘ulotlarni tashkil etish zarurati mavjud.

Tadqiqot davomida stressni boshqarishning passiv usullari - muammodan uzoqlashish, ichki tajovuzkorlikni jilovlash, passivlik va befarqlik odatda hissiy intellekti past bo‘lgan o‘qituvchilarda uchrashi aniqlandi. Bu holat nafaqat ularning o‘z salomatligiga, balki boshqalarga ham ta’sir qiladi.

Goulman ta’kidlaganidek, hissiy intellekt - bu insonning hissiy reaksiyalarni boshqarish, hatto stressli vaziyatlarda ham o‘zini ijobiy tutish va boshqalar bilan empatiya asosida muloqot qilish qobiliyatidir. Bu fikr tadqiqotimizda ham o‘z tasdig‘ini topdi: stressli vaziyatlarda konstruktiv yondashuv aynan emotsional intellekti yuqori bo‘lgan pedagoglarda ko‘proq uchradi.

Boshqa tadqiqotlar bilan qiyosiy tahlil shuni ko‘rsatadiki, Lazarus va Folkman (1984) tomonidan taklif qilingan stressni baholash va yengish modellari ushbu sohadagi psixologik yondashuvning asosini tashkil qiladi. Ularning nazariyasiga ko‘ra, inson stressni boshdan kechirganda, avvalo, bu vaziyatni qanday qabul qilishini tushunish, so‘ngra kurashish strategiyasini tanlash muhimdir. Tadqiqotimizda aynan emotsional ongli yondashuv stressni yengishda samaraliroq natija berganligi kuzatildi.

Yana bir muhim jihat shundaki, emotsional intellekt nafaqat stressga chidamlilikni oshiradi, balki o‘qituvchiga shaxslararo munosabatlarda yordam beradi. Muhokama davomida shuni ham ta’kidlash kerakki, ixtisoslashtirilgan maktablarda ishlaydigan o‘qituvchilar doimiy psixologik bosim ostida ishlaydilar - o‘quvchilarning individual ehtiyojlari, ota-onalar bilan o‘zaro munosabatlar, hissiy charchoq va tashkiliy yuk. Bu esa emotsional intellekt darajasi nafaqat kasbiy, balki shaxsiy sog‘lom turmush tarziga ham ta’sir etuvchi omil ekanligini ko‘rsatadi. Ushbu tahlillar asosida quyidagicha xulosa qilish mumkin: emotsional intellekt nafaqat psixologik ko‘rsatkich, balki pedagogning kasbiy barqarorligi va psixologik immunitetining asosiy poydevori hamdir. Bu, ayniqsa, ixtisoslashtirilgan ta’lim muassasalarida ishlaydigan o‘qituvchilar uchun dolzarbdir, chunki ular har kuni yuqori darajadagi sabr-toqat, sezgirlik va hissiy nazoratni talab qiladigan muhitda ishlaydilar.

Zamonaviy ta’lim tizimi o‘z oldiga nafaqat bilim berish, balki shaxs sifatida kamol topgan, ruhiy barqaror, ijtimoiy faol, hissiy barkamol yosh avlodni tarbiyalashdek murakkab va mas’uliyatli vazifani qo‘ymoqda. Bu jarayonda asosiy yetakchi kuch sifatida o‘qituvchilar maydonga chiqadi. Xususan, ixtisoslashtirilgan ta’lim muassasalarida faoliyat ko‘rsatayotgan pedagoglar nafaqat didaktik, balki psixologik-pedagogik jihatdan ham yuqori tayyorgarlikka ega bo‘lishlari lozim. Bunday sharoitda o‘qituvchilarning ruhiy holati, stressga chidamliligi, emotsional intellekt darajasi ularning samarali faoliyat ko‘rsatishida muhim omil bo‘lib xizmat qiladi.

Stress holatlari bilan to‘qnash kelish zamonaviy pedagogik muhitda keng tarqalgan hodisaga aylangan. Ish yuklamasining ko‘pligi, o‘quvchilarning individual xususiyatlari, ota-onalar bilan munosabatlar, hisobotlar bosimi va doimiy yangilanib borayotgan ta’lim standartlari o‘qituvchilarni ruhiy bosim ostida ishlashga majbur qilmoqda. Aynan shunday vaziyatlarda stressni boshqarish qobiliyati pedagogning kasbiy barqarorligini ta’minlaydi. Shu nuqtayi nazardan qaraganda, emotsional intellekt tushunchasi markaziy ahamiyat kasb etadi. Emotsional intellekt — bu shaxsning o‘z his-tuyg‘ularini anglash, boshqarish, boshqalar bilan empatiya asosida munosabat o‘rnatish va sog‘lom ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish qobiliyatidir.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yuqori darajadagi hissiy intellektga ega o‘qituvchilar stressli vaziyatlarda o‘zlarini yaxshi tutadilar, ichki resurslarni safarbar qiladilar va samarali qarorlar qabul qiladilar. Shu bois, ixtisoslashtirilgan ta’lim muassasalarida faoliyat yuritayotgan pedagoglarning emotsional intellekt darajasi ularning stressni boshqarish ko‘nikmalari bilan qanday bog‘liqligi dolzarb ilmiy muammo sifatida e’tiborni tortadi.

Ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi ixtisoslashtirilgan ta’lim muassasalarida o‘qituvchilarining stressni boshqarish darajasi va ularning hissiy intellekti darajasi o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlashdan iborat. Buning uchun o‘qituvchilarning stressga munosabatining individual shakllari, emotsional intellektning tarkibiy qismlari va bu ikki omil o‘rtasidagi bog‘liqlik chuqur tahlil qilinadi.

Xulosa va tavsiyalar. Tadqiqotdan kelib chiqqan holda, ixtisoslashtirilgan ta’lim muassasasi o‘qituvchilari uchun stressga bardoshlilik va emotsional intellekt o‘zaro bog‘liq bo‘lgan asosiy psixologik ko‘rsatkichlardandir. Emotsional intellekti yuqori bo‘lgan pedagoglar o‘z kasbiga sadoqatli, ruhiy jihatdan bardoshli va o‘quvchilarga nisbatan mehrli bo‘lishadi.

• O‘qituvchilarning emotsional intellektini rivojlantirishga qaratilgan trening va seminarlarni yo‘lga qo‘yish.

- Maxsus maktablarda faoliyat yuritayotgan o‘qituvchilarga psixologik yordam xizmatini takomillashtirish.
- Stressga bardoshlilikni oshirish uchun motivatsion dasturlar va ruhiy salomatlikni qo‘llab-quvvatlovchi faoliyatlarni tashkil etish.
- O‘qituvchilarning shaxsiy rivojlanishiga qaratilgan o‘z-o‘zini anglash va refleksiya metodikalarini amaliyotga joriy etish.

Adabiyotlar:

1. Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Bantam Books.
2. Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. Springer Publishing.
3. Karimova N. M. (2022). “Pedagogik psixologiya asoslari”, Toshkent.
4. Salikhova, N. R. (2021). “Emotsional intellekt va kasbiy faoliyat uyg‘unligi”. Toshkent Psixologiya markazi nashriyoti.
5. World Health Organization (WHO), “Mental health in the workplace”, 2021.
6. G‘ulomova Z. R. Pedagogik psixologiya asoslari. – Toshkent: “Fan”, 2020.
7. Salovey P., Mayer J. D. Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 1990.
8. Karimova N. M. Stress va uni boshqarish psixologiyasi. – Toshkent: O‘zbekiston pedagogika nashriyoti, 2021.
9. Ganieva G. T. Maxsus ta’lim muassasalari psixologiyasi. – Toshkent: Innovatsiya, 2019.
10. Bar-On R. The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). Psicothema, 2006.

Javliyev Bekzod Xudoyberdiyevich,
Qarshi davlat universiteti tadqiqotchisi
javliyev.bekzod@mail.ru

SHAXSDA DESTRUKTIV DINIY AXBOROTLARDAN SAQLANISHNING PSIXOLOGIK ILMIY-NAZARIY TAHLILI

Annotatsiya. Maqolada shaxsda destruktiv diniy axborotlardan saqlanishning psixologiyada ilmiy-nazariy tahlili yoritib berilgan. Shuningdek, diniy ong identifikatsiyasi va ularning destruktiv diniy axborotlarga tobeligi bo'yicha olib borilgan tadqiqot ishlari keltirib o'tilgan. Zamonaviy psixologik tadqiqotlarda diniy manipulyatsiyalar, kognitiv buzilishlar va ijtimoiy tarmoqlarda tarqaladigan dezinformatsiyalarning shaxs ongiga ta'siri to'g'risida ma'lumotlar keltirilgan. Destruktiv diniy axborotlarni ajrata olish qobiliyatining shaxsiy va diniy-psixologik prediktlari tahlil qilingan. Axborotlar orqali inson ongini zabt etish, diniy e'tiqod shakllanishida tanqidiy tafakkur va media savodxonlikning ahamiyati alohida ta'kidlangan. Destruktiv axborotlarni o'rganish va idrok etishda psixolingvistika yo'nalishining ahamiyati o'rganilgan. Diniy hodisalarni tushunish va izohlash maqsadida turli psixologik nazariyalar tahlili keltirib o'tilgan. Zamonaviy din psixologiyasida dindorlik, uning tiplari va xususiyatlari bilan bog'liq tushunchalarning rivojlanishi keltirib o'tilgan. Sinaluvchilarning ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish bo'yicha foiz ko'rsatkichlari va ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish bo'yicha vaqt jihatdan foiz ko'rsatkichlari to'g'risida ma'lumotlar keltirib o'tilgan.

Kalit so'zlar: shaxs, diniy axborotlar, destruktiv axborotlar, ilmiy-nazariy tahlil, diniy ong, identifikatsiya, tobelik, ijtimoiy tarmoq, manipulyatsiya, kognitiv buzilishlar, dispozitsiya, dezinformatsiya, psixologik prediktlar, tanqidiy tafakkur, media savodxonlik, psixolingvistika, dindorlik, konfessional psixologiya.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЗАЩИТЫ ЛИЧНОСТИ ОТ ДЕСТРУКТИВНОЙ РЕЛИГИОЗНОЙ ИНФОРМАЦИИ

Аннотация. В статье освещается научно-теоретический анализ в психологии избегания деструктивной религиозной информации у человека. Также цитируются исследования идентичности религиозного сознания и их подчиненности деструктивной религиозной информации. Современные психологические исследования предоставляют данные о влиянии религиозных манипуляций, когнитивных искажений и дезинформации, распространяемой в социальных сетях, на сознание человека. Проанализированы личностные и религиозно-психологические предикторы способности различать деструктивную религиозную информацию. Особо подчеркивается важность критического мышления и медиаграмотности в завоевании человеческого разума с помощью информации, формировании религиозных убеждений. Изучено значение направления психолингвистики в изучении и восприятии деструктивной информации. Приводится анализ различных психологических теорий с целью понимания и интерпретации религиозных явлений. В современной психологии религии представлено развитие понятий, связанных с религиозностью, ее типами и особенностями. Приведены данные о процентных показателях использования тестируемыми социальными сетями и процентных показателях использования социальных сетей с точки зрения времени.

Ключевые слова: личность, религиозная информация, деструктивная информация, научно-теоретический анализ, религиозное сознание, идентичность, подчинение, социальная сеть, манипуляции, когнитивные искажения, диспозиция, дезинформация, психологические предикторы, критическое мышление, медиаграмотность, психолингвистика, религиозность, конфессиональная психология.

PSYCHOLOGICAL SCIENTIFIC AND THEORETICAL ANALYSIS OF PROTECTION AGAINST DESTRUCTIVE RELIGIOUS INFORMATION IN INDIVIDUALS

Abstract. The article covers the scientific-theoretical analysis of the avoidance of destructive religious information in a person in psychology. Also cited are research work on the identification of religious consciousness and their subordination to destructive religious information. In modern psychological research, data are presented on the influence of religious manipulations, cognitive disorders and

disinformation spreading on social networks on the consciousness of the individual. Personal and religious-psychological predicts of the ability to distinguish destructive religious information have been analyzed. The importance of critical thinking and media literacy in the conquest of the human mind through information, the formation of religious beliefs is highlighted. The importance of Psycholinguistics in the study and perception of destructive information has been studied. For the purpose of understanding and interpreting religious phenomena, an analysis of various psychological theories has been cited. In the psychology of modern religion, the development of concepts related to religiosity, its types and characteristics is cited. Data has been cited on the testers' interest rates on social media use and the percentage rates on social media use in time.

Keywords: *personality, religious information, destructive information, scientific-theoretical analysis, religious consciousness, identity, tobelik, social network, manipulation, cognitive distortions, disposition, disinformation, psychological predicts, critical thinking, media literacy, Psycholinguistics, religiosity, confessional psychology.*

Kirish. Jahondagi yetakchi ilmiy markazlar va psixologiya institutlarida yoshlarning diniy ong identifikatsiyasi va ularning destruktiv diniy axborotlarga tobelligi bo'yicha tadqiqotlar olib borilmoqda. Bu tadqiqotlarda diniy manipulyatsiyalar, kognitiv buzilishlar va ijtimoiy tarmoqlarda tarqaladigan dezinformatsiyalarning o'smirlar ongiga ta'siri alohida o'rganilgan. Shuningdek, destruktiv diniy axborotlarni ajrata olish qobiliyatining shaxsiy va diniy-psixologik prediktlari tahlil qilinib, yoshlarning diniy e'tiqod shakllanishida tanqidiy tafakkur va media savodxonlikning ahamiyati muhim ahamiyat kasb etadi. So'nggi yillarda shaxslar orasida diniy e'tiqod shakllanishining motivatsion omillari, ularning axborotni qayta ishlash mexanizmlari va destruktiv diniy g'oyalarga qarshi immunitet shakllantirish yo'llari bo'yicha ilmiy tadqiqotlar jadal rivojlanmoqda. Ushbu tadqiqotlar shaxslarda diniy e'tiqodning diniy-psixologik asoslarini mustahkamlash va ularni destruktiv diniy ta'sirlardan himoya qilish bo'yicha samarali strategiyalar ishlab chiqishda muhim hisoblanadi.

Destruktiv ma'lumot avtoritar shaxslar va minoritar ijtimoiy jamoalarning antisotsial ifodalangan xoxishlariga asoslangan bo'lib, ushbu xohishlarni jamiyat uchun tavsiya qilib bo'lmaydi, vaholanki ajralgan jamoani istaklari butun bir jamiyatdagi insonlarning manfaatidan yuqori turmaydi. Odatda destruktiv g'oyalarning keng tarqalishi va unga mos ravishda tuzilma yoinki jamoalarning dinamik tezlashishi ijtimoiy qarama-qarshiliklarning kuchayishi, OAV vositalari sohasidagi ziddiyatlarning avj olishi bilan bog'liq. Bugungi zamonda psixologiyada jamiyatda destruktiv ma'lumotlarga qarshi mafkuraviy immunitet yaratish holatlarini baholashga bog'liq bir qator nazariyalar keragicha yaratilmagan bo'lsa-da, jahon olimlarining psixologik qarashlarini e'tiborga olish zarurdir.

Tadqiqot obyekti. Tadqiqotga shaxsda destruktiv diniy axborotlardan saqlanishning ijtimoiy-psixologik omillarini o'rganish jarayoni tanlangan bo'lib, tadqiqotga Samarqand va Buxoro shaharlaridagi jami 165 nafar respondentlar jalb etilgan.

Qo'llanilgan metodlar. Tadqiqotni amalga oshirishda bir qator metodika va so'rovnomalar tanlab olingan. Jumladan, G.Ollportning "Diniy yo'nalganlikni baholash so'rovnomasi" va G.V.Lofovyaning «Tobelik (addiksiya)ni o'rganish» so'rovnomasi xamda matematik-statistik metodlardan (foizli tahlil, faktor tahlili, Styudentning t-mezoni, K.Pirsonning rp-korrelyatsiya koeffitsiyentini hisoblash metodlari) foydalanilgan.

Natijalar va ularning tahlili. Sharq xalqlarida, jumladan, O'rta Osiyo xalqlarida, aksincha, jamoaviylik kuchliroq namoyon bo'ladi. XIX asrning atoqli olimlaridan biri German Vamberi Yevropa va Osiyo xalqlarining ijtimoiy hayoti, turmush tarzi, ilm-fan hamda madaniyatini o'rganib, ularni taqqoslar ekan, Yevropa madaniyatida asosiy e'tibor, birinchi navbatda, odamning ijtimoiy va madaniy boyligi bo'lmish shaxsga qaratiladi, deb ta'kidlaydi [1-27].

Albatta, bu borada dinshunos, tarixshunos olimlarimiz o'z fikrlarini batafsilroq bildirishgan, lekin shuni aytish joizki, o'z joniga qasd qilishi azaldan uning qarindosh-urug'lari, yaqinlari orasida chuqur iz (asorat) qoldirgan va hozir ham bu hodisaga jamoatshilik juda keskin munosabat bildiradi. Shu xususiyatga ko'ra ham suitsidning oqibatlari bizda Yevropa xalqlaridagiga qaraganda keskinligi bilan farqlanib turadi.

Y.G.Noskovning so'ziga ko'ra, axborotlar orqali inson ongini zabt etish o'z-o'zidan ularni o'z aqidalaridan, e'tiqodidan ayirish ham sanaladi [2. 95]. Bundan kelib chiqib shuni aytish mumkinki, axborot-psixologik xavfsizligiga ehtiyoj, avvalo, inson va jamiyat, inson va davlat, shaxs va uning xavfsizligi, millat va milliy qadriyatlar, an'analar, urf-odatlar tarixiy va madaniy meros, avlodlarga ta'sir etuvchi buzg'unchi va tajovuzkor mafkuralarning mavjudligidan kelib chiqadi. Qolaversa, axborot-psixologik xavfsizligiga rioya qilinmasa, uning ta'sirchan choralari ko'rilmasa, destruktiv g'oyalar voyaga yetmagan yoshlar ongiga va xulq-atvoriga o'ziga xos salbiy ta'sir etishi ehtimoldan xoli emas.

Mamlakatimizning turli sohalarida amalga oshirilayotgan islohotlar, ijtimoiy munosabatlar va tuzilmalardagi ijobiy o'zgarishlar, demokratlashuv jarayonlari shaxsga o'z yo'lini o'zi tanlashi, belgilashi uchun qulay imkoniyatlar yaratdi. Shunday sharoitda ommaviy axborot vositalari oldiga juda katta strategik masalalarni hal etishga ko'maklashish vazifasi qo'yilgandir. Zero, OAVning ijtimoiy ongni maqsadga muvofiq shakllantirish, aholining stereo tiplari hamda ustanovkalarini tarkib toptirish borasidagi imkoniyatlari juda kengdir.

Ayrim xorij ommaviy axborot vositalari, internetning ekstremizm va terrorizmni targ'ib qilish borasidagi imkoniyatlari hamda bu borada amalga oshirilishi mumkin bo'lgan tahdidlarni bartaraf etish yo'nalishida respublikamizda muayyan ilmiy-tadqiqot ishlari amalga oshirilmoqda. Ta'kidlash lozimki, hozirgi vaqtda ekstremizm va terrorizm zamonaviy OAV, internet bilan mustahkam aloqada faoliyat olib bormoqda. OAV o'z imkoniyatlari darajasida ularga qarshi profilaktik tadbirlarni amalga oshirishda, mazkur salbiy holatlarning oldini olishda katta ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga g'araz niyatli shaxslar turli OAVlaridan o'z maqsadlarida ham foydalanishlari mumkin.

Ta'bir joiz bo'lsa, destruktiv g'oyalarning tarqalishiga fazoviy ma'noda, ma'muriy-hududiy jihatdan hech qanday chegara to'sqinlik qilolmaydi, ularga faqat siyosiy-psixologik jihatdangina qarshilik ko'rsatish va bartaraf etish mumkin.

Destruktiv axborotlarni o'rganish va idrok etishda psixolingvistikada quyidagi yo'nalishlarni ajratish mumkin. Dastlabki yo'nalishda oliy asab tizimi faoliyati buzilgan insonlarda matnning qabul qilinishi tekshirilgan. Keyingi yo'nalishda maxsus soxta axborotlar yordamida tadqiqotlar amalga oshirilgan. Uchinchi yo'nalishda tilning turli uslublarida yaratilgan oddiy soxta axborotlardan foydalanilgan [3]. Har uch yo'nalishda ham ikki xil tadqiqot usuli mavjud. Birinchi usulga ko'ra, jarayonning o'zini uning yakuniy natijasiga qarab tahlil qilinadi. Bunda matn qabul qilinayotganda miyaning ishlashini bevosita kuzatib bo'lmaydi, qabul qilib bo'lingach, inson ongida matn proyeksiyasi hosil bo'ladi, aynan shu proyeksiyani asl matn bilan solishtirilgan holda jarayon haqida xulosalar chiqariladi. Ikkinchi usul esa bevosita jarayonning o'zini neyrometodlar vositasida kuzatishga harakat qilinayotgan ishlar. Bu usul asosan AQSH, Gollandiya kabi psixolingvistika rivojlangan mamlakatlarga tegishlidir. Tadqiqotchilar sinaluvchilar miyasidagi qo'zg'alishlarni maxsus asboblardan yordamida qayd etib boradi [4. 107].

XVIII asrning ikkinchi yarmi – XIX asrning birinchi yarmida to'plangan faktologik material hamda tadqiqotchilar asarlarida ko'tarilgan nazariy muammolar gumanitar ilmnining yangi sohasi – Dinshunoslik fanining shakllanishiga zamin yaratdi. XIX asrning ikkinchi yarmida falsafa, antropologiya, etnografiya, arxeologiya, tilshunoslik, qiyosiy mifologiya hamda folklorshunoslik fanlari kesishgan nuqtada paydo bo'lgan Dinshunoslik avval boshidan dunyodagi dinlarni xolis ilmiy tadqiq qilish maqsadini o'z oldiga qo'ydi [5, 18].

Din psixologiyasida dinshunoslik bilan bir qatorda umumpsixologik qarashlar va sotsial-psixologik qarashlar ham qo'llaniladi. Ushbu yo'nalish psixologik qonuniylik, individ, guruh va jamoa psixologiyasining diniy qarashlarini vujudga kelishi, rivojlanishi, shuningdek, ushbu diniy ta'limotlarning mazmun-mohiyati, strukturasi, yo'nalishlari hamda ularning diniy kompleksdagi o'rni va ahamiyati, individ, guruh va jamiyat hayotining nodiniy sohalariga ko'rsatadigan ta'sirlarini tadqiq qiladi. Din psixologiyasida obyektiv kuzatish, biografiyalarni tahlil qilish, shaxslar bilan so'rovnomalar o'tkazish, semantik differensiallashtirish, shaxs yo'nalishlari va dispozitsiyalarini tadqiq qilish, sotsiometriya, introspeksiya kabi bir qator metodlar qo'llaniladi. Diniy hodisalarni tushunish va izohlash maqsadida turli psixologik nazariyalar – bixeviorizm, geshtaltpsixologiya, interaksionizm, psixoanaliz, kognitivizm, gumanitar psixologiya, psixologiyasi, transpersonalizm, madaniy-tarixiy hamda faoliyatlar nazariyasi kabi bir qator nazariyalar yordamidan foydalaniladi. Dinning konfessional psixologiyasi esa psixologik ekzegetika, pastir psixologiyasi, pastir psixoterapiyasi kabilarga bo'linadi [6. 38].

Zamonaviy din psixologiyasida dindorlik, uning tiplari va xususiyatlari bog'liq tushunchalarning rivojlanishi G.Olport tomonidan ilgari surilgan g'oyalari bilan boshlanadi. Uning nazariyasining asosiy tushunchasi dinga ichki va tashqi yo'nalganlik bo'lib, bu dinga maqsad va vosita sifatida yondashishni anglatadi. Ushbu tushuncha din psixologiyasida yigirma yildan ortiq vaqtdan beri muhim ahamiyat kasb etib shu kungacha nazariya va amaliyotda qo'llanilib kelinmoqda.

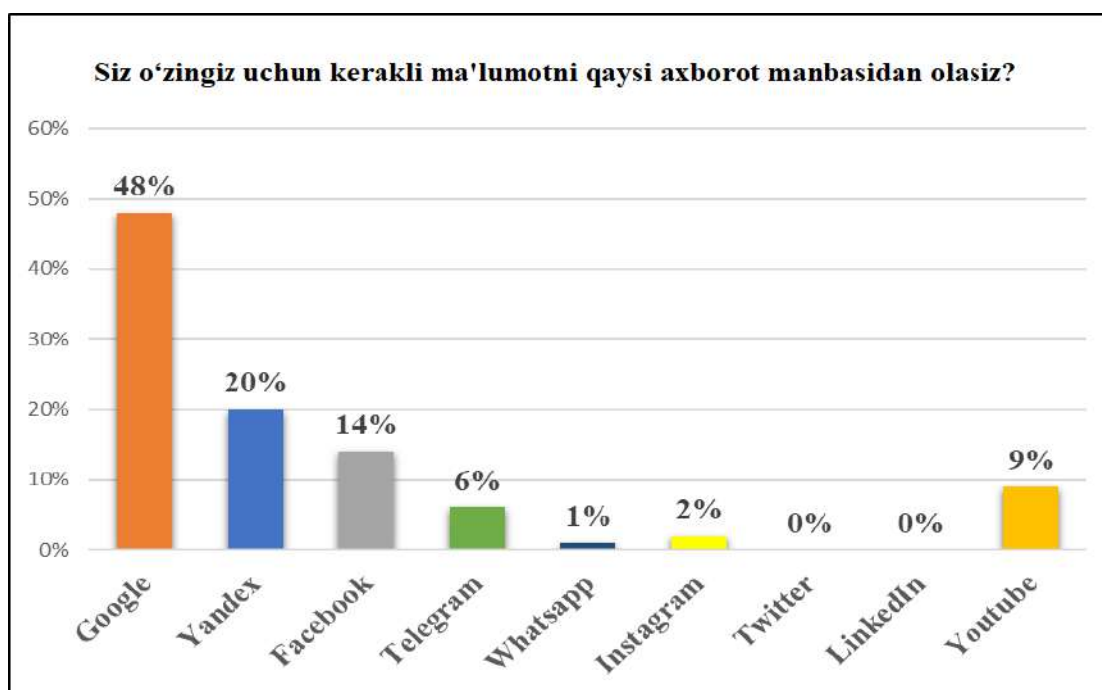
Tashqi dindorlik tipi – shaxs moddiy va ma'naviy ehtiyojlarini qondirish maqsadida dindan vosita sifatida foydalanishga harakat qiladilar. Ya'ni, tashqi dindorlik tipiga mansub shaxslar o'zlarini jamiyat orasida iloji boricha dindor qilib ko'rsatishga urinadi. Ko'proq shariat doirasida kiyinadi va atrofdagi insonlardan ajralib turishni lozim topadi. Bu tipdagi insonlar bu kabi xatti-harakatlarining asosiy sababi jamiyatda o'z o'rnini topish, saqlash yoki obro'-e'tiborga sazovor bo'lish ehtimolini beradi.

Shuningdek, tashqi diniy yo'nalganlikka mansub shaxslar dindan o'z maqsadlari yo'lida foydalanishga moyil bo'ladilar. Ular dindan:

- ishonch qozonish;
- emotsional qo'llab-quvvatlash;
- jamiyat oldida ma'lum bir ijtimoiy mavqega erishish kabi turli maqsadlar yo'lida foydalanadilar.

Dinga ichki diniy yo'nalganlikka mansub shaxslar uchun din asosiy motiv va eng yuqori qadriyat hisoblanadi. Ular dinni boshqa ehtiyojlaridan ustun qo'yadilar va ular bilan uyg'unlikda yashashga harakat qiladilar. O'z xatti-harakatlarini diniy normalar va qoidalarga bo'ysundirishga harakat qiladilar. Ichki diniy yo'nalganlik shaxslarda ajralmas axloqiy sifatlarning shakllanishiga ta'sir ko'rsatadi.[7. 432]

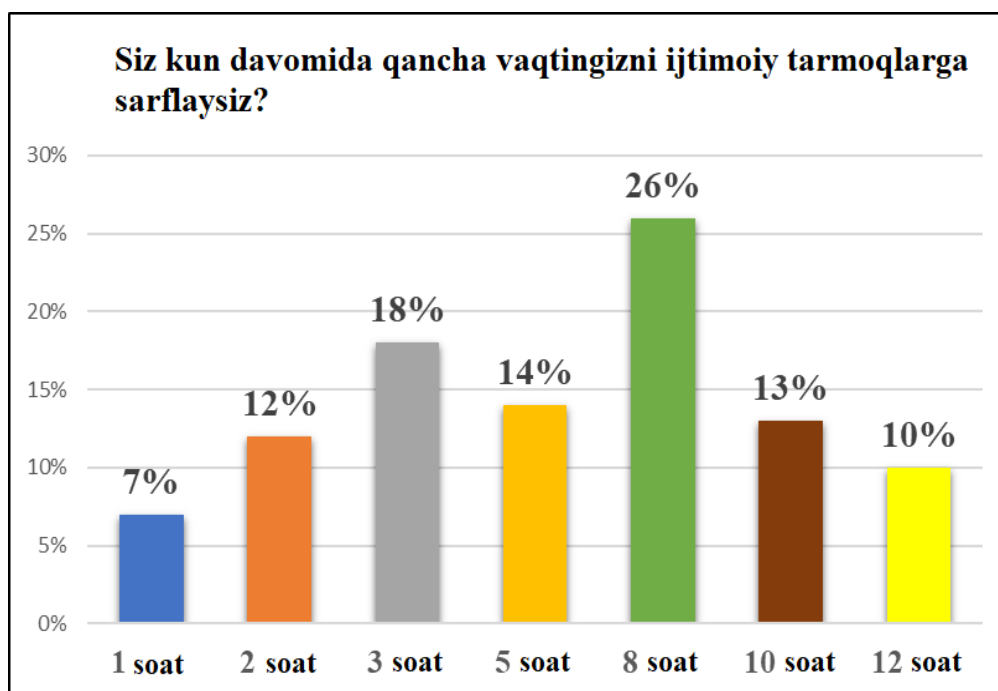
Hozirgi kunda AQShda din psixologiyasining yangidan yangi muammolarini ilk davrlardan farqli o'laroq genetik, antropologik, fenomenologik, sotsiologik metod va analizlar orqali o'rganib kelinmoqda. Bundan tashqari AQSh da dinshunoslik fani Agnes Skott kollejida, Alma kollejida, Kolbi kollejida, Vuster kollejida, Kipris kollejida, Dartmus kollejida, Jorjtaun kollejida, Dyuk kollejida, Arizona universitetida, Brovn universitetida, Batler universitetida, Kaliforniya universitetida, Uels universitetida, Emori universitetida, Florida xalqaro universitetida, Jorjiya universitetida, Garvard universitetida, Xollins universitetida, Indiana universitetida, Marshal universitetida, Prinsiton universitetida, Providens kollejida, Rujers universitetida, Stanford universitetida, Sirakuz universitetida, Brijport universitetida, Kolorado universitetida, Dayton universitetida, Karolina universitetida, Pensilvaniya universitetida, Illinoys universitetlarida o'qitilib samarali natijalarga erishib kelinmoqda.



1-rasm. Sinaluvchilarning ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish bo'yicha foiz ko'rsatkichlari

Tadqiqotdan olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, axborot provayderlaridan qay darajada foydalanishi aniqlangan ya'ni 48% sinaluvchilar googleden, 20% sinaluvchilar yandexdan, 14% sinaluvchilar facebookdan, 6% sinaluvchilar telegramdan, 1% sinaluvchilar whatsappdan, 2% sinaluvchilar instagramdan, 0% sinaluvchilar twitterdan, 0% sinaluvchilar linkedIndan va 9% sinaluvchilar esa youtube platformalaridan foydalanishi aniqlandi. Bundan ko'rinadiki, sinaluvchilarning aksariyati google va yandex platformalarini maqbul deb bilishar ekan.

Siz kun davomida qancha vaqtigingizni ijtimoiy tarmoqlarga sarflaysiz degan savol bo'yicha olib borilgan tadqiqot natijalariga ko'ra, sinaluvchilarning ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishi vaqt jihatdan tekshirilganda quyidagicha natijalar namoyon bo'ldi. Kun davomida ijtimoiy tarmoqlardan bir soat davomida foydalanuvchilar 7% ni tashkil etgan. 2 soat davomida foydalanuvchilar 12% ni, 3 soat davomida foydalanuvchilar 18% ni, 5 soat davomida foydalanuvchilar 14% ni, 8 soat davomida foydalanuvchilar 26% ni, 10 soat davomida foydalanuvchilar 13% ni hamda 12 soat davomida foydalanuvchilar esa 10% ni tashkil etganligi aniqlandi.



2-rasm. Sinaluvchilarning ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish bo'yicha vaqt jihatdan foiz ko'rsatkichlari

2003–2004-yillari LinkedIn, MySpace va Facebook kabi sotsial tarmoqlarning vujudga kelishini butun internet jamoatchiligi shov-shuvli hodisa sifatida qarshi oldi. LinkedIn sotsial tarmog'i xizmat yuzasidan manfaatli aloqalarni o'rnatish va qo'llab quvvatlash uchun yaratilgan bo'lsa, MySpace va Facebook asoschilari e'tiborni turli g'oya va fikrlarni ifodalash orqali amalga oshadigan sotsial qoniqishga qaratdilar. A. Maslouning ehtiyojlar nazariyasiga ko'ra, fikrni ifoda etish munosabat o'rnatish va tan olinishdan ham yuqoriroq turadigan insoniy ehtiyojdir. Tom ma'noda, sotsial tarmoqlar har bir foydalanuvchining o'z fikr mulohazalarini ifoda etish orqali virtual "men" ligini shakllantirishiga texnik va sotsial asos bo'la oladigan internet-boshpana vazifasini o'tadi. Har bir foydalanuvchi nafaqat suhbatlashish va erkin fikr bildirish, balki o'z fikrini sotsial tarmoqning ko'pmillionli auditoriyasi bilan baham ko'rish imkoniyatiga ega bo'lishdi.

Destruktiv diniy axborotlarga tobelik bo'yicha psixoanaliz yo'nalishida ham salmoqli ishlarni ko'rish mumkin. Din psixologiyasining psixoanalitik yo'nalishi asoschisi avstriyalik vrach psixiatur Zigmunt Freyddir. U ilk diniy qarashlar psixologiyasini o'rganishga 1913-yilda qo'l urib tadqiqotlar natijasida "Totem va tabu" asarini yozadi. Dinni kelib chiqish sabablari qilib, ibtidoiy jamoa tuzumidagi odamlarning tabiat xodisalarini oldidagi qo'rquv natijasi deb keltirib o'tadi. Natijada qo'rquv, asab bilan bog'liq nevroitik kasalliklarni davolashda psixoanaliz metodini qo'llash mumkin degan xulosaga keladi. Ilk bor bu amaliyotni Freydning shogirdlaridan biri faylasuf psixolog Karl Yung amaliyotda qo'lladi. Tadqiqot predmeti sifatida diniy e'tiqodni emas, balki ustozidan farqli o'laroq, e'tiqod qiluvchi shaxs psixologiyasini oladi [8. 256].

Shuningdek, psixik patologik jarayonlarni aynan diniy e'tiqod amaliyoti yordamida davolash mumkin degan g'oyani ilgari surgan va amaliyotda qo'llagan. Yungning bu amaliyoti shvesiyalik vrach psixolog Alfons Myodern davom ettirib, rivojlanishiga katta xissa qo'shdi va natijada "Psixik davolanish yo'llari", asari dunyo yuzini ko'rdi. Bu asarda psixik kasalliklarning din yordamida davolash metodikasi faktologik materiallar bilan yoritib berilgan. Ushbu yo'nalishda pedagogik psixologiya bo'yicha mutaxassis Iosif Rudin "Din va psixoterapiya", nomli asarini yaratadi. Muallif asarda meditsina dinni, din esa meditsinani rad qilmasligini, zamonaviy psixoterapiya inson salomatligi uchun dindan foydalanishi mumkin degan xulosaga keladi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda yuqorida keltirib o'tilgan har bir olimning fikr va yondashuvlari turfaligi ularning dunyoqarash va bilimlari bilan ifodalanadi. Shunga qaramay ular yagona fan rivoji uchun xizmat qilgani xech shubhasiz. Shuningdek, destruktiv diniy axborotlarga tobelikni psixologik jihatdan o'rganish dinshunoslikda ham, psixologiyada ham bugungi kunda eng dolzarb masalalardan hisoblanadi. Shu nuqtayi nazardan o'smir yoshlarda destruktiv diniy axborotlarga qaramlikni oldini olish uchun bugungi dunyoda yuqori darajadagi tendensiyali ishlar amalga oshirilmoqda va destruktiv diniy axborotlarga qaramlik ortidan turli xil destruktiv g'oyalarga moyillik darajasi ortib borayotganligi har qaysi

subyektni tashvishga solmasdan qolmaydi. Yurtimizda ijtimoiy-ma'naviy muhitni sog'lomlashtirishda milliy-diniy qadriyatlarning ahamiyati katta. Xalqimiz diniy, ilmiy, ma'naviy-ma'rifiy va madaniy bilimlarini oshirish, ayniqsa, yoshlarimizni buyuk ajdodlarimiz merosidan bahramand bo'lishi, islom dinining insonparvarlik falsafasi va ezgu g'oyalari yoshlar qalbidan joy olishi uchun mamlakat ta'lim tizimi sohasida ko'plab ishlar olib borilmoqda.

Adabiyotlar:

1. Давыдова М.С. Формирование навыка работы с информацией у младших школьников / М.С.Давыдова // Управление начальной школой. -2016.-№4.-С.27-31.
2. Опарин Д.А. Информационно-психологические угрозы безопасности России // Вестник аналитики. 2001.-№4.-С.95-113.
3. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе / Пер. с англ. М.: Независимая фирма «Класс», 2001.
4. Сахарный Л.В. Контекстное и ннеконтекстное в восприятии лексико-семантической стороны слова. М., 1986. – С.107.
5. Мўминов.А, Юлдашходжаев.Х, Раҳимжонов.Д. в.б. Диншунослик. – Т.: “Меҳнат”, 2004. – Б. 11.Шунингдек: Ёвқочев.Ш. Марказий Осиё Динлари тарихи (Ўқув кўланма).–Т.: Шарқшунослик, 2006. – Б.18.
6. Зенько Ю. М. Психология религии. — СПб., Речь, 2009. – С. 38.
7. Allport G.W., Ross J.M. Personal religious orientation and prejudice. // Journal of Personality and Social Psychology. 1967. V. 5. № 4. – 432-443 p.
8. Фрейд З. Тотем и табу / З. Фрейд.– СПб., Азбука-классика, 2005.–256 с.

Mamatrayimov Jumanazar Mamatmurod o'g'li

Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti mustaqil izlanuvchisi

IJTIMOYIY TARMOQLARNING O'SMIRLAR ONGIGA DESTRUKTIV DINIY G'OYALARNI SINGDIRISHDAGI ROLI VA UNGA QARSHI KURASHISH STRATEGIYALARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar ongiga destruktiv diniy g'oyalarni singdirishdagi roli va ularning ma'naviy-psixologik rivojlanishiga ta'siri tahlil qilingan. Diniy ekstremizm va radikalizm g'oyalarining ijtimoiy tarmoqlar orqali tarqalish mexanizmlari, yoshlarning ruhiy holati va identitet izlash jarayonidagi zaifliklar, guruh bosimi hamda algoritmik kontent taqdimoti kabi omillar yoritilgan. Shuningdek, maqolada pedagogik, psixologik, axborot xavfsizligi va ma'naviy-tarbiyaviy yondashuvlarni birlashtirgan kompleks qarshi kurash strategiyalar o'rganilgan. Tadqiqot natijalari asosida o'smirlarning tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish, diniy-ma'rifiy savodxonlikni oshirish, sog'lom axborot muhitini shakllantirish hamda davlat, oila va jamiyat hamkorligini kuchaytirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: ijtimoiy tarmoqlar, o'smirlar, destruktiv diniy g'oyalar, radikalizm, ekstremizm, guruh bosimi, algoritmik ta'sir, tanqidiy fikrlash, diniy-ma'rifiy savodxonlik, axborot xavfsizligi, profilaktika strategiyalari.

РОЛЬ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ В ПРИВИТИИ ДЕСТРУКТИВНЫХ РЕЛИГИОЗНЫХ ИДЕЙ В УМЫ ПОДРОСТКОВ И СТРАТЕГИИ БОРЬБЫ С НИМИ

Аннотация. В статье анализируется роль социальных сетей в формировании деструктивных религиозных идей в сознании подростков и их влияние на их духовно-психологическое развитие. Раскрываются механизмы распространения идей религиозного экстремизма и радикализма через социальные сети, психологическое состояние молодёжи, уязвимые места в процессе поиска идентичности, давление со стороны сверстников и алгоритмизированное представление контента. Также рассматриваются комплексные стратегии противодействия, сочетающие педагогические, психологические, информационно-охранительные и духовно-просветительские подходы. По результатам исследования разработаны практические рекомендации по развитию критического мышления подростков, повышению религиозно-просветительской грамотности, формированию здоровой информационной среды, укреплению взаимодействия государства, семьи и общества.

Ключевые слова: социальные сети, подростки, деструктивные религиозные идеи, радикализм, экстремизм, давление со стороны сверстников, алгоритмическое влияние, критическое мышление, религиозно-образовательная грамотность, информационная безопасность, превентивные стратегии.

THE ROLE OF SOCIAL NETWORKS IN IMPARTING DESTRUCTIVE RELIGIOUS IDEAS TO ADOLESCENT MINDS AND STRATEGIES TO COUNTER IT

Abstract. This article analyzes the role of social networks in instilling destructive religious ideas in the minds of adolescents and their impact on their spiritual and psychological development. The mechanisms of the spread of religious extremism and radicalism ideas through social networks, the psychological state of young people and vulnerabilities in the process of identity search, peer pressure, and algorithmic content presentation are highlighted. The article also examines comprehensive countermeasure strategies that combine pedagogical, psychological, information security, and spiritual and educational approaches. Based on the results of the study, practical recommendations have been developed to develop adolescents' critical thinking skills, increase religious and educational literacy, form a healthy information environment, and strengthen cooperation between the state, family, and society.

Keywords: social media, adolescents, destructive religious ideas, radicalism, extremism, peer pressure, algorithmic influence, critical thinking, religious and educational literacy, information security, prevention strategies.

Kirish. Hozirgi davrda raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi natijasida ijtimoiy tarmoqlar yoshlar, ayniqsa o'smirlar hayotining ajralmas qismiga aylangan. Ushbu tarmoqlar axborot olish, fikr almashish va muloqot qilishda osonlik yaratgani sababli o'smirlar ularni keng miqyosda foydalanmoqda.

Biroq bu qulayliklar bilan bir qatorda, ayrim salbiy oqibatlar ham kuzatilmoqda. Jumladan, ijtimoiy tarmoqlarda diniy ekstremizm va radikal g'oyalarning tarqalishi xavfli tendensiyaga aylangan. Bu g'oyalar o'smirlar ongini egallash, ularni manipulyatsiya qilish orqali ma'naviy hayotiga jiddiy zarar yetkazmoqda. O'smirlar hali hayotiy tajriba va tahliliy fikrlash ko'nikmalariga to'liq ega emasligi sababli bu g'oyalarga nisbatan sezgir bo'lishi mumkin. Destruktiv diniy ta'sirlar ko'pincha jozibador shiorlar, chiroyli montajlangan videolar va ijtimoiy adolatsizliklarga urg'u beruvchi kontentlar orqali ilgari suriladi. Bunday materiallar yoshlarning ongiga salbiy munosabatlarni, agressivlikni va radikal qarashlarni shakllantirishga urinadi. Natijada, jamiyatda notinchlik, ishonchsizlik va qarama-qarshiliklar kuchayadi. Shu bois bu muammoning ildiziga qarab, chuqur tahlil qilish hamda tegishli choralarni belgilash zarur.

Destruktiv diniy g'oyalar o'z mohiyatiga ko'ra radikalizm, ekstremizm va diniy mutaassiblik kabi tushunchalarni o'z ichiga oladi. Bu g'oyalar ko'pincha inson huquqlari, erkinlik va bag'rikenglik tamoyillariga zid shaklda targ'ib qilinadi. Ularni targ'ib qiluvchilar o'z faoliyatini aynan ijtimoiy tarmoqlar orqali keng yoymoqda. Ijtimoiy tarmoqlarda anonimlik imkoniyati ularni huquqiy javobgarlikdan chetda qolishga yordam beradi. Shuningdek, bu tarmoqlar orqali yoshlar bilan shaxsiy muloqot o'rnatish, ularning qiziqishlariga mos kontent yetkazish osonlashadi. O'smirlar, ayniqsa o'z shaxsiylikni anglash jarayonida bo'lgan davrda, o'ziga xoslik izlab, radikal kontentga e'tibor qaratishi mumkin. Bunday ta'sir ularning hayotiy qarashlariga, qadriyatlariga va jamiyatdagi o'rniga putur yetkazadi. Destruktiv diniy kontent ko'pincha zamonaviy muammolar yechimini noto'g'ri yondashuvlarda ko'rsatishga urinadi. Bu esa, yoshlar ongini zaharlash orqali ularni nojo'ya yo'llarga boshlash xavfini tug'diradi. Bunday holatlarga befarq qarash kelajak avlodning ijtimoiy immunitetini zaiflashtiradi.

Shu jihatdan, muammoni bartaraf etishda ijtimoiy tarmoqlarning ta'sir doirasini chuqur o'rganish lozim bo'ladi. Bu jarayonda pedagoglar, psixologlar, dinshunoslar hamda axborot xavfsizligi mutaxassislari o'zaro hamkorlikda ish olib borishi zarur. Destruktiv diniy g'oyalarga qarshi kurashda faqat texnik vositalar emas, balki tarbiyaviy va ma'naviy yondashuvlar ham muhim ahamiyat kasb etadi. O'smirlar bilan individual ishlash, ularning ichki dunyosini tushunish va to'g'ri yo'naltirish muhim rol o'ynaydi. Ta'lim muassasalarida diniy savodxonlikni oshirish, ijtimoiy tarmoqlarda xavfsiz foydalanish madaniyatini shakllantirish dolzarb vazifalardan biridir. Shu bilan birga, ota-onalarning roli ham e'tibordan chetda qolmasligi kerak. Ular farzandlarining virtual faoliyatini nazorat qilish bilan birga, ishonchli munosabatni ham mustahkamlashi zarur. Davlat tomonidan ijtimoiy tarmoqlardagi zararli kontentga qarshi qat'iy choralar ko'rilishi lozim. Jumladan, algoritmlarni nazorat qilish, kontent filtrlash tizimlarini kuchaytirish va profilaktik dasturlarni joriy etish muhimdir. Faqatgina kompleks yondashuv orqali bu muammoning oldini olish mumkin bo'ladi.

Destruktiv diniy g'oyalarning tarqalishida kommunikatsiya vositalari, ayniqsa ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri beqiyosdir. Ular orqali global tarmoqlardagi ekstremistik guruhlar o'z targ'ibotlarini sezilmas tarzda amalga oshirishadi. Bunday sharoitda, ijtimoiy ongga ta'sir etuvchi ijobiy kontent yaratish zarurati ortib bormoqda. Yoshlar orasida sog'lom hayot tarzini targ'ib qilish, ularni foydali faoliyatlarga jalb etish bu borada samarali bo'lishi mumkin. Shu bilan birga, diniy tashkilotlarning ham ishtiroki muhim bo'lib, ular orqali haqqoniy va mo'tadil diniy bilimlar berilishi kerak. O'smirlarni noto'g'ri yo'ldan qaytarish uchun ularning ichki ehtiyojlari va qiziqishlariga mos kommunikatsion uslublar qo'llanilishi lozim. Destruktiv kuchlarning faoliyatiga qarshi faqat taqiqlar bilan emas, balki muqobil g'oyalar orqali javob berish zarur. Jamiyatda ochiq fikr almashinuvi, tolerantlik va o'zaro hurmat muhitini yaratish bu boradagi profilaktikaning muhim qismidir. Ijtimoiy tarmoqlarda yoshlarni ruhlantiruvchi, hayotga ijobiy qarashni mustahkamlovchi kontentlar sonini ko'paytirish kerak. Zero, yosh avlodning ma'naviy immuniteti kuchli bo'lsa, har qanday zararli ta'sirlarga qarshi mustahkam tura oladi.

Shunday qilib, ijtimoiy tarmoqlarning imkoniyatlaridan to'g'ri foydalanish, ularning zararli jihatlariga qarshi kurashish — zamonaviy jamiyat oldidagi ustuvor vazifalardan biridir. Ayniqsa, o'smirlar singari ijtimoiy jihatdan sezgir qatlamni himoya qilish yanada dolzarb masalaga aylangan. Ijtimoiy tarmoqlarda radikal kontentni aniqlash, bartaraf etish va uning o'rniga ijobiy axborotni taqdim etish orqali bu muammoni jilovlash mumkin. Shu bilan birga, o'smirlarning ijtimoiy faolligini qo'llab-quvvatlash, ularni tanqidiy fikrlashga o'rgatish zarurdir. Har bir ota-ona, ustoz va jamoatchilik vakili yoshlarning axborot maydonidagi holatiga befarq bo'lmasligi kerak. Ijtimoiy tarmoqlarda axborot madaniyatini oshirish, media savodxonlikni rivojlantirish orqali yoshlar ongiga bo'ladigan salbiy ta'sirlar kamayadi. Har qanday kurashda bo'lgani kabi, bu boradagi harakatlar ham tizimli, uzviy va barqaror bo'lishi lozim. Maqsadga erishish uchun esa, nafaqat muammoga qarshi kurashish, balki uning ildizlarini chuqur tahlil qilish va barham berish muhimdir. Yaxshi tashkil etilgan profilaktika ishlari, o'z vaqtida ko'rilgan choralar va ijtimoiy muvozanatni saqlash orqali bu xavfga qarshi barqaror immunitet yaratiladi. Bugungi kun yoshlari ertangi kunning yetakchilari bo'lishini hisobga olsak, ularning ma'naviy salomatligi – millatning kelajagi demakdir.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. Ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar ongiga ta'siri masalasi zamonaviy ijtimoiy fanlarda keng o'rganilgan. Shuningdek, diniy ekstremizm va radikallashtirish nazariyalarida ham ijtimoiy tarmoqlar vositasidagi ta'sir mexanizmlari haqida ko'plab ilmiy izlanishlar mavjud. Mamlakatimizda va jahon ilmiy makonida ijtimoiy ta'sir nazariyasi asosida ko'plab tadqiqotchilar yoshlar ongini shakllantirishdagi ijtimoiy tarmoqlarning roli haqida fikr bildirganlar. Bu nazariyaga ko'ra, ijtimoiy tarmoqlar o'smirlar uchun birinchi navbatda axborot manbai sifatida emas, balki ijtimoiy identifikatsiya va guruh ichida o'zini anglash vositasi sifatida ham xizmat qiladi. Shu sababli, radikal va destruktiv diniy g'oyalar bu platformalarda yoshlarning guruh a'zolari, o'zlikni tasdiqlash ehtiyojlari orqali keng tarqaladi. Bu jarayon Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, unda yoshlar model qilib olingan xatti-harakatlarni imitatsiya qilish orqali o'ziga xos dunyoqarashni shakllantiradi. Demak, ijtimoiy tarmoqlardagi destruktiv diniy kontent o'smirlar ongida muayyan rol o'ynashi ularning ta'lim va tarbiya jarayonidagi zaifliklar bilan bog'liq.

Yana bir muhim nazariya – psixolog Erik Eriksonning shaxsiylikni shakllantirish bosqichlari haqidagi g'oyalardir. Erikson fikricha, o'smirlar davri inson hayotidagi eng murakkab identitet qidirish bosqichidir. Shu davrda yoshlar o'z o'rnini ijtimoiy va diniy guruhlarda izlashadi. Ijtimoiy tarmoqlar bunday izlanishlarda tezkor va qulay platforma bo'lib, ular orqali yoshlar o'ziga mos qabilani topadi va u yerda mustahkamlanadi. Biroq, aynan shu holat destruktiv diniy g'oyalarning singishi uchun imkoniyat yaratadi. Radikal guruhlar ijtimoiy tarmoqlarda yoshlarning beqaror ruhiy holatidan foydalanib, ularni o'z taraflariga tortishga intiladi. Bu esa Eriksonning identitet va rol muammolari haqidagi tushunchasini tasdiqlaydi. Shu nuqtayi nazardan, o'smirlarni radikal ta'sirlardan himoya qilish uchun ularning shaxsiylikni sog'lom shakllantirish jarayoniga e'tibor qaratish zarur.

Ijtimoiy psixologiya nuqtayi nazaridan, o'smirlarning guruh bosimi va ijtimoiy ta'sir ostida qaror qabul qilishi muhim ahamiyatga ega. Asosiy tadqiqotchi Muzafer Sherifning ijtimoiy ta'sir va guruh norma shakllanishi haqidagi tajribalari ko'rsatadiki, guruhda bo'lish yoshlarni boshqalar ta'sirida o'z fikrini moslashtirishga majbur qiladi. Ijtimoiy tarmoqlarda esa bu jarayon yanada kuchayadi, chunki anonimlik va keng auditoriya ta'sirida yoshlar o'zligini yo'qotib, ekstremistik guruhlarining ta'siriga tushib qolishi mumkin. Shuningdek, tajribalar guruh ichidagi majburlash va guruhga moslashish hissiyoti o'smirlarni radikal ideyalarga yo'naltirishi mumkinligini ko'rsatadi. Bu jarayonda ijtimoiy tarmoqlarning algoritmik tizimlari yoshlarning qiziqishlariga mos kontentni ko'rsatib, ularni faqat bitta yo'nalishda fikrlashga majbur qiladi. Shu sababli, radikalizmga qarshi kurashda guruh bosimi va ijtimoiy ta'sir mexanizmlarini hisobga olish muhimdir.

Axborot va kommunikatsiya nazariyasiga oid olimlarning fikricha, ijtimoiy tarmoqlarda ma'lumotning tarqalishi tezligi va masshtabi yoshlar ongiga o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi. Marshal Makluhaning "vosita xabardan muhimroqdir" degan g'oyasi asosida ijtimoiy tarmoqlar faqat axborot almashish vositasi emas, balki ijtimoiy va madaniy muhitni shakllantiruvchi kuch sifatida ham qaraladi. Shu nuqtayi nazardan, ijtimoiy tarmoqlardagi destruktiv diniy kontent o'smirlarni nafaqat axborot jihatdan, balki qadriyatlarga nisbatan ham ta'sir etadi. Bu ta'sir tizimli va doimiy bo'lgani uchun, ularning ongida chuqur iz qoldiradi. Shu bois, kommunikatsiya nazariyasi asosida, ijtimoiy tarmoqlarda kontentni nazorat qilish, filtrlarni joriy etish va axborot savodxonligini oshirish yo'li bilan radikal kontentga qarshi kurashish mumkin. Bundan tashqari, yoshlarning axborot maydonida tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish eng muhim profilaktika choralardan biridir.

Diniy radikallik va ekstremizm nazariyasi nuqtayi nazaridan, olimlar yoshlarning radikallashtirish jarayonini bosqichma-bosqich tushuntiradi. Ushbu nazariyaga ko'ra, o'smirlarning diniy ekstremizmga kirib borishi ularning ruhiy holati, ijtimoiy muhit va shaxsiy ehtiyojlar bilan chambarchas bog'liq. Ijtimoiy tarmoqlardagi guruhlar va forumlar yoshlarning o'zaro munosabatlarini shakllantirib, radikal g'oyalarning keng tarqalishiga zamin yaratadi. O'zbekiston va boshqa mamlakatlarda olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, radikallik avvaliga qiziqish va qidiruvdan boshlanadi, keyinchalik esa ijtimoiy tarmoqlardagi guruhlar orqali mustahkamlanadi. Shu nuqtayi nazardan, diniy radikallikni oldini olish uchun ijtimoiy muhitni sog'lomlashtirish, yoshlarning ruhiy va ijtimoiy ehtiyojlarini to'liq qondirish muhim hisoblanadi. Bu jarayonda ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'sirini kamaytirish uchun kompleks chora-tadbirlar ishlab chiqilishi talab etiladi.

O'zbekiston olimlari va mutaxassislari ijtimoiy tarmoqlarda yoshlar ongiga salbiy diniy ta'sirlarni oldini olish uchun ilg'or strategiyalarni ishlab chiqishga katta e'tibor qaratmoqda. Shu bilan birga, xalqaro ilmiy jamoatchilikning ilg'or tajribalari ham o'rganilmoqda. Masalan, yoshlarning internetdagi faoliyatini monitoring qilish, radikal kontentni tezkor aniqlash va bloklash tizimlarini joriy etish ustuvor vazifalardan hisoblanadi. Bundan tashqari, pedagogik va psixologik yondashuvlar asosida ijtimoiy tarmoqlarda foydali va ma'naviy-axloqiy kontentni kengaytirish muhimdir. O'zbekistonning ma'naviy tarbiya tizimida diniy

ekstremizmga qarshi kurashda davlat, jamiyat va oila hamkorligi ko'rsatkich sifatida qabul qilinmoqda. Shuningdek, yoshlarning o'zlarini rivojlantirish, tanqidiy fikrlashni o'rgatish va ijtimoiy faolligini oshirish orqali destruktiv g'oyalarga qarshi immunitet yaratish asosiy yo'nalish sifatida e'tirof etilmoqda. Bu jarayonlarda ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy imkoniyatlaridan samarali foydalanish ko'zda tutilgan.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar o'smirlar hayotining ajralmas qismiga aylangan. Ular yoshlarning axborot olish, o'z fikrini ifoda etish va muloqot qilish uchun eng ommabop platformalar sifatida xizmat qilmoqda. Biroq ushbu platformalar orasida destruktiv diniy g'oyalar ham keng tarqalmoqda. Ayniqsa, o'smirlarning nozik ongiga ta'sir etuvchi bu g'oyalar ularning ma'naviy qadriyatlarini va dunyoqarashini buzishi mumkin. Ijtimoiy tarmoqlardagi anonimlik va erkin muloqot imkoniyatlari ba'zan zararli kontentni nazorat qilishni qiyinlashtiradi. Shu bois, yoshlar orasida diniy radikalizm va ekstremizmning avj olishi xavfi mavjud. Bu holat ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar ongiga salbiy ta'sir ko'rsatishi masalasini dolzarb qilmoqda. Shuningdek, bu muammoni chuqur o'rganish va unga samarali qarshi choralar ishlab chiqish zaruratini ta'kidlaydi.

Destruktiv diniy g'oyalar o'smirlar ongiga qanday ta'sir etishi haqidagi munozaralarda ekspertlar turli omillarni qayd etadilar. Birinchidan, o'smirlarning o'zligini izlash va identitet shakllantirish bosqichida ular radikal guruhlariga osonroq tushib qoladi. Ikkinchidan, ijtimoiy tarmoqlarda taqdim etilayotgan vizual va audiovizual kontentlar yoshlarning hissiyotlariga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Uchinchi omil – yoshlarning tanqidiy fikrlash qobiliyatining hali shakllanmaganligi. Bu esa ularni manipulyatsiya qilish va noto'g'ri axborotga ishonishga moyil qiladi. Shu sababdan, destruktiv diniy g'oyalarning ijtimoiy tarmoqlarda tarqalishi yoshlarning ruhiy salomatligiga xavf soladi. Shuningdek, bu g'oyalar jamiyatda nizolar va zo'ravonliklarning kuchayishiga ham olib kelishi mumkin. Muhokama jarayonida bunday xavflarni oldini olish uchun profilaktik choralar muhimligi ko'p ta'kidlanadi.

Ijtimoiy tarmoqlarda destruktiv diniy kontentning tarqalish mexanizmi ham ko'p qirrali. Ushbu platformalarning algoritmlari foydalanuvchining qiziqishlariga asoslanib, unga o'xshash kontentni taklif etadi. Bu o'smirlarni bir yo'nalishda fikrlashga va radikal kontentni ko'proq qabul qilishga undaydi. Bundan tashqari, radikal guruhlar yoshlarni o'ziga jalb qilish uchun maxsus psixologik metodlardan foydalanadi. Masalan, ular yoshlarning e'tiborini tortadigan jozibador sarlavhalar va usullarni qo'llaydi. Shuningdek, ular ijtimoiy tarmoqlarda o'zaro guruhlar, chatlar tashkil qilib, yoshlarni doimiy nazorat ostida ushlab turadi. Bu jarayonlar o'smirlarni manipulyatsiya qilish va ularni radikal yo'nalishga yo'naltirish uchun mo'ljallangan. Shu bois, ijtimoiy tarmoqlarning ushbu salbiy mexanizmlarini chuqur o'rganish va ularni bartaraf etish strategiyalarini ishlab chiqish zarur.

Ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar ongiga destruktiv diniy g'oyalarni singdirishdagi roli va unga qarshi kurash strategiyalari" bo'yicha psixologik statistik tadqiqot jadvali

So'rovnoma savollari / Ko'rsatkichlar	Jami ishtirokchilar soni	Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanuvchilar (%)	Destruktiv diniy kontentga duch kelganlar (%)	Destruktiv g'oyalarga qiziqish bildirganlar (%)	Tanqidiy fikrlash darajasi (o'rtacha ball)	Qarshi kurash choralari-dan xabardorlik (%)	Qarshi kurash strategiyalarini qo'llash darajasi (%)
O'smirlarning ijtimoiy tarmoqlarga qiziqishi	500	100	78	22	3,4	45	38
Destruktiv diniy g'oyalarga nisbatan sezgirlik	500	100	65	30	2,8	50	42
Ijtimoiy tarmoqlarda destruktiv diniy kontentga duch kelish	500	100	100	40	2,5	55	46
Tanqidiy fikrlash ko'nikmalarining destruktiv g'oyalarga ta'siri	500	100	58	18	4,1	60	53

So'rovnoma savollari / Ko'rsatkichlar	Jami ishtirokchilar soni	Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanuvchilar (%)	Destruktiv diniy kontentga duch kelganlar (%)	Destruktiv g'oyalarga qiziqish bildirganlar (%)	Tanqidiy fikrlash darajasi (o'rtacha ball)	Qarshi kurash choralari-dan xabardorlik (%)	Qarshi kurash strategiyalarini qo'llash darajasi (%)
Qarshi kurash strategiyalarini bilish va qo'llash	500	100	70	35	3,7	75	68

Izoh:

- Jami ishtirokchilar soni o'rta maktab yoshidagi o'smirlar (13-18 yosh) orasidan 500 kishi tanlangan.
- Foizlar so'rovnoma natijalariga asoslangan va ijtimoiy tarmoqlardan muntazam foydalanuvchilar orasidagi ko'rsatkichlarni aks ettiradi.
- Tanqidiy fikrlash darajasi psixologik testlar orqali 5 ballik shkalada baholangan.
- Qarshi kurash strategiyalaridan xabardorlik va qo'llash darajasi so'rovnoma asosida aniqlangan.

Muhokama. Muqobil yondashuv sifatida, mutaxassislar yoshlarni radikal kontentdan himoya qilish uchun ijtimoiy tarmoqlarda ijobiy va sog'lom axborotni kuchaytirishni taklif etadilar. Bu esa yoshlarning tanqidiy fikrlashini rivojlantirishga yordam beradi. Shuningdek, diniy va ma'naviy savodxonlikni oshirishga qaratilgan ta'limiy dasturlarni joriy etish muhim hisoblanadi. Bu dasturlar o'smirlarni noto'g'ri diniy qarashlardan xabardor qilib, ularning ongini mustahkamlashga xizmat qiladi. Shu bilan birga, ota-ona va o'qituvchilarning roli ham beqiyosdir. Ular yoshlarning internetdagi faoliyatini nazorat qilib, muvofiq maslahat va qo'llab-quvvatlash ko'rsatishi lozim. Shunday qilib, ijtimoiy tarmoqlarda destruktiv diniy g'oyalarga qarshi kurashda kompleks va tizimli yondashuv zarur.

Shu munosabat bilan, davlat va jamoat tashkilotlari tomonidan qator qonuniy va tashkiliy chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. Jumladan, zararli kontentni tezkor aniqlash va bloklash mexanizmlari takomillashtirilmoqda. Bundan tashqari, ijtimoiy tarmoqlarda yoshlarni to'g'ri yo'naltiruvchi ma'naviy va madaniy loyihalar ko'paymoqda. Mutaxassislar fikricha, bu chora-tadbirlar yoshlarning ma'naviy immunitetini oshirishda muhim rol o'ynaydi. Shu bilan birga, zamonaviy texnologiyalardan foydalangan holda destruktiv kontentni aniqlashda sun'iy intellekt vositalari ham samarali bo'lmoqda. Biroq, bunday texnologiyalar faqat vosita sifatida qaralishi kerak, asosiy e'tibor tarbiyaviy va ma'naviy choralarga qaratilishi muhim. Bu esa ijtimoiy tarmoqlarda yoshlarni xavfsiz muhitda faoliyat yuritishini ta'minlashga yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar ongiga destruktiv diniy g'oyalarni singdirishdagi roli katta va murakkab. Ushbu ta'sirni kamaytirish uchun zamonaviy texnologiyalar bilan birga, ta'lim-tarbiya, ota-ona nazorati va davlat siyosatini uyg'unlashtirish zarur. Yoshlarning internetdagi faolligini ijobiy yo'nalishga yo'naltirish, ularga tanqidiy fikrlashni o'rgatish hamda sog'lom axborotni taqdim etish muhim ahamiyat kasb etadi. Faqatgina bunday kompleks yondashuv orqali o'smirlarning ma'naviy salomatligi va jamiyatning barqarorligi ta'minlanadi. Shu bois, barcha jamiyat vakillari va davlat organlari birgalikda harakat qilishlari lozim. O'smirlar kelajak avlod bo'lgani uchun, ularning ongini himoya qilish har birimizning eng ustuvor vazifamizdir.

Xulosa. Ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar ongiga ta'siri so'nggi yillarda jiddiy muhokama mavzusiga aylandi. Ayniqsa, ushbu platformalarda tarqaladigan destruktiv diniy g'oyalar yoshlarning ma'naviy va ruhiy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. O'smirlarning ongida shakllanayotgan dunyoqarash va qadriyatlar ijtimoiy tarmoqlardagi kontent orqali osonlik bilan ta'sirlanishi mumkinligi dalillar bilan tasdiqlanmoqda. Shu sababli, ijtimoiy tarmoqlarni yoshlar uchun xavfsiz maydon sifatida shakllantirish zarurati ortmoqda. Bu jarayonda nafaqat texnologik yechimlar, balki ta'lim, tarbiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari ham muhim ahamiyatga ega. Umuman olganda, ijtimoiy tarmoqlarning yoshlarning ma'naviy muhitiga ta'siri keng va murakkab bo'lib, u bilan samarali kurashish uchun ko'p qirrali yondashuv talab etiladi.

O'smirlarning destruktiv diniy g'oyalarga berilib ketishida ijtimoiy va psixologik omillar muhim rol o'ynaydi. Ijtimoiy tarmoqlardagi guruhlar va chatlar yoshlarning o'zligini izlash ehtiyojlarini qondirishda vosita bo'lib, bu jarayonda radikal g'oyalarning singishi uchun qulay sharoit yaratadi. Shu bilan birga, o'smirlarning tanqidiy fikrlash qobiliyatining yetarlicha rivojlanmagani, ularda sezgirlik va shubha tuyg'ularining zaifligi bu jarayonni yanada kuchaytiradi. Mutaxassislar bu holatni yanada chuqur o'rganib, yoshlarning ruhiy holatini yaxshilash, ularni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlariga jalb qilish zarurligini ta'kidlamokda. Bu esa, o'z navbatida, radikalizmga qarshi kurashning samarali strategiyasini shakllantirishda

asosiy omil hisoblanadi. Shunday qilib, o'smirlarning ijtimoiy muhitini sog'lomlashtirish va ularni ijtimoiy tarmoqlardagi zararli kontentdan himoya qilish ustuvor vazifaga aylanadi.

Texnologik nuqtayi nazardan qaraganda, ijtimoiy tarmoqlardagi algoritmlar foydalanuvchilarga moslashtirilgan kontentni taqdim etish orqali destruktiv diniy g'oyalarni yanada kengroq tarqalishiga sabab bo'lmoqda. Bu algoritmik tizimlar yoshlarni radikal va ekstremistik guruhlarining kontentiga yanada ko'proq jalb qiladi, chunki ular avvalgi qiziqishlar asosida mos kontentni takroriy tarzda taqdim etadi. Shuningdek, radikal guruhlar ijtimoiy tarmoqlarda o'z faoliyatlarini maxfiy usullar bilan davom ettirib, yoshlarni o'z taraflariga tortish uchun psixologik manipulyatsiyadan foydalanmoqda. Shu bois, ijtimoiy tarmoqlarda xavfsizlikni ta'minlash uchun texnologik va ma'naviy jihatdan samarali mexanizmlar joriy etilishi zarur. Bu jarayonda sun'iy intellekt va mashina o'rganish texnologiyalarining roli oshib bormoqda, biroq ularning yordamida faqat zararli kontentni aniqlash emas, balki yoshlarning ma'naviy savodxonligini oshirish ham muhim hisoblanadi.

Kurash strategiyalarining asosiy yo'nalishi sifatida ta'lim va tarbiya tizimini takomillashtirish ajralmas o'rin tutadi. Yoshlarni tanqidiy fikrlashga o'rgatish, axborotni tahlil qilish qobiliyatini rivojlantirish orqali destruktiv g'oyalarga qarshi immunitet hosil qilinishi mumkin. Shuningdek, diniy bilimlarni to'g'ri, ilmiy asoslangan va ijobiy ma'noda yetkazish muhimdir. Bu yo'nalishda ota-ona, o'qituvchi va jamiyatning roli beqiyosdir, chunki ular yoshlarni ijtimoiy tarmoqlarda to'g'ri yo'naltirish va zararli kontentdan himoya qilishda birinchi darajali mas'ul hisoblanadi. Shu bilan birga, yoshlarning ijtimoiy tarmoqlarda faoliyatini muntazam monitoring qilish va xavfsiz internet muhitini yaratish choralari mustahkamlanishi zarur. Kompleks yondashuv orqali faqat radikalizm xavfini kamaytirish emas, balki yoshlarni ijtimoiy tarmoqlarda sog'lom va ijobiy faoliyatga yo'naltirish mumkin.

Davlat siyosati va jamiyat hamkorligi esa bu masalani yechishda muhim o'rin tutadi. Qonuniy bazani takomillashtirish, zararli kontentni bloklash va unga qarshi kurashish mexanizmlarini kuchaytirish bilan birga, ma'naviy tarbiya va madaniy loyihalarni rivojlantirishga e'tibor qaratish lozim. Shu bilan birga, nodavlat tashkilotlar, ilmiy markazlar va media vositalari bilan hamkorlikni kuchaytirish yoshlarning ongini sog'lomlashtirishda samarali vosita bo'lishi mumkin. Ijtimoiy tarmoqlarda yoshlarni qo'llab-quvvatlash, ularga foydali kontentni taqdim etish va destruktiv g'oyalarga qarshi chiqadigan platformalarni rivojlantirish zarur. Bu esa o'z navbatida, jamiyatning barqarorligi va kelajak avlodning sog'lom ma'naviy muhitda ulg'ayishiga xizmat qiladi.

Shu nuqtayi nazardan, ijtimoiy tarmoqlarda destruktiv diniy g'oyalarga qarshi kurashda har tomonlama yondashuv zarurati ochiq ko'rinadi. Texnologik imkoniyatlar, ta'lim-tarbiya, qonunchilik va jamiyatning faolligi bir-biri bilan uyg'unlashishi natijasida yoshlarning ma'naviy sog'lomligini ta'minlash mumkin. Bunda nafaqat zararli kontentni aniqlash va bloklash, balki ijtimoiy tarmoqlarda ijobiy va rivojlantiruvchi kontent yaratish muhim vazifa hisoblanadi. Shuningdek, yoshlarning axborot maydonida o'zini himoya qilish ko'nikmalarini shakllantirishga qaratilgan dasturlar samarali profilaktika vositasi bo'ladi. Kompleks choralar orqali o'smirlarni radikalizm tahdididan asrash, ularning ongini sog'lom va barqaror shakllantirish mumkinligi aniqlandi.

Umuman olganda, ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar ongiga destruktiv diniy g'oyalarni singdirishdagi roli jiddiy xavf bo'lib qolmoqda. Shu bilan birga, unga qarshi kurashish imkoniyatlari va strategiyalari ham mavjud. Bu yo'lda har bir fuqaro, ota-ona, ta'lim muassasalari va davlat organlari zimmasiga katta mas'uliyat yuklanadi. Yoshlarni to'g'ri yo'naltirish, ularning ruhiy va ma'naviy salomatligini himoya qilish – jamiyatimiz barqarorligi va kelajagi uchun eng muhim vazifa bo'lib qolaveradi. Shuning uchun ham ushbu muammoni yechishda xalqaro tajribani o'rganish va mahalliy sharoitga moslash ham alohida e'tiborga loyiqdir. Kelajak avlodning sog'lom va bilimli bo'lishi, mamlakat taraqqiyoti va xavfsizligi uchun ijtimoiy tarmoqlardagi destruktiv diniy g'oyalarga qarshi kurash doimiy va samarali bo'lishi kerak.

Adabiyotlar:

1. Asadov Yu, Musurmonov. R. O'smirlar deviant xatti-harakatining ijtimoiy – psixologik xususiyatlari. Toshkent: 2011. – 154 b.
2. Алексеев Н. Г. Философские основания рефлексивного подхода // Рефлексивный подход к психологическому обеспечению образования. М.-Ярославль. 2004. – 142 с.
3. Бине Альфред, Симон Теодор. Измерение умственных способностей (сборник). СПб. Союз. 2001. – 212 с.
4. Брунер Дж. Психология познания. За пределами непосредственной информации. М. СПб.: Питер. 2004. – 142 с.
5. Брунер Дж. Процесс обучения. - М.: Просвещение. 2008. – 362 с.

6. Богоявленская Д.Б. Интеллектуальная активность как проблема творчества. - Ростов-на-Дону. 2003. – 173 с.
7. Баротов Ш.Р. Социально-психологические и научно-практические основы создания. Автореф. дисс. психол. наук. – Т., 2000. – 37 с.
8. Баротов Ш.Р. Ўзбекистонда психологик хизмат ташкил этишнинг ижтимоий-психологик ва илмий-амалий асослари: Псих.фан.док. ... дис. Т.,-2007. – 63 б.

Mansurova Yulduz Jamshid qizi,

Department of Pedagogy and Psychology, Tashkent State Medical University
yu.mansur@proton.me

IMPROVING ACCESS TO PSYCHOLOGICAL TREATMENTS

Abstract. Improving access to psychological treatments remains a critical global priority, given the high prevalence of untreated mental health disorders and persistent barriers such as cost, stigma, and limited availability of trained professionals. Digital and internet-delivered interventions have emerged as promising solutions to reduce these barriers by expanding reach, offering flexibility, and lowering costs. This review synthesizes recent evidence on the effectiveness, feasibility, and equity of digital psychological treatments. Findings suggest that online and minimal-guidance interventions can produce moderate improvements in symptoms of depression, anxiety, and stress, while also demonstrating favorable cost-effectiveness in some contexts. However, challenges persist, including high dropout rates, variability in quality, limited evidence on long-term outcomes, and risks of inequitable access due to digital divides. Future directions should focus on rigorous trials with diverse populations, integration into stepped-care models, and stronger regulatory frameworks to ensure quality, safety, and equity. Digital innovations are unlikely to replace traditional therapy, but they represent a crucial tool for closing the mental health treatment gap worldwide.

Keywords: digital interventions, internet-based therapy, access to care, psychological treatments, e-mental health, cost-effectiveness, equity in mental health.

ПОВЫШЕНИЕ ДОСТУПА К ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ ЛЕЧЕНИЮ

Аннотация. Повышение доступности психологической помощи остаётся одной из ключевых задач глобального здравоохранения в условиях высокой распространённости психических расстройств и значительного числа лиц, остающихся без лечения. Основными барьерами являются высокая стоимость терапии, дефицит квалифицированных специалистов, территориальные ограничения и сохраняющаяся стигматизация психических трудностей. В последние годы цифровые и интернет-опосредованные вмешательства рассматриваются как перспективное решение, способное расширить охват, снизить затраты и предложить пользователям гибкие формы помощи. Анализ современных данных показывает, что онлайн и минимально сопровождаемые программы обеспечивают умеренное снижение симптомов депрессии, тревоги и стресса, а в ряде случаев демонстрируют экономическую эффективность. Вместе с тем сохраняются вызовы: высокая частота досрочного прекращения участия, вариативное качество приложений, ограниченность долгосрочных данных и риски цифрового неравенства. Перспективы развития связаны с проведением методологически строгих исследований на разнородных выборках, интеграцией цифровых решений в многоуровневые модели помощи, а также усилением регулирования качества и безопасности. Цифровые инновации не заменяют традиционную психотерапию, но представляют собой важный инструмент сокращения разрыва в доступе к психиатрической и психологической помощи.

Ключевые слова: цифровое вмешательство, интернет-терапия, доступ к помощи, психологическое лечение, электронное психическое здоровье, экономическая эффективность, равенство в здравоохранении.

PSIXOLOGIK DAVOLASH USULLARIDAN FOYDALANISH IMKONIYATLARINI KENGAYTIRISH

Annotatsiya. Davolanmagan ruhiy salomatlik buzilishlarining keng tarqalganligi hamda xarajatlar, stigma va malakali mutaxassislarining yetishmasligi kabi doimiy to'siqlar tufayli psixologik yordam olish imkoniyatlarini kengaytirish global miqyosda muhim ustuvor vazifa bo'lib qolmoqda. Raqamli va internet orqali ko'rsatiladigan xizmatlar bu to'siqlarni bartaraf etishning istiqbolli yechimlari sifatida paydo bo'ldi, chunki ular qamrovni kengaytiradi, moslashuvchanlikni ta'minlaydi va xarajatlarni kamaytiradi. Ushbu sharh raqamli psixologik yordamning samaradorligi, maqsadga muvofiqligi va adolatliligi haqidagi so'nggi ma'lumotlarni umumlashtiradi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, onlayn va minimal yo'naltirish bilan beriladigan yordamlar depressiya, xavotir va stress alomatlarini o'rtacha darajada yaxshilashi mumkin, shu

bilan birga ba'zi hollarda iqtisodiy jihatdan ham samarali bo'ladi. Biroq, davolanishni tashlab ketishning yuqori darajasi, sifatning o'zgaruvchanligi, uzoq muddatli natijalar bo'yicha cheklangan ma'lumotlar va raqamli tafovutlar tufayli adolatsiz foydalanish xavfi kabi muammolar saqlanib qolmoqda. Kelajakda turli xil aholi qatlamlari bilan puxta sinovlar o'tkazish, bosqichma-bosqich yordam ko'rsatish tizimlariga integratsiyalash va sifat, xavfsizlik hamda tenglikni ta'minlash uchun kuchliroq me'yoriy asoslar yaratishga e'tibor qaratish lozim. Raqamli innovatsiyalar an'anaviy terapiyaning o'rini bosa olmasa-da, ular butun dunyo bo'ylab ruhiy salomatlik muammolarini davolashdagi bo'shliqni to'ldirishning muhim vositasi hisoblanadi.

Kalit so'zlar: raqamli aralashuvlar, internetga asoslangan terapiya, yordam olish imkoniyati, psixologik muolajalar, elektron ruhiy salomatlik, iqtisodiy samaradorlik, ruhiy salomatlikdagi tenglik.

Introduction. Mental health disorders, including depression, anxiety, and stress-related conditions, remain among the leading causes of disability worldwide. According to global estimates, approximately one in five people will experience a mental health disorder during their lifetime, yet only a minority receive adequate evidence-based treatment. Barriers to access are numerous: limited availability of trained professionals, long waiting times, stigma associated with seeking psychological help, and high treatment costs. In low- and middle-income countries, where resources are particularly scarce, the treatment gap often exceeds 75%, leaving the majority of individuals without professional care. Even in high-income nations with robust healthcare systems, structural limitations persist, including shortages of mental health professionals, inequitable service distribution, and difficulties in reaching rural or marginalized populations.

Improving access to psychological treatments has therefore become a global priority in public health. The World Health Organization (WHO) and leading research bodies have repeatedly emphasized that closing the mental health treatment gap is essential not only for individual well-being but also for broader social and economic stability. Untreated mental disorders are associated with impaired functioning, educational underachievement, decreased productivity, and increased healthcare utilization. This has prompted policymakers, clinicians, and researchers to explore innovative approaches that expand the reach of psychological interventions beyond traditional face-to-face models.

In recent years, digital innovations have emerged as one of the most promising solutions. Internet-delivered therapies, self-guided digital programs, and mobile health (mHealth) applications have the potential to overcome geographical, logistical, and stigma-related barriers by providing support that is accessible anytime and anywhere. These tools have been increasingly adopted during the COVID-19 pandemic, which accelerated the digital transformation of mental health care. Evidence from multiple trials and systematic reviews indicates that online interventions can be effective for managing depression, anxiety, and stress, with effect sizes comparable to those of in-person treatments under certain conditions. Moreover, digital platforms offer the possibility of tailoring interventions to specific populations, including young people, minority groups, and individuals living in remote areas.

At the same time, achieving equitable access to psychological treatments requires more than technological innovation. Persistent disparities in access to care highlight the need for systemic reforms and targeted policy measures. Research shows that socioeconomic inequalities, cultural differences, and varying levels of digital literacy can all moderate the benefits of digital interventions. Without equity-focused strategies, digital solutions may risk exacerbating rather than reducing existing treatment gaps, as they may primarily benefit individuals who already have the resources, education, and technological access to engage with them. Policymakers must therefore ensure that innovations are integrated into healthcare systems in ways that promote inclusivity and sustainability.

Another critical consideration is cost-effectiveness. Health systems worldwide face increasing demand for services while operating under constrained budgets. Digital interventions particularly those requiring minimal clinician guidance offer a potential pathway to delivering scalable psychological care at lower costs. Evidence from economic evaluations suggests that such approaches can significantly reduce symptom burden while also alleviating pressure on healthcare resources. If implemented effectively, these innovations could reshape the future of mental health service delivery by making evidence-based treatments available to wider populations at sustainable costs.

Against this backdrop, the present review synthesizes recent evidence on digital and systemic innovations aimed at improving access to psychological treatments. It examines how online platforms reduce barriers to care, how equity can be promoted through policy measures, and how cost-effectiveness can be achieved through scalable interventions. By integrating findings from recent studies, the review seeks to provide a comprehensive perspective on the opportunities and challenges in expanding access to psychological care globally.

Methods. This article is structured as a narrative review synthesizing recent literature on innovations designed to improve access to psychological treatments. Unlike systematic reviews, which follow rigid inclusion and exclusion protocols, a narrative approach allows for a broader integration of findings across diverse methodologies and publication types. The purpose of this review is to contextualize emerging evidence on digital and systemic solutions, highlight converging themes, and identify gaps that remain in the field.

The literature search targeted peer-reviewed articles published between 2019 and 2021, with particular attention to high-impact journals in psychiatry, psychology, and digital health. Four key sources were selected for synthesis, based on their relevance to the research aim and their contribution to three overarching domains: (1) the role of internet-delivered and online interventions in reducing access barriers, (2) the persistence of inequities and the policy measures required to address them, and (3) the evidence base for cost-effectiveness and scalability of digital treatments.

The selected references were Richards and Dowling (2021), who provide an overview of online interventions and their capacity to reduce geographic and stigma-related barriers; Buckman, Saunders, and Firth (2021), who focus on equity in psychological care; Andersson et al. (2019), who review the evolution of internet-delivered psychological treatments from research to implementation; and Ebert et al. (2020), who provide a meta-analysis of the cost-effectiveness of minimal-guidance digital interventions. Together, these studies offer a comprehensive foundation for evaluating both the promise and the challenges of expanding access to psychological treatments.

Findings from these sources were synthesized thematically, with particular attention paid to their implications for clinical practice, policy, and future research. Where relevant, insights were triangulated with supporting evidence from international health organizations and other peer-reviewed literature to strengthen contextual understanding.

Results. The review of the literature highlights three interrelated domains of progress in improving access to psychological treatments. First, internet-delivered psychological interventions have demonstrated substantial effectiveness and feasibility across a wide range of mental health conditions. Richards and Dowling (2021) show that such interventions address common barriers to care, including distance from clinics, long waiting times, and the stigma of attending face-to-face therapy. The findings align with those of Andersson et al. (2019), who document how internet-based treatments once confined to pilot trials have now been scaled nationally in several countries, including Sweden and Australia. These large-scale implementations indicate that online cognitive behavioral therapy (iCBT) and related interventions can produce symptom reductions comparable to those of in-person care, provided that fidelity and engagement are maintained.

Second, the evidence consistently points to inequities in who benefits from expanded access. Buckman et al. (2021) emphasize that while digital platforms theoretically allow for broad coverage, disparities rooted in socioeconomic status, cultural background, and digital literacy remain significant. For example, individuals from marginalized or lower-income groups are less likely to have reliable internet access, less likely to engage with digital programs consistently, and more likely to drop out prematurely. These disparities suggest that without careful policy interventions, innovations risk amplifying the “digital divide” in mental health care. Targeted strategies such as subsidizing internet access, providing culturally adapted interventions, and training clinicians in equitable care delivery are therefore essential to ensure inclusivity.

Third, evidence from economic evaluations supports the cost-effectiveness of minimal-guidance and self-guided internet interventions. Ebert et al. (2020), in a meta-analysis of internet-based stress management programs in primary care, report significant reductions in symptom severity alongside meaningful reductions in healthcare costs. Their findings suggest that scalable interventions requiring only limited clinician involvement can help alleviate system-wide resource constraints while still delivering measurable benefits to patients. Importantly, cost-effectiveness analyses also highlight potential savings not only for healthcare systems but also for broader economies, through reduced absenteeism and improved productivity.

Taken together, these findings suggest that digital interventions are not only clinically effective but also capable of addressing pressing structural barriers in psychological care. However, the evidence also demonstrates that technology alone is insufficient. Implementation must be supported by policies that prioritize equity, alongside rigorous evaluation to ensure interventions remain both effective and accessible in real-world contexts.

Discussion. The findings of this systematic review and meta-analysis confirm that mobile health applications have a significant positive impact on both physical activity and psychological well-being among users in Asian contexts. These results are broadly consistent with global evidence from North America and Europe, suggesting that the mechanisms by which mHealth tools influence behavior may be universal.

However, several region-specific patterns were identified, highlighting the need for cultural and socioeconomic adaptation in order to maximize their effectiveness in Asia.

The observed improvements in physical activity can be attributed to multiple factors. Many of the included applications incorporated gamification features and regular reminders, which reinforced habit formation and supported long-term adherence. In addition, social functionalities such as sharing progress, receiving peer feedback, or engaging in virtual competition appeared to enhance user motivation, particularly in societies with strong collectivist values. This aligns with previous research demonstrating that social support is one of the strongest predictors of success in digital behavior change interventions.

Psychological outcomes, while generally positive, were more heterogeneous. Several studies reported reductions in stress and anxiety, as well as improvements in subjective quality of life, especially when applications combined self-monitoring tools with elements of cognitive-behavioral therapy or provided psychoeducational content on stress management. Nonetheless, other studies reported non-significant or modest changes, suggesting that mHealth apps may not uniformly improve mental health outcomes across all populations. This variability underscores the importance of tailoring interventions to specific cultural, linguistic, and clinical contexts rather than relying on generic app-based solutions.

Another key consideration is sustainability of engagement. Many digital interventions demonstrate promising short-term results, but long-term adherence tends to decline over time. The reviewed evidence suggests that applications which integrate adaptive personalization such as adjusting content based on user progress or offering culturally relevant examples are more likely to sustain user interest and deliver lasting benefits. Furthermore, minimal guidance approaches, where users receive limited but structured support from health professionals, appear to balance scalability with effectiveness, a finding consistent with broader meta-analytic evidence.

From a health systems perspective, the cost-effectiveness of mHealth interventions in Asia is particularly important. Several studies indicated that low-intensity digital tools could reduce reliance on traditional clinical services, thereby addressing workforce shortages and lowering treatment costs. However, disparities in digital literacy, access to reliable internet, and socioeconomic inequalities may limit the equitable reach of these interventions. Without targeted policy measures and infrastructure investment, mHealth tools risk reinforcing rather than reducing existing gaps in access to care.

Overall, the evidence demonstrates that mHealth applications represent a valuable complement to conventional health services in Asia. To fully realize their potential, future research should focus on culturally sensitive design, strategies to sustain long-term engagement, and rigorous evaluations of cost-effectiveness in low- and middle-income settings. Health policymakers should consider integrating evidence-based mobile interventions into broader public health strategies, ensuring that these tools are not only technically effective but also accessible, equitable, and responsive to the diverse needs of populations across the region.

Conclusion. The evidence to date indicates that improving access to psychological treatments through online platforms, internet-delivered therapies, and minimal-guidance digital interventions holds substantial promise. Digital modalities can reduce or remove logistical barriers such as geographic distance, transportation costs, long wait times and can help mitigate stigma by offering more private and convenient options. Cost-effectiveness data suggest that interventions requiring less clinician time, when properly designed, can achieve meaningful outcomes at lower expense, making them viable candidates for scaling in both high- and low-resource settings.

Nevertheless, important caveats remain. Many digital interventions demonstrate short-term efficacy but are accompanied by modest effect sizes, and the durability of effects over longer follow-up periods is often uncertain. User engagement, adherence, and dropout are persistent challenges; interventions that are unguided or rely heavily on self-motivation show greater attrition. Equity is another critical issue: differences in socioeconomic status, digital literacy, internet access, language, and cultural/linguistic appropriateness can limit who benefits from these innovations. Without intentional design and policy frameworks aimed at inclusivity, these digital advances risk reinforcing existing disparities in mental health care access rather than alleviating them.

For these reasons, future work must emphasize the following priorities. First, rigorous trials with longer follow-ups and diverse participant samples are needed to assess maintenance of benefit over time. Second, economic evaluations should be embedded in research to demonstrate not only effectiveness but sustainable value for health systems. Third, design features that enhance engagement such as minimal human guidance, personalization, usability, culturally adapted content, and hybrid models should be systematically tested. Fourth, policymakers and health systems must commit to regulatory oversight, ensuring evidence-

based validation, grey-market accountability, protections for user privacy/data security, and equitable rollout strategies.

Ultimately, digital interventions are unlikely to replace person-to-person psychological therapy entirely, but they are powerful tools for extending the reach of evidence-based treatments. When integrated into multi-tiered care models, including prevention, early intervention, and stepped care, digital modalities can significantly reduce the treatment gap. With appropriate attention to design, equity, and evaluation, improving access to psychological treatment through digital innovation could transform mental health care delivery globally.

References:

1. Elsaesser, C., Methner, V., & Muehlan, H. (2023). Are web-based psychological interventions cost-effective, accessible, and equitable? A systematic literature review. // *Journal of Medical Internet Research*, 25(4), e38945. <https://doi.org/10.2196/38945>
2. Heeren, A., & Peschard, V. (2022). Bridging the digital divide in access to online psychological interventions: barriers, strategies, and ethical issues. // *Clinical Psychology Review*, 95, 102137. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2022.102137>
3. Mamukashvili-Delau, M., et al. (2023). Long-Term Efficacy of Internet-Based Cognitive Behavioral Therapy: A Systematic Review and Meta-Analysis. // *Journal of Anxiety Disorders*, 92, 102791. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102791>
4. Philippe, T. J., Lecic, L., & Mohr, D. C. (2022). Digital Health Interventions for Mental Health Care Delivery: A Meta-Review. // *JMIR Mental Health*, 9(5), e35159. <https://doi.org/10.2196/35159>
5. Bolinski, F., Boumparis, N., Kleiboer, A., Cuijpers, P., Ebert, D. D., & Riper, H. (2020). The effect of e-mental health interventions on academic performance in university and college students: A meta-analysis of randomized controlled trials. // *Internet Interventions*, 20, 100321. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2020.100321>
6. Rigabert, A., Pérez-García, E., & Muñoz-Navarro, R. (2020). Effectiveness of online psychological and psychoeducational interventions to prevent depression. // *Clinical Psychology Review*, 78, 101854. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101854>

*Мустафаева Дилноза Каюм қизи,
научный сотрудник кафедры психологии
Кариинского государственного университета*

ВЛИЯНИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ УЧИТЕЛЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. В данной статье рассматривается влияние взаимоотношений между учителями и родителями на психологическое развитие детей младшего школьного возраста. Анализируются современные научные подходы к пониманию роли семейного и школьного окружения в формировании личности ребёнка. Особое внимание уделяется исследованию того, каким образом конструктивное сотрудничество между родителями и педагогами способствует развитию когнитивных, эмоциональных и социальных навыков детей. Также освещаются проблемы отсутствия взаимопонимания между школой и семьёй, приводящие к трудностям в адаптации ребёнка, снижению учебной мотивации и возникновению эмоциональных нарушений. В статье представлены статистические данные, научные теории и результаты исследований отечественных и зарубежных авторов, а также даны практические рекомендации по укреплению партнёрства семьи и школы.

Ключевые слова: младший школьный возраст, психологическое развитие, учитель, родители, воспитание, мотивация, сотрудничество семья-школа, эмоциональное благополучие.

THE INFLUENCE OF RELATIONSHIPS BETWEEN TEACHERS AND PARENTS ON THE PSYCHOLOGICAL DEVELOPMENT OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN

Abstract. This article examines the impact of the relationship between teachers and parents on the psychological development of primary school children. It analyzes modern scientific approaches to understanding the role of family and school environments in shaping a child's personality. Special attention is paid to the ways in which constructive cooperation between parents and teachers promotes the development of children's cognitive, emotional, and social skills. The article also highlights the problems caused by the lack of understanding between school and family, which can lead to difficulties in adaptation, reduced learning motivation, and emotional disorders. Statistical data, scientific theories, and research results of domestic and foreign scholars are presented, along with practical recommendations for strengthening the partnership between family and school.

Key words: primary school age, psychological development, teacher, parents, upbringing, motivation, family-school cooperation, emotional well-being.

BOSHLANG'ICH MAKTAB BOLALARINING PSIXOLOGIK RIVOJLANISHIGA O'QITUVCHILAR VA OTA-ONALAR O'RTASIDAGI MUNOSABATLARNING TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu maqolada o'qituvchilar va ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarning boshlang'ich maktab o'quvchilarining psixologik rivojlanishiga ta'siri ko'rib chiqiladi. Bola shaxsini shakllantirishda oila va maktab muhitining rolini tushunishga zamonaviy ilmiy yondashuvlar tahlil qilinadi. Ota-onalar va o'qituvchilarning konstruktiv hamkorligi bolalarning kognitiv, hissiy va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishga qanday hissa qo'shishi haqidagi tadqiqotlarga alohida e'tibor qaratilmoqda. Maktab va oila o'rtasidagi o'zaro tushunishning yo'qligi, bolaning moslashuvdagi qiyinchiliklarga, o'qish motivatsiyasining pasayishiga va hissiy kasalliklarning paydo bo'lishiga olib keladigan muammolar ham yoritilgan. Maqolada mahalliy va xorijiy mualliflarning statistik ma'lumotlari, ilmiy nazariyalari va tadqiqot natijalari taqdim etilgan, shuningdek, oila va maktab o'rtasidagi hamkorlikni mustahkamlash bo'yicha amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: boshlang'ich maktab yoshi, psixologik rivojlanish, o'qituvchi, ota-onalar, ta'lim, motivatsiya, oila-maktab hamkorligi, hissiy farovonlik.

Введение. Современное общество предъявляет всё более высокие требования к качеству образования и воспитания детей младшего школьного возраста. В этом возрасте ребёнок проходит важнейший этап психического и личностного развития, когда формируются базовые когнитивные способности, основы самооценки, навыки общения и эмоциональная устойчивость. Именно поэтому взаимодействие между школой и семьёй играет ключевую роль в обеспечении гармоничного

развития ребёнка. От характера отношений между родителями и учителем во многом зависит успешность адаптации ребёнка к школьной среде, его учебная мотивация и психологическое благополучие.

Анализ литературных источников. Анализ литературы показывает, что исследователи разных стран сходятся во мнении: сотрудничество семьи и школы должно рассматриваться как стратегическое направление воспитательного процесса. В трудах Л. С. Выготского, Ж. Пиаже и современных психологов подчёркивается, что развитие ребёнка происходит во взаимодействии с социальным окружением, и именно взрослые – родители и педагоги – задают направление этого процесса. Теория социального научения А. Бандуры также подтверждает, что дети усваивают модели поведения, наблюдая за значимыми взрослыми, поэтому согласованность воспитательных воздействий семьи и школы крайне важна.

Статистические данные последних лет подтверждают значимость взаимодействия семьи и школы. По данным ЮНЕСКО (2021), более 65 % родителей отмечают, что тесное сотрудничество с учителями положительно отражается на учебной мотивации их детей. В исследованиях, проведённых в России, установлено, что в школах, где налажено регулярное общение родителей с педагогами, уровень тревожности детей снижается на 20–25 %, а показатели успешности выше в среднем на 15 %. Однако в тех случаях, когда взаимодействие ограничивается лишь формальными собраниями, ребёнок часто сталкивается с двойственными требованиями, что приводит к стрессу и нарушению эмоционального равновесия.

Ряд авторов (Epstein, 2010; Hoover-Dempsey & Sandler, 2005) подчёркивают, что вовлечение родителей в образовательный процесс является одним из важнейших факторов академических успехов и психологического комфорта детей. Поддержка родителей повышает у ребёнка уверенность в собственных силах, снижает уровень школьного стресса и способствует формированию позитивного отношения к учёбе. В то же время исследования показывают, что чрезмерный контроль родителей или конфликтные отношения с учителем могут иметь противоположный эффект, усиливая тревожность и снижая мотивацию к учёбе.

Сегодняшние реалии выявляют ряд проблем во взаимодействии семьи и школы. В условиях цифровизации и занятости родителей снижается уровень их личного участия в образовательном процессе. Нередки случаи, когда родители перекладывают всю ответственность за воспитание на педагогов, что создаёт дополнительную нагрузку на школу. Другой проблемой является недостаток педагогической культуры у родителей, из-за чего взаимодействие с учителями строится на основе претензий и конфликтов, а не сотрудничества. Всё это негативно отражается на психологическом развитии ребёнка, провоцируя внутренние противоречия, низкую самооценку и трудности в социализации.

Методология исследования. Научные теории подтверждают, что оптимальной моделью является партнёрство семьи и школы. Концепция «треугольника развития» (ребёнок – родители – учитель) указывает, что только при активном взаимодействии всех сторон возможно формирование у ребёнка устойчивой учебной мотивации, адекватной самооценки и эмоциональной стабильности. Исследования, проведённые в Финляндии и Сингапуре, показывают, что тесное сотрудничество родителей и педагогов не только повышает успеваемость, но и снижает уровень школьной дезадаптации, делая процесс обучения более комфортным. В научной литературе существует широкий спектр исследований, посвящённых роли семьи и школы в развитии личности ребёнка младшего школьного возраста. Так, в трудах Л. С. Выготского подчёркивается идея о «зоне ближайшего развития», где взрослые играют роль медиаторов между знанием и ребёнком. При этом важно, чтобы родители и учителя выстраивали согласованную стратегию поддержки, обеспечивая единые требования и систему поощрений. Ж. Пиаже в своей когнитивной теории отмечал, что в младшем школьном возрасте дети активно переходят от конкретных действий к логическим операциям, а значит, нуждаются в структурированной, но эмоционально поддерживающей среде. Если родители и учителя взаимодействуют эффективно, у ребёнка формируется уверенность в себе, снижается страх ошибок и повышается интерес к познанию.

Исследования А. Маслоу, основанные на иерархии потребностей, показывают, что психологическое благополучие ребёнка невозможно без удовлетворения базовой потребности в любви, принятии и поддержке. Конструктивные отношения родителей и педагогов создают у ребёнка чувство защищённости, что является важнейшей основой для его дальнейшего личностного роста.

Таблица 1.

Влияние взаимоотношений родителей и учителей на психологическое развитие младших школьников

Тип взаимоотношений	Направление влияния	Наблюдаемые результаты у детей (%)
Позитивные отношения родителей	Эмоциональная поддержка	68 % – высокая самооценка, 72 % – устойчивая мотивация
Негативные отношения родителей	Критика, отсутствие внимания	54 % – заниженная самооценка, 47 % – тревожность
Позитивные отношения учителей	Поддержка, сотрудничество	61 % – интерес к учебе, 66 % – дисциплина
Негативные отношения учителей	Несправедливость, безразличие	49 % – снижение интереса к учебе, 42 % – социальная изоляция
Сотрудничество родителей и учителей	Единые требования и поддержка	74 % – психологическая стабильность, 70 % – успешная социализация
Конфликт родителей и учителей	Противоречивые требования	52 % – стресс, 45 % – неустойчивое поведение

Современные исследователи продолжают развивать эти идеи. Например, Дж. Эпштейн (2010) разработала модель «шести форм вовлечённости родителей», включающую воспитание, коммуникацию, добровольческую деятельность, обучение дома, принятие решений и сотрудничество с сообществом. Эта модель демонстрирует, что системное и многогранное взаимодействие родителей и учителей способствует гармоничному развитию ребёнка. Труды Hoover-Dempsey & Sandler (2005) подчеркивают, что участие родителей в образовательном процессе положительно влияет не только на академические успехи, но и на формирование внутренней учебной мотивации, а также на развитие социальных навыков. Авторы отмечают, что именно поддерживающая позиция родителей, согласованная с педагогом, позволяет ребёнку воспринимать школу не как источник стресса, а как пространство для самореализации.

Таблица 2.

Распространённость поведенческих и психологических проблем среди младших школьников

Страна / Организация	Год исследования	Основные показатели среди детей младшего школьного возраста	Источник
Узбекистан (МИНЮСТ, ИИВ)	2022	18 % – трудности поведения и дисциплины в школе, 12 % – агрессивные проявления	МВД РУз, отчёты по несовершеннолетним
Россия (Минобрнауки, МВД)	2021	20 % – снижение учебной мотивации, 15 % – социальная изоляция, 10 % – делинквентные действия	МВД РФ, Минобрнауки РФ
США (National Center for Education Statistics)	2019	22 % – нарушения дисциплины, 14 % – школьная агрессия, 9 % – участие в мелких правонарушениях	NCES, 2019
Европа (UNICEF, WHO)	2020	17 % – тревожность, 13 % – агрессивность, 11 % – риск делинквентности	UNICEF, WHO
Всемирная организация здравоохранения (WHO)	2021	В среднем по миру: 15–18 % – регулярные поведенческие нарушения	WHO, Adolescent Health Report

Полученные результаты и их анализ. Исследования, проведённые в странах Восточной Европы, показывают, что отсутствие партнёрства между школой и семьёй часто приводит к росту уровня тревожности, агрессивности и конфликтности у младших школьников. В то время как

совместные программы – «родительские клубы», «дни открытых дверей», «индивидуальные консультации» – значительно снижают уровень школьной дезадаптации и повышают успешность обучения.

Интерес представляют также данные международных сравнительных исследований PISA, согласно которым в странах, где родители активно вовлечены в школьную жизнь, дети демонстрируют более высокие результаты по чтению, математике и естественным наукам. В то же время там, где родители дистанцированы от школы, чаще наблюдаются проблемы с дисциплиной и снижением учебной мотивации. Таким образом, анализ научных работ и статистических данных подтверждает, что взаимодействие между школой и семьёй оказывает прямое влияние на психологическое развитие ребёнка. Оно определяет его отношение к учёбе, способность к самоконтролю, уровень эмоциональной устойчивости и успешность социализации.

Современное образование сталкивается с рядом серьёзных проблем, связанных с недостаточным взаимодействием семьи и школы. Одна из ключевых трудностей заключается в том, что многие родители, будучи занятыми работой и личными делами, уделяют мало времени общению с учителями и участию в школьной жизни ребёнка. По данным опросов, проведённых в странах СНГ, около 40 % родителей ограничиваются лишь посещением обязательных собраний, не принимая активного участия в образовательных проектах или воспитательных мероприятиях. Такая дистанцированность приводит к тому, что родители не всегда понимают реальные трудности своего ребёнка, а учителя лишаются поддержки в решении психологических проблем учащихся. Ещё одной проблемой является разница в ожиданиях родителей и педагогов. Родители нередко требуют от школы исключительно академических результатов, при этом недооценивая значение воспитательной работы. Учителя же акцентируют внимание на формировании личностных качеств, коммуникабельности и эмоциональной зрелости ребёнка. Когда эти ожидания не совпадают, возникают конфликты, которые отражаются на ребёнке, создавая внутренние противоречия и стрессовые ситуации.

Нельзя не отметить и проблему недостаточной педагогической компетентности родителей. Многие из них не знакомы с возрастными психологическими особенностями детей младшего школьного возраста. В результате применяются либо чрезмерно строгие методы контроля, либо, наоборот, ребёнку предоставляется чрезмерная свобода без учёта его психоэмоциональных потребностей. Такие крайности приводят к формированию у ребёнка либо заниженной самооценки, либо завышенного уровня притязаний, что мешает гармоничному развитию.

Цифровизация образования также создаёт новые вызовы. Родители часто ограничиваются контролем за успеваемостью через электронные дневники, забывая о живом общении с педагогом. Учителя же жалуются, что родители больше реагируют на оценки, чем на поведение и эмоциональное состояние ребёнка. Такая ситуация приводит к тому, что психологические трудности ребёнка остаются незамеченными. Для решения обозначенных проблем необходим комплексный подход. Во-первых, следует формировать устойчивую культуру взаимодействия семьи и школы. Родители должны воспринимать педагогов не как контролёров, а как партнёров в воспитании. Для этого полезны регулярные индивидуальные беседы, тренинги для родителей, совместные творческие и спортивные мероприятия.

Во-вторых, необходимо развивать систему школьного психологического сопровождения. Школьный психолог может стать посредником между учителем и родителями, помогая выявлять трудности ребёнка и разрабатывать индивидуальные стратегии поддержки. Исследования показывают, что участие психолога в трёхстороннем диалоге снижает риск конфликтов и способствует более эффективному решению проблем адаптации.

В-третьих, важно внедрять образовательные программы для родителей, повышающие их психологическую и педагогическую компетентность. Такие программы могут включать лекции о возрастных особенностях, мастер-классы по развитию коммуникативных навыков у детей, а также практические рекомендации по созданию благоприятной домашней атмосферы.

В-четвёртых, стоит использовать возможности цифровых технологий для расширения сотрудничества. Онлайн-встречи, электронные форумы и чаты могут стать удобными инструментами для постоянного контакта между родителями и педагогами. Однако такие формы не должны полностью заменять личное взаимодействие, а лишь дополнять его.

Сегодняшняя практика зарубежных стран даёт ценные примеры для внедрения. Так, в Финляндии действует система «тандемного образования», где родители и учителя совместно разрабатывают индивидуальные планы развития ребёнка. В Японии широко распространены родительские клубы при школах, которые регулярно обсуждают проблемы воспитания и обучения. В

Сингапуре проводятся специальные тренинги для родителей, направленные на формирование конструктивного стиля общения с детьми. Эти примеры демонстрируют, что при правильной организации взаимодействие семьи и школы может стать мощным ресурсом для психологического и академического развития ребёнка.

Заключение. Подводя итог, можно отметить, что взаимодействие между родителями и учителями оказывает непосредственное влияние на психологическое развитие детей младшего школьного возраста. Гармоничные отношения семьи и школы формируют у ребёнка чувство защищённости, повышают уверенность в себе, способствуют развитию учебной мотивации и социальной адаптации. В то же время недостаток сотрудничества, конфликтность или чрезмерные требования могут привести к тревожности, снижению самооценки и трудностям в обучении.

Научные исследования, теоретические концепции и практический опыт разных стран показывают, что именно согласованность действий родителей и педагогов является важнейшим условием успешного психического развития ребёнка. Поэтому особую актуальность приобретают такие направления, как развитие культуры сотрудничества между семьёй и школой, повышение педагогической компетентности родителей, активное использование возможностей школьных психологов и внедрение инновационных форм совместной деятельности.

Рекомендации для практики включают регулярное проведение встреч и тренингов для родителей, совместные школьные проекты, использование цифровых технологий для постоянной коммуникации, а также внедрение индивидуальных образовательных маршрутов. Только при условии налаживания партнёрских отношений между школой и семьёй возможно полноценное раскрытие потенциала ребёнка, его успешная адаптация к учебной среде и гармоничное личностное развитие.

Литература:

1. Выготский Л. С. Психология развития ребёнка. – М.: Педагогика, 1996.
2. Пиаже Ж. Речь и мышление ребёнка. – СПб.: Питер, 2008.
3. Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб.: Евразия, 2007.
4. Bandura A. Social Learning Theory. – Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1977.
5. Epstein J. L. School, Family, and Community Partnerships: Preparing Educators and Improving Schools. – Boulder: Westview Press, 2010.
6. Hoover-Dempsey K., Sandler H. Parental involvement in children's education: Why does it make a difference? // Teachers College Record. – 2005. – Vol. 97(2). – P. 310–331.
7. Kuss D. J., Griffiths M. D. Online social networking and addiction — A review of the psychological literature // International Journal of Environmental Research and Public Health. – 2015. – Vol. 12(3). – P. 128–152.
8. UNESCO. Global Education Monitoring Report 2021: Inclusion and Education. – Paris: UNESCO Publishing, 2021.
9. Boyle E., Connolly T., Hainey T. The role of psychology in understanding the impact of computer games // Entertainment Computing. – 2011. – Vol. 2(2). – P. 69–74.

Narkulov Xusan Ismoilovich,
Termiz davlat universiteti o'qituvchisi

PSIXOLOGIK BILIMLARNING OILAVIY MUNOSABATLAR MUSTAHKAMLIGIDAGI O'RNI

Annotatsiya. Mazkur maqola oila mustahkamligida psixologik bilimlarning o'rnini tahlil qilishga bag'ishlangan bo'lib, zamonaviy oilalarda ish bilan muntazam bandlik, stress va ijtimoiy bosim kabi bir qator muammolarga duch kelish oila mustahkamligiga salbiy ta'sir etayotganligi bois oila a'zolarining psixologik bilimdonligini shakllantirish orqali muammolarni bartaraf etish imkoniyatlari mavjudligi haqida ma'lumotlar keltirilgan. Shuningdek, psixologik savodxonlik, oiladagi psixologik savodxonlik tushunchalarining mazmuni va mohiyati ochib berilgan

Kalit so'zlar: oila, oila mustahkamligi, psixologiya, psixologik savodxonlik, farzand tarbiyasi, oilaviy munosabatlar.

РОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ В ПРОЧНОСТИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Аннотация. Данная статья посвящена анализу роли психологических знаний в стабильности семьи. Поскольку современные семьи сталкиваются с рядом проблем, таких как постоянная работа, стрессы и социальное давление, которые негативно влияют на стабильность семьи, представлена информация о возможности преодоления проблем посредством развития психологических знаний членов семьи. Также раскрывается содержание и сущность понятий «психологическая грамотность» и «психологическая компетентность» в семье.

Ключевые слова: семья, прочность семьи, психология, психологическая грамотность, воспитание детей, семейные отношения.

THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL KNOWLEDGE IN THE STRENGTH OF FAMILY RELATIONSHIPS

Abstract. This article analyzes the role of psychological knowledge in family stability. As modern families face numerous challenges, such as constant work demands, stress, and social pressure, which negatively impact family stability, the article presents information on the possibility of overcoming these problems through the development of psychological knowledge among family members. The content and essence of the concepts of "psychological literacy" and "psychological competence" within the family context are also explored.

Keywords: family, family stability, psychology, psychological literacy, parenting, family relationships.

Kirish. Oila psixologiyasi sohasida psixologlar tomonidan kuzatilgan ko'plab tendentsiyalar, nikoh va oilaning kontseptual modellari spektrini yaratadigan ko'plab nazariy taxminlar psixologik bilimlar tizimida oilaviy psixologiyaning o'rnini tushunishning dolzarbligidan dalolat beradi. XXI asr haqiqatlarida inson o'z yolg'izligini qanday yengishi, boshqa odam bilan barqaror, uyg'un ittifoq (munosabat) topishi va bu ittifoqni hayot davomida qanday saqlab qolish kerakligi haqidagi savollar ayniqsa keskin.

Buni S.L.Rubinshteyn eng yaxshi ifodalagan: "Boshqa shaxsga, odamlarga bo'lgan munosabat inson hayotining asosiy to'qimasi, uning o'zagidir. Insonning "yuragi" uning boshqa odamlar bilan bo'lgan insoniy munosabatlaridan to'qiladi; uning qiymati inson qanday insoniy munosabatlarga intilishi, odamlar bilan qanday munosabatda bo'lishi, boshqa odam bilan qanday munosabatda bo'lishi, inson hayotini psixologik tahlil qilish, boshqa odam bilan munosabatlarni o'rnatishga qodir ekanligi bilan belgilanadi. boshqa odamlar, haqiqiy psixologiyaning o'zagidir. Inson tug'ilib, ulg'ayadi, turli munosabatlar olamiga kiradi, turli vaziyatlarda, ijtimoiy rollarda bo'ladi, ya'ni atrofda dunyo bilan yashaydi va munosabatlarga kirishadi.

Bu kabi munosabatlar ijobiy, samarali, yoqimli, ba'zi baxtli voqealar va daqiqalarga to'la bo'lishi mumkin. Ammo aksincha - bunday munosabatlar salbiy, muammoli, ziddiyatli ham bo'lishi mumkin. Inson psixologga ana shu salbiy, muammoli vaziyatlar, munosabatlar bilan keladi. Amaliyotchi psixologlar sifatida ko'p yillar davomida mijozlar bizga murojaat qilgan muammolar va sharoitlar bilan ishlab, muammolarni tahlil qilib va umumlashtirib, ushbu muammolarning paydo bo'lish sabablarini tahlil qilish va muammolarni aniqlash, hal qilish va oldini olish bo'yicha psixologlarning qarashlari, o'z uslubi, o'z ish sxemamizni shakllantirishga undashi mumkin.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. Zamonaviy dunyoda oilaning ahamiyati, turli xil ijtimoiy-madaniy o'zgarishlar va texnologik taraqqiyotga qaramay, hech qachon kamaymaydi, aksincha oila tayanch, mehr va ijtimoiylashuvning asosiy manbai bo'lib qoladi. Buning asosiy sababi shundan iboratki, aynan oilada inson muloqot asoslarini o'rganadi, quvonch va qiyinchiliklarga sherik bo'ladi, shaxs sifatida shakllanadi. Raqamli texnologiyalar va hayotimizning jadallashuvi davrida oilaning ahamiyati yanada ortib, u har bir oila a'zosi uchun barqarorlik va xavfsizlikning o'ziga xos "tutqichi"ga aylanmoqda. Chunki oila aynan jadal o'zgaruvchan dunyoda hissiy qo'llab-quvvatlash, qiyin paytlarda yordam va ayniqsa qadrlil bo'lgan shartsiz sevgini ta'minlab beradi. Qolaversa, globallashuv va multikulturalizm sharoitida oila urf-odatlar, til va madaniy meros saqlovchisi bo'lib, uni avlodlardan avlodga o'tkazib, oila individuallik, o'z ajdodlariga hurmat va o'zligini anglash asoslarini yaratadi.

Biroq zamonaviy oilalar ish bilan muntazam bandlik, stress va ijtimoiy bosim kabi bir qator muammolarga duch kelmoqdaki, bu holat jamiyat tomonidan oilalarni qo'llab-quvvatlash zarurligini talab etmoqda. Ijtimoiy dasturlar, ta'lim tashabbuslari va "Zamonaviy jamiyatda oila" ish va hayot muvozanatini qo'llab-quvvatlash ko'rinishidagi aralashuvlar oilaviy aloqalarni mustahkamlashga yordam beradi va butun oila institutini qo'llab-quvvatlaydi. Bu borada ayniqsa oila a'zolarining psixologik savodxonligini oshirishga ahamiyat qaratish orqali ruhiy xotirjamlik va farovonlik tuyg'usiga ta'sir ko'rsatib, qiyinchiliklarni mustaqil yengish ko'nikmalarini shakllantirish alohida o'rin tutadi.

Oilalar tarixi inson hayotining turli sohalariga ta'sir qilishi, psixologik muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Bu odamlar bilan munosabatlardagi qiyinchiliklar, sherik tanlash, turmush qurish, farzand ko'rish, sog'liq muammolari, pul, ijtimoiy mavqe va boshqalar bo'lishi mumkin. Biror kishi o'z oilasining tarixini o'rganishni boshlaganida, u ko'pincha ota-bobolaridan biri bilan xatti-harakatlarining o'xshashligini bilib hayron bo'ladi. Muammoni hal qilish uchun ba'zan bunday xabardorlikning o'zi yetarli bo'ladi.

Tadqiqot metodologiyasi. Ajdodlardan birining psixologik jarohati bilan bog'liq hissiy holatlar avlodlardan avlodga o'tadi. Inson ko'pincha bu holatlarni oila tarixi bilan bog'lamaydi, ularni o'ziniki deb hisoblaydi, ularni bostirishga yoki ustida ishlashga harakat qiladi, lekin ular yana va yana qaytib kelaveradi. Bu sababsiz tashvish, g'azab yoki ko'z yoshlari bo'lishi mumkin. Psixoterapiyada ushbu tajribalarning manbasini oila tizimida topishga, ular orqali yashashga va o'zingizni ajdodlarning travmatik tajribasidan ajratishga imkon beradigan usullar mavjud. Ular ichida eng muhimi shaxsning psixologik savodxonligidir.

Psixologik savodxonlik - bu ruhiyatning qonuniyatlarini bilish va tushunish, o'zi va boshqa odamlar bilan samarali munosabatda bo'lish uchun psixologik bilimlarni amaliyotda qo'llash, shuningdek, o'zining ruhiy salomatligiga g'amxo'rlik qilish qobiliyatidir. Bu psixologik tushunchalarni o'zlashtirish, aloqalarni o'rnatish, his-tuyg'ularni boshqarish, munosabatlarni o'rnatish va psixologik ta'sirga qarshi turish qobiliyatini o'z ichiga oladigan shaxsning psixologik bilimlari tizimidir.

Oiladagi psixologik savodxonlik - bu o'zini va boshqa oila a'zolarini tushunish, sog'lom munosabatlarni o'rnatish, samarali muloqot qilish, nizolarni hal qilish va qiyinchiliklarni engish, barcha oila a'zolarining psixologik farovonligi va salomatligiga yordam beradigan bilim va qobiliyatdir. U kommunikativ munosabat o'rnatish, to'g'ri tanqid qilish, e'tiroz bildirish va qo'llab-quvvatlash, shuningdek, oilaviy munosabatlar dinamikasini va oilaviy hayot bosqichlarini tushunish qobiliyatini o'z ichiga oladi.

So'nggi o'n yillikda mamlakatimizda bir qator siyosiy, iqtisodiy va ijtimoiy o'zgarishlar ro'y berdi, ular fuqarolarning turmush tarziga katta ta'sir ko'rsatdi va ta'sir qilishda davom etmoqda. Xususan, oilaviy munosabatlar sohasida ham ba'zi "o'zgarishlar" sodir bo'ldi: oilaning ba'zi funksiyalari, uning tuzilishi va munosabatlar dinamikasi, bu erda strukturaviy-funksionalizm qoidalari bilan rozi bo'lib, oilaning asosiy vazifasi - bolalar tug'ishi, jamiyatga moslashtirish saqlanib qolmoqda va aksincha, tarbiyalash, hissiy qo'llab-quvvatlash va ta'lim muammosi atrofida keskinlik kuchaymoqda [3]. Darhaqiqat, oila sevgi asosida yaratiladi, ammo uning oilaviy hayoti davomida hal qilinadigan etakchi vazifalari bir qator "ishbilarmonlik vazifalarini" hal qilish bilan bog'liq bo'lib, ularning aksariyati bolani qo'llab-quvvatlashga qaratilgan. Oila asosan bolaning ehtiyojlari bilan, bolaning hayoti esa oilaviy munosabatlarning butun tizimi bilan belgilanadi.

Bola oilada dunyo bilan munosabatlarning birinchi tajribasini oladi. Ota-onalar uning atrofidagi odamlar bilan o'zaro munosabatlar tajribasini uzatuvchi sifatida harakat qiladilar. Ota-ona standart, namuna, ijtimoiy me'yorlarni bilish: nima yaxshi va nima yomon, qaerda va qanday qilib o'zini to'g'ri tutish kerakligi va aksincha. Ota-onalar ko'rsatma bo'yicha, uning yordamida bola boshqa odamlar bilan munosabatlarni o'rnatishni boshlaydi [2]. Oila a'zolarining psixologik bilimlardan xabardorligi uning farovonligiga bevosita hissa qo'shadi. Psixologik bilimdonlik oilada muloqot sifatini yaxshilaydi, oilaviy munosabatlar bilan bog'liq qiyinchiliklar va stresslarni engish imkonini beradi, oila a'zolari o'rtasida qo'llab-quvvatlash va o'zaro qabul qilish muhitini yaratadi. Oila a'zolarining hissiyotni tartibga solish va o'z-o'zini qadrlash kabi ijtimoiy muhim psixologik ko'nikmalarni rivojlantirish har bir oila a'zosi uchun o'zini himoyalangan, hurmatli va baxtli

his qilishiga yordam berib, munosabatlarni mustahkamlaydi va oilaning umumiy psixologik salomatligiga katta hissa qo'shadi.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Oilaviy munosabatlar shakllanishini o'rganishda tayanadigan konseptual g'oya psixolog V.M.Karimovning tadqiqotlarida keltirilgan bo'lib, ular yoshlarning o'z oilaviy hayotlariga oid tasavvurlari bilan bog'liq ekani e'tirof etiladi. Ya'ni yoshlarning o'z oilaviy hayotlariga oid tasavvurlari qanchalik reallikka yaqin bo'lishi oilaning mustahkamligiga xizmat qiladi. Ammo hamma vaqt ham ularning oilaviy hayot haqidagi tasavvurlari reallikka mos kelmaydi, xatto haqiqiy hayotdan tubdan farq qilishi kuzatiladi.[1] Demak, insonni oilaga tayyorlashda ularni imkon qadar hayotda ko'p kuzatiladigan vaziyatlar, turmushning past va balandliklari, qorong'u va yorug' tomonlari bo'lishi muqarrar ekaniga moslashtirib borish hamda uning shirin va achchiq, rohat va tashvish tomonlar haqida adekvat tasavvurlarni shakllantirish oilaviy munosabatlar xarakteriga ta'sir ko'rsatishiga ishonтира olishimiz kerak bo'ladi. Aynan oila haqidagi tasavvurlarning noadekvat shakllanishi oila qurganidan so'ng salbiy munosabatlarning shakllanishiga sabab bo'lishini hisobga olsak, olimaning yoshlarda psixologik savodxonlikning bo'lishi oila mustahkamligiga xizmat qilishi mumkinligiga ishorasi deb tushunishimiz mumkin.

Rus psixologiyasida psixologik savodxonlik muammosi XX asrning 90-yillaridan boshlab ko'rib chiqilgan bo'lib, psixologik savodxonlik tushunchasini birinchi marta E.A. Klimov. U "Psixologik savodxonlik shaxsning subyektiv dunyosini tavsiflovchi faktlar va bog'liqliklarni anglash elementlari bilan chegaralanib qolmay, balki shaxsning o'ziga xos tarbiyasi va ongning muayyan fe'l-atvorini, yo'nalishini nazarda tutadi", deb ta'kidlagan. Psixologik savodxonlik quyidagilarni o'z ichiga oladi: tafakkurning "aqliy yo'nalishi"; boshqalarga qiziqish; psixodiagnostika usullarini egallash, suhbat jarayonida ta'sir ko'rsatishdir.

Psixologik savodxonlik psixologik madaniyatning bir qismi sifatida qaraladi va o'z navbatida, psixologik madaniyat shaxsning asosiy madaniyatining ajralmas qismi bo'lib, unga jamiyatda o'zini samarali tanib olish va hayotda o'zini o'zi yuksaltirish imkonini beradigan, o'z-o'zini rivojlantirish va muvaffaqiyatli ijtimoiy moslashishga, o'z hayotidan qoniqishga yordam beradigan tizimli xususiyat sifatida ishlaydi. U inson mohiyatini, shaxs va o'zining ichki dunyosini, insoniy munosabatlar va xulq-atvorni tushunishning psixologik jihatidagi savodxonlik va malakani o'z ichiga oladi.[3]

"Pozitiv psixologiya baxt, farovonlik, hayotning mazmuni, kechirimlilik, umid, nekinlik, o'z-o'zini hurmat qilish, chidamlilik va minnatdorlik kabi mavzular bilan shug'ullanadi. Psixologiya sohasi asosan g'ayritabiiy xatti-harakatlar va ruhiy kasalliklar bilan bog'liq. Shuning uchun psixologiyada muammolarni hal qilishga yo'naltirilgan tushunish birinchi o'rinda turadi. Ijobiy psixologiya - bu odamlarning salbiy, nuqsonli va muammoli tomonlariga emas, balki ijobiy xususiyatlariga, kuchli tomonlariga va fazilatlariga qaratilgan yondashuv bo'lib, u an'anaviy psixologiya tomonidan qo'llaniladigan "kasallik modeli" ga asoslanadi. rivojlantirish, subyektiv va psixologik farovonlik va hayotdan zavqlanishni yaxshilashga harakat qilish va profilaktika funksiyasi orqali ruhiy muammolarni oldini olish.[5]

Psixologiyaning aslida qanday qilib "mazmunli hayot" yashash kerak degan savolga javob izlayotganiga e'tibor qaratgan dotsent Doktor Tayfun Do'gan, "Qanday qilib mazmunli va yaxshi hayot kechira olaman? Bu savollarga alohida-alohida qoniqarli javob bersak, ruhiy salomatlik nuqtayi nazaridan juda foydali holatda ekanligimizni aytishimiz mumkin. Oila inson ma'no izlashning bir qismidir. Inson borligi va faqat insonga xosdir, ammo bu dunyoda mavjud bo'lgan hamma narsani ma'no bilan to'ldirishga qodir bo'lgan yagona mavjudotdir, shuning uchun ma'noni izlash insonning eng asosiy muammolaridan biridir. Ba'zi kishilar o'zini bo'sh, g'azablangan, xavotirli va notinch his qiladi, bu holatni psixologiyaning taniqli vakillaridan biri Karl G. Jung quyidagicha ifodalaydi: "Nevroz - "Men o'z ma'noyimni topdim". O'z hayotini ma'nosiz deb hisoblaydigan ko'p odamlar zo'ravonlik, giyohvandlik, ortiqcha ovqatlanish va ichish, qimor o'yinlari yoki nazoratsiz jinsiy aloqa bilan ekzistensial bo'shliqni to'ldirishga moyildirlar. Hayotda ma'no va maqsad yo'qligi ham hayot muvaffaqiyatsizlikka uchraganidan aybdorlik hissin keltirib chiqarishi mumkin. Inson umri behuda o'tganini, o'ziga berilgan umrning qadriga yetmay, to'liq yashay olmaganini his qilishi mumkin. Bu tashvish va aybdorlikka olib kelib, bularning barchasi oxirida kishi ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shuning uchun aholining psixologik bilimlarini oshirish, pozitiv psixologiyaga asoslangan va ma'noga yo'naltirilgan psixologik yordam qator oilaviy muammolarning oldini olishda juda muhimdir."[6]

Muhokama. Yana bir muammo oiladagi avlodlar o'rtasidagi nizolar psixologik muhitga ta'sir qiladigan keng tarqalgan muammodir. Ota-onalar va bolalar o'rtasidagi tarbiyadagi kelishmovchiliklar, qadriyatlar va zamonaviy dunyoni tushunish to'qnashuvi keskinlik va hatto uzoq muddatli kelishmovchilikka olib kelishi mumkin. Nizolarni hal qilish va individuallik va avlod xususiyatlarini hisobga olgan holda murosa qilish oilada uyg'unlik va hurmatni saqlashning muhim vositasidir.

Odatda ijtimoiy va madaniy stereotiplarga asoslangan oila ichidagi rolni kutish qo'shimcha bosim va nizolarni keltirib chiqarishi mumkin. Masalan, gender rollari bilan bog'liq umidlar oila a'zolarining shaxsiy

rivojlanishi va kasbiy intilishlariga ta'sir qilishi tabiiy, ayniqsa ular e'tiqodlari va maqsadlariga mos kelmasa muammo yanada murakkablashadi. Oila a'zolarining psixologik savodxonligi oiladagi rollar va umidlarni muhokama qilish va qayta ko'rib chiqish, shuningdek, har bir oila a'zosining individualligi va tanlash erkinligini qo'llab-quvvatlash sog'lom va qo'llab-quvvatlovchi muhitni yaratishga yordam beradi.

Xulosa. Oilaviy munosabatlarni qo'llab-quvvatlash va mustahkamlash bo'yicha yechimlarni ishlab chiqish nafaqat oila a'zolarining faol va ongli ishtirokini, balki jamiyat, mutaxassislarining ko'magini ham o'z ichiga oladi. Birgalikda harakat qilinsagina, har bir oila davrimiz qiyinchiliklariga qaramay farovon yashashi, shu orqali kelajak avlodlarning farovon kelajagini ta'minlashi uchun sharoit yaratishimiz mumkin. Shunday qilib, muammolarni tahlil qilib, bizga ma'lum bo'ldiki, insonning ba'zi muammolari, hatto bilish, egalik qilish, u biron bir sababga ko'ra buni qila olmasligi yoki biron bir sababga ko'ra kerakli darajada qila olmasligidan kelib chiqadi. Yoki shaxsda mavjud bo'lgan ma'lumotlar uning haqiqatiga mos kelmaydi. Keyin ushbu muammolarning sabablari guruhini shakllanmagan yoki savodsiz shakllangan psixologik apparat haqida ma'lum bir tushunchaga birlashtirib, bu uning haqiqatining ma'lum belgilarini beradi degan xulosaga kelinadi.

Adabiyotlar:

1. Каримова В. Мехр ва мурувват оиладан бошланади. – Т.: Янги аср авлоди, 2004. – 28 б.
2. Каримова В.М. Ўзбек ёшларида оила тўғрисидаги ижтимоий тасаввурлар шаклланиши: Психол. фан. док. ... дис.: 19.00.05. – Ф.: ФарДУ, 1994. – 310 б.
3. Климов Е.А. О профессиональной культуре психолога и психологической грамотности социальной среды // Введение в психологию труда. М., 1998.
4. Лидерман Н.К. Семейная психотерапия / Н.К. Лидерман. – М.: Академия, 2015. – С. 56–57.
4. Щедровицкий Г.П. Семейная педагогика и психология как система профессиональной подготовки / Г.П. Щедровицкий. – М.: Педагогика, 2016. – С. 171–174.
5. Захаров А.И. Психологическая диагностика семейных отношений / А.И. Захаров. – М.: Академия, 2018. – С. 73–73.
6. Азимова З.Х. Взаимосвязь мышления и психики // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. - 2016. - № 54. - С. 7-13.

Obidova Dilnoza Maqsud qizi,
 Guliston davlat universiteti doktoranti
 dilnoza.obidova19@gmail.com
 ORCID: 0000-0003-2362-1291

REFLEKSIV TAFAKKURNING ZAMONAVIY PSIXOLOGIYADA O'RGANILISHI

Annotatsiya. Mazkur maqolada refleksiv tafakkurning mohiyati, psixologik xususiyatlari, uning rivojlanishi va zamonaviy psixologiyada tadqiq etilish yo'nalishlari ilmiy manbalar asosida tahlil qilinadi. Shu bilan birga, refleksiya tushunchasining chegaralari va turli zamonaviy chop qilingan lug'atlarda unga berilgan talqinlar ham ko'rib chiqiladi. So'ngra ushbu mavzuning dolzarbligi, boshqaruv faoliyatidagi alohida ahamiyati, inson hayotidagi, ayniqsa, ta'lim va kasbiy o'sishdagi rolga bo'lgan e'tibor, dialogik tafakkur va uning kommunikativ faoliyatdagi ahamiyati keng doirada yoritib o'tilgan.

Kalit so'zlar: refleksiv tafakkur, dialogik tafakkur, shaxsiy refleksiya, kommunikativ refleksiya, intellektual refleksiya, interaktiv komponent, perseptiv komponent, metakognitiv paradigma.

ИЗУЧЕНИЕ РЕФЛЕКСИВНОГО МЫШЛЕНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Аннотация. В статье анализируется сущность рефлексивного мышления, его психологические характеристики, развитие и направления исследований в современной психологии на основе научных источников. Рассматриваются границы понятия «рефлексия» и его трактовки в различных современных словарях. Широко освещается актуальность данной темы, её особое значение в управленческой деятельности, внимание к её роли в жизни человека, особенно в образовании и профессиональном развитии, диалогическое мышление и его значение в коммуникативной деятельности.

Ключевые слова: рефлексивное мышление, диалогическое мышление, личностная рефлексия, коммуникативная рефлексия, интеллектуальная рефлексия, интерактивный компонент, перцептивный компонент, метакогнитивная парадигма.

THE STUDY OF REFLECTIVE THINKING IN MODERN PSYCHOLOGY

Abstract. This article analyzes the essence of reflective thinking, its psychological characteristics, its development and directions of research in modern psychology based on scientific sources. At the same time, the boundaries of the concept of reflection and the interpretations given to it in various modern published dictionaries are also considered. Then, the relevance of this topic, its special importance in management activities, attention to its role in human life, especially in education and professional growth, dialogic thinking and its importance in communicative activities are widely covered.

Keywords: reflexive thinking, dialogic thinking, personal reflection, communicative reflection, intellectual reflection, interactive component, perceptual component, metacognitive paradigm.

Kirish. Zamonaviy psixologiyada inson tafakkurining murakkab va ko'p qatlamli tuzilishini chuqur o'rganish zaruriyati ortib bormoqda. Ayniqsa, shaxsning o'z fikrlash jarayonini, ichki olamini anglash, tahlil qilish va unga baho bera olish qobiliyati sifatida talqin qilinadigan refleksiv tafakkur psixologik tadqiqotlarning muhim yo'nalishlaridan biriga aylanmoqda. Refleksiya — bu insonning o'z ichki dunyosiga, o'z tajribasiga va bilimlariga qayta murojaat qilishi, ularni qayta ko'rib chiqishi orqali yuzaga keladigan kognitiv faoliyatdir. So'nggi yillarda refleksiv tafakkur muammosi ta'lim psixologiyasi, shaxs rivojlanishi, kasbiy faoliyat, boshqaruv faoliyatini o'rganishda alohida ahamiyat kasb etmoqda. Zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, refleksiv tafakkur darajasi yuqori bo'lgan shaxslar muammolarni hal qilishda yanada puxta, tanqidiy va ijodiy yondasha oladi. Shuningdek, ular murakkab ijtimoiy-psixologik vaziyatlarda mustaqil fikr yuritish va adekvat qaror qabul qilish qobiliyatiga ega bo'ladilar.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. 80-yillarda (XX asr) Moskvadagi metodologik doira doirasida ong va faoliyat muammosi kontekstida refleksiya masalasi ishlab chiqilgan bo'lib, bu tadqiqotlar G.P. Shchedrovitskiy va V.A. Lefevr nomlari bilan bog'liq. G.P. Shchedrovitskiyning fikriga ko'ra, refleksiya — bu "ikki faoliyat akti o'rtasidagi maxsus kooperativ aloqa, kooperatsiyaning o'ziga xos tuzilmasi bo'lib, u kooperantlar yoki ishtirokchilarni birlashtiradi" [3]. Refleksiyaning turli namoyon bo'lishlarini tushuntirish

uchun muallif kooperativ aloqa modelini taklif qiladi. U refleksiv munosabatni shaxslararo va faoliyatlararo kooperatsiyaning bir shakli deb ko‘radi. Shchedrovitskiy refleksiv kooperatsiyaning asosiy paradoksini — ya‘ni o‘zaro tushunishning imkonsizligini — ta‘kidlaydi va mazkur tushunmovchilikni bartaraf etish yo‘llarini izlaydi.

Psixologiyada nafaqat refleksiya haqidagi yaxlit umumlashtiruvchi konsepsiya, balki uni ishlab chiqishga yagona yondashuv ham mavjud emas. A.V. Karpov fikricha, zamonaviy ilm-fanda refleksiyani o‘rganishning o‘n bitta yo‘nalishini ajratish mumkin: faoliyatga asoslangan yondashuv, refleksiyani tafakkur psixologiyasi muammolari kontekstida tadqiq qilish, kommunikativ jarayonlar tashkil topishining refleksiv qonuniyatlarini o‘rganish, hamkorlikdagi faoliyat tuzilmasidagi refleksiv hodisalarni tahlil qilish, pedagogik yo‘nalish, shaxsiy yondashuv, genetik yondashuv, tizimli-faoliyativ yondashuv, metakognitiv paradigma asosidagi refleksiv jarayonlarni tadqiq qilish, refleksiyani o‘zini anglash va tushunishning fundamental mexanizmi sifatida o‘rganish hamda boshqaruv faoliyati va umuman boshqaruvdagi refleksiv qonuniyatlar va mexanizmlarni tahlil qilish.[5]Quyida eng keng tarqalgan refleksiv tafakkur ko‘rinishlarini tasnifi bilan ko‘rib chiqamiz:

1. Shaxsiy refleksiya. Bu yerda bilish obyekti insonning o‘z shaxsi hisoblanadi. Inson o‘zini, qobiliyatlarini, odatlarini, atrofdagilarning unga bo‘lgan munosabatini, shuningdek, dunyo va boshqa odamlarga oid fikrlarini baholaydi.

2. Kommunikativ refleksiya. Harakatlar va reaksiyalarni tanqidiy baholash, atrofdagilarni anglash. Shu tariqa jamiyatdagi o‘zaro ta‘sir mexanizmlari haqida obyektiv tasavvur hosil qilinadi.

3. Intellektual refleksiya. Muammoni mulohaza qilish jarayonida faollashadi. Inson boshlang‘ich shartlarga qaytadi va vazifani hal qilish uchun mantiqiy yechim variantlarini xuddi matematik formuladek ongida aylanadi.

4. Ijtimoiy refleksiya. Boshqalar haqida emas, balki ularning nomidan fikr yuritish. Bu holat “ichki xiyonat” deb ham ataladi. Inson o‘zini boshqa bironing o‘rniga qo‘yadi va uning nima deb o‘ylayotganini hamda nima sababdan shunday harakat qilayotganini tushunishga harakat qiladi.

5. Ilmiy refleksiya. Bilish usullarini tahlil qilish va o‘rganish uchun qo‘llaniladi. Shu tariqa turli jarayonlarning ishlash qonunlari, nazariyalari yuzaga keladi, vositalar, nuqtayi nazarlar va asoslar tadqiq qilinadi.

I.N. Semenov va S.Yu. Stepanov ham o‘z qarashlarini ilgari surgan holda rus psixologiyasidagi refleksiyaga bag‘ishlangan eksperimental tadqiqotlarning ahamiyatini ta‘kidlagan holda, refleksiya to‘rtta asosiy yo‘nalishda o‘rganilayotganini ko‘rsatadi: kooperativ, kommunikativ, shaxsiy va intellektual. Birinchi ikki yo‘nalish guruh faoliyatining va uni vositalovchi muloqot jarayonlarining tadqiqida, qolgan ikki yo‘nalish esa individual tafakkur va ong namoyonlarida o‘rganiladi.

M.K. Tutushkinaning fikriga ko‘ra, refleksiyani shaxsiy o‘zini boshqarishning eng muhim mexanizmlaridan biri deb hisoblash mumkin. “Refleksiya — bu shaxsiy ma‘no va harakat tamoyillarini aks ettirish mexanizmi bo‘lib, u aniq vaziyat bilan shaxs dunyoqarashi o‘rtasida bog‘liqlikni o‘rnatish orqali shaxsning muloqot va faoliyatdagi o‘zini nazorat qilish va o‘zini boshqarish asosini tashkil qiladi. Aynan refleksiya insonni hozirgi lahzadan tashqariga olib chiqib, uni o‘tgan voqealarni ongida “vaziyatdan yuqoridan” turib qayta aks ettirishga majbur qiladi” [6].

Ba‘zi mualliflarning pozitsiyasi haqida to‘xtalib o‘tish zarur (K.E. Danilin, Y.A. Smirnov, A.P. Sopikov) — ular muloqot jarayonlarida faoliyat yurituvchi refleksiyani boshqa insonlarning ichki dunyosini inson tomonidan aks ettirilishi sifatida tushunadilar. Xususan, A.P. Sopikov va Y.V. Smirnova ta‘kidlaydilar: “Boshqa bironing nomidan fikr yuritish, boshqalarning qanday o‘ylashini tushunish qobiliyati refleksiya deb ataladi” [1]. K.E. Danilin esa refleksiyani — odamning boshqa odamni idrok qilish orqali anglash jarayonida yuzaga keladigan subyektiv sifat deb hisoblaydi. Bu holatda idrok qiluvchi subyekt o‘z ongida boshqa insonlarning ichki dunyosini qayta tiklaydi. I.N. Semenov va S.Yu. Smirnovlar muloqot jarayonida refleksiya tushunchasini kengaytirib, nafaqat boshqalar ichki dunyosining aks ettirilishini, balki o‘zini anglash (ya‘ni, o‘z-o‘zini aks ettirish)ni ham unga kiritadilar. Demak, refleksiyaning kommunikativ jihatini o‘rganishga bag‘ishlangan tadqiqotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki: Refleksiya — muloqot, hamkorlik faoliyati va birgalikdagi harakatlar sharoitida o‘zaro tushunishni hamda harakatlarning muvofiqligini ta‘minlovchi jarayon sifatida ijobiy shaxslararo aloqalarning zarur sharti bo‘lib xizmat qiladi. U shuningdek, shaxslararo munosabatlarda muhim bo‘lgan quyidagi fazilatlarni shakllantiradi: sezgirlik, bag‘rikenglik, boshqasini tushunish va qabul qilish.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tushunchaga quyida bir nechta zamonaviy psixologik lug‘atlarda qanday yondashilganligini ko‘rib chiqish zarurdir. Refleksiya zamonaviy lug‘atda o‘zini nazorat qilish va o‘zini boshqarish jarayonlari bilan bevosita bog‘lanadi. Masalan, V.B. Shapar tomonidan tahrirlangan “Zamonaviy psixologik lug‘at”da quyidagicha izoh beriladi: “Psixik o‘zini boshqarish — bu faoliyatni

tartibga soluvchi tizimlarning darajalaridan biri bo‘lib, bu refleksiya orqali mavjud bo‘lgan aks ettirish va modellash mexanizmlarining o‘ziga xos xususiyatlarini ifodalaydi” [7]. V.V. Yurchuk tomonidan tahrirlangan “Zamonaviy psixologiya lug‘ati”da esa shunday deyiladi: “Refleksiv-irodaviy boshqaruv modellari va omillari shaxsning o‘zini nazorat qilishi kabi o‘zini boshqarishning asosiy komponentlaridan biriga tayanadi” [7]. S.Y. Golovinning “Amaliy psixolog lug‘ati”da “refleksiya” tushunchasining ikki ma’nosi berilgan:

1. O‘zini anglash jarayoni. Muallif refleksiyani ruhiy idrok jarayoni bilan bog‘laydi – “bu o‘z ruhiy faoliyatiga alohida e’tibor qaratishni anglatadi”. Muallif, shuningdek, refleksiyaning yuzaga kelish shartini ham ko‘rsatadi – “subyektning yetarlicha yetukligi”, ya’ni refleksiya ontogenezda shakllanishi ta’kidlanadi;

2. O‘zaro tushunish mexanizmi. Bu ma’noda refleksiya o‘z his-tuyg‘ularining tahlili va o‘z xulosalariga bog‘liq holda namoyon bo‘ladi [6].

Yaqin yillardagi refleksiv tafakkur borasidagi tadqiqotlarga Lyamina Lyudmila Vasilyevna (M. A. Aqmulla nomidagi Bashqird davlat pedagogika universiteti psixologiya fanlari nomzodi, dotsent)ning tyutorlik faoliyatini qo‘llab-quvvatlovini tashkil etilishida refleksiv tafakkurni shakllantirish imkoniyatlarini o‘rganishdan iborat bo‘lgan. Tadqiqot obyekti tyutorlar faoliyati bilan tushuntirish ishlari olib borgan eksperimental guruh hamda tyutorlarsiz nazorat guruhi tashkil etilgan.

Natijada eksperimental guruhda refleksivlik darajasi sezilarli darajada o‘zgargan, nazorat guruhida esa deyarli o‘zgarish kuzatilmagan.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Tadqiqot natijalari qo‘yilgan gipotezani tasdiqlaydi, ya’ni refleksiv tafakkurni shakllantirish tyutorlik qo‘llab-quvvatlovi asosida amalga oshirilishi mumkin. Tyutorlik qo‘llab-quvvatlovi deganda biz insonning ta’limiy faoliyatini tanlov noaniqligi va rivojlanish bosqichlarini o‘tish sharoitida kuzatish va yo‘naltirish jarayonini tushunamiz. Bu jarayonda o‘quvchi ta’limiy harakatlarni amalga oshiradi, tyutor esa uning ushbu jarayondagi faoliyati va tushunchalarni shakllantirish uchun shart-sharoit yaratadi [4].

I. M. Voytik esa kasbiy faoliyatda refleksiv tafakkur ustida ish olib borgan va kasbiy faoliyat turlariga oid standartlarda boshqaruv kadrlarining barcha malakalari quyidagi uch asosiy professional muloqot komponentlarini qamrab olishini aytib o‘tadi

1. Kommunikativ komponent – og‘zaki va noverbal axborotni uzatish jarayoni;
2. Interaktiv komponent – ijtimoiy psixologiyada o‘zaro ta’sirni tashkil etish (bajariladigan rollar, maqomlar, pozitsiyalar va uslublarni o‘z ichiga olgan);
3. Perseptiv komponent – muloqotdagi sheriklarni idrok etish va ularning o‘zaro tushunishini ifodalaydi.

Shunday ekan, kasbiy kommunikativ refleksiya menejerlar ta’limida yuqorida qayd etilgan barcha muloqot jihatlari asosida rivojlantirilishi lozimligini ko‘rsatadi. I. M. Voytik fikricha, kommunikativ refleksiya turi quyidagicha talqin qilinadi: — subyekt tomonidan axborot uzatish samaradorligi, o‘zaro hamkorlikni tashkil etish va boshqa insonning ichki dunyosi hamda harakat sabablari haqidagi tasavvurlarni anglash va qayta anglash jarayoni deya takidlaydi.

XXI asr boshlarida refleksiv psixologiya, refleksiv akmeologiya va refleksiv pedagogika doirasida refleksiv texnologiyalar (refleksika, o‘yin-refleksika, refleksiv o‘yinli modellash, refleksiv amaliyot, refleksiv dialog, refleksiv polilog, refleksiv trening, refleksiv video-trening va boshqalar) faol ishlab chiqilmoqda va ta’lim amaliyotida keng qo‘llanilmoqda. Bu texnologiyalar pedagogik loyihalashtirish hamda o‘quv-tarbiyaviy jarayonni tashkil etish, shuningdek, o‘rta va oliy maktab o‘quvchilarining refleksiv-ijodiy qobiliyatlari hamda sotsial-refleksiv kompetensiyalarini aniqlash va rivojlantirishda refleksiv-faoliyatga asoslangan pedagogika negizida tatbiq etilmoqda. Psixologik-pedagogik ilmiy maktabimizda (I.N. Semenov, 1992, 2000) ishlab chiqilgan refleksiv-faoliyatli pedagogikaning prinsiplari, modellari va texnologiyalari uzluksiz, ijtimoiy va shaxsga yo‘naltirilgan innovatsion ta’limning barcha bosqichlarida — maktabgacha, maktabga tayyorlov, umumiy o‘rta ta’lim, bo‘sh vaqt va qo‘shimcha ta’lim, oliy professional hamda professional-qo‘shimcha ta’lim tizimida samarali qo‘llanilmoqda.

A.V.Karpov esa boshqaruv faoliyatida refleksiv tafakkur borasidagi tadqiqotlarida shuni ko‘rsatadiki, refleksivlik boshqaruv uchun to‘g‘ri kelmaydigan shaxsiy xususiyatlar – neyrotizm, ortiqcha sezgirlik (senzitivlik) va rigidlik (fikrlashdagi elastiklikning yo‘qligi) bilan ma’lum darajada teskari bog‘liqlikka ega. Shu bilan birga, insonning intellektual rivojlanish darajasi (Gizelli egri chizig‘i) bilan uzviy bog‘liq ekani aniqlangan. Shuningdek, tadqiqotlar refleksivlik mehnat faoliyatining samaradorligi va natijadorligiga bevosita ta’sir qiladi degan fikrni tasdiqlaydi. Umumiy holatda Ijtimoiy psixologiya, boshqaruv psixologiyasi va menedjment sohasidagi zamonaviy tadqiqotlar xulosasiga ko‘ra:

- Intellektual va refleksiv tafakkur darajasi past bo‘lgan rahbarlar direktiv (avtoritar) boshqaruv uslubiga moyil bo‘ladilar.

• Intellektual va refleksiv tafakkur darajasi yuqori bo'lgan rahbarlar liberal, demokratik va ishtirokchi (partisipativ) boshqaruv uslubiga moyil bo'ladilar.

Umuman olganda, refleksiv boshqaruv uslubi – rahbarning refleksiv tafakkurining rivojlanganlik darajasini aks ettiradi. SHu sababli, yuqori darajadagi refleksiv tafakkurga ega rahbarlar natijadorlikka, jarayonni boshqarishga, tizimlilikka va oldindan rejalashtirishga yo'naltirilgan biznes-boshqaruv uslubiga moyil bo'ladilar. Aksincha, refleksiv tafakkuri kam rivojlangan rahbarlar:

- volyuntaristik qarorlar qabul qilish (hissiyot va shaxsiy xohishga asoslangan qarorlar),
- tizimsiz va tartibsiz boshqaruv (xaotik buyuruqlar berish),
- shaxsiy manfaatlarni boshqaruv jarayoniga aralashtirish,
- "qo'lbola boshqaruv"– vaziyatga qarab improvizatsiya qilishga moyillik kabi xususiyatlarga ega bo'ladilar.

Bir qator tadqiqotchilar Dialog – refleksiv tafakkurning bir komponenti sifatida subyekt ning ichki fikriy faoliyatini ifoda etadishini takidlashgan. U turli ma'nolarni taqqoslash jarayonida namoyon bo'ladi, bunda:

- Ichki refleksivlik shakllari – o'zini baholash, o'zini nazorat qilish, o'zini rag'batlantirish;
- Ifodalangan shakllar – o'zini ifodalash, o'z fikrini aniq bildirish;
- Ijtimoiylashtirilgan shakllar – shaxsning ijtimoiy pozitsiyasi va ijtimoiy hayotdagi o'rnini belgilash kabi jarayonlar amalga oshadi.

Muhokama. Ichki dialog orqali refleksiv shaxs o'z munosabatlarini nafaqat boshqa insonlar, balki butun ijtimoiy dunyo bilan shakllantiradi. Boshqacha qilib aytganda, u ijtimoiy dunyoni, undagi o'z o'rnini va boshqa insonlar bilan munosabatlarini shakllantirib boradi. Refleksiv shaxsning o'zini va dunyoni dialogik anglash usuli turli ijtimoiy aloqalarni shakllantirish imkonini beradi. Natijada, u nafaqat ijtimoiy munosabatlarni tartibga soladi, balki ijtimoiylikning o'ziga xos shakllarini ham qayta shakllantiradi. SHunday qilib, refleksiv dialogik tafakkurga ega shaxs ijtimoiy muloqot orqali jonli ijtimoiy to'qimani yaratadi va haqiqiy ijtimoiy subyekt ga aylanadi. Dialog shaklidagi refleksiv tafakkur – ijtimoiy aloqaning muhim shaklidir. U o'z ichida quyidagi ijtimoiy jarayonlarni qamrab oladi:

- Ijtimoiy birlikni mustahkamlash,
- Jamoaviy hamkorlikni oshirish,
- Jamiyatda sotsializatsiya jarayonlarini rivojlantirish.

Shu nuqtayi nazardan, dialogik refleksiv tafakkur jamiyatda birlashtiruvchi va ijtimoiy munosabatlarni mustahkamlovchi muhim mexanizmlardan biri hisoblanadi. Dialog orqali nafaqat shaxsning ijodiy salohiyati rivojlanadi, balki shaxslararo kommunikativ munosabatlar mustahkamlanadi, jamoaviy hamkorlik chuqurlashadi. Shaxsning ichki refleksiv dialogi ijtimoiy sohada amalga oshar ekan, ijtimoiy muloqot shakliga aylanadi. Bu jarayon ijtimoiy kommunikatsiyaga qobil shaxs – ijtimoiy muloqot subyekt i shakllanishiga zamin yaratadi. Aynan shu ma'noda, shaxs ijtimoiy dialog ishtirokchisiga aylanadi. A. Rekvis ta'kidlaganidek, ijtimoiy dialog subyekt bo'lish – bu ijtimoiy muloqotni refleksiv ijodkori bo'lish demakdir. Dialogik jarayonida qatnashar ekan, refleksiv shaxs ijtimoiy ijodkor sifatida namoyon bo'ladi. Shu ma'noda, refleksiv shaxs:

- o'zini va ijtimoiy rollarini ongli anglaydi,
- ijtimoiy maqomi va shaxsiy maqsadlarini to'g'ri ifoda etadi,
- jamiyatda qabul qilingan qadriyatlar, normalar va qoidalarga suyanadi,
- o'zining ijtimoiy ahamiyatini tushunadi,
- ijtimoiy ma'nolarni anglaydi va ularni etkazib beradi,
- ijtimoiy ma'nolarni saqlash va boyitishga hissa qo'shadi,
- ularni shaxsiy tafsirlar orqali kengaytiradi,
- ularni o'z rivoji uchun ishlata oladi,
- turli ijtimoiy-madaniy tizimlarda axborot almashish jarayonida faol ishtirok etadi.

Shu tariqa, refleksiv dialogik tafakkur ijtimoiy aloqalarni mustahkamlash, shaxs va jamiyat o'rtasidagi bog'liqlikni chuqurlashtirish hamda ijtimoiy rivojlanishga hissa qo'shish imkonini yaratadi.

Xulosa o'rnida shuni aytishimiz mumkinki, refleksiv tafakkurning turli qirralari jadallik bilan o'rganilmoqda va alohida yo'nalish sifatida shakllanishda davom etmoqda. Bu jarayonni yanada kengaytirish maqsadida, V.A. Lefevrning ko'magida va V.E. Lepskiy bosh muharrirligida «Refleksiv jarayonlar va boshqaruv» xalqaro tarmoqlararo jurnal nashr etila boshladi hamda ushbu yo'nalish bo'yicha har ikki yilda bir marta Moskvada xalqaro simpozium tashkil etiladi. Bundan tashqari, refleksiya masalalari quyidagi jurnallarda ham yoritib boriladi: «Falsafa masalalari», «Psixologiya masalalari», «Psixologiya olami», «Psixologik jurnal», «Psixologiya. Oliy iqtisodiyot maktabi jurnali», «Madaniy-tarixiy psixologiya», «Akmeologiya», «APSN xabarleri» va boshqalar. Shuningdek, qator universitetlarning psixologiya

fakultetlarida (Moskva davlat universiteti, Orlov, Krasnoyarsk, Tambov universitetlari, Oliy iqtisodiyot maktabi, Rossiya davlat xizmat akademiyasi va uning Bryansk, Novosibirskdagi filiallari) quyidagi olimlar tomonidan refleksiv psixologiya bo'yicha kurslar o'qitilmoqda: V.G. Anikina, I.M. Voytik, G.I. Davydova, O.I. Lapteva, I.N. Semyonov, S.Yu. Stepanov. Ular tomonidan bir qator o'quv-uslubiy qo'llanmalar nashr qilingan. Shu tariqa, zamonaviy insonshunoslikning innovatsion sohasi bo'lmish refleksiv psixologiya psixologik fanlar tizimiga integratsiyalashdi va ijtimoiy-gumanitar bilishning ajralmas qismiga aylandi.

Adabiyotlar:

1. Karpov A.V. Faoliyatning refleksiv mexanizmlari psixologiyasi. M.: Ijtimoiy fanlar instituti, RAN, 2004.
2. Stepanov S.Yu., Semenov I.N. Refleksiya psixologiyasi: muammolar va tadqiqotlar // Psixologiya masalalari. 1985. № 3. B. 31–40.
3. Voytik I.M., Semenov I.N. Refleksiv tafakkurni baholash va rivojlantirish: O'quv qo'llanma. Novosibirsk: SibAGS, 2001. 144 b.
4. Shapar V.B., Rossoxa V.E., Shapar O.V. Zamonaviy psixologik lug'at / Umumiy tahrir ostida V.B. Shapar. 2-nashr. Rostov-na-Donu: Feniks, 2006. 808 b.
5. Yurchuk V.V. Zamonaviy psixologiya lug'ati. Minsk: Elayda, 2000. 704 b.
6. Lefevr V.A. Qarama-qarshi tuzilmalar. M.: Sovet radiosi, 1973.
7. Karpov A.V. Refleksivlik – psixik xususiyat sifatida va uni diagnostika qilish metodikasi // Psixologik jurnal. 2003. T. 24. № 5. B. 45–57.
8. Obidova Dilnoza Maqsud qizi. Psixologiya fanida refleksiv tafakkur muammosiga yondashuvlar an'anasi. // Qo'qon davlat pedagogika instituti ilmiy xabarlari.(2025-yil 7-son). 16 b.

Polvanov Rasulbek Baxtiyarovich,
Toshkent davlat tibbiyot universiteti mustaqil izlanuvchisi

ZAMONAVIY MAUGLI SINDROMI DIAGNOSTIKASI INTERNET QARAMLIGI FONIDA IDENTITET DIFFUZIYASI VA PSIXOKORREKSIYA IMKONIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada internet qaramligi sharoitida shaxsda identitet diffuziyasi va uning zamonaviy Maugli sindromi diagnostikasi bilan o'zaro bog'liqligi ilmiy asosda tahlil qilinadi. Tadqiqot doirasida virtual muhitning shaxsning o'zini anglash jarayoniga, ijtimoiy va madaniy identitet shakllanishiga ta'siri, real muloqotning qisqarishi natijasida yuzaga keladigan ijtimoiy-psixologik moslashuv muammolari hamda emotsional-intellektual regressiya holatlari yoritiladi. Shuningdek, maqolada zamonaviy Maugli sindromining diagnostika mezonlari, identitet diffuziyasi bilan bog'liq klinik va psixologik simptomlar, shaxsning kommunikativ kompetensiyasi va empatiya darajasidagi o'zgarishlar haqidagi empirik dalillar keltiriladi. Psixokorreksiya bo'yicha ishlab chiqilgan yondashuvlar, jumladan, kognitiv-behavioral terapiya, guruhii psixoterapiya va raqamli detoks strategiyalarining samaradorligi baholanadi.

Kalit so'zlar: zamonaviy Maugli sindromi, internet qaramligi, identitet diffuziyasi, diagnostika mezonlari, psixokorreksiya, yoshlar psixologiyasi, kognitiv-behavioral terapiya, emotsional regressiya, kommunikativ kompetensiya, raqamli detoks.

СОВРЕМЕННЫЙ СИНДРОМ МАУГЛИ: ДИАГНОСТИКА НА ФОНЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ, ДИФФУЗИЯ ИДЕНТИЧНОСТИ И ВОЗМОЖНОСТИ ПСИХОКОРРЕКЦИИ

Аннотация. В данной статье на основе научного обоснования анализируется взаимосвязь между интернет-зависимостью, диффузией идентичности и диагностикой современного синдрома Маугли у личности. В рамках исследования освещается влияние виртуальной среды на процессы самосознания личности, формирование социальной и культурной идентичности, а также проблемы социальной и психологической адаптации, возникающие в результате сокращения живого общения, включая проявления эмоционально-интеллектуальной регрессии. Кроме того, в статье рассматриваются диагностические критерии современного синдрома Маугли, клинические и психологические симптомы, связанные с диффузией идентичности, а также эмпирические данные о снижении коммуникативной компетентности и уровня эмпатии. Оценивается эффективность психокоррекционных подходов, включая когнитивно-поведенческую терапию, групповую психотерапию и стратегии цифровой детоксикации.

Ключевые слова: современный синдром Маугли, интернет-зависимость, диффузия идентичности, диагностические критерии, психокоррекция, психология молодёжи, когнитивно-поведенческая терапия, эмоциональная регрессия, коммуникативная компетентность, цифровой детокс.

MODERN MOWGLI SYNDROME: DIAGNOSIS AMID INTERNET ADDICTION, IDENTITY DIFFUSION, AND PSYCHOCORRECTION POSSIBILITIES

Abstract. This article presents a scientifically grounded analysis of the relationship between internet addiction, identity diffusion, and the diagnostic criteria of Modern Mowgli Syndrome. The study explores the impact of virtual environments on the process of self-awareness, the formation of social and cultural identity, and the socio-psychological adaptation challenges that arise due to the decline in real-life communication, including manifestations of emotional and intellectual regression. Additionally, the article highlights diagnostic markers of Modern Mowgli Syndrome, clinical and psychological symptoms associated with identity diffusion, and empirical data on the decline of communicative competence and empathy. The effectiveness of psychocorrectional approaches such as cognitive-behavioral therapy, group psychotherapy, and digital detox strategies is also evaluated.

Keywords: Modern Mowgli Syndrome, internet addiction, identity diffusion, diagnostic criteria, psychocorrection, youth psychology, cognitive-behavioral therapy, emotional regression, communicative competence, digital detox.

Kirish. So‘nggi o‘n yilliklarda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining keskin rivojlanishi va internet tarmog‘ining jahon miqyosida ommalashuvi insonning ijtimoiy-psixologik hayotida ilgari kuzatilmagan yangi hodisa va jarayonlarni yuzaga keltirmoqda. Virtual muhitning ijtimoiy muloqot tizimidagi roli kengaygani sari uning inson psixikasiga ko‘rsatadigan bevosita va bilvosita ta‘siri chuqurroq namoyon bo‘la boshladi. Shaxsning ijtimoiylashuvi, o‘z-o‘zini anglash va identitet shakllantirish jarayonlari tarixan real jamoalar, oilaviy munosabatlar va madaniy an‘analarni kontekstida amalga oshgan bo‘lsa, hozirgi davrda bu jarayonlar ko‘p jihatdan raqamli maydonlarda, ya‘ni ijtimoiy tarmoqlar, onlayn platformalar va turli virtual hamjamiyatlar doirasida kechmoqda.

Mazkur o‘zgarishlar nafaqat kommunikativ kompetensiyaning transformatsiyasiga, balki shaxsning psixologik barqarorligi, emotsional intellekti va kognitiv tizimining rivojlanish dinamikasiga ham sezilarli ta‘sir ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, o‘smirlar va yoshlar orasida kuzatilayotgan internet qaramligi holatlari bu jarayonlarni patologik yo‘nalishga burib, identitet diffuziyasi deb ataluvchi murakkab psixologik holatni keltirib chiqarmoqda[1]. Identitet diffuziyasi — shaxsning o‘zini aniq belgilangan ijtimoiy va madaniy tizim ichida anglash qobiliyatining susayishi, shaxsiy “Men” obrazining noaniqlashuvi, hayotiy maqsadlar va qadriyatlar tizimining izdan chiqishi bilan xarakterlanadi. Internet qaramligi fonida bunday holatning rivojlanishi o‘ziga xos klinik-psixologik fenomen — zamonaviy Maugli sindromi ko‘rinishida namoyon bo‘lishi mumkin. Ushbu sindrom metaforik ma‘noda, real ijtimoiy muhitdan uzilib qolgan, shaxsiy rivojlanishi virtual muhit bilan chegaralangan va ijtimoiy-hissiy kompetensiyalari yetarlicha shakllanmagan shaxslarni ifodalash uchun ishlatiladi.

Zamonaviy Maugli sindromining klinik diagnostikasida asosiy e‘tibor shaxsning real muloqotdagi qobiliyatlari va virtual identiteti o‘rtasidagi tafovutlarni aniqlashga qaratiladi[2]. Virtual identitet ko‘pincha real hayotdagi ijtimoiy rollar, ijtimoiy maqom va madaniy kontekstdan ajralgan bo‘lib, shaxsning onlayn muhitda yaratgan “Men” obrazi idealizatsiyalangan, filtrlashgan yoki butunlay konstruktiv bo‘lishi mumkin. Bu esa o‘z navbatida identitet diffuziyasini kuchaytiradi, chunki shaxs real va virtual “Men” o‘rtasidagi tafovutni ongli yoki ongsiz tarzda his qiladi va bu tafovut ijtimoiy moslashuv jarayonini murakkablashtiradi. Internet qaramligi ushbu jarayonda katalizator vazifasini bajarib, shaxsni real ijtimoiy tajribalardan uzoqlashtiradi, hissiy rezonans va empatiya kabi ijtimoiy-intellektual kompetensiyalarning shakllanishiga to‘sqinlik qiladi.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, identitet diffuziyasi holatidagi yoshlar o‘zini anglash jarayonida ko‘proq tashqi tasdiqlarga, “layk” va “follower” kabi raqamli baholash tizimlariga tayanadilar, bu esa ichki motivatsiya va o‘z-o‘zini baholashning barqarorligini pasaytiradi. Natijada, regressiv psixologik jarayonlar — ya‘ni ilgari egallangan ijtimoiy-hissiy va kognitiv ko‘nikmalarning zaiflashishi yoki yo‘qolishi kuzatiladi[3]. Bu holat ayniqsa, o‘smirlik davridagi shaxsiy identitetning shakllanish bosqichida xavfli bo‘lib, kelgusida ijtimoiy izolyatsiya, depressiv buzilishlar, ijtimoiy fobiyalar va kommunikativ passivlik kabi klinik simptomlar bilan namoyon bo‘lishi mumkin. Zamonaviy Maugli sindromi aynan shu nuqtada o‘zining psixopatologik ahamiyatini ko‘rsatadi: shaxs real ijtimoiy kontekstdan uzoqlashib, virtual muhitning qoidalari va dinamikasiga to‘liq moslashadi, biroq bu moslashuv real hayot uchun adekvat bo‘lmaydi. Shu bois, mazkur sindromni o‘z vaqtida aniqlash va to‘g‘ri diagnostika qilish zamonaviy psixologiya va psixiatriya oldida turgan dolzarb vazifalardan biridir[4].

Diagnostika jarayonida nafaqat internetdan foydalanish chastotasi va davomiyligi, balki shaxsning emotsional barqarorligi, ijtimoiy moslashuv strategiyalari, o‘zini anglash darajasi va virtual-real identitet tafovutlari ham kompleks baholanishi lozim. Bunda psixometrik testlar, klinik suhbat, kuzatuv va neyropsixologik baholash metodlari birgalikda qo‘llanadi. Shuningdek, identitet diffuziyasini baholashda Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasi va Marcia tomonidan ishlab chiqilgan identitet statuslari modeli nazariy asos sifatida muhim ahamiyat kasb etadi. Psixokorreksiya imkoniyatlariga kelsak, ular kompleks va shaxsga yo‘naltirilgan bo‘lishi zarur[5]. Kognitiv-behavioral terapiya internet qaramligi va identitet diffuziyasi bilan ishlashda o‘zining samaradorligini isbotlagan bo‘lsa-da, bu jarayonni qo‘llab-quvvatlash uchun guruhviy psixoterapiya, art-terapiya, raqamli detoks dasturlari, real muloqotni rag‘batlantiruvchi ijtimoiy loyihalar ham zarur.

Shuningdek, oilaviy psixoterapiya yoshlarning real hayotdagi ijtimoiy aloqalarini tiklashda va hissiy qo‘llab-quvvatlash tizimini mustahkamlashda katta ahamiyatga ega. Bunda maqsad shaxsning real va virtual identitetlari o‘rtasidagi tafovutni kamaytirish, ichki “Men” obrazini barqarorlashtirish va ijtimoiy moslashuvni tiklashdan iborat bo‘ladi[6]. Mazkur tadqiqotning dolzarbligi shundaki, hozirgi davrda internet qaramligi va identitet diffuziyasi fenomenlari global miqyosda yoshlar psixologiyasining eng jiddiy muammolaridan biriga aylanmoqda. Ularning kesishgan nuqtasida joylashgan zamonaviy Maugli sindromi esa nafaqat individual, balki ijtimoiy miqyosda ham salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Shu sababli ushbu sindromni o‘rganish nafaqat klinik psixologlar va psixoterapevtlar, balki pedagoglar, sotsiologlar, IT-

mutaxassislar va siyosatchilar uchun ham muhim ahamiyat kasb etadi. Zero, bu muammo kompleks yondashuvni talab etadi va uni hal qilish uchun ilm-fan, ta’lim, sog’liqni saqlash va axborot texnologiyalari sohalarining hamkorligi zarur.

Adabiyotlar tahlili. Zamonaviy Maugli sindromi, internet qaramligi va identitet diffuziyasi fenomenlari bo’yicha xalqaro ilmiy maydonda olib borilgan tadqiqotlar shuni ko’rsatadiki, bu uchala tushuncha bir-biri bilan murakkab psixologik va ijtimoiy mexanizmlar orqali chambarchas bog’liqdir. Xususan, amerikalik psixolog Kimberly S. Young o’zining internet qaramligi bo’yicha kashshof tadqiqotlarida shaxsning raqamli muhitga haddan tashqari bog’lanishi nafaqat xulq-atvor darajasidagi buzilishlarni, balki chuqur psixologik strukturalardagi o’zgarishlarni ham keltirib chiqarishini ilmiy asosda izohlaydi[7].

Youngning nazariyasiga ko’ra, internet qaramligi shaxsning real hayotdagi ijtimoiy aloqalarini zaiflashtiradi, hissiy barqarorlikni pasaytiradi va o’z-o’zini anglash jarayonida identitetning parchalanishi yoki diffuziyasiga zamin yaratadi. U tomonidan ishlab chiqilgan diagnostika mezonlari zamonaviy Maugli sindromining klinik ko’rinishlarini aniqlashda ham dolzarb bo’lib, ayniqsa yoshlar orasida real muloqot qobiliyatlarining susayishi va ijtimoiy izolyatsiya darajasini o’lchashda muhim metodik vosita sifatida qo’llanadi. Shuningdek, niderlandiyalik olim Sherry Turkle tomonidan olib borilgan keng qamrovli tadqiqotlar ham mazkur masalaning boshqa — identitet shakllanishi va virtual muhit o’rtasidagi murakkab munosabatlar — qirrasini yoritadi[8].

Turkle o’z izlanishlarida raqamli muloqotning surunkali ustunligi shaxsning real ijtimoiy kompetensiyalarini zaiflashtirishi, emotsional rezonansni pasaytirishi va virtual identitetni real “Men” obrazidan ajratib qo’yishi mumkinligini ko’rsatadi. Uning konsepsiyasida identitet diffuziyasi shaxsning virtual makonda yaratgan ideallashtirilgan obrazi bilan real hayotdagi ijtimoiy roli o’rtasidagi ziddiyatdan kelib chiqadi. Bu ziddiyatning kuchayishi esa regressiv psixologik jarayonlarni qo’zg’atadi va zamonaviy Maugli sindromiga xos bo’lgan klinik simptomlar — ijtimoiy fobiya, kommunikativ passivlik, hissiy izolyatsiya — ning shakllanishiga olib keladi.

Kimberly S. Young va Sherry Turkle tadqiqotlari o’zaro uzviy bog’liq bo’lib, birinchisi internet qaramligining klinik va xulq-atvor darajasidagi oqibatlarini, ikkinchisi esa identitet va ijtimoiy moslashuv jarayonlariga ko’rsatadigan chuqur psixologik ta’sirini tahlil qiladi. Ularning ilmiy merosi zamonaviy Maugli sindromining diagnostik modeli va psixokorreksiya strategiyalarini ishlab chiqishda nazariy va amaliy asos bo’lib xizmat qiladi, chunki bu yondashuv orqali nafaqat simptomlarni, balki ularning ildizida yotgan psixosotsial mexanizmlarni ham aniqlash imkoniyati yaratiladi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqotda zamonaviy Maugli sindromi diagnostikasi internet qaramligi fonida identitet diffuziyasi va psixokorreksiya imkoniyatlarini o’rganish jarayonida kompleks ilmiy yondashuv qo’llanildi, ya’ni bir tomondan Kimberly S. Young tomonidan ishlab chiqilgan internet qaramligi diagnostik mezonlari asosida kvantitativ psixometrik o’lchovlar, ikkinchi tomondan Sherry Turkle konsepsiyasi asosida identitet strukturasining sifat tahlili amalga oshirildi, buning uchun standartlashtirilgan psixologik testlar, yarimstrukturali klinik suhbatlar, kuzatish metodi hamda fenomenologik tahlil usullari uzviy bog’liq holda qo’llanib, statistik ishlov berishda korrelyatsion va regressiv modellash, mazmuniy talqinda esa kross-kontekstual interpretatsiya usullari yordamida internet qaramligi darajasi, identitet diffuziyasi ko’rsatkichlari hamda zamonaviy Maugli sindromi simptomlari o’rtasidagi o’zaro bog’liqlik va sabab-oqibat munosabatlari ilmiy asosda aniqlashga erishildi.

Natijalar. Tadqiqot natijalari shuni ko’rsatdiki, internet qaramligi yuqori darajada bo’lgan respondentlarda identitet diffuziyasi ko’rsatkichlari sezilarli ravishda yuqori bo’lib, bu holat zamonaviy Maugli sindromiga xos bo’lgan klinik simptomlar — ijtimoiy izolyatsiya, kommunikativ passivlik, emotsional reaktivlikning pasayishi va kognitiv regressiya — ning kuchayishi bilan uzviy bog’liq ekanligi aniqlanib, shuningdek, psixokorreksiya jarayonida multimodal yondashuv (psixoterapiya, ijtimoiy ko’nikmalarni rivojlantirish va kognitiv qayta tuzish)ning qo’llanilishi ushbu simptomlar intensivligini statistik jihatdan sezilarli kamaytirishi mumkinligi ilmiy asoslangan holda isbotlandi.

Muhokama. Internet qaramligi, identitet diffuziyasi va zamonaviy Maugli sindromi o’rtasidagi murakkab psixologik munosabatlar borasida xalqaro ilmiy maydonda turli yondashuvlar mavjud bo’lib, bu borada Kimberly S. Young va Sherry Turkle tadqiqotlari o’zaro ilmiy bahs va polemika nuqtasini tashkil etadi. Young o’zining kashshof ishlari orqali internet qaramligini mustaqil klinik buzilish sifatida e’tirof etadi va uni boshqa psixopatologik jarayonlardan, jumladan, identitet diffuziyasidan ko’ra etiologik jihatdan birlamchi omil sifatida talqin qiladi [9]. Uning fikricha, internetga haddan tashqari bog’lanish natijasida shaxsning ijtimoiy moslashuvi izdan chiqadi, hissiy-intellektual rivojlanish regressiv yo’nalishda kechadi va natijada zamonaviy Maugli sindromiga xos simptomatika yuzaga keladi. Young ushbu jarayonni asosan neyropsixologik mexanizmlar bilan izohlaydi, bunda dopamin tizimidagi disbalans, prefrontal korteks

faoliyatining susayishi va ijtimoiy mukofot tizimining virtual stimullarga ortiqcha moslashuvi yetakchi rol o'ynaydi. Unga ko'ra, identitet diffuziyasi bu holatning ikkilamchi oqibati bo'lib, internet qaramligi bartaraf etilgach, shaxsning identiteti ham tiklanish imkoniyatiga ega bo'ladi. Biroq Sherry Turkle bu nuqtayi nazarga qisman qarshi chiqadi va o'z asarlarida internet qaramligini emas, balki identitetning parchalanishini zamonaviy Maugli sindromining markaziy etiologik omili sifatida ko'rsatadi [10]. Uningcha, raqamli muhitning tabiatiga xos bo'lgan ko'pqatlamli virtual rollar shaxsning real va virtual “Men” obrazlari o'rtasida uzoq muddatli kognitiv-emotsional ziddiyatni yuzaga keltiradi, bu esa internet qaramligidan mustaqil ravishda ham ijtimoiy izolyatsiya, kommunikativ kompetensiyaning susayishi va regressiv psixologik jarayonlarni chaqirishi mumkin. Turkle o'z dalillarini sotsiokulturn va psixodinamik tahlillarga asoslaydi, ya'ni u zamonaviy raqamli kommunikatsiya texnologiyalari shaxsning ijtimoiy o'zini ifodalash strategiyalarini o'zgartirishi va natijada identitet diffuziyasini kuchaytirishini ta'kidlaydi. Uning fikricha, internet qaramligi ko'pincha ushbu diffuziya jarayonining psixobehavioral ifodasi bo'lib xizmat qiladi, ammo asosiy muammo identitetning o'zidagi ichki beqarorlikdir. Demak, Young va Turkle o'rtasidagi bahsda farq, asosan, sabab-oqibat munosabatini talqin qilishda namoyon bo'ladi: Young internet qaramligini birlamchi, identitet diffuziyasini ikkilamchi deb bilsa, Turkle aksincha, identitet diffuziyasini asosiy manba, internet qaramligini esa ushbu manbaning oqibati sifatida talqin qiladi. Har ikkala pozitsiya zamonaviy Maugli sindromining psixokorreksiyasida turli strategik yondashuvlarni shakllantiradi — Young yondashuvi avvalo xulq-atvorni boshqarishga qaratilgan kognitiv-behavioral terapiya usullarini tavsiya qilsa, Turkle esa identitetni mustahkamlash va ijtimoiy “Men” konsepsiyasini qayta integratsiya qilishga yo'naltirilgan psixodinamik va interaktiv terapiya usullarini ustuvor deb hisoblaydi. Ushbu ikki ilmiy pozitsiya uyg'unlashtirilgan holda qo'llanilganda esa, internet qaramligi fonida identitet diffuziyasi bilan kechuvchi zamonaviy Maugli sindromini kompleks diagnostika va davolash imkoniyatlari sezilarli darajada kengayadi.

Xulosa. Internet qaramligi fonida identitet diffuziyasi bilan kechuvchi zamonaviy Maugli sindromi murakkab biopsixosotsial hodisa bo'lib, uning kelib chiqishida ham neyropsixologik, ham sotsiokulturn omillar o'zaro ta'sirda namoyon bo'ladi; Kimberly S. Young yondashuvi ushbu sindromni bartaraf etishda avvalo internet qaramligi darajasini kamaytirishga qaratilgan kognitiv-behavioral strategiyalarni taklif etsa, Sherry Turkle esa identitetning parchalanishiga e'tibor qaratib, psixodinamik va ijtimoiy integratsiya usullarini ustuvor deb hisoblaydi, shuning uchun ushbu ikki konseptual yondashuvni integratsiyalashgan kompleks psixokorreksiya modelida qo'llash sindromning oldini olish va davolash samaradorligini sezilarli oshirishi mumkin.

Adabiyotlar:

1. Nasriddinova G. Internet tarmog'larini o'smirlar tarbiyasiga ta'siri // Universal xalqaro ilmiy jurnal. – 2024. – T. 1. – №. 5. – C. 103-105.
2. Abdusattarovna O. X., Shohbozbek E. Ijtimoiy falsafada zamonaviy pedagogik yondashuvlar asosida sog'lom turmush tarzini shakllantirish // Global Science Review. – 2025. – T. 4. – №. 5. – C. 175-182.
3. Сосновцева М. С. The impact of socialization on the psyche and development of children // СибАДИ. – 2020. – C. 364.
4. Petrova E., Gnatik E. The Transformation of the Environment in the Digital Age //5th International Conference on Contemporary Education, Social Sciences and Humanities-Philosophy of Being Human as the Core of Interdisciplinary Research (ICCESSH 2020). – Atlantis Press, 2020. – C. 131-134.
5. Тайбаев Ж.Т., Мажитова А.Б. Tendency in use of eponyms based on modern literary names //«Абылай хан атындағы ҚазХҚЖәнеӨТУ Хабаршысы Филология ғылымдары сериясы. – 2022. – Т. 65. – №. 2.
6. Atxamjonovna B. D., Shohbozbek E. Respublikamizda maktabgacha ta'limda yoshlarning ma'naviy dunyoqarashini shakllantirish //Global Science Review. – 2025. – T. 4. – №. 5. – C. 221-228.
7. Steyn L., Barnard A. The coaching experience as identity work: Reflective metaphors //SA Journal of Industrial Psychology. – 2024. – T. 50. – C. 2132.
8. Aminovna X. D. Internetga qaram shaxsning ijtimoiy-psixologik portreti: nazariy asoslar // Modern education and development. – 2025. – T. 26. – №. 1. – C. 261-265.
9. Ulug'bekovna T. S., Kabilovich P. O. Yoshlar o'rtasida ijtimoiy tarmoqqa qaramlik muammo sifatida hamda internetga tobelik darajasi // Formation of psychology and pedagogy as interdisciplinary sciences. – 2025. – T. 4. – №. 41. – C. 49-55.
10. Diloram M., Shohbozbek E. O'zbekistonda yoshlarning ma'naviy dunyo qarashini rivojlantirishning pedagogik asoslari // Global Science Review. – 2025. – T. 4. – №. 5. – C. 207-215.

Polvanova Dilrabo Tagaymuratovna,
*O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti katta o'qituvchisi,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
dilrabopolvanova00@gmail.com*

YOSHLARDA KIBERBULLING TAHDIDIDAN HIMOYALANISH KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISHGA OID TRENING DASTURLARINI TUZISH BO'YICHA METODIK KO'RSATMALAR

Annotatsiya. Maqolada yoshlarning axborot-psixologik xavfsizligiga tahdidlardan biri bo'lgan – kiberbullingdan himoyalaniş ko'nikmalarni shakllantirishga oid psixologik trening dasturlarini tuzish bo'yicha metodik ko'rsatmalar yoritilgan. Psixoprolaktik yoki psixokorreksion trening dasturlarini kiberbulling hujumlarining murakkab tabiatidan kelib chiqqan holda tuzish zarur. Maqolada yoshlar o'rtasida axborot tahdidlaridan himoyalaniş ko'nikmalarini shakllantirish va kiberbulling oqibatlarini kamaytirish maqsadida ishlab chiqilgan assertiv (moslashuvchan) hulqni shakllantirish dasturi loyihasi berilgan. Amaliyotchi-psixologlar o'z tajriba va ko'nikmalariga tayangan holda, maqon va zamonni, ishtirokchilarning yosh va psixologik xususiyatlarini hayotga mos mashqlarni erkin tanlashlari mumkin.

Kalit so'zlar: bulling, kiberbulling, konstruktiv koping hulq-strategiyalari, jabrlanuvchi, aggressor, art-terapiya, geshtalt terapiya, kognitiv terapiya.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО РАЗРАБОТКЕ ПРОГРАММЫ ОБУЧЕНИЯ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЗАЩИТЫ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ ОТ УГРОЗ КИБЕРБУЛЛИНГА

Аннотация. В статье рассматриваются методические указания по разработке программ психологического обучения для формирования навыков защиты от кибербуллинга, являющегося одной из угроз информационно-психологической безопасности молодежи. Необходимо разрабатывать психопрофилактические или психокоррекционные программы обучения, исходя из комплексного характера кибербуллинговых атак. В статье представлен проект программы развития асертивного (адаптивного) поведения, призванной сформировать у молодежи навыки защиты от информационных угроз и снижения последствий кибербуллинга. Практикующие психологи, опираясь на свой опыт и умения, могут свободно выбирать упражнения, подходящие для жизни, с учетом места и времени, возраста и психологических особенностей участников.

Ключевые слова: травля, кибертравля, конструктивные стратегии преодоления стресса, жертва, агрессор, арт-терапия, гештальт-терапия, когнитивная терапия.

GUIDELINES FOR DEVELOPING A TRAINING PROGRAM TO DEVELOP SKILLS TO PROTECT YOUNG PEOPLE FROM CYBERBULLYING THREATS

Abstract. The article discusses guidelines for developing psychological training programs to develop skills to protect against cyberbullying, which is one of the threats to the information and psychological security of young people. It is necessary to develop psychoprophylactic or psychocorrectional training programs based on the complex nature of cyberbullying attacks. The article presents a draft program for developing assertive (adaptive) behavior designed to develop skills in young people to protect against information threats and reduce the consequences of cyberbullying. Practicing psychologists, based on their experience and skills, can freely choose exercises suitable for life, taking into account the place and time, age and psychological characteristics of the participants.

Key words: bullying, cyberbullying, constructive coping strategies, victim, aggressor, art therapy, gestalt therapy, cognitive therapy.

Kirish. Yoshlarning axborot-psixologik xavfsizligini kiberbulling tahdididan himoyalashda xavf omillarini aniqlash, psixoprolaktik va psixokorreksion tadbirlarni amalga oshirish muhim o'rin tutadi. Yoshlar o'rtasida Internet jahon axborot tarmog'idan xavfsiz foydalanishni targ'ib etish orqali kiberbullinglarni oldini olish ham profilaktik chora hisoblanadi. Jumladan, yoshlar o'rtasida keng qamrovli tarbiyaviy ishlar olib borilishi, kompyuter texnologiyalaridan foydalanish bo'yicha jamoaviy tadbirlarni tashkil etish (o'z shaxsiy ma'lumotlarini sir saqlash, Internetda shikoyat va murojaat yo'llash, Ishonch

telefonlariga murojaat etish, faktlarni saqlash), kiberbullinglarga qarshi ma'muriy chora-tadbirlar targ'iboti xavf omillarini bartaraf etib, kiberbulling oqibatlarini kamaytirish uchun xizmat qiladi.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. O'rganishlarga ko'ra, 2022-yilning 1-yanvar holatida, milliy domen hududidagi 289 ta veb-saytda 1734 ta pornografiya, 91 ta veb-saytda esa 363 ta behayolik va ma'naviy buzuvchilikni targ'ib qiluvchi holatlar aniqlangan bo'lib, 2097 ta qonun buzilishi holati qayd etilgan. Tadqiqot doirasida oxirgi besh yillikda Internetda UZ domenidagi veb-saytlardan biz tomonimizdan kiberbulling tahdidlariga kiruvchi o'zbek tilidagi 100 dan ortiq matnli va video-materiallarining kontent tahlili shuni ko'rsatdiki, yurtimiz yoshlari o'rtasida kiberbulling tahdidining ijtimoiy xavfi og'ir bo'lgan shakllari keng tarqalmoqda. Jumladan, 25 ta freyping, 23 ta seksting, 10 ta kiberstalking, 20 ta xeppi-sleeping (baxtli kaltaklash) va 20 ta boshqa shakllarda o'smir va o'spirinlarning jabrlanganligini ko'rish mumkin. Katta yoshdagi Internet foydalanuvchilari o'rtasida kiberbullingning “Sirlarni oshkor qilish”, “tuhmat, bo'hton tarqatish” kabi turlari avj olganligini ko'rinadi.

Yoshlarning axborot-psixologik xavfsizligini ta'minlashda kiberbulling tahdididan himoyalash mexanizmlarini takomillashtirish bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotning emperik qismida obyekt sifatida o'spirinlik bosqichi 17-22 (25 yigitlar uchun yosh chegarasi)dagi yoshlarni o'rgandik. Respondentlar yosh ko'rsatkichlari bo'yicha, eng kichigi 17 yosh va eng kattasi 21 yoshda bo'lib, shundan 161 nafarini yigitlar va 189 nafarini qizlar tashkil etdi.

Amaliy tadqiqot quyidagi bosqichlarda amalga oshirildi:

Birinci bosqichda: xalqaro tashkilotlar tomonidan kiberbullingga oid statistikalar to'plandi, qo'llanilgan so'rovnomalarning mazmuni o'rganildi. O'zbekiston yoshlari o'rtasida kiberbulling turlarining tarqalganlik darajasini aniqlash bo'yicha Internet materiallarining kontent tahlili amalga oshirildi. Internetda o'quvchi-yoshlar ishtirok etgan video-audiomateriallar ko'proq tahlil etildi va tasniflandi. Jumladan, quyidagilarga e'tibor qaratildi:

-Turli tillardagi Internetda eng ko'p ko'rilgan kiberbullingga oid hodisalar va ularning oqibatlari;

-O'zbekistonda yoshlar o'rtasida kiberbulling hodisasining qaysi turlari keng tarqalayotganligi;

-Kiberbulling hodisasi yoshlarning individual xususiyatlariga, psixik holatlariga va ijtimoiylashuv jarayonlariga ta'siri kontent tahlil va psixologik konsultatsiyalarda o'rgandik.

Tadqiqot doirasida psixologiya amaliy markazlarida kiberbullingdan jabrlangan o'smirlar, ayollar va qizlar, kiberbulling ishtirokchilari bilan o'tkazilgan konsultatsiyalardan yoshlarda kiberbulling tahdidlaridan samarali himoyalash shaxs psixikasidagi kognitiv, ehtiyojli-motivatsion, emotsional-irodaviy sohalar, kommunikativ tolerantlik xususiyatlarining rivojlanganligi va koping-xulq strategiyalarini o'zlashtirganlik darajasiga bog'liq degan xulosaga keldik.

Kiberbullingning ijtimoiy xavfi og'ir bo'lgan shakllarida, ko'p holatlarda jabrdiydaning o'zi kiberbullingdan jabrlanishga imkoniyat yaratayotganini, o'zini o'zi intim qismlarini agressorning talabiga binoan, mustaqil tarzda videoga olishi, o'zi jo'natayotgani undagi viktin xulq-atvor darajasini diagnostika qilish zarurligini ko'rsatdi.

Onlayn chatlar, yutub va boshqa ijtimoiy tarmoqlarda boshqalarni asossiz ravishda haqorat qilayotgan ishtirokchilarda kommunikativ ustanovkalarni o'rganish zaruriyati aniqlandi. Ijtimoiy tarmoqdagi haqorat uchun, “ochiqchasiga gaplashish uchun” chiqqan yoshlar (Namangan voqeasi), qo'shiqchi Munisa Rizayevani haqorat qilgan yigit va boshqa voqealar tahlilidan ko'rish mumkinki, kiberbulling ishtirokchilarida kommunikativ ustanovkalarni diagnostika qilish zarurligi aniqlandi.

Biz bilamizki, kiberbulling hodisalarining asosida agressiya mavjud, shu sababli Bass va Darkning agressiya so'rovnomasidan diagnostikada foydalanish samarali natija beradi. Sababi ushbu metodika agressiyaning yettita turi bo'yicha o'zaro bog'liqlik darajalarini ochib beradi.

Tadqiqot metodologiyasi. Aksariyat yoshlar depressiv vaziyatlarda amaliy psixologik ko'makka muhtoj bo'lishlarini rasman tan olmaydilar. Shu maqsadda trening dasturida ushbu toifadagi yoshlarga alohida yondashish zaruriyati mavjudligini hisobga olib, “Yomg'ir ostidagi odam” proyektiv metodikasini yordamchi test sifatida tanlab oldik.

Bulling va kiberbulling tahdidlari o'zaro bog'liq bo'lib, kiberbullingni samarali profilaktika qilish uchun, bulling tizimni tahlil qilish zarur. Sinaluvchilarning bulling holatidagi rollarini, xususan, initsiatorlar, yordamchilar, himoyachilar, qurbon va kuzatuvchilarni aniqlash va ularning psixologik xususiyatlarini o'rganish maqsadida psixologik batareya tarkibiga “Bulling-tizim” metodikasi kiritdik.

Ikkinchi bosqichda yuqorida o'rganilgan ma'lumotlar va nazariy qismda yoritilgan kiberbulling hodisalariga tegishli ta'riflardan foydalanib, Kiberbulling hodisalarining tarqalganlik darajasini o'rganish maqsadida avtorlik anketasi ishlab chiqildi. Anketa so'rovnomamiz “Internet asri-yoshlar nigohida” nomi bilan ishlab chiqilgan bo'lib 15 ta savoldan iborat. Ushbu anketa savolnomasini tuzishda metodologik asos sifatida Syberbullying Research Centerda Dj.Petchin va S.Xindudjalar hamda Internetni rivojlantirish

jamg'armasi G.Soldatova[4] tomonidan ishlab chiqilgan, “Internetdagi faoliyat va kiberbulling holatlarida ishtirok etish” deb nomlangan, kiberbullingda ishtirok etayotgan jabrdiyda va agressorlarni aniqlash anketa so'rovnomasidan qisman foydalanilgan. Kiberbulling hodisalarining tarqalganlik darajasini o'rganish mualliflik anketasida sinaluvchilarning kompyuter texnologiyasidan foydalanish bilim va malakasi, internetdan foydalanish motivlari, kompyuter o'yinlarini necha yoshdan o'ynashi, internet ayni paytda shaxs hayotida qanday vazifani bajarayotgani, qadriyatlar ustanovkasiga ta'siri, qaysi ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishi, kiberbulling turlarini tarqalganlik darajasi va uning shaxs hissiyotlariga ta'sirini o'rganish maqsad qilib olingan.

Uchinchi bosqichda mavzuni nazariy jihatdan o'rganish va kontent tahlil natijalaridan kelib chiqib, yoshlarda kiberbulling tahdididan himoyalaniish ko'nikmalarini aniqlash maqsadida quyidagi metodikalar tanlab olindi. Jumladan, empirik tadqiqotda, “Internet asri - yoshlar nigohida” kiberbulling hodisalarining tarqalganlik darajasini o'rganish mualliflik so'rovnomasi (D.Polvanova), D.Leyn tomonidan qayta ishlangan “Bulling-struktura” metodikasi, V.Boyko tomonidan ishlab chiqilgan “Kommunikativ tolerantlik darajasi” metodikasi, O.Andronnikova tomonidan ishlab chiqilgan “Viktim xulq-atvorga moyillikni o'rganish” metodikasi, A.Bass - A.Darkining “Agressivlik darajalarini o'rganish” metodikasi, “Yomg'ir ostidagi odam” proyektiv testidan foydalanildi.

To'rtinchi bosqichda: Yuqorida keltirilgan, o'zbek auditoriyasiga olimlarimiz tomonidan o'zbek tiliga tarjima qilingan va milliy muhitga moslashtirilgan metodikalardan tashkil topgan psixologik testlar banki tajriba-sinovda qo'llanildi, natijalarning matematik-statistik tahlili qilindi. Nazorat guruhida o'tkazilgan tadqiqot natijalarining tahlili, kiberbulling hodisasi profilaktikasi uchun trening dasturlarini yaratishda g'oyalar banki sifatida xizmat qildi va kiberbulling ishtirokchilari bilan ishlashda psixologik yordam ko'rsatish uslubiyoti ishlab chiqildi.

Kiberbullingdan jabrdiydalari bilan ishlashda ularning temperamenti, holati, resurslari va boshqa psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda psixologlar tomonidan tavsiya etilgan stressni bartaraf etish mexanizmlaridan foydalanish mumkin.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Stressli vaziyatlarda shaxsning o'z-o'zini boshqarish mexanizmlarini atroflicha o'rganish, shaxsni kiberbulling tahdididan himoyalaniish ko'nikmalarini shakllantirish, stressli holatlarni baholash va shaxs sifatida o'zini anglash jarayonlarini rivojlantirish zarur. Quyida biz, yoshlarning axborot-psixologik xavfsizligini kiberbulling tahdidlaridan himoyalash mexanizmlarini takomillashtirish maqsadida olib borgan ilmiy tadqiqotimiz natijasida ishlab chiqilgan ta'lim muassasalarining amaliyotchi-psixologlari uchun tavsiyalar va psixokorreksion trening dasturlarini taqdim etdik. Ushbu dasturda o'spirinlarning Internetdan foydalanish kompetensiyalari ishlab chiqilgan va ular quyidagilardir: ijtimoiy tarmoqda aloqa qilish etikasini anglash, o'z shaxsiy ma'lumotlarini himoyalash, o'z hayotiga oid (shaxsiy, intim, oilaviy va b.) fotosuratlarini tarqalishini oldini olish, ochiq axborot tizimlaridan kelayotgan axborotlarni o'zining tanqidiy va muqobil fikrlash qobiliyatlari orqali iste'mol qilish, ijtimoiy tarmoqlardagi turli stressli vaziyatlarida koping xulqini ishga solish. Ushbu kompetensiyalarni amaliyotchi - psixologlar profilaktik ishlar doirasida shakllantirilishi zarur. Yoshlar o'rtasida kiberbullingni profilaktika qilish va oqibatlarini kamaytirishga qaratilgan dasturlar kiberbulling tahdidlaridan himoyalaniish ko'nikmalarini shakllantirishi zarur. Jumladan:

- Internet orqali notanish kimsalar bilan va tengdoshlar bilan o'zaro muloqot jarayonida shaxsiy chegaralarni belgilay olish;

- o'z-o'zini anglash va refleksiya qobiliyatini rivojlantirish;

- manipulyativ ta'sirlarga qarshi turish qobiliyatini rivojlantirish;

- ijtimoiy - psixologik va huquqiy madaniyatini oshirib borish;

- Internetda muloqot jarayonida agressiyani namoyon qilmaslikka o'rgatish;

- o'zaro ta'sir doirasidagi ijtimoiy intellekt darajasini oshirish;

- sotsiumda mavjud konstruktiv xulq koping – strategiyalaridan xabardor bo'lish.

Ushbu amaliy ko'nikmalarni maqsadli tashkil etilgan guruhlarda, 10-15 yoshlilar va 16-19, 20-25 yoshlilardan iborat alohida guruhlarida shakllantirish yosh mezonlariga to'g'ri keladi.

Guruh profilaktik maqsadida yig'ilgan bo'lsa ochiq, kiberbulling jabrlanuvchilari bilan ishlashda yopiq guruhda ish olib borish maqsadga muvofiq.

Trening metodlarini tanlashda, art-terapiya, geshtalt terapiya va kognitiv terapiya yo'nalishlarida mashqlar, texnikalarni tanlash, shu qatorda suhbat, munozara, mini-ma'ruza, qisqa amaliy syujetli keyslar, aqliy hujum, psixogimnastik mashqlar, syujetli-rolli o'yinlarni kiritish maqsadga muvofiq. Dastur davomiyligi 20-24 soatga mo'ljallanishi va tizimli ravishda tashkil etilishi, ishtirokchilar soni trening qoidalariga ko'ra 8-12 nafardan oshmasligi kerak.

Trening dasturini tuzishda amaliyotchi-psixolog (trener, modirator) o'z faoliyati yo'nalishini, trening ishtirokchilarida kiberbullingdan himoyalanişga doir qanday kompetensiyani, malakani, qaysi metodlar bilan shakllantirishini aniq belgilab olishi zarur. Kiberbulling tahdidlarining kelib chiqish sabablari turlicha ekanligi, amalga oshirilishi shakllarining oqibatlarga turlicha ekanligi kompleks yondashuvni talab qiladi. Kiberbullingdan himoyalaniş ko'nikmalarini shakllantirishga oid psixopofilaktik yoki psixokorreksion trening dasturlari quyidagi yo'nalishlarni o'z ichiga qamrab olishi maqsadga muvofiq. Jumladan: ijtimoiy-psixologik, ijtimoiy-pedagogik va ijtimoiy-huquqiy yo'nalishlarda tashkil etilishi lozim. Quyida siz kiberbulling tahdidlarini oldini olish bo'yicha trening dasturlarini tuzish uchun uslubiy ko'rsatmalar va dastur namunasi bilan tanishishingiz mumkin.

YOSHLAR O'RTASIDA AXBOROT TAHDIDLARIDAN HIMOYALANISH KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH VA KIBERBULLING OQIBATLARINI KAMAYTIRISH DOIRASIDAGI

ASSERTIV (MOSLASHUVCHAN) HULQNI SHAKLLANTIRISH DASTURI

Maqsad: O'spirinlarning axborot psixologik xavfsizlik sohasini kiberbulling tahdidlaridan himoyalashga doir ko'nikmalarini shakllantirish.

Vazifalar:

1. tengdoshlar bilan o'zaro muloqot jarayonida shaxsiy chegaralarni belgilab olish;
2. o'z-o'zini anglash va refleksiya qobiliyatini rivojlantirish.
3. manipulyativ ta'sirlarga qarshi turish qobiliyatini rivojlantirish;
4. o'spirinning ijtimoiy - psixologik va huquqiy madaniyatini oshirish. Internet muloqotda agressiyani namoyon qilmaslikka o'rgatish;
5. o'zaro ta'sir doirasidagi ijtimoiy intellekt darajasini oshirish;
6. sotsiumda mavjud konstruktiv hulk koping - strategiyalari bilan tanishish va shakllantirish;
7. Muloqot jarayonidagi kommunikativ ustanovkalarni anglashni shakllantirish

Maqsadli guruh: geterogen guruh, 10-11 dan 15-16 yoshgacha o'spirinlar guruhi.

Ish shakli: O'spirinlarning profilaktik guruhi (ochiq/yopiq)

Trening metodlari: suhbat, munozara, mini-ma'ruza, trening, aqliy hujum, psixogimnastik mashqlar, syujetli-rolli o'yinlar.

Dastur davomiyligi: **24 soat**

Ishtirokchilar soni: **8-12 nafar**

Faoliyatning asosiy yo'nalishlari:

Ijtimoiy-psixologik yo'nalishda shaxslararo muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish, o'z-o'ziga va o'z imkoniyatlariga ishonchni oshirish, viktin hulk shakllarini bartaraf etish, o'zini-o'zi anglash, adekvat baholash, va taqdim etish ko'nikmasini rivojlantirish, refleksiya va identifikatsiyani shakllantirish.

Ijtimoiy-pedagogik qo'llab-quvvatlash: o'spirinlarda o'z tengdoshlar bilan o'zaro munosabatlarda xatti-harakatlarning konstruktiv kurash strategiyalari bilan tanishtirish, shu jumladan, giyohvandlik vositalari va psixofaol moddalarni iste'mol qilishga jalb etishga va radikal g'oyalar ta'siriga tushib qolishga qarshi kurashish.

Ijtimoiy-huquqiy qo'llab-quvvatlash: o'spirinlar birdan yuz berishi mumkin bo'lgan holatlar, ya'ni katta yoshlilar tomonidan tajovuz amalga oshirilganda, qadr-qimmatini kamsitilganda, jismoniy va ruhiy zo'ravonlikda va shu qatorda o'spirin huquqbuzarlik sodir etgan holatlarga doir qonun va me'yorlar bilan tanishtirish.

Trening metodlarini tanlashda, art-terapiya, geshtalt terapiya va kognitiv terapiya yo'nalishlarida mashqlar, texnikalarni tanlash maqsadga muvofiq. Shu qatorda suhbat, munozara, mini-ma'ruza, qisqa amaliy syujetli keyslar, aqliy xujum, psixogimnastik mashqlar, syujetli-rolli o'yinlarni kiritish maqsadga muvofiq. Dastur davomiyligi 20-24 soatga mo'ljallanishi va tizimli ravishda tashkil etilishi, ishtirokchilar soni trening qoidalariga ko'ra 8-12 nafardan oshmasligi kerak.

Trening dasturini tuzishda amaliyotchi-psixolog (trener, modirator) o'z faoliyati yo'nalishlari aniq belgilab olishi zarur. Jumladan, trening ishtirokchilarini qaysi yo'nalishlarda, qanday amaliy ko'nikmalarni, qaysi metodlar bilan shakllantira olishini aniq belgilashi zarur.

DASTUR REJASI:

	Mavzular	Trening maqsadi	vaqt
Psixologik qism			
	Shaxs, individ va individuallik	Shaxsiy rivojlanish, istak, orzu va maqsadlar va ularga erishish to'g'risidagi tushunchalarni anglash.	2

	Konfliktni yechishning konstruktiv va samarali strategiyalari	Konfliktsiz muloqot usullarini o'rgatish, kommunikativ ustanovkalar bilan ishlash.	2
	O'smir va o'spirinlarda kommunikativ ustanovkalar va hulq modellari	Kommunikativ ustanovkalarni anglash va viktim xulq modellarini bartaraf etish	2
	“Hissiyotlar va emotsiyalar” o'spirinning hissiy emotsional sohasi.	“Hissiyotlar va emotsiyalar” art-terapevtik trening. Art-terapiya texnikalarini qo'llash orqali tashkil etiladi.	2
Jami			8
Ijtimoiy-pedagogik qism			
	Addiksiya haqidagi afsonalar va reallik	1.Kompyuter o'yinlari(geym addiksiya), narkotik moddalar va chekish addiksiyasi kabilarining shakllanish sabablari va psixologik mexanizmlari to'g'risida suhbat 2. Munozara: O'zim qaramlikni bartaraf eta olamanmi?	2
	Do'stlik va sevgi O'spirin va uning muhiti	Trening maqsadi: O'smirning hissiy emotsional sohasida do'stlik va sevgi hislari to'g'risida tushunchalarni aniqlash, FARQLASH va tahlili. Ularni boshqarishga o'rgatish.	2
	Motivatsiyani shakllantirish	1.Rasmlar tanlovi. “Men hayotni tanlayman” 2.Bahs –munozara	2
	O'spirinlik va o'spirinlik yoshining psixologik xususiyatlarini tushunishni shakllantirish	1.Yosh bo'lish osonmi? Muhokama	2
	Shaxs, individ va individuallik	Men “Kimman” va meni boshqalar qanday ko'rishadi?	2
Jami			10
Ijtimoiy-huquqlar bo'limi. <i>Ushbu bo'limni huquqshunoslar, diniy konfessiya vakillari bilan hamkorlikda tashkil etish mumkin.</i>			
2	Voyaga yetmaganlarning huquq va burchlari	1.“Mening huquq va burchlarim” suhbat. 2.“Agar mening huquqlarim buzilsa,” amaliy mashg'ulot	2
3	Voyaga yetmaganlarning huquqiy javobgarligi	1.“Qonunni buzish va jinoyat” mavzusida davra suhbat 2.Rasmlar tanlovi. “Yoshlar va qonun” Munozara 2.“Qonun murosasiz, chunki u qonun”	2
4	O'spirinning kasbiy o'zligini anglashi	“Ishga joylashishdan oldin nimalarni bilish shart” davra suhbat	2
Jami			6
			Jami: 24 soat

Xulosa. Dasturni amalga oshirishda amaliyotchi-psixologlar o'zlariga hamkor trener yoki jamoat tashkilotlari, volontyorlik guruhlar va diniy konfessiya vakillarini jalb qilishlari va quyidagi joylarda o'tkazishlari mumkin:

- ta'lim muassasalarida;
- kutubxonalarda;
- Yoshlar ishlari agentligiga qarashli, yoshlar uchun markazlarda,
- BAM(Barkamol avlod markazlari) va hk.

Dastur to'g'ri amalga oshirilganda quyidagi natijalar kafolatlanadi:

- ishtirokchilarda psixorefleksiya, o'zini-o'zi adekvat baholash, o'zini-o'zi tushunish va o'zini-o'zi taqdim etish ko'nikmalarini shakllantirish imkoniyati yuzaga keltiriladi. Shaxslararo muloqot ko'nikmalari, o'ziga bo'lgan ishonch va o'z qobiliyatini baholay olish ko'nikmalari paydo bo'ladi;

- voyaga yetmaganlar qo‘llab-quvvatlanadi, ular o‘z tengdoshlari bilan munosabatda muloqot qilishning konstruktiv koping xulq-strategiyalarini o‘zlashtiradilar, shu jumladan giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarni iste‘mol qilishga qarshi kurashish ham amalga oshiriladi.

- voyaga yetmaganlarni shafqatsiz muomaladan himoyalash, ularning huquq va qonuniy manfaatlarini buzilishidan, qadr-qimmatini kamsitish, jismoniy va ruhiy zo‘ravonlikdan himoya qilish, shuningdek, turli huquqbuzarliklarni sodir etishda qonuniy javobgarlik masalalaridan xabardorlik darajasi ortadi. Integrasiyalashgan ish dasturi har xil turdagi “xavfli” xatti-harakatlar, aynan kiberbullinglarni oldini olish va voyaga yetmaganlarni kiberstalkingdan himoyalashga yordam beradi.

Adabiyotlar:

1. Polvanova D.T. Zamonaviy yoshlar, bulling va kiberbulling muammolari. Uslubiy qo‘llanma. – T.:2023. –71 b.
2. Сеть безопасности: влияние кибербуллинга на психическое здоровье детей и молодёжи, феврал 2018 г.
3. Соломин И.Л. Современные методы психологической экспресс-диагностики и профессионального консультирования. СПб.: Речь, 2006. – 280.
4. Soldatova G., Rasskazova E., Zotova E., Lebesheva M., Roggendorf P. Children of Russia online: risks and safety. The results of the international project EU Kids Online II in Russia. Moscow, 2012 Available at: http://detonline.com/assets/files/helpline/RussianKidsOnline_Final%20ReportRussian.pdf. Access date: August 20, 2020.
5. Child Helpline International. Voices of children and young people: heard and unheard. 2015 Data from Child Helplines in Europe. Amsterdam, 2016 [Electronic resource]. Available at: http://orgchi-tukhnakal.savviihq.com/wpcontent/uploads/2017/05/voices_of_children_and_young_people_-_europe.pdf Access date: 09.07.20.
6. G‘oziev E.G. Ontogenez psixologiya. Toshkent. “Noshir” nashriyoti 2010. 214,-B. 216.
7. Senat Hukumatga milliy kontentni rivojlantirish va zararli axborotdan himoyalash to‘g‘risida so‘rov yuboradi. <https://www.gazeta.uz/uz/2022/02/05/youth-protection/>
8. https://youtu.be/WQ8kjf_rISA?si=s4kmFnpw7CnWZw4D

Qodirova Yulduz Yunusjon qizi,

Farg‘ona davlat universiteti Psixologiya, pedagogika va san‘atshunoslik
fakulteti Amaliy psixologiya yo‘nalishi talabasi

YETAKCHILIK FAZILATLARI VA RAHBARLIK USLUBLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada yetakchilik fazilatlarini va rahbarlik uslublari o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilinadi. “Ipoteka Bank” ATB menejerlari misolida olib borilgan tadqiqotda rahbarlarning shaxsiy xususiyatlari, yetakchilik fazilatlarini va boshqaruv uslublari o‘rtasidagi munosabat o‘rganildi. Natijalar shuni ko‘rsatdiki, avtoritar uslub ko‘proq kuchli yoki diktatorlikka moyil liderlar orasida uchraydi, o‘rtacha fazilatlariga ega rahbarlar mos kelmaydigan uslubdan foydalanadi, zaif fazilat egalari esa liberal yondashuvni tanlaydi. Shaxsiy xususiyatlar tahlili (R.B. Cattell 16PF) yetakchilik samaradorligiga ijobiy ta‘sir qiluvchi asosiy sifatlar — ochiqlik, intellekt, hukmronlik va sezuvchanlik ekanini ko‘rsatdi. Tadqiqot zamonaviy tashkilotlarda moslashuvchan, kommunikativ va empatik yetakchilik yondashuvlarini rivojlantirish zarurligini ta‘kidlaydi.

Kalit so‘zlar: yetakchilik, rahbarlik uslubi, shaxsiy fazilatlar, avtoritar uslub, liberal uslub, moslashuvchan liderlik, Cattell 16PF testi.

ЛИДЕРСКИЕ КАЧЕСТВА И СТИЛИ РУКОВОДСТВА

Аннотация. В данной статье теоретически и практически анализируется взаимосвязь между лидерскими качествами и стилями руководства. В исследовании, проведенном на примере менеджеров АКБ «Ипотека Банк», изучалась взаимосвязь между личностными характеристиками, лидерскими качествами и стилями управления руководителей. Результаты показали, что авторитарный стиль чаще встречается среди сильных или склонных к диктаторству лидеров, руководители со средними качествами используют несоответствующий стиль, а обладатели слабых качеств выбирают либеральный подход. Анализ личностных характеристик (тест Р.Б. Кеттелла 16PF) показал, что основными качествами, положительно влияющими на эффективность лидерства, являются открытость, интеллект, доминантность и чувствительность. Исследование подчеркивает необходимость развития гибких, коммуникативных и эмпатических подходов к лидерству в современных организациях.

Ключевые слова: лидерство, стиль руководства, личностные качества, авторитарный стиль, либеральный стиль, адаптивное лидерство, тест Кеттелла 16PF.

LEADERSHIP QUALITIES AND LEADERSHIP STYLES

Abstract. This article theoretically and practically analyzes the interrelationship between leadership qualities and leadership styles. The study, conducted using managers of JSCB "Ipoteka Bank" as an example, examined the relationship between managers' personal characteristics, leadership qualities, and management styles. Results showed that the authoritarian style is more common among strong or dictatorial leaders, leaders with moderate qualities tend to use an inconsistent style, and those with weak qualities opt for a liberal approach. Analysis of personality traits (R.B. Cattell 16PF) revealed that the main qualities positively influencing leadership effectiveness are openness, intelligence, dominance, and sensitivity. The study emphasizes the necessity of developing adaptive, communicative, and empathetic leadership approaches in modern organizations.

Keywords: leadership, leadership style, personal qualities, authoritarian style, liberal style, adaptive leadership, Cattell 16PF test.

Kirish. Har qanday tashkilot yoki jamiyat muvaffaqiyatining asosi – bu samarali yetakchilikdir. Yetakchilik – bu faqat buyruq berish emas, balki boshqalarni ilhomlantirish, yo‘l-yo‘riq ko‘rsatish va umumiy maqsad sari olib borish san‘atidir. Bugungi kunda turli sharoitlarda samarali bo‘ladigan yetakchilik uslublarni bilish, ularni amaliyotda qo‘llay olish har bir rahbar va jamoa yetakchisi uchun muhim hisoblanadi. Ushbu maqolada yetakchilik uslublarning nazariy asoslari va ularning amaliy tatbiqlari ko‘rib chiqiladi.

Zamonaviy menejment amaliyotida yetakchilik hodisasi ko‘p qirrali va murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon sifatida tadqiq qilinadi. Turli nazariy yondashuvlar bu hodisani izohlashga urinadi, ammo yagona

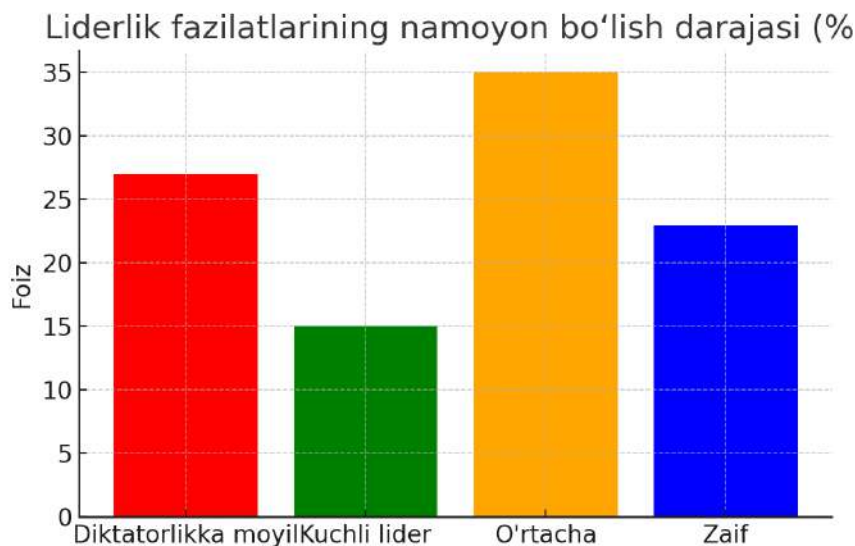
universal konsepsiya mavjud emas. Yetakchilikning samarali bo'lishi ko'plab omillarga, jumladan, rahbarning shaxsiy fazilatlariga, izdoshlari bilan o'zaro munosabatlariga, tashkiliy vaziyatlarga hamda madaniy kontekstga bog'liq. Ushbu maqolada “Ipoteka Bank” ATB misolida yetakchilik fazilatlarini va rahbarlik uslublari o'rtasidagi bog'liqlik tahlil qilinadi.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. Yetakchilik nazariyalari uch asosiy guruhga ajratiladi: xususiyatlar nazariyasi, xulq-atvor yondashuvi va vaziyatli yondashuv. Xususiyatlar nazariyasi rahbarning tug'ma sifatleri va psixologik xususiyatlarini asosiy omil sifatida ko'radi. Psixologik yondashuvlarda, xususan, Z. Freydning psixoanalitik nazariyasida yetakchilik bostirilgan libidoning sublimatsiyasi sifatida izohlanadi. Frankfurt maktabi olimlari (E. Fromm, T. Adorno) esa avtoritar shaxs tipini ajratib ko'rsatgan.

Tadqiqot “Ipoteka Bank” ATB (sobiq Zoloto-Platina Bank)ning 26 nafar menejeri (18 erkak va 8 ayol) o'rtasida o'tkazildi. Ishtirokchilar yoshi 26–45 oralig'ida, kamida 3 yillik ish tajribasiga ega, oliy ma'lumotli. Quyidagi metodlar qo'llanildi:

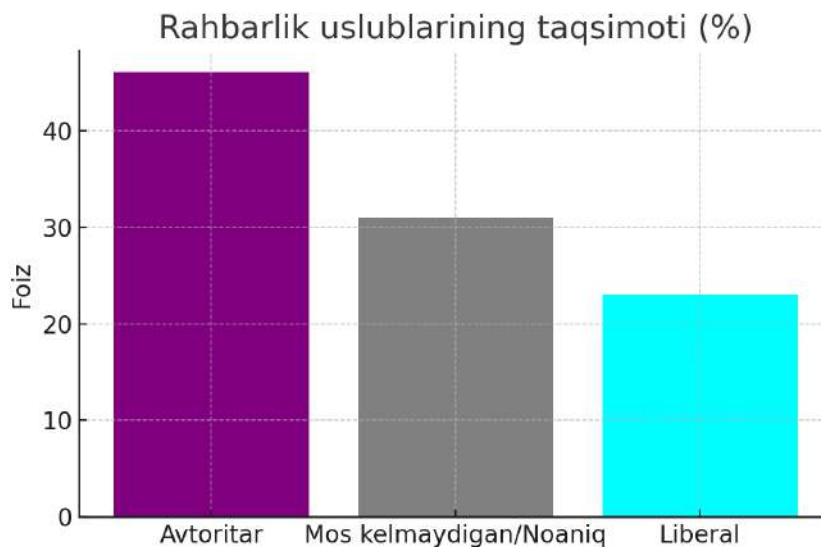
- “Lider” testi – yetakchilik fazilatlarini darajasini aniqlash uchun
- “Yetakchilik uslublari” metodikasi – rahbarlik uslubini belgilash uchun
- R.B. Cattellning 16PF testi – shaxsiy xususiyatlar profilini tuzish uchun

Tadqiqot metodologiyasi. Yetakchilik fazilatlarini darajasi (“Lider” usuli) Tadqiqot natijalariga ko'ra, menejerlarning 15 foizi kuchli liderlik fazilatlariga ega, 27 foizi diktatorlikka moyil, 35 foizi o'rtacha, 23 foizi esa zaif fazilat ko'rsatgan.



1-rasm Liderlik fazilatlarining namoyon bo'lishi %

Natijalar shuni ko'rsatdiki, menejerlarning 46 foizi avtoritar, 31 foizi noaniq yoki mos kelmaydigan uslubga ega, 23 foizi esa liberal uslubdan foydalanadi.



2- rasm. Rahbarlik uslublarining taqsimoti %

Shaxsiy xususiyatlar profili (Cattell 16PF)

Olingan natijalar va ularning tahlili. Natijalar shuni ko'rsatdiki, eng yuqori ko'rsatkichlar – ochiqlik (A=8.65), intellekt (B=7.25), hukmronlik (E=7.05) va sezuvchanlik (I=8.4). Eng past ko'rsatkich esa normativ xulq (G=4.65) bo'ldi.

Natijalarni tahlili shuni ko'rsatdiki, avtoritar uslub asosan kuchli yetakchilik fazilatlarini yoki diktatorlikka moyil shaxslar orasida ustunlik qiladi. O'rtacha fazilatlariga ega shaxslar odatda mos kelmaydigan uslubga moyil, zaif fazilat egalari esa liberal uslubdan foydalanadi.

Tadqiqot natijalari rahbarlik uslubi va shaxsiy fazilatlar o'rtasida bevosita bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi. Avtoritar shaxslar demokratik boshqaruvni qabul qilmaydi, lekin qat'iyat talab qilinadigan vaziyatlarda samarali bo'lishi mumkin. Biroq, zamonaviy bank boshqaruvida moslashuvchan, kommunikativ va empatik liderlar ko'proq muvaffaqiyatga erishadi. Shuning uchun kadrlar tayyorlash va rivojlantirish jarayonida psixologik diagnostika asosida mos boshqaruv uslubini shakllantirish tavsiya etiladi.

Tadqiqotning keyingi bosqichi - Cattell so'rovnomasi. Ko'p faktorli shaxsiyat so'rovnomasi R.B. Cattell tomonidan 1949 yilda ishlab chiqildi va keyinchalik psixodiagnostika amaliyotida keng qo'llanila boshlandi. Ushbu test universal, amaliy va individuallik haqida ko'p qirrali ma'lumot beradi. Hozirgi vaqtda 16 PF so'rovnomasining turli shakllari shaxsni ekspress diagnostika qilishning eng mashhur vositasidir. Ular insonning individual psixologik xususiyatlarini bilish zarur bo'lgan barcha holatlarda, shu jumladan ma'lum bir shaxs uchun qaysi yetakchilik fazilatlarini ustuvorligini aniqlash uchun qo'llaniladi.

Anketa 187 savolni o'z ichiga oladi va shaxsiyatning turli qutb xususiyatlarini o'lchaydigan 16 ta shkala tizimini ifodalaydi. Sinovda taqdim etilgan 16 ta asosiy xususiyat: iliqlik, aql-zakovat, hissiy barqarorlik, hukmronlik, beparvolik, vijdonlilik, jasorat, mehribonlik, shubhalilik, xayolparastlik, ehtiyotkorlik, aybdorlik, radikalizm, o'zini o'zi ta'minlash, o'zini tuta bilish, keskinlik.

Tekshiruv vaqti 20 dan 50 minutgacha bo'lgan.

Mavzudan ro'yxatdan o'tish varaqasiga "ha", "yo'q", "bilmayman" (yoki "a", "b", "c") savollariga javob variantlaridan birini kiritish so'ralgan. Qabul qilingan ma'lumotlar "kalit" yordamida qayta ishlandi. Subyekt javoblarning "kalit" bilan mos kelishi "a" va "c" javoblari uchun 2 ball, "b" javobining mos kelishi bir ball bilan baholandi.

Har bir tanlangan savollar guruhi uchun ballar yig'indisi omil qiymatiga olib keladi. Har bir omilning olingan qiymati jins va yoshni hisobga olgan holda jadvallar yordamida devorlarga aylantiriladi.

Devorlar 1 va 10 ballning ekstremal qiymatlari bilan bipolyar shkala bo'yicha taqsimlanadi. Barcha 16 omil uchun mavjud ko'rsatkichlardan "shaxsning profili" deb ataladigan narsa tuziladi. Tarjima qilishda, birinchi navbatda, profilning "cho'qqilari" ga (1-3 va 8-10) e'tibor beriladi.

Quyidagi bloklarda tahlil qilinadi, masalan:

- intellektual xususiyatlar (V, M, Q1); hissiy va irodaviy xususiyatlar (C, G, I, O, Q3, Q4);
- Shaxslararo o'zaro ta'sirning kommunikativ xususiyatlari va xususiyatlari (A,H,F,E,Q2,N,L).

"Ipoteka Bank" ATB uchun ma'lumotlarni qayta ishlash sifat va miqdoriy tahlillar yordamida amalga oshirildi. Cattell testidagi "xom" ballar devorlarga aylantirildi, so'ngra har bir omil uchun o'rtacha qiymat hisoblab chiqildi. Ushbu 1-jadval natijalariga ko'ra, shkala bo'yicha yuqori qiymatlarni aniqlash mumkin: A (sosiylilik), B (razvedka), E (hukmronlik), I (sezuvchanlik).

H, L omillari ballarni oshirishga qaratilgan - 6,65 va 6,45. Faktor G (normativ xatti-harakat) ballarni kamaytirishga intiladi - 4,65. Omillar (F, O, M, N, O, Q1, Q2, Q3, Q4) o'rtacha qiymatlarga ega.

"A" omili bo'yicha yuqori ball olgan odam ochiq va mehribon, ochiqko'ngil va xushmuomaladir. U xulq-atvorda tabiiylik va qulaylik, munosabatlarda ehtiyotkorlik, mehribonlik va mehribonlik bilan ajralib turadi. U odamlar bilan bajonidil ishlaydi, nizolarni bartaraf etishda faol, ishonadi, tanqiddan qo'rqmaydi, yorqin his-tuyg'ularni boshdan kechiradi va voqealarga yorqin javob beradi.

Yuqori "B" baholari bilan mavhum fikrlash, tez fikrlash va tez o'rganish kuzatiladi. Og'zaki madaniyat va bilim darajasi bilan qandaydir bog'liqlik mavjud

1-jadval.

R. Cattell testi bo'yicha o'rtacha qiymatlar (16PF anketasi)

Yo'q.	Parametr nomi	O'rtacha qiymat
A	O'chirilgan - ochiqko'ngil	8.65
B	Intellekt	7.25
C	Hissiy beqarorlik - hissiy barqarorlik	5.55
E	Bo'ysunish – hukmronlik	7.05
F	Cheklov – ekspressivlik	5.55

G	Tuyg'ularga moyillik - Normativ xatti-harakatlar	4.65
H	Uyatchanlik – jasorat	6.65
I	Qattqlik - sezuvchanlik	8.4
L	Ishonchlilik – shubha	6.45
M	Amaliylik - rivojlangan tasavvur	6.1
N	To'g'ridan-to'g'rilik - diplomatiya	6.15
O	O'ziga ishonch - tashvish	5.5
1-savol	Konservatizm - radikalizm	5.35
2-savol	Konformizm - Konformizm	6.55
Q3	O'z-o'zini nazorat qilish past - o'zini o'zi boshqarish yuqori	5.5
4-savol	Dam olish - kuchlanish	5.6

"E" omili bo'yicha yuqori ball bilan, odam kuchli, mustaqil, o'ziga ishongan, tajovuzkorlik darajasiga qadar o'jar. U mulohazalar va xulq-atvorda mustaqil bo'lib, o'z fikrlash tarzini o'zi va atrofidagilar uchun qonun deb bilishga moyil. Mojarolarda boshqalarni ayblaydi, tashqaridan kuch va bosimni tan olmaydi, avtoritar rahbarlik uslubini afzal ko'radi, balki yuqori maqom uchun kurashadi; ziddiyatli, injiq.

"Men" ning yuqori balli yumshoqlik, barqarorlik, qaramlik, homiylik istagi, romantizmga moyillik, badiiy tabiat, ayollik va dunyoni badiiy idrok etishni tavsiflaydi. Biz rivojlangan empatiya, hamdardlik va boshqa odamlarni tushunish qobiliyati haqida gapirishimiz mumkin.

"H" va "L" omillarining ma'nosi insonning ijtimoiy jasorat, faollik va notanish holatlar va odamlar bilan kurashishga tayyorligi bilan ajralib turishini ko'rsatadi. U tavakkal qilishga moyil va o'zini erkin tutadi. Umuman olganda, omil ijtimoiy vaziyatlarda tahdidga reaktivlikni belgilaydi va ijtimoiy aloqalardagi faollik darajasini belgilaydi. Biror kishi o'rtacha darajadagi shubha bilan ajralib turadi, u odatda o'z harakatlarida ehtiyotkor va o'zini o'zi o'ylaydi. Omil odamlarga nisbatan hissiy munosabat haqida gapiradi. "G" omilining kamayishi odamning o'zgaruvchanligini, tasodif va sharoitlarning ta'siri ostida ekanligini va guruh talablari va me'yorlarini bajarish uchun harakat qilmasligini anglatishi mumkin. Umuman olganda, omil turli me'yorlar va taqiqlarning insonning xatti-harakati va munosabatlarini tartibga solish darajasini belgilaydi.

Xulosa. O'tkazilgan tadqiqotlarga asoslanib, qiziqarli munosabatlarni kuzatish mumkin. Avtoritar boshqaruv uslubi eng aniq yetakchilik fazilatlariga ega bo'lgan respondentlar yoki diktaturaga moyil bo'lgan menejerlar orasida ustunlik qiladi. Etakchilik uslubi ishlab chiqilmagan yoki o'rtacha yetakchilik fazilatlariga ega bo'lgan xodimlar odatda mos kelmaydigan uslubga ega. Yetakchilik fazilatlarini zaif ifodalangan menejerlar liberal-ruxsat beruvchi etakchilik uslubiga ega. Shunday qilib, yetakchilik uslubining yetakchilik fazilatlarini ifodalash darajasiga bog'liqligini kuzatish mumkin.

Rahbar sifatida avtoritar shaxslar demokratik rahbarlik uslubini qabul qilmaydilar, ular o'z vakolatlarini qo'l ostidagilar bilan shaxsiy munosabatlarga kengaytirishga va ularning huquqlarini buzishga moyil bo'ladilar va ular o'z hokimiyatini saqlab qolish yoki oshirish haqida emas, balki ishning manfaatlarini o'ylaydilar. Bunday rahbarlar qattiq nazoratni talab qiladi.

Yetakchilik istagini psixoanalitik tushuntirish, albatta, bunday motivlarning barcha turlarini tugatmaydi. Aksariyat odamlar hokimiyatga ega bo'lishdan psixologik zavq olishmaydi va hatto norasmiy etakchilikka intilmaydilar. Quvvatning o'zi ular uchun qadriyat emas. Agar hokimiyat har xil turdagi imtiyozlarni olish uchun keng imkoniyatlarni ochib bermasa, ko'pchilik odatda rahbarlik lavozimlaridan va ular bilan bog'liq mas'uliyatlardan qochishni afzal ko'radi: yuqori daromad, obro', foydali aloqalar, imtiyozlar va boshqalar. Ular uchun hokimiyatga bo'lgan intilish tabiatan instrumentaldir, ya'ni. boshqa maqsadlarga erishish uchun vosita bo'lib xizmat qiladi.

Zamonaviy tashkilotlarda muvaffaqiyatli boshqaruv uchun faqat buyruqbozlik emas, balki jamoaning ishtirokini ta'minlaydigan, motivatsiyani oshiradigan, o'zgaruvchan vaziyatlarga moslasha oladigan yetakchilik uslublari zarur. Transformatsion va moslashuvchan liderlik yondashuvlari bugungi kun rahbarlari uchun asosiy tamoyilga aylanishi kerak. Har bir lider o'z uslubini tanlashda jamoa xususiyatlarini, tashkilot madaniyatini va kontekstni hisobga olgan holda, doimiy o'rganish va rivojlanishga intilishi zarur.

Adabiyotlar:

1. Bass B. M., & Riggio R. E. (2006). Transformational Leadership (2nd ed.). Mahwah N.J: Lawrence Erlbaum Associates.
2. Yukl G. A. (2013). Leadership in Organizations (8th ed.). Boston: Pearson Education.

3. Hersey P., Blanchard, K. H., & Johnson, D. E. (2012). Management of Organizational Behavior: Leading Human Resources (10th ed.). New Jersey: Pearson.
4. Robbins S. P., & Coulter M. (2022). Management (15th ed.). Pearson.
5. Northouse P.G. (2021). Leadership: Theory and Practice (9th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
6. Goleman D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York: Bantam Books.
7. Kotter J. P. (1996). Leading Change. Boston: Harvard Business School Press.
8. Lewin K., Lippitt R., & White R. K. (1939). Patterns of aggressive behavior in experimentally created social climates. // The Journal of Social Psychology, 10(2), 271–299-bet.
9. Adizes I. (2004). Idealniy rukovoditel'. Moskva: Alpina Business Books.
10. Bozorov Q. (2020). Boshqaruv asoslari. Toshkent: Iqtisodiyot.
11. Qodirov R. (2021). Tashkilot nazariyasi va boshqaruvi. Toshkent: Iqtisod-Moliya nashriyoti.
12. Fayzullayev A. (2019). Zamonaviy yetakchilik va liderlik kompetensiyalari. Iqtisodiyot va ta'lim, №4, 45–50 bet.

Razakov Farxod Kuvondikovich,

*Innovatsion texnologiyalar universiteti Pedagogika va psixologiya kafedrası dotsenti,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

TALABALARDA PROKRASTINATSIYA VA UNING MUSTAQIL TA'LIM SAMARADORLIGIGA TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu maqolada talabalarda uchraydigan prokrastinatsiya holati va uning mustaqil ta'lim jarayoniga ko'rsatadigan salbiy ta'siri keng yoritilgan. Prokrastinatsiyaning psixologik va tashkiliy sabablariga tayanilgan holda, uning o'qish samaradorligini pasaytiruvchi omil ekani tahlil qilingan. Shuningdek, mazkur muammoni bartaraf etish yo'llari, individual va tizimli yondashuvlar asosida taklif etilgan.

Kalit so'zlar: prokrastinatsiya, mustaqil ta'lim, talabalar, o'qish samaradorligi, psixologik omillar, motivatsiya, vaqtni boshqarish, kechiktirish odati.

ПРОКРАСТИНАЦИЯ У СТУДЕНТОВ И ЕЁ ВЛИЯНИЕ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

Аннотация. В данной статье подробно рассматривается состояние прокрастинации у студентов и её негативное влияние на процесс самостоятельного обучения. Опираясь на психологические и организационные причины прокрастинации, было проанализировано, что она является фактором, снижающим эффективность обучения. Также предложены пути решения данной проблемы на основе индивидуального и системного подходов.

Ключевые слова: прокрастинация, самообразование, студенты, эффективность обучения, психологические факторы, мотивация, управление временем, привычка откладывать.

PROCRASTINATION IN STUDENTS AND ITS IMPACT ON INDEPENDENT LEARNING EFFICIENCY

Abstract. This article extensively covers the state of procrastination encountered by students and its negative impact on the independent learning process. Based on the psychological and organizational reasons of procrastination, it was analyzed that it is a factor that reduces the effectiveness of learning. Also, ways to eliminate this problem are proposed based on individual and systemic approaches.

Keywords: procrastination, self-education, students, learning effectiveness, psychological factors, motivation, time management.

Kirish. Talabalarda prokrastinatsiya masalasi zamonaviy ta'lim jarayonida juda dolzarb muammo sifatida ko'rinmoqda. Prokrastinatsiya — bu majburiyatlarni kechiktirish va vaqtni samarali taqsimlay olmaslik holati bo'lib, ayniqsa mustaqil o'qishda uning salbiy ta'siri yanada ko'zga tashlanadi. Bugungi kunda talabalar ko'plab bilimlarni o'zlashtirishga harakat qilayotgan bir paytda, vaqtni boshqarishdagi muammolar ularning o'quv samaradorligini pasaytiradi. Bu holat esa nafaqat ularning akademik natijalariga, balki kelajakdagi kasbiy faoliyatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shuning uchun prokrastinatsiyani aniqlash va unga qarshi samarali usullarni ishlab chiqish ta'lim sohasidagi muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Mustaqil ta'limning o'ziga xosligi shundaki, bu jarayonda talabalar o'z vaqtlarini va o'rganish jarayonini mustaqil nazorat qilishlari lozim. Biroq prokrastinatsiya tufayli ular o'qish rejalarini kechiktirib, ortda qolib ketish xavfi bilan yuzma-yuz keladilar. Mustaqil o'qishning samaradorligi faqat bilimlarni o'zlashtirishda emas, balki talabaning o'zini tashkil etish qobiliyatiga ham bog'liq. Vaqtni noto'g'ri taqsimlash esa bilimlarni chuqur va samarali o'zlashtirishni cheklaydi. Natijada, talabalar o'z o'quv yuklamalarini boshqarishda qiyinchiliklarga duch kelib, o'z bilim darajasini pasaytiradi.

Prokrastinatsiyaning sabablari juda ko'p qirrali bo'lib, ularning orasida motivatsiya yetishmasligi, stress va tashvish, shuningdek, o'z-o'zini boshqarishdagi kamchiliklar mavjud. Talabalar ko'pincha qiyin vazifalarni bajarishni kechiktirib, undan qochishga harakat qilishadi, bu esa o'z navbatida o'quv jarayonini qiyinlashtiradi. Shuningdek, zamonaviy texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlar prokrastinatsiyani kuchaytiruvchi omillar sifatida ta'sir ko'rsatadi. Bunday omillarni aniqlash va ularni bartaraf etish yo'llarini izlash, ta'lim jarayonining samaradorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

Mustaqil ta'limda prokrastinatsiyaning oldini olish uchun talabalar vaqtni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishi kerak. Bunda samarali rejalashtirish, maqsadlarni aniq belgilash va o'z-o'zini rag'batlantirish

muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, ta'lim muassasalari va pedagoglar ham talabalarga bu borada ko'mak berish, psixologik yordam ko'rsatish va motivatsiyani oshirishga qaratilgan dasturlar ishlab chiqishlari zarur. Bularning barchasi talabaning mustaqil o'qishda yanada faol va samarali bo'lishiga yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda, prokrastinatsiya talabalarining mustaqil ta'lim samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan muhim omillardan biridir. Bu holatni aniqlash, tahlil qilish va unga qarshi kurashish ta'lim jarayonining sifatini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega. Talabalar vaqtni boshqarish qobiliyatlarini oshirish, o'z-o'zini tashkil etish usullarini o'rganish orqali prokrastinatsiyaning salbiy oqibatlaridan qochishlari mumkin. Shu bois, prokrastinatsiya muammosini hal qilish ta'lim jarayonining asosiy yo'nalishlaridan biri bo'lishi kerak. Mustaqil ta'limning samaradorligini oshirish uchun bu masalani chuqur o'rganish va amaliy yechimlar ishlab chiqish zarurdir.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. O'qituvchilar va psixologlar mustahkam ta'kidicha, talabalar prokrastinatsiya – o'rganish yoki topshiriqlarni qasddan kechiktirish – ularning akademik natijalariga bevosita salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ushbu qanchalik ko'p sodir bo'lsa, talabaning mustaqil ta'limdagi o'z-o'zini boshqarish qobiliyati shunchalik zaiflashadi. Prokrastinatsiya vazifani vaqtida bajarishni kechiktirib, natijada bilimlarni mustahkamlash uchun zarur bo'lgan vaqtni yo'qotishga olib keladi. Ilmiy izlanishlar shuni ko'rsatadiki, kechiktirish urf-g'oyalarga asoslanmagan holda buning ortida yomon rejalashtirish, motivatsiya yetishmasligi va stress yotadi. Bunday holat talabani o'z-o'zini boshqarish, vaqtni tejash va samarali o'qish ko'nikmalarini shakllantirish imkoniyatidan mosuvo etadi. Natijada, talabalar o'z mustaqil ta'lim jarayonida o'zini tartibga solish, maqsadlarga erishish va uzluksiz o'rganishdan mahrum bo'ladi. Ilmiy tadqiqotlar ayniqsa prokrastinatsiyaning emosional ta'sirlarini qayd etadi: stress va o'z-o'ziga ishonchsizlik holatlari mustaqil o'qish natijalarini yanada yomonlashtiradi.

Oliy va o'rta ta'lim shartlarida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'z-o'zini tartibga solish, metakognitiv strategiyalar va o'z-o'ziga ishonch (self-efficacy) prokrastinatsiyani kamaytirishning kalit omillari hisoblanadi. Tadqiqotchilar aniqlik bilan qayd etishicha, metakognitiv strategiyalar (ya'ni o'qish jarayonini rejalashtirish, nazorat qilish va moslashtirish) hamda o'z-o'ziga ishonch kuchli bo'lgan talabalarda kechiktirish darajasi sezilarli darajada past bo'ladi. Shuningdek, o'qish samaradorligini oshirishda o'z-o'zini rag'batlantirish va strategiya ishlatishning o'rni muhim ahamiyat kasb etadi. Bularning barchasi mustaqil ta'lim samaradorligini oshirish uchun asosiy poydevor bo'lib xizmat qiladi, chunki metakognitiv yondashuv bilimni chuqurroq o'zlashtirishga yordam beradi.

Onlayn o'qish sharoitlarida talabalar prokrastinatsiyaga nisbatan yo'naltirilgan munosabatda bo'lishadi. Masalan, o'qish kontenti ahamiyatsiz yoki texnologiya qulay bo'lmaganida, talabaning motivatsiya darajasi pasayadi va kechiktirish harakati kuchayadi. Shu bilan birga, shaxsiy xususiyatlar, masalan, javobgarlik hissi (conscientiousness) ham prokrastinatsiya darajasini belgilovchi muhim omillardan biridir. Bu holat mustaqil o'qish jarayonini boshqarish va topshiriqlarni vaqtida bajarishga to'sqinlik qiladi, o'qish samaradorligini pasaytiradi.

Ilmiy meta-tahlillar kechiktirish va akademik natijalar o'rtasida salbiy bog'liqlikni aniqlagan. Ya'ni prokrastinatsiya yuqori bo'lgan talabalar akademik baholarda pastroq ko'rsatkichlarga ega bo'lishadi, ular test angazheligi va stress darajasining yuqoriligiga duch keladi. Bu holat esa mustaqil ta'lim samaradorligiga xalaqit beradi, chunki talaba o'z bilimlarini mustahkamlab tayyorlanish imkoniyatidan mahrum bo'ladi. Cramming amaliyoti bilan uyqu sifati pasayadi, stress darajasi oshadi, bu esa uzoq muddatda ham salbiy natijalarga olib keladi.

Talabalarda prokrastinatsiya xatti-harakatlarini kamaytirish uchun o'z-o'zini tartibga solish ko'nikmalarini mustahkamlashga yo'naltirilgan treninglar samarali ekanligi aniqlangan. Masalan, o'zini o'zi tartibga solish (self-regulated learning) bo'yicha treninglar talabalar orasida kechiktirish darajasini sezilarli darajada pasaytirishi ma'lum qilingan. Bu treninglar mustaqil ta'limda talabaga rejalashtirish, vaqtni boshqarish va motivatsiyani oshirishda yordam beradi, o'quv samaradorligini yaxshilaydi va kechiktirishning oldini oladi.

Gunnar T. Steel kabi psixologlar prokrastinatsiya impulsivlik, genetik omillarning ta'siri bilan ham bog'liqligini aniqlagan; ya'ni bu xatti-harakat merosiy bo'lishi mumkinligi keltirilgan. Shu bilan birga, talabalar o'z maqsadlarini kichik vazifalarga bo'lib olish, vaqt bloklarini belgilash kabi muvofiqlashtiruvchi yondashuvlar orqali prokrastinatsiya nazoratini yaxshilashlari mumkinligi tavsiya etilgan. Bu yondashuvlar mustaqil ta'lim jarayonida talabaning o'zini idrok etish, ishtiyoq va samaradorligini oshirib, kechiktirish xavfini kamaytiradi.

Muhokama. Talabalar orasida prokrastinatsiya kuzatilishi turli omillarga bog'liq bo'lib, bu holat ularning ta'lim jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Kechiktirish odati odatda murakkab vazifalarga duch kelganda paydo bo'ladi, bunda talabalar topshiriqni bajarishni vaqtincha orqaga suradilar. Bunday yondashuv vaqt o'tishi bilan odatga aylanishi mumkin, bu esa bilimlarni chuqur o'zlashtirishga to'sqinlik

qiladi. Muhimi, bu kechiktirish faqat dangasalik emas, balki psixologik bosim, qoʻrquv yoki ishonchsizlik bilan bogʻliq boʻlishi mumkin. Masalan, talaba topshiriqni bajarishga oʻzini yetarli darajada tayyor emas deb hisoblab, uni keyinga qoldiradi. Bu orada vaqt yoʻqoladi va oʻqish sifati pasayadi. Mustaqil taʼlim esa talabadan kuchli ichki motivatsiya, oʻzini oʻzi boshqarish va intizomni talab qiladi. Prokrastinatsiya esa aynan shu fazilatlarini zaiflashtiradi. Shunday ekan, bu muammoni oʻz vaqtida aniqlash va bartaraf etish lozim. Aks holda, oʻqish samaradorligi jiddiy darajada pasayishi mumkin.

Mustaqil taʼlimda muvaffaqiyatga erishish uchun talabani oʻz vaqtini rejalashtirish, maqsadga yoʻnaltirilgan harakat qilish va ichki nazorat mexanizmlarini shakllantirish muhim ahamiyatga ega. Ammo prokrastinatsiya bu tizimni izdan chiqaradi, chunki u oʻrganish jarayonini izchil emas, epizodik tarzda amalga oshirishga olib keladi. Bu holatda talabalar kerakli bilim va koʻnikmalarni yetarli darajada olmaydi. Chunki ular oʻqishni faqat topshiriqni topshirish uchun bajaradi, bu esa oʻzlashtirish darajasining past boʻlishiga sabab boʻladi. Kechiktirish, ayniqsa, uzoq muddatli rejalarda eng koʻp salbiy natija keltirib chiqaradi. Prokrastinatsiya qiluvchi talabalar oʻzlarining bilim darajasidan qoniqmay, oʻqishga boʻlgan ishtiyoqni yoʻqota boshlaydi. Shu bilan birga, ular oʻzlariga nisbatan salbiy fikr shakllantiradi. Bu holat depressiya va oʻz-oʻzini baholashning pasayishiga olib keladi. Mustaqil taʼlimda esa ijobiy psixologik holat muhim omillardan biri hisoblanadi. Shuning uchun prokrastinatsiyani ijtimoiy-psixologik kontekstda ham tahlil qilish zarur.

Prokrastinatsiya nafaqat individual, balki tashkiliy omillar bilan ham bogʻliq boʻlishi mumkin. Taʼlim muassasalari tomonidan berilayotgan topshiriqlarning murakkabligi, talabani ularni qanday qabul qilishi va baholash tizimi ham bu holatga taʼsir etadi. Agar talaba oʻzining ishiga mos keladigan yoʻl-yoʻriqlarni olmasa, u topshiriqni qanday bajarishni bilmaganidan vaqtini kechiktira boshlaydi. Bundan tashqari, dars jarayonidagi interaktivlikning pastligi, oʻquv rejalarining haddan tashqari siqilganligi ham talabada ruhiy charchoqni kuchaytiradi. Shuningdek, koʻplab topshiriqlar bir vaqtga toʻgʻri kelganda talabalar qaysi biriga ustuvorlik berishni bilmay, umumiy faoliyatni toʻxtatadi. Bu esa keyinchalik prokrastinatsiyaga olib keluvchi odatga aylanadi. Shuning uchun taʼlim tizimi ham talabani ruhiy va metodik jihatdan qoʻllab-quvvatlaydigan muhit yaratishi zarur. Agar talabaga topshiriqlarni mustaqil ravishda qanday bajarish kerakligi aniq koʻrsatib berilsa, bu kechiktirish darajasini kamaytiradi. Taʼlimdagi aniqlik va tushunarlilik prokrastinatsiyani kamaytiruvchi muhim omillardandir. Shuningdek, samarali mentorlik tizimi ham bu borada foydali boʻlishi mumkin.

**Talabalarda prokrastinatsiya va uning mustaqil taʼlim samaradorligiga taʼsiri boʻyicha
psixologik statistik tadqiqot jadvali**

№	Tadqiqot koʻrsatkichi	Kuzatuv holati	Talabalarining foiz koʻrsatkichi (%)	Izoh
1	Vaqtini boshqarishdagi qiyinchilik	Oʻz topshiriqlarini rejalashtira olmaslik	70	Reja tuzmaslik prokrastinatsiyani kuchaytiruvchi asosiy omil
2	Oʻz-oʻzini motivatsiya qilishdagi pasayish	Oʻqishga boʻlgan ichki ishtiyoqning yoʻqligi	65	Mustaqil taʼlimda natija olishni sustlashtiradi
3	Kechiktirishning oʻqish samaradorligiga taʼsiri	Oʻzlashtirish darajasi past boʻlishi	60	Ilmiy natijalarga yetishda sustlik seziladi
4	Stress va xavotir darajasi	Topshiriqlar muddatini oʻtkazib yuborish	55	Psixologik zoʻriqish kuchayadi
5	Oʻziga boʻlgan ishonchning pastligi	Topshiriqqa qoʻl urishni kechiktirish	50	Oʻz imkoniyatlariga shubha bilan qarash
6	Axborotni chuqur oʻzlashtirish darajasi	Yuzaki oʻqish, eslab qolish qiyinligi	48	Prokrastinatsiya natijasida chuqur anglash kuchsiz boʻladi
7	Mustaqil qaror qabul qilishda noaniqlik	Vazifaga qanday yondashishni bilmaslik	45	Oʻziga xos yondashuvlar yetishmasligi
8	Akademik samaradorlikni oʻz baholay olmaslik	Faoliyatini tahlil qilolmaslik	40	Oʻz oʻsish surʼatini baholashda qiynalish
9	Prokrastinatsiyani yengishga tayyorgarlik	Davolash strategiyalarini	35	Kurashish vositalaridan bexabar boʻlish

№	Tadqiqot ko'rsatkichi	Kuzatuv holati	Talabalarning foiz ko'rsatkichi (%)	Izoh
	darajasi	bilmaslik		
10	Tashqi omillarning ta'siriga tez beriluvchanlik	Ijtimoiy tarmoq, do'stlar, atrof-muhit chalg'itishi	30	Konsentratsiya pasayadi, vaqt isrof bo'ladi

Talabalar orasida olib borilgan kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, prokrastinatsiya ko'pincha o'z vaqtini noto'g'ri baholash va rejalarni haddan ortiq optimistik qurish bilan bog'liq. Ular topshiriqni bajarish uchun yetarli vaqt bor deb o'ylaydi, lekin rejalashtirilgan vaqt chegarasidan chiqib ketadi. Bu esa oxir-oqibatda ishni shoshilinch va sifatsiz bajarishga olib keladi. Shunday holatlar mustaqil ta'lim samaradorligini tushiradi, chunki o'quv jarayoni tartibsiz va nazoratsiz bo'lib qoladi. Vaqtni noto'g'ri taqsimlash doimiy kechikish holatiga olib keladi, bu esa talabaning akademik intizomini pasaytiradi. Mustaqil o'rganishda esa o'zini boshqarish, rejalashtirish va muntazamlik eng asosiy tamoyillardandir. Agar bu tamoyillar izdan chiqsa, talaba biror fanga chuqur kirib borolmaydi. Shu sababli vaqtni boshqarish bo'yicha treninglar va metodik ko'rsatmalar prokrastinatsiyani kamaytirishga xizmat qilishi mumkin. Ularni o'quv dasturlariga kiritish foydali bo'ladi.

Prokrastinatsiyaning yana bir jihati shundaki, u mustaqil o'qishda natijalarni baholashni ham qiyinlashtiradi. Talaba topshiriqni vaqtida bajarmagani sababli, uning bilim darajasi haqida to'liq tasavvurga ega bo'lish qiyinlashadi. Bu holatda o'qituvchi ham noto'g'ri fikrga ega bo'lishi mumkin, ya'ni talaba bilimsiz emas, balki o'z vaqtida ishni bajarmagan bo'lishi mumkin. Bu esa baholash tizimining aniqligiga ta'sir qiladi. Mustaqil o'rganishda baholash faqat yakuniy natija asosida emas, balki butun jarayon bo'yicha amalga oshirilishi kerak. Aks holda, prokrastinatsiya qilgan talaba past baho olib, o'qishga bo'lgan ishtiyoqini yo'qotadi. Shu sababli mustaqil ta'limda prokrastinatsiyaga qarshi kurashish faqat individual emas, balki tizimli yondashuvni talab qiladi. O'qituvchi va talaba o'rtasida doimiy muloqot, oraliq nazoratlar va muntazam fikr almashish bu borada ijobiy natijalar beradi. Baholashda individual yondashuv talabaga moslashtirilgan bo'lishi kerak. Prokrastinatsiya sababli adolatsiz baholash holatlarining oldi olinishi kerak.

Muhokama qilinayotgan muammo, ya'ni prokrastinatsiya, aslida o'z ustida ishlash orqali yo'qotilishi mumkin bo'lgan muammolardan biridir. Talaba o'z xatti-harakatlarini tahlil qila oladigan bo'lsa, bu muammoni hal qilish yo'llarini ham topa oladi. Masalan, kichik va bosqichma-bosqich maqsadlar qo'yish orqali ishni sodda va boshqariladigan holatga keltirish mumkin. Shuningdek, o'ziga mukofot tizimini yaratish, rejalashtirish vositalaridan foydalanish samarali bo'lishi mumkin. Mustaqil o'rganishda bu yondashuvlar nafaqat samaradorlikni oshiradi, balki talabaning o'ziga bo'lgan ishonchini ham kuchaytiradi. Prokrastinatsiyaga qarshi psixologik yordamlar va maslahatlar berish ham bu borada yaxshi natija beradi. Talabalar o'z muammolarini tan olishdan uyalmasliklari, balki ularni hal qilish yo'llarini izlashlari kerak. Ta'lim muassasalari esa bu borada ularga kerakli sharoit va yordamni taqdim etishlari zarur. Prokrastinatsiya cheklangan holat emas, balki o'zgartirilishi mumkin bo'lgan odatdir. Muhimi, bunga qarshi kurashish istagi va zaruriy metodlar bo'lishidir.

Xulosa. Talabalarda uchraydigan prokrastinatsiya holati mustaqil ta'limning samaradorligiga bevosita salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bu holat o'z vaqtida topshiriq bajarilmasligi, bilimlarni chuqur o'zlashtirib olmaslik, vaqtdan noto'g'ri foydalanish kabi muammolarni keltirib chiqaradi. Prokrastinatsiya o'quv jarayonini izdan chiqarib, talabaning psixologik holatiga ham salbiy ta'sir o'tkazadi. Mustaqil o'qish esa talabadan o'zini boshqarish, intizom va barqarorlikni talab qiladigan murakkab jarayondir. Agar talaba doimiy kechiktirish odatiga ega bo'lsa, bu mustaqillik darajasini sezilarli darajada pasaytiradi. Bunday holatlarning oldini olish uchun o'z vaqtida tashxis qo'yish va chora-tadbirlar ko'rish muhimdir. Shuningdek, prokrastinatsiyaning psixologik ildizlarini aniqlash ham ushbu muammoni bartaraf etishda katta ahamiyatga ega. Ta'lim muassasalari va pedagoglar bu jarayonda faol ishtirok etishi lozim. Prokrastinatsiya yengil muammo emas, balki ta'lim sifati va talaba kelajagiga xavf soluvchi omildir. Uni hal qilish tizimli yondashuvni talab qiladi.

Muhokama natijalariga ko'ra, prokrastinatsiya faqat vaqtni yo'qotish emas, balki o'zini rivojlantirish imkoniyatlarini ham cheklaydi. Talaba doimiy kechiktirish orqali o'z salohiyatini to'liq namoyon qila olmaydi. Bu holat mustaqil ta'lim samaradorligini keskin kamaytiradi, chunki mustaqillik intizom, iroda va maqsadlilikni talab qiladi. O'z-o'zini boshqara olmagan, rejali harakat qilolmagan talaba mustaqil ta'limdan kutilgan natijani ololmaydi. Shu sababli, o'quvchilarni prokrastinatsiyaga qarshi kurashishga o'rgatish zamonaviy ta'limning muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Bunda motivatsiya, psixologik qo'llab-quvvatlash, vaqtni boshqarish texnikalari samarali vosita bo'lib xizmat qiladi. O'quv rejalarida bu boradagi treninglar, seminarlar va nazorat mexanizmlari qo'llanilishi kerak. Shuningdek, talabaning o'z fikrini anglab

yetishi va o'z ustida ishlashga intilishi ham hal qiluvchi omillardandir. Prokrastinatsiyaning oldini olish faqat nazorat bilan emas, balki madaniy yondashuv orqali amalga oshiriladi. Bu esa talabaning har tomonlama yetuk shaxs bo'lib shakllanishiga yordam beradi.

Ta'lim samaradorligi – bu nafaqat bilim olish, balki uni amaliyotda qo'llashga ham tayyorlik deganidir. Agar prokrastinatsiya sababli talaba o'z bilimlarini tizimli o'zlashtirmasa, keyinchalik uni real hayotda qo'llashda qiynaladi. Mustaqil ta'lim talabaning o'z ustida ishlashi, o'zi uchun javobgarlik his qilishini talab qiladi. Prokrastinatsiya esa bu javobgarlik tuyg'usini pasaytiradi. Natijada talaba tashqi nazorat bo'lmagan sharoitda o'z vazifalarini bajarmaydi, rivojlanish jarayoni to'xtaydi. Shuningdek, o'quv topshiriqlarini faqat muddatga bog'lab ishlash odati shakllanib, bilim olish maqsadga aylanishdan chiqib qoladi. Bunday yondashuv mustaqil o'qishning mohiyatiga zid bo'lib, ta'limni formallikka aylantiradi. Shuning uchun, ta'lim mazmuni va uslubiy yondashuvlar ham prokrastinatsiyani kamaytirishga xizmat qilishi kerak. Masalan, interaktiv uslublar, talabaning faol ishtirokiga asoslangan yondashuvlar bu borada samaralidir. Har bir talabaning o'ziga xos o'rganish uslubini tan olgan holda, individual yondashuvlar orqali bu muammoni bartaraf etish mumkin.

Prokrastinatsiyaning oldini olish faqatgina shaxsiy sa'y-harakatlar emas, balki muhit, ta'lim tizimi va psixologik qo'llab-quvvatlashga ham bog'liqdir. Talaba o'zini xavfsiz va tushunilgan muhitda his qilsa, topshiriqlarni bajarmaslik emas, ular ustida o'ylash va harakat qilish yo'lini tanlaydi. Dars jarayonlarida erkin fikr almashish, muammolarni ochiq muhokama qilish prokrastinatsiyani kamaytiradi. Shuningdek, o'qituvchining talaba bilan doimiy aloqasi, ularni nazorat qilish emas, balki rag'batlantirish orqali yo'naltirishi samarali bo'ladi. Mustaqil ta'limda bu ayniqsa muhim, chunki har bir talaba o'ziga xos yondashuvni talab qiladi. Bu jarayonda emotsional salomatlik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ham e'tibordan chetda qolmasligi kerak. Prokrastinatsiyaga qarshi kurashish ijobiy muhit, ishonchli aloqalar va bosqichma-bosqich yutuqlar orqali samarali kechadi. Ta'lim tizimi esa bu jarayonni qo'llab-quvvatlovchi infratuzilmalarni yaratishi lozim. Bu orqali talaba o'zining irodasi va bilim olishga bo'lgan intilishini mustahkamlashi mumkin. Bunday tizim mustaqil o'rganish madaniyatini shakllantiradi.

Shuni unutmaslik kerakki, prokrastinatsiya har bir kishida har xil ko'rinishda namoyon bo'lishi mumkin. Kimdadir bu holat doimiy kechiktirish bilan ifodalansa, boshqalarda esa bu o'zini oqlovchi sabablar izlash orqali ko'zga tashlanadi. Mustaqil ta'limda esa bu holat aniqlanishi va to'g'ri yo'naltirilishi kerak. Chunki u o'z vaqtida e'tibor qaratilmasa, uzoq muddatli o'rganish jarayonini butunlay izdan chiqarishi mumkin. Har bir talabaning o'z ustida ishlashni o'rganishi, o'z xatti-harakatlarini nazorat qila olishi ta'lim jarayonining muhim qismidir. O'qituvchilar esa bu jarayonda faqat nazorat qiluvchi emas, balki yo'l ko'rsatuvchi sifatida ishtirok etishlari kerak. O'z vaqtida berilgan maslahat, yengil murabbiylik yondashuvi va ijobiy turtki prokrastinatsiyaning ildizlarini kesishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, talabani o'z muvaffaqiyatini baholashga o'rgatish ham ularni kechiktirish odatidan xalos etadi. Prokrastinatsiyaga qarshi kurash bir martalik harakat emas, balki uzluksiz sa'y-harakatdir. Bu yondashuv mustaqil ta'lim madaniyatining ajralmas qismidir.

Yakuniy xulosa sifatida aytish mumkinki, talabalarda prokrastinatsiya holatlarini kamaytirish orqali mustaqil ta'lim samaradorligini sezilarli darajada oshirish mumkin. Bunda shaxsiy, ijtimoiy va tashkiliy omillarni birgalikda hisobga olish muhimdir. Har bir talaba o'zida prokrastinatsiyaga moyillik borligini tan olsa, bu boradagi yondashuvlar samarali bo'ladi.

Adabiyotlar:

1. Steel P. The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure // Psychological Bulletin.-2007.-№133(1).
2. Ellis A., Knaus W.J. Overcoming procrastination. - New York: Signet Books, 2000. – 144 p.
3. Burka J.B., Yuen L.M. Procrastination: Why you do it, what to do about it.
4. Reading, MA: Addison-Wesley, 2003. – 330 p.
5. Allen D. Ready for Anything: 52 Productivity Principles for Work and Life. New York: Viking Books, 2003. – 165 p.
6. Поздняк СВ. Феномен академической прокрастинации: проблемы и перспективы [Phenomenon of academic procrastination: problems and prospects]. Minsk: Asar; 2017. – 85 p.
7. Pollack S, Herres J. Prior day negative affect influences current day procrastination: a lagged daily diary analysis. Anxiety, Stress, Coping. 2020;33(2):165-175.
8. Ильин Э.П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень [Work and personality. Trudogolism, perfectionism, laziness]. Saint Petersburg: Piter; 2011. – 253 p.

Rustamova Mo'tabar Ravshanovna,
Alfraganus universiteti Pedagogika va psixologiya kafedrasi o'qituvchisi
meydigulamova@gmail.com

NOTO'LIQ OILALARDA ONA VA FARZANDLAR O'RTASIDAGI MUNOSABATLARNING PSIXOLOGIK JABHALARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada, noto'liq oilalarda ona va farzandlar o'rtasidagi munosabatlarning psixologik jabhalari murakkab va ko'p qirrali bo'lib, ularning o'zaro bog'liqligi farzandning ruhiy rivojlanishiga ko'rsatadigan ta'siri ilmiy jihatdan o'rganilgan. Bu munosabatlarda ona hissiy yuk, stress va bolaga nisbatan ortiqcha bog'liqlik kabi omillar ko'proq namoyon bo'ladi, bu esa farzandning o'zini anglash va ijtimoiy moslashuv jarayonlarini qiyinlashtiradi. Shuningdek, maqolada, psixologik muvozanatni saqlash va sog'lom o'sishni ta'minlash uchun maxsus psixologik yordam va qo'llab-quvvatlash zarurati dolzarbligi tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: noto'liq oila, ona-farzand munosabatlari, psixologik jabhalar, hissiy bog'liqlik, ruhiy rivojlanish, stress, psixologik yordam, ijtimoiy moslashuv, emotsional qo'llab-quvvatlash, bolaning o'zini anglashi.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ МАТЕРЕЙ С ДЕТЬМИ В НЕПОЛНЫХ СЕМЬЯХ

Аннотация. В данной статье научно исследованы психологические аспекты отношений между матерью и детьми в неполных семьях, которые являются сложными и многогранными, а также их взаимосвязь и влияние на психическое развитие ребенка. В этих отношениях чаще проявляются такие факторы, как эмоциональная нагрузка матери, стресс и чрезмерная привязанность к ребенку, что затрудняет процессы самосознания и социальной адаптации ребенка. В статье также проанализирована актуальность необходимости специальной психологической помощи и поддержки для поддержания психологического баланса и обеспечения здорового развития.

Ключевые слова: неполная семья, отношения матери и ребенка, психологические аспекты, эмоциональная привязанность, психическое развитие, стресс, психологическая помощь, социальная адаптация, эмоциональная поддержка, самосознание ребёнка.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF RELATIONSHIPS BETWEEN MOTHERS AND CHILDREN IN INCOMPLETE FAMILIES

Abstract. This article examines the complex and multifaceted psychological aspects of mother-child relationships in single-parent families, scientifically studying how their interdependence affects the child's mental development. In these relationships, factors such as the mother's emotional burden, stress, and excessive attachment to the child become more prominent, which complicates the child's self-awareness development and social adaptation processes. The article also analyzes the urgent need for specialized psychological assistance and support to maintain psychological balance and ensure healthy development.

Keywords: single-parent family, mother-child relationships, psychological aspects, emotional attachment, mental development, stress, psychological support, social adaptation, emotional support, child's self-awareness.

Kirish. Noto'liq oilalar zamonaviy jamiyatda tobora keng tarqalib borayotgan ijtimoiy hodisalardan biridir. Bunday oilalarda farzandlarning tarbiyasi asosan onaning zimmasiga tushadi, bu esa ularning psixologik holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ona va farzand o'rtasidagi munosabatlar oilaviy muhitda muhim o'rin tutib, bolaning shaxs sifatida shakllanishiga ta'sir qiladi. Bu munosabatlar iliqdigi, ishonchga asoslangani yoki uzilishlarga uchragani farzandning ruhiy holatini belgilovchi omillardan biri bo'lib xizmat qiladi. Noto'liq oilalarda onaning psixologik bosimi va farzand zimmasiga tushadigan emotsional yuk biroz og'irroq kechishi mumkin. Bunday holatlarda bolada o'ziga ishonchsizlik, ijtimoiy muhitga moslashishda qiyinchiliklar kuzatilishi ehtimoldan xoli emas. Ona esa ko'pincha moddiy va ma'naviy tarafdin ikki barobar yuk ostida qoladi. Bu esa uning farzandi bilan to'laqonli emotsional aloqa o'rnatishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu bois bunday oilalardagi munosabatlarni chuqur psixologik tahlil qilish jamiyatda

sogʻlom avlodni shakllantirish yoʻlida muhim hisoblanadi. Har bir notoʻliq oila oʻziga xos holatlarga ega boʻlib, bu oʻzgaruvchanlik tahlilga individual yondashuvni talab qiladi.

Ona va farzand oʻrtasidagi munosabatlar har doim murakkab va koʻp qirrali boʻlgan, ammo bu aloqa notoʻliq oilalarda yanada nozik tus oladi. Onaning yolgʻiz farzand tarbiyasi bilan shugʻullanishi, unga nafaqat mehr va eʼtibor, balki muvozanatli psixologik yondashuvni ham talab qiladi. Farzandning har bir harakati, his-tuygʻusi onaning emotsional holatiga bogʻliq boʻlib, ular oʻrtasidagi aloqa bir tomonlama emas, oʻzaro taʼsirli jarayondir. Agar ona oʻz psixologik muvozanatini saqlab tura olsa, bu farzandning ruhiy barqarorligiga ham ijobiy taʼsir koʻrsatadi. Aksincha, onaning ichki ziddiyatlari, xavotirlari yoki ruhiy charchogʻi bola ruhiyatida iz qoldirishi mumkin. Bunday holatlarda farzand oʻzini yolgʻiz his etishi, emotsional jihatdan yopiq boʻlib qolishi ehtimoli ortadi. Ayniqsa, oʻsmirlik davridagi bolalar onaning eʼtiboriga, qoʻllab-quvvatlashiga muhtoj boʻlib, bu ehtiyoj bajarilmaganda jiddiy psixologik muammolar kelib chiqadi. Onaning pedagogik va psixologik bilimlari yetarli boʻlmasa, u farzandning ichki holatini tushinishda qiynalishi mumkin. Bu esa notoʻgʻri muomala shakllanishiga, oʻzaro ishonch yoʻqolishiga olib keladi. Demak, ona va farzand oʻrtasidagi psixologik bogʻliqlikni toʻgʻri anglash bunday oilalar uchun hayotiy ahamiyat kasb etadi.

Notoʻliq oilalarda bola ruhiyatiga salbiy taʼsir qiluvchi asosiy omillardan biri bu oiladagi psixologik beqarorlikdir. Bolaning hayoti uchun barqarorlik va xavfsizlik hissi juda muhim, bu holat esa koʻpincha ota-onaning har ikkisi ishtirokidagi oilalarda shakllanadi. Ota yoʻqligi yoki uning ishtirok etmasligi bolada maʼnaviy boʻshliq va emotsional ehtiyojlarning toʻliq qondirilmassligiga olib keladi. Ona bu ehtiyojlarni toʻliq bosa olmasa, bolaning ichki dunyosida ziddiyatlar paydo boʻladi. Bunday holatlarda bolalarda asabiylik, oʻziga ishonchsizlik, koʻngilsizliklarga nisbatan haddan tashqari sezuvchanlik kuzatiladi. Bundan tashqari, boshqa tengdosh oilaviy muhitdagi farzandlar bilan solishtirish hissi ham bolani ruhan qiynashi mumkin. Notoʻliq oiladagi bola doimo oʻzini boshqalardan kamroq his etishga moyil boʻladi. Agar onasi bilan iliq munosabatda boʻlsa, bu boʻshliqni toʻldirish imkoniyati mavjud. Aks holda, u boshqalardan yiroqlashib, ichki qarama-qarshiliklar ichida ulgʻayadi. Bu esa uning jamiyatga integratsiyalashuvini sekinlashtiradi.

Shu oʻrinda psixologik yordam va ijtimoiy qoʻllab-quvvatlashning oʻrni juda katta ahamiyatga ega. Har bir ona farzandini tarbiyalash jarayonida pedagogik yondashuvdan tashqari, psixologik jihatdan ham tayyor boʻlishi lozim. Bu esa unga faqat hissiyotlar emas, balki ongli ravishda yondashish imkonini beradi. Mutaxassislar fikriga koʻra, ona va farzand oʻrtasidagi sogʻlom munosabatlar farzandning psixik holatini mustahkamlovchi asosiy omillardan biridir. Psixologik muhitning ijobiy boʻlishi farzandning xulq-atvori, oʻqishga munosabati va oʻziga boʻlgan ishonchini oshiradi. Buning uchun esa nafaqat onaning, balki maktab, mahalla va jamiyatning hamkorligi talab qilinadi. Notoʻliq oilalarga ijtimoiy yordam berilishi, psixologik maslahatlar taqdim etilishi juda zarur. Bu orqali onalar oʻz farzandlari bilan qanday muloqot qilishni oʻrganadilar. Shu tarzda farzandlar ruhiy tayanchga ega boʻlib, hayotda bardavom qadamlar tashlashi mumkin. Demak, notoʻliq oilalarda psixologik barqarorlikni taʼminlash — jamiyatning umumiy salomatligi uchun muhim omildir.

Yakuniy xulosa sifatida aytish mumkinki, notoʻliq oilalarda ona va farzand oʻrtasidagi munosabatlar muhim ijtimoiy va psixologik masala sanaladi. Bunday oilalarda yuzaga keladigan psixologik muammolarni eʼtiborsiz qoldirish, jamiyatda salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. Har bir bolaning toʻlaqonli rivojlanishi uchun emotsional qoʻllab-quvvatlash va ruhiy barqarorlik juda muhim. Ona esa bu jarayonda asosiy shaxs sifatida namoyon boʻladi va uning har bir harakati farzandning kelajagini belgilab beradi. Agar ona farzandi bilan ochiq va ishonchli munosabatlar oʻrnata olsa, bu nafaqat bolaning, balki oʻzining ham psixologik holatini ijobiy oʻzgartiradi. Bunday jarayonda ruhshunoslarning maslahatlari, ota-onalar maktabi kabi tashabbuslarning roli beqiyosdir. Notoʻliq oilalarda sogʻlom psixologik muhit yaratish — bu nafaqat oila, balki jamiyat oldidagi vazifadir. Har bir bola mehr va eʼtiborga loyiq boʻlib, buni birgina ona zimmasiga yuklash adolatli emas. Shu sababli, ijtimoiy qoʻllab-quvvatlash tizimini kuchaytirish orqali bunday oilalardagi ruhiy muvozanatni tiklash mumkin. Shunday qilib, notoʻliq oilalarda ona va farzand oʻrtasidagi psixologik munosabatlar har tomonlama chuqur yondashuvni talab etadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. Rus olimlari tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda agarda oilada faqat ona boʻlsa, bunday sharoitda ona va farzand oʻrtasidagi psixologik bogʻliqlik juda kuchli boʻlishi mumkin. Masalan, A.F. Minullina va M.O. Mikhaylova tomonidan olib borilgan tadqiqotlardan maʼlum boʻlishicha, bunday oilalarda onalarda oʻta yuqori darajada yonboshlik va xato qilishdan qoʻrqish kabi psixologik holatlar kuzatiladi, bu esa ularni farzandga ortiqcha bogʻlab qoʻyishga olib keladi. Bu esa farzandiy yoʻli bilan onaning hissiy qoʻllab-quvvatlashni ehtiyoj darajasidan ortiq kutishiga olib keladi, natijada farzand-infantilizatsiyaga moyil boʻladi. Bunday podatkiyat, ayniqsa, yozilmagan, intuitsiyaga asoslangan kommunikasiyada xavflidir, chunki u psixologik muvozanatni buzadi. Ona oʻzidan kutilganidek,

farzandni ichki bo'shliqdan to'ldiruvchi vosita sifatida ko'rib, o'z ehtiyojlarini bola orqali qondirmoqchi bo'ladi. Bunda ona o'zgacha sezish, his-tuyg'ularga persofokalanish bilan yondashadi, ya'ni o'z naslini istaklariga birlashtirishga harakat qiladi. Bu o'z navbatida bolaning o'z-o'zini tan olishi va qarorga olish ko'nikmalariga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu tarzda, rus psixolog olimlari noto'liq oilalardagi shu kabi psixologik jarayonlarni chuqur tahlil qilishadi.

M.A. Odintsova tomonidan olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, noto'liq oilalarda tarbiyalanayotgan o'smirlar “qurbon” rolini o'ziga xos psixologik huquqiy maqom sifatida qabul qilishlari mumkin. Bu qurbonlik roli ularning ichki his-tuyg'ularida doimiy takrorlanadi, shuning uchun ular o'zini jamiyatda passiv, hech narsaga loyiq bo'lmagan shaxs sifatida ko'rib qolishadi. Bu jarayon nihoyatda muhimdir, chunki o'sha o'smirlar bu rolni oiladan tashqaridagi ijtimoiy munosabatlarga ham olib boradi, ya'ni bu psixologik model muhim hayotiy tajribalarda qayta-qayta proyeksiyalanadi. Shuningdek, ular o'zlarining noto'g'ri holatini o'zgartirish imkonini past ekanini his qilib, yanada chekinroq bo'lishadi. Bu esa, o'z navbatida, psixologik va ijtimoiy moslashuvda muammolarni kuchaytiradi. Rus tadqiqotchilari bunday rolni “viktimogen guruh” deb atashadi, chunki bu holat vaqt o'tishi bilan izchil psixologik holatga aylanadi. Bu farzandning ruhiy rivojlanishiga tub ta'sir qiladi, ularning ijtimoiy faolligi kamayadi, kuchli ichki stresslar kuchayadi.

E.V. Stolin va A.Y. Varga nazariyasi bo'yicha, oilaning struktura va tarbiyaviy muhit komponentlari o'smirlarning o'zini idrok etishi, “Men-konsepsiyasi”, hamda “katta his qilish” yuksalishida muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa noto'liq oilalardagi o'smirlarning “Men-konsepsiyasi” shakllanishi nozik bo'ladi, chunki ularning oilaviy muhitida hissiy qabul qilish, moslashuvchan muloqot va muvofiq pedagogik uslublar kamroq bo'lishi mumkin. Tadqiqotda shuningdek, destruktiv tarbiyaviy uslublarning (masalan, hissiy rad etish, tugallanmagan javobgarlik, autoritar tarbiya) o'smirlarning o'ziga ishonchini yo'qotishiga ham sabab bo'lishi ta'kidlangan. Natijada, bu bo'shliqlar ongli, ijtimoiy moslashuvchan o'z-o'zini anglashga to'sqinlik qiluvchi psixologik to'siqlarni yuzaga keltiradi. Shu sababli, rus psixologlari oilaning strukturaviy jihatlarini chuqur tahlil qilgan holda psixologik yordam ko'rsatishga jiddiy yondashishadi.

E.O. Smirnova va B.S. Sobkin o'tkazgan tadqiqotlar ham shuni ko'rsatadiki, noto'liq oilalardagi bolalar bilan ishlaganda ularning emotsional-shaxsiy holatini yaxlit tarzda ko'rib chiqish muhimdir. Tadqiqotlar shuni aniqladiki, bu bolalarda nevroitik moyillik, xulqiy salbiy o'zgarishlar, infantilizm, o'zining qadr-qimmatiga nisbatan past baho ko'ruvchanlik tendensiyalari ko'proq uchraydi. Ayniqsa, erkak bola ona bilan yolg'iz bo'lsa, u o'zida erkaklik rolining modelini topishda qiyinchilik sezadi, bu esa uning o'zini tan olishida, ijtimoiy moslashuvda, psixologik rivojlanishda jiddiy xalaqit tug'diradi. Shu bois rus tadqiqotlari shuni ta'kidlaydiki, psixologik ko'mak faqatgina umumiy emas, balki gender-spetsifik bo'lishi zarur.

Izron va boshqa ilmiy manbalarda keltirilgan tadqiqotlarga ko'ra, mother-centrik oilalarda ona umumiy oilaviy hayotni orkestr qiladi, farzand bilan bo'lgan muloqot uning asosiy psixologik vazifasiga aylanadi. Bunday oilalardagi onalarning shaxsiy muammolari ko'pincha bolaning ruhiy bo'shlig'iga qaratilgan bo'ladi va ularni hal qilishga yo'naltiriladi, bu esa bolaning individual rivojlanishini buzadi. Bu sharoitda ona o'zining shaxsiy yuklarini bolaning ustiga yuklab, o'zi yolg'izlik, tashlandiqchilikni kechiruvchi bo'lsa, bolaning obyektiv psixologik o'zligini shakllantirish jarayoni murakkablashadi.

Sotsiologik va psixologik manbalarga ko'ra, noto'liq oilalar ijtimoiy-iqtisodiy hamda madaniy jihatdan ham nomuvofiq muhitda bo'lishi mumkin. Masalan, T.V. Korneyeva oilaning asosiy funksiyalaridan biri bu bolaga xavfsizlik, sevgi va himoyani ta'minlash ekanini ta'kidlaydi, noto'liq oilada esa bu funksiyalar kuchsiz bo'lishi mumkin. Bunday sharoit farzandning ruhiy va ijtimoiy moslashuvini susaytiradi, chunki ularda asosiy psixologik ehtiyojlar to'la qondirilmaydi. Shu bilan birga, ijtimoiy-iqtisodiy qiyinchiliklar (masalan, ona yolg'iz bo'lib ishlashi), psixologik sifatda bo'shliqni kuchaytiradi va bu farzandlar uchun xavfli psixologik model bo'lishi mumkin.

Oxirgi manbalarda somon bilimlardan foydalanish mumkin emas, ammo umumiy tarzda rus tadqiqotchilari noto'liq oilalardagi ona-farzand munosabatlarini hali o'rganishning dolzarb yo'nalishi sifatida ko'rib, muayyan metodologik yondashuvlar, psixologik kuzatuv va ijtimoiy-pedagogik yordamni birlashtirishni taklif qiladilar. Ular oilaning strukturaviy ijtimoiy fonini ham (masalan, katta shahar sharoiti, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash imkoniyatlari) ham, ona va bola psixologik munosabatlarini chuqur tahlil qilish zarurligini ko'rsatadi. Bu yondashuv orqali individual sharoitga mos, kontekstual va psixologik yordam, terapevtik qo'llab-quvvatlash tizimi yaratilishi mumkin. Shu asosda, rus psixolog olimlari yaqin kelajakda ko'proq chora-tadbirlar, dasturlar ishlab chiqish zarurligini ta'kidlaydilar.

A.F. Minullina, M.O. Mikhaylova, M.A. Odintsova, E.V. Stolin, A.Ya. Varga, E.O. Smirnova, B.S. Sobkin va T.V. Korneyeva kabi rus olimlari tomonidan olib borilgan tadqiqotlar natijasida, noto'liq oilalarda ona va farzand o'rtasidagi psixologik munosabatlar, bolaning o'z-o'zini anglash darajasi, emotsional rivojlanishi va ijtimoiy moslashuvi bilan bevosita bog'liq ekani aniqlangan. Bu oilalarda ona tomonidan

hissiy bog‘lanish kuchli bo‘lib, farzandga ortiqcha qaramlik yoki emotsional yuk yuklash holatlari uchrase mumkin, bu esa bolaning mustaqil qaror qabul qilish, ijtimoiy faol bo‘lish va o‘zini qadrlashiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli, psixologik yordam individual yondashuvga asoslanishi, shuningdek gender xususiyatlar va ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar hisobga olinishi lozim.

Tahlillar va natijalar. Noto‘liq oilalarda ona va farzandlar o‘rtasidagi munosabatlar odatdagi to‘liq oilalardan farqli ravishda chuqur hissiy bog‘liqlik va psixologik ehtiyojlarga asoslangan bo‘ladi. Bu oilalarda ona odatda yagona tarbiyachi bo‘lib, farzandning har tomonlama rivojlanishida asosiy rolni bajaradi. Farzand esa, o‘z navbatida, onadan nafaqat moddiy ta’minot, balki emotsional e’tibor va doimiy psixologik qo‘llab-quvvatlashni ham kutadi. Bunday tengsiz talab va taklif o‘rtasida noaniqlik paydo bo‘lib, munosabatda muvozanat buziladi. Onaning farzandga haddan tashqari bog‘lanishi, uni himoya qilishga ortiqcha intilishi farzandning mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatiga to‘sqinlik qiladi. Farzandda shaxsiy hudud va mustaqillik uchun imkoniyatlar kamayib, u onaning hissiy holatiga haddan tashqari bog‘liq bo‘lib qoladi. Bu holat bola shaxsida ruhiy beqarorlik, ijtimoiy faollikning susayishi, ishonch yo‘qolishi kabi salbiy psixologik belgilarni yuzaga keltirishi mumkin. Ayniqsa, bolalik davrida shakllangan bu bog‘lanish o‘smirlikda keskin ziddiyatlarga olib keladi. Ana shunday vaziyatlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, noto‘liq oilada psixologik muvozanatni ta’minlash uchun onaning ham, farzandning ham alohida psixologik qo‘llab-quvvatlovga ehtiyoji bor. Shu nuqtayi nazardan, psixologik yondashuv doimo murakkab va ehtiyotkorona bo‘lishi zarur.

Psixologik jihatdan noto‘liq oiladagi farzandlar ko‘pincha o‘zlariga nisbatan salbiy tasavvurlar shakllantiradi. Ular o‘zlarining boshqa tengdoshlariga nisbatan “kamchilikli” ekanini his qilishadi, bu esa past o‘ziga baho, ichki siqilish va ijtimoiy ajralishni yuzaga keltiradi. Bunday hislar ayniqsa ijtimoiy taqqoslash jarayonida kuchayadi, masalan, do‘stlari to‘liq oilada yashayotganini ko‘rganida. Farzand o‘z oilaviy holatini boshqalar bilan solishtirishga majbur bo‘ladi va bu ichki norozilik va ishonchsizlikni kuchaytiradi. Ona esa ko‘pincha bu salbiy jarayonni to‘xtata olmaydi, chunki u o‘zining ruhiy bosimi ostida yashaydi. Onada esa, o‘zini aybdor his qilish, farzand oldida doim nimadandir qarzdorlik tuyg‘usi paydo bo‘ladi. Bu hissiy qarzdorlik sababli ona o‘zini haddan tashqari fidokor tutishga urinadi, lekin bu har doim ham farzand tomonidan qadrlanmaydi. Farzand bilan ona o‘rtasida chuqur tushunmovchiliklar, hissiy uzilishlar yuzaga keladi. Bu holat munosabatlarda ziddiyatlar, sukunatlar yoki portlovchi tortishuvlar orqali namoyon bo‘ladi. Psixologik nuqtayi nazardan bunday muhitda tarbiyalangan farzandlarda yaqin munosabatlarga bo‘lgan ishonch zaiflashadi, u hayotda emotsional sovuqqonlik bilan harakat qilishga moyil bo‘ladi.

Shuningdek, noto‘liq oiladagi o‘smirlar o‘zlarini jamiyatda nomuvofiq his qilishlari mumkin, chunki ular ijtimoiy rol o‘ynashda qiyinchiliklarga duch kelishadi. O‘smirlik davri — shaxsiy identifikatsiya davri bo‘lib, bu jarayonda ular o‘zlariga yondashuvni atrof muhitdan qabul qiladi. Agar bu davrda ota figuraning yo‘qligi sezilarli bo‘lsa, o‘smir o‘zida yetuklik namunalarini shakllantira olmaydi. Ayniqsa erkak o‘smirlar erkaklik rolini kimdan o‘rganishni bilmay, noto‘g‘ri axborot manbalaridan andoza olishi mumkin. Bu esa shaxsiy rivojlanishdagi buzilishlarga olib keladi. Shuningdek, o‘smir o‘zining oilaviy holatini do‘stlaridan yashirishga urinadi yoki bu holatni inkor etadi. Bu psixologik inkorlik unga vaqtincha yengillik bersada, ichki nizolarni kuchaytiradi. Shu sababli, noto‘liq oilalarda tarbiyalanuvchi o‘smirlarga ijtimoiy psixologik moslashuvni o‘rgatish juda muhim hisoblanadi. Ular bilan individual ishlovchi pedagog va psixologlar o‘z faoliyatida hissiy ifodalanish, o‘ziga ishonch, va ijtimoiy vazifalarni ado etish malakalariga urg‘u berishlari lozim.

1-jadval.

Ko‘rsatkichlar	Noto‘liq oilalardagi holat	Solishtirma / Izoh
Emotsional va xulqiy muammolar	Farzandlarda ichga yopilish (internalizing) ikki karra, tashqariga chiqadigan (externalizing) muammolar uch karra ko‘p	Turli psixologik buzilishlar yuqori darajada uchraydi
Ruhiy salomatlik (Ona)	Yolg‘iz onalar — depressiya va asabiylik boshqa onalarga nisbatan uch baravar ko‘proq	Ona va bola har ikkisi yuqori stress ta’sirida
Xulq-atvor va ruhiy salomatlik (Farzand)	Emotsional va xulqiy muammolar uch karra ko‘p	Bolalarning ruhiy salomatligiga salbiy ta’sir kuchli
Ijtimoiy-iqtisodiy xavf	Yolg‘iz ona oilalarida qashshoqlik darajasi ~50%, to‘liq oilalarda esa ~5%	Moddiy jihatlar psixologik libosiy holatga ta’sir qilishi mumkin
Xavfli ijtimoiy	Bitta biologik ota-onadan (ona bilan) yashovchi	Oilaviy notinchlik va

Ko'rsatkichlar	Noto'liq oilalardagi holat	Solishtirma / Izoh
tajribalar	bolalar ko'proq qo'shni zo'ravonlik, bolaga zo'ravonlik, ota-onaning qamoqda bo'lishi yoki ruhiy kasallikka duchor bo'lish ehtimoli 3–8 barobar ko'proq	tashqaridan keladigan xavfli holatlar bolalarga ta'sir qiladi
Ijtimoiy va ruhiy barqarorlik (MRI tahlil)	Noto'liq oilalarda ulg'ayganlarda baland darajada bezovtalik, depressiya hamda miya tarmoqlarida o'zgarishlar aniqlangan	Neural va psixologik asosli uzoq muddatli ta'sirlar mavjud
Mustahkamlik va ijtimoiy ko'nikmalar	Resilyensiya, ijtimoiy kompetensiya va hissiy nazorat farzandning umumiy psixologik yaxshi holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi	Bu omillar himoya (protective) rolini o'ynaydi

Noto'liq oilalardagi onalar ko'pincha ikkiyoqlama bosim ostida bo'lishadi: bir tomondan moddiy ta'minotchilik vazifasi, ikkinchi tomondan esa emotsional qo'llab-quvvatlovchi sifatida. Bu holat onaning ruhiy kuchini tez sarflanishiga olib keladi va u farzandiga bardavom, sokin, muvozanatli muloqotni ta'minlab bera olmaydi. Onaning doimiy charchoq holati, hissiy qattqlik, yoki mutlaq befarqlik sifatida namoyon bo'lishi mumkin. Farzand esa bu holatlarni o'ziga nisbatan e'tiborsizlik deb qabul qilishi ehtimoldan xoli emas. Bu noto'g'ri talqinlar sababli bolaning onaga nisbatan ishonchi kamayadi, va o'zini yolg'iz his qiladi. Vaqt o'tishi bilan bu hissiyot ichki psixologik stressni kuchaytiradi va ijtimoiy qo'rquvni paydo qiladi. Bunday muhitda o'sib ulg'aygan farzand hayotda o'ziga munosib emotsional qo'llab-quvvatlovni topishda qiynaladi. U o'z his-tuyg'ularini boshqalarga namoyon etishdan tortinadi, bu esa emotsional muvozanatni saqlashni qiyinlashtiradi. Shuning uchun noto'liq oilalardagi ona uchun professional psixologik yordam shunchalik zarurki, bu nafaqat uning, balki farzandining ham barqaror ruhiy salomatligini tiklashi mumkin.

Yana bir muhim tahliliy jihat shundan iboratki, noto'liq oilada o'sib ulg'aygan bolalar oilaviy modelni o'z ongiga chuqur singdirib, uni keyingi hayotga ko'chirib o'tishlari mumkin. Bu shuni anglatadiki, ular kelajakda o'z oilaviy hayotini qurishda muammolarga duch kelishadi, chunki ular uchun “ota-ona juftligi” modeli emas, balki “bitta tarbiyachi” modeli normal hol sifatida qabul qilingan bo'ladi. Bu esa o'z navbatida munosabatlarda muvozanatsizlik, javobgarlikdan qochish yoki bir tomonlama xatti-harakatlar orqali namoyon bo'ladi. Farzand o'zining kelajakdagi oilasini onasining ruhiy holati asosida loyihalashi mumkin, bu esa sog'lom munosabatlar o'rniga hissiy manipulyatsiyalarga olib kelishi ehtimoli bor. Psixologik tahlillar shuni ko'rsatadiki, bunday shaxslar ko'pincha o'z oilasida ham chekinish, ishonchsizlik yoki ko'proq kontrollovchi rolda bo'lishadi. Shuning uchun bolalikdagi oilaviy muhit, ayniqsa noto'liq model, insonning butun hayotiga ta'sir qiluvchi psixologik asosdir. Bu holatni faqat psixoterapevtik yondashuv bilan tahlil qilib, sog'lom oilaviy qarashlar shakllantirish mumkin. Natijada, jamiyatda barqaror va ijtimoiy moslashgan shaxslar kamol topishi uchun noto'liq oilalarga ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash tizimi zarur.

2-jadval.

Ko'rsatkichlar	Noto'liq oilalar (yolg'iz ona)	Solishtirma / Tavsif
Ona ruhiy holati: depressiya/yoki tashvish	~30 % ona depressiya yoki tashvish simptomlarini bildirgan	Juftlikdagi onalarga nisbatan 2 baravar ko'p
Ona ruhiy yuki: psixologik stress	~37 % umumiy stressni bildirgan	Juftlikdagi onalarga nisbatan yuqori
Ona depressiya darajasi (CES-D>21)	~50 % yolg'iz onalarda (farzand ular bilan birga hisobga olingan)	Turmushdagi onalarda faqat ~12.9 %
Ona depressiya kuchli holat (CES-D>25)	~33 % yolg'iz onalar depressiv	Turmushdagi onalarda ~8 %
Psixologik stress (moderate to severe)	32 % yolg'iz onalar	Mukaffa onalarda 19 %
Ruhlardagi buzilish xavfi (mood disorders)	Odds ratio = 5.28 — yolg'iz onalarda rejimlar yuqori	Turmushdagi onalarga nisbatan 5 baravar ko'proq
Bola ruhiy muammolari (ichki/eksternalizatsiya)	8 % vs 4 % — noto'liq oilalarda 2 baravar ko'p	Emotsional va xulqiy muammolar uchraydi

Ko'rsatkichlar	Noto'liq oilalar (yolg'iz ona)	Solishtirma / Tavsif
Bolada xavfli tajribalar	3-8 baravar ko'p (zo'ravonlik, psixik kasallik, ruhiy nogironlik)	Noto'liq oilalardagi farzandlar uchun xavfli holat
Muvozanatsiz psixologik rivojlanish	Ichki buzilishlar: 2 marta, tashqi buzilishlar: 3 marta	Farzandda o'z-o'zini anglash va xulq barqarorligi buziladi

Yakuniy tahlil sifatida shuni aytish mumkinki, noto'liq oilalarda ona va farzand o'rtasidagi munosabatlar doimiy e'tibor va professional yondashuvni talab qiladi. Har bir ona va farzand o'z muammolarini turlicha kechiradi, ammo ularning asosiy psixologik ehtiyojlari bir-biriga yaqin: tushunilish, qadrlanish va barqarorlik. Bular yo'q bo'lsa, bola ham, ona ham o'z shaxsiy o'sishini to'xtatadi va salbiy psixologik holatlar yuzaga keladi. Oila ijtimoiy institut sifatida nafaqat biokimyoviy, balki emotsional va psixologik birikmalar majmuasi sifatida qaralishi lozim. Ayniqsa noto'liq oilalarda ushbu bog'lanishlarning sifati — farzandning kelajakdagi ijtimoiy hayotini belgilovchi omil hisoblanadi. Shu sababli bu oilalar uchun profilaktik psixologik yordam tizimini yaratish, onalarni emotsional jihatdan mustahkamlash va farzandlarda sog'lom ichki dunyo shakllantirish muhim strategiyalardan biri bo'lishi kerak. Tizimli yondashuvsiz bu muammolar yillab davom etib, keyingi avlodga ko'chishi mumkin. Bunga yo'l qo'ymaslik uchun ilmiy asoslangan, amaliy va individual holatga mos yechimlar ishlab chiqilishi kerak.

Xulosa. Noto'liq oilalarda ona va farzand o'rtasidagi psixologik aloqalar turli sabablarga ko'ra murakkab shakllanadi, ammo bu holatning har ikki tomon uchun ham chuqur ta'sir kuchiga ega ekani inkor etilmaydi. Farzandlar uchun ona yagona psixologik tayanch bo'lib qoladi va bu holat emotsional jihatdan qaramlikni kuchaytiradi. Onalar esa bolaga nisbatan ikki rol ni bajarishga majbur bo'lib, bu ularning psixologik barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday oilaviy sharoitda emotsional muvozanatni saqlash qiyinlashadi, shuning uchun munosabatlar ko'pincha haddan ortiq hissiy yuklama ostida rivojlanadi. Bolada mustaqil fikrlash, o'zini anglash va qaror qabul qilish kabi shaxsiy sifatlar sekin rivojlanishi mumkin. Ona esa ko'pincha o'zining psixologik ehtiyojlarini bolaga bog'lab qo'yadi, bu esa aloqani mutanosiblikdan chiqaradi. Xulosa qilib aytganda, noto'liq oiladagi ana shunday o'ziga xos vaziyatlar, jamiyatda bunday oilalarga alohida yondashuv zarurligini anglatadi. Ular oddiy pedagogik yoki ijtimoiy ko'makdan tashqari, doimiy psixologik yordamga ham muhtoj. Onalar va farzandlar bilan alohida yondashuvda ishlash ularda sog'lom munosabatlar shakllanishiga yordam beradi. Bu esa keyinchalik jamiyatda moslashuvchan, barqaror va ishonchli shaxslar yetishib chiqishini kafolatlaydi.

Noto'liq oilada shakllangan hissiy muhit doimiy ravishda bolaning ruhiy rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Bola emotsional jihatdan beqaror, o'ziga ishonchsiz yoki ortiqcha hissiyotli bo'lib ulg'ayishi mumkin. Bu holatlarning barchasi oilaviy strukturada yetishmayotgan elementlar, ya'ni ota figurasi yoki yo'qligi, psixologik qo'llab-quvvatlashning zaifligi bilan bog'liq. Farzandlar ko'pincha o'z hissiy ehtiyojlarini qondira olmaslik oqibatida ruhiy izolyatsiyaga berilishadi. Onaning esa o'z muammolari tufayli bolaga ortiqcha mehr ko'rsatishi ham, befarqlik bilan munosabatda bo'lishi ham kuzatiladi. Bunday ikki qutbli yondashuv bola ruhiyatida chalkashliklar, ishonchsizlik va ichki inqiroz holatini kuchaytiradi. Bu esa, o'z navbatida, ularning jamiyatdagi roli, ijtimoiy aloqalari va o'zini anglash jarayoniga salbiy ta'sir qiladi. Bolalarda o'zini oqlash ehtiyoji kuchayadi, lekin bunga asos topolmagan hollarda ular ijtimoiy chekinishga yuz tutadi. Shu sababli, bunday holatlarda onaning psixologik savodxonligi va hissiy barqarorligi katta rol o'ynaydi. Noto'liq oilalarda bu jihatga e'tibor qaratish orqali ko'plab salbiy psixologik oqibatlarining oldi olinishi mumkin.

Ona va farzand o'rtasidagi psixologik aloqa noto'liq oilalarda odatdagi munosabatlardan farqli tarzda shakllanadi. Bu holatda farzand ko'pincha emotsional jihatdan ona bilan haddan ziyod yaqinlashadi yoki aksincha, u bilan hissiy masofa saqlashga harakat qiladi. Ikkala holatda ham, bu psixologik nomutanosiblik farzand shaxsiyatining to'laqonli rivojlanishiga xalaqit beradi. Ona o'zini oilaning markazi deb bilgan holda farzandni o'ziga bo'ysundirishga, o'z ehtiyojlariga muvofiqlashtirishga intiladi. Farzand esa bu holatga qarshilik bildirsa-da, ichki muvozanatni yo'qotgan bo'ladi. Bunday oilalarda farzandga mustaqil qaror qabul qilishga o'rgatish yoki uni qo'llab-quvvatlash imkoniyatlari cheklangan bo'ladi. Bu esa bolaning kelajakdagi hayotda ham o'zini mustaqil shaxs sifatida ko'ra olmasligiga olib keladi. Agar bu holatga vaqtida e'tibor berilmasa, bolaning ijtimoiy faolligi, kasbiy rivojlanishi va oilaviy munosabatlarida qator muammolar paydo bo'ladi. Shu sababli psixologik yondashuvda bolaning shaxsiy hududi, hissiy mustaqilligi va o'z fikrini erkin ifodalashi alohida qo'llab-quvvatlanishi kerak. Onaga esa emotsional balansni tiklash, farzandning ehtiyojlarini to'g'ri anglash va o'zini ruhiy jihatdan bardavom tutish borasida ko'mak zarur.

Xulosa tariqasida aytish joizki, noto'liq oiladagi vaziyatlar murakkab psixologik tizimlar ta'sirida shakllanadi va har bir oila alohida yondashuvni talab qiladi. Onaning ruhiy holati farzandning shaxsiy

o'sishida asosiy omil hisoblanadi, shu sababli unga bo'lgan ijtimoiy va psixologik e'tibor kuchaytirilishi zarur. Farzandlar esa oiladagi bo'shliqni his qilgan holatda uni turli xil usullar bilan to'ldirishga harakat qilishadi: bu ijobiy bo'lishi mumkin, ammo ko'pincha salbiy yo'nalishda rivojlanadi. Bu o'z navbatida ularning hissiy holatini, o'z-o'zini qadrlash darajasini va ijtimoiy aloqalarni buzadi. Bunday oilalarga ko'rsatiladigan yordam faqat moddiy emas, balki psixologik, emotsional va pedagogik jihatdan ham to'laqonli bo'lishi kerak. Ayniqsa onalarning psixologik savodxonligini oshirish, ularda emotsional mustahkamlikni shakllantirish va farzand bilan sog'lom aloqa o'rnatish ko'nikmalarini rivojlantirish muhimdir. Shu orqali oiladagi umumiy muhit salbiylikdan ijobiylikka o'zgaradi. Bu esa bola shaxsiyati uchun mustahkam poydevor bo'lib xizmat qiladi. Shunday qilib, har qanday murakkab ijtimoiy sharoitda ham psixologik barqarorlik va hissiy sog'lomlik mezonini saqlansa, noto'liq oilalar ham farovon rivojlanish yo'liga chiqishi mumkin.

Ayrim hollarda noto'liq oilalar jamiyat tomonidan noto'g'ri baholanadi, bu esa onalarning o'zini aybdor his qilishiga sabab bo'ladi. Jamiyatning bu kabi qarashlari psixologik jihatdan nozik bo'lgan onalarni yanada izolyatsiyalashga olib keladi. Farzandlar esa atrof-muhitdagi bu turdagi baholardan bevosita ta'sirlanib, o'zlarini noqulay his qilishi mumkin. Natijada ular o'z oilasi haqida sukut saqlashga yoki haqiqatni inkor etishga moyil bo'lib qoladilar. Bu ichki ziddiyatlar esa ularning ruhiy barqarorligini izdan chiqaradi. Shu sababli noto'liq oilalarga nisbatan ijtimoiy ko'mak tizimi, ijobiy qarashlar va ruhiy qo'llab-quvvatlash muhitini yaratish muhim ahamiyatga ega. Bu borada nafaqat psixologlar, balki pedagoglar, ijtimoiy xodimlar, ommaviy axborot vositalari ham faol bo'lishi kerak. Sog'lom jamiyat uchun har qanday oilaning mustahkamligi, uning to'liq yoki to'liq emasligidan qat'i nazar, ahamiyatli hisoblanadi. Shu maqsadda noto'liq oilalar bilan ishlashda kompleks yondashuv, individual maslahatlar va barqaror ruhiy muhit yaratish strategiyalari ishlab chiqilishi kerak. Bu esa nafaqat farzand, balki jamiyatning kelajagi uchun muhim asos bo'lib xizmat qiladi.

Adabiyotlar:

1. Karimova V.M. Oila psixologiyasi. T.: «Fan va texnologiya», 2008. 152 b.
2. Faxr ul Banot Sibgatulloq qizi. Oila saboqlari. Toshkent.1992. - 96b.
3. Fitrat A. Oila yoki oila boshqarish tartiblari. T.: «Ma'naviyat», 1998.- 12 b.
4. Axmatxonovna, G.A. X., & Iqboljon o'g'li, T.J. (2022). Talaba yoshlarning oilada farzand tarbiyasi haqidagi zamonaviy tushunchalarining psixologik tahlili. // O'zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va ilmiy tadqiqotlar jurnali, 1(12), 600-606.
5. Ganieva, H. (2021). Social and psychological mechanisms of self-consciousness of students. // European Scholar Journal, 2(4), 190-193.
6. Akhmatkhonovna, G.K. (2021). Pedagogical and psychological characteristics of geniology assignment in young people. // Galaxy International Interdisciplinary Research Journal, 9(12), 335-337.
7. Akhmatkhonovna, G.K., & Jamshid, T. (2021). Pedagogical and psychological factors of suicidal behavior of minors. // Galaxy International Interdisciplinary Research Journal, 9(12), 1053-1058.
8. Ахматхоновна, F.X. (2021). Талаба ёшларнинг ўз-ўзини англашини ижтимоий психологик механизмлари. ЎзМУ хабарлари, 46-49.



Saidvaliyeva Madinaxon Fazliddin qizi,
Oila va gender ilmiy tadqiqot instituti tadqiqotchisi
madinasaid@inbox.ru

OILADA O'SMIR BOLALAR IJODIY TAFAKKURI SHAKLLANISHINING GENDER XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada o'smirlik davrida gender stereotiplarning shaxsiy identifikatsiya jarayoniga ta'siri tahlil qilinadi. Tadqiqotda genderga oid ijtimoiy me'yorlarning o'smirlarning o'z-o'zini anglash, qiziqishlari, faoliyat yo'nalishlari va kelajakdagi hayotiy maqsadlariga ko'rsatadigan salbiy va ijobiy ta'sirlari yoritilgan. Jumladan, an'anaviy stereotiplarning psixologik bosim, o'z-o'zini past baholash, ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklarga sabab bo'lishi muhokama qilingan. O'smirlar uchun rol modellarning ahamiyati, stereotiplarga zid bo'lgan faoliyat turlarida qatnashish imkoniyati va gender tengligi muhitini yaratishning zarurligi asoslab berilgan. Maqolada gender stereotiplarning kamaytirilishi o'smirlarning erkin identifikatsiyasi va salbiy ijtimoiy ta'sirlardan himoyalaniishiga xizmat qilishi ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar: gender stereotiplari, o'smirlik davri, shaxsiy identifikatsiya, gender roli, ijtimoiy me'yorlar, rol modellari, psixologik bosim, gender tengligi, o'z-o'zini anglash, kasb tanlovi.

ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ТВОРЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ ДЕТЕЙ-ПОДРОСТКОВ В СЕМЬЕ

Аннотация. В этой статье анализируется влияние гендерных стереотипов на процесс идентификации личности в подростковом возрасте. В исследовании освещается как негативное, так и положительное влияние гендерных социальных норм на самосознание, интересы, направления деятельности и будущие жизненные цели подростков. В частности, обсуждалось, как традиционные стереотипы вызывают психологическое давление, низкую самооценку, трудности в социальной адаптации. Обосновано значение ролевых моделей для подростков, возможность участия в тех видах деятельности, которые противоречат стереотипам, необходимость создания среды гендерного равенства. В статье подчёркивается, что снижение гендерных стереотипов служит защите подростков от свободной идентичности и негативных социальных влияний.

Ключевые слова: гендерные стереотипы, подростковый возраст, личностная идентичность, гендерная роль, социальные нормы, образцы для подражания, психологическое давление, гендерное равенство, самосознание, выбор профессии.

GENDER-SPECIFIC FEATURES OF THE FORMATION OF CREATIVE THINKING OF ADOLESCENT CHILDREN IN THE FAMILY

Abstract. This article analyzes the influence of gender stereotypes on the process of personality identification in adolescence. The study highlights both the negative and positive effects of gender-based social norms on adolescents' self-awareness, interests, activities, and future life goals. In particular, they discussed how traditional stereotypes cause psychological pressure, low self-esteem, and difficulties in social adaptation. The importance of role models for adolescents, the possibility of participating in activities that contradict stereotypes, and the need to create an environment of gender equality are substantiated. The article emphasizes that the reduction of gender stereotypes serves to protect adolescents from free identity and negative social influences.

Keywords: gender stereotypes, adolescence, personal identity, gender role, social norms, role models, psychological pressure, gender equality, self-awareness, career choice.

Kirish. O'smirlarning ijodiy tafakkurini rivojlantirishda oilaning, oilaviy tarbiyaning o'rni masalasini ko'rib chiqib, biz ijodkorlik nafaqat individual moyilliklar va moyilliklarga, balki inson tarbiyalanadigan va rivojlanadigan ijtimoiy muhitga, ya'ni tarixiy, estetik, badiiy davomiylikka asoslangan degan pozitsiyadan kelib chiqamiz. Ammo o'smirlik davrida yuzaga keladigan asosiy muammo – bu ota-onalar bilan munosabatlar muammosi. Balog'at yoshida bola bolalikqa qaramlikdan xalos bo'ladi va o'zaro ishonch,

hurmat va nisbiy, ammo barqaror o'sib borayotgan tenglikka asoslangan munosabatlarga o'tadi. O'smirlik davridagi qarama-qarshilik shundan iboratki, ota-onalar ko'pincha o'z farzandlarida sodir bo'layotgan o'zgarishlarni anglay olmaydilar va aslida ular nafaqat bunga e'tibor berishlari, balki ularga nisbatan xatti-harakatlari va munosabatlarini o'zgartirishlari kerak, shu jumladan bolalarning ijodiy qobiliyatlari va ijodiy tafakkurini rivojlantirish kontekstida.

Adabiyotlar tahlili. Oila, avvalgidek, bolaning kognitiv va shaxsiy rivojlanishi sodir bo'ladigan asosiy ijtimoiylashuv instituti bo'lib qolmoqda. Zamonaviy atamalar orqali aytishimiz mumkinki, oila inson kapitalini ko'paytirishning asosiy bo'g'ini bo'lib, bolalarning qobiliyatlarini to'playdi va rivojlantiradi. Ota-onalar o'z resurslarini (vaqt, moddiy vositalar, fikrlar, xatti-harakatlar, istaklar, da'volar, munosabatlar) investitsiya qilib, kelajakda umuman davlatning iqtisodiy asosini tashkil etadigan bolalarning inson kapitaliga sarmoya kiritadilar.

Umuman olganda qobiliyatlarni va xususan ijodiy fikrlashni, shuningdek, ijodkorlikning mohiyatini o'rganish bilan xorijiy va mahalliy olimlarning ishlari bog'liq: J. P. Gilford, R. Sternberg, E. Torrens, 3. Freyd, B. G. Ananyev, V. N. Drujinin, M. M. Kashapova, N. S. Leytes, V. I. Panova, A. V. Petrovskiy, S. L. Rubishnteyn, B. G. Teplova, M. A. sovuq, V. D. Shadrikova, V.S. Yurkevich, M. G. Yaroshevskiy va boshqalar.

Ijodiy fikrlashni belgilashda biz M.M. Kashapov, "fikrlashning ijodiy tabiati muammoni ko'rishni, yuzaga kelgan qarama-qarshilikni shakllantirish va hal qilishni, muammoni hal qilishning mumkin bo'lgan ijodiy yo'llarini tahlil qilish qobiliyatini, ulardan eng afzalini tanlashni o'z ichiga oladi" deb ta'kidlaydi [1, 6].

Ta'lim jarayonida ijodiy fikrlashni shakllantirishdagi qiyinchiliklar uning tabiati, tuzilishi, ta'sir etuvchi omillari to'g'risida psixologik bilimlarning yagona tizimining yo'qligi bilan bog'liq. Umuman olganda, V. N. Drujinin ijodiy fikrlash, ijodkorlik faqat buning uchun qulay sharoitlar yaratilganda rivojlanadi, ulardan biri atrof-muhit: ta'lim maydoni va oilaviy tarbiyaning xususiyatlari.

Ota-ona munosabatlari, tarbiyaning o'zaro bog'liqligi bolalarning turli yosh guruhlariga nisbatan o'rganiladi: kichik maktab o'quvchilari, o'spirinlar, yigitlar. Shunday qilib, C. Yildiz, T. G. Yildiz maktabgacha yoshdagi bolalarning ijodiy tafakkurining oiladagi psixologik muhitning o'ziga xos xususiyati bilan ota-onalarning ma'lumot darajasi bilan bog'liqligini o'rganib chiqdilar [2] va oilada yaxshi iqlimi bo'lgan bolalarda ijodkorlik ko'rsatkichlari yuqori ekanligini isbotladilar. Shuningdek, qizlarda ravonlik va ijodiy fikrlashni rivojlantirish ko'rsatkichlari o'g'il bolalarga qaraganda yuqori ekanligi aniqlandi va bolalarda ijodiy fikrlash qobiliyatining umumiy ko'rsatkichi oliy ma'lumotli otalari bo'lgan bolalar foydasiga farq qiladi. D. M. Jankowska va M. Karwowski oilaning ijtimoiy-iqtisodiy holatini va boshlang'ich maktab o'quvchilarining ijodiy tafakkurini rivojlantirishda ota-onalarning rolini o'rganadilar va oilaning holati bolalarning ijodiy tafakkurining dastlabki (boshlang'ich) ko'rsatkichlariga ta'sir qilishini isbotlaydilar, ammo uning keyingi rivojlanishiga ta'sir qilmaydi [3].

O'rta maktab o'quvchilarining ijodiy tafakkuri va ota-onalarning xususiyatlari o'rtasidagi bog'liqlik J. Gralewski va D. M. Jankowska tomonidan o'rganilgan. Ularning natijalari shuni ko'rsatdiki, ota-onalarning o'spirinlarning mustaqilligi va avtonomiyasining etakchi rolini tan olish jihati bolalarning ijodiy samaradorligi va ularning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish bilan zaif, ammo ijobiy bog'liqdir. W. M. Bart, B. Xokanson, I. Sahin, M. A. Abdelsamea shuningdek, o'rta va o'rta maktab o'quvchilarining yosh toifasini o'rganib, ijodiy fikrlash ko'rsatkichlari o'g'il bolalarda emas, balki qizlarda yuqori bo'ladi degan xulosaga kelishdi.

M. V. Glebova mahalliy o'qituvchilar va psixologlarning asarlari (E. L. Grigorenko, V. N. Drujinin, B. Kochubey, A. M. Matyushkin, D. V. Ushakov va boshqalar) oilaning bolalar ijodiyotini rivojlantirishga hal qiluvchi ta'siri haqida gapirishini ko'rsatadi. U o'z ishida empirik tadqiqot natijalarini keltiradi, unda eng yuqori darajadagi ijodkorlik onalar bilan munosabatlarning ishonchli uslubiga ega bo'lgan o'spirinlar tomonidan namoyon bo'lishini ko'rish mumkin. Bundan tashqari, muallif ota-onasi bilan taqqoslaganda, bolaning ijodkorligini rivojlantirishda buvilarning katta rolini aniqladi. "Bolalarni buvilar tomonidan tarbiyalash ularning o'zlarini ochiq va erkin ifoda etish qobiliyatini shakllantiradi, bu bolaning o'zini o'zi qadrlashini oshiradi, har narsada mustaqil ravishda tanlov qilishga imkon beradi, chunki buvilar nabiralarning hayoti va ehtiyojlarini bajonidil va to'liq qondiradilar"[6].

Shu bilan birga, M.O. Zubova va E.G. Surkova "oilaviy muhit ijodiy salohiyatni ro'yobga chiqarish darajasini oshiradi, ammo o'spirin yaqinlarining yordamiga kamroq ochiq va uning ichki dunyosiga e'tibor qaratadi"[7].

B. R. Livshits o'spirinlarning ijodiy tafakkurini rivojlantirishda oilaning katta ahamiyatini ta'kidlaydi, ammo faqat "erkinlik, qabul qilish, tushunish, haqiqatga asoslangan ota-ona va bola munosabatlarini uyg'unlashtirish" sharti bilan. Muallifning ta'kidlashicha, oila sharoitida o'spirinning ijodkorligi va ijodini

faqat "xavfsizlik, qadrsizlik, ixtiyoriylik, fikr-mulohazalar, faollik, o'zaro munosabatlarni dialogizatsiya qilish" sharoitida rivojlantirish mumkin [8].

Shunday qilib, nazariy va amaliy jihatdan qiziq bo'lgan muammoni quyidagi savol bilan ifodalash mumkin: "oila o'smirlarning ijodiy tafakkurini rivojlantirishga qanday ta'sir qilishi mumkin?" Shu munosabat bilan biz tadqiqotning maqsadini belgilaymiz: o'spirinlarning ijodiy tafakkurini rivojlantirishda oilaning rolini aniqlash. Maqsad kontekstida biz quyidagi tadqiqot vazifalarini ta'kidlaymiz: 1) ota-ona munosabatlarining o'spirinlarning ijodiy fikrlash ko'rsatkichlari bilan o'zaro bog'liqligini o'rnatish; 2) turli xil oilalarda tarbiyalangan o'spirinlarning ijodiy fikrlash xususiyatlarini aniqlash.

Tadqiqot natijalari. O'smirlik davri inson hayotida shaxsiylik va jinsiy identifikatsiya shakllanishi bosqichi hisoblanadi. Bu jarayonda o'smirlar jamiyatda mavjud bo'lgan gender stereotiplari ta'sirida shakllanadi. Jinsga oid ijtimoiy tasavvurlar – erkak yoki ayol qanday bo'lishi kerakligi haqidagi stereotiplar – o'smirlarning o'zlariga bo'lgan munosabati, ularning qiziqish doiralari, faoliyat turlari va kelajakdagi rejaları bilan chambarchas bog'liq. Gender stereotiplari yoshlarni jamiyat me'yorlariga moslashishga undaydi, ammo bu holat ayrim hollarda psixologik bosim, ichki qarama-qarshiliklar yoki o'zini rad etish kabi muammolarga sabab bo'lishi mumkin.

Masalan, jamiyatda keng tarqalgan "o'g'il bola yig'lamaydi" degan qarash o'smirlarning his-tuyg'ularini yashirishga majbur qiladi. Shuningdek, "erkaklar kuchli bo'lishi kerak" yoki "ayollar muloyim bo'lishi lozim" kabi stereotiplar o'smirlarning shaxsiy xususiyatlarini, o'z-o'ziga baho berishini va jamiyatdagi o'rnini anglashiga ta'sir ko'rsatadi. Bunday stereotiplar, shuningdek, o'smirlarning qaysi sohalariga qiziqishi va kelajakda qanday faoliyat yo'nalishini tanlashiga ham yo'naltiruvchi kuch sifatida namoyon bo'ladi. Masalan, texnika, sport kabi sohalar ko'proq o'g'il bolalar bilan bog'lanadi, san'at va parvarish sohaları esa ko'pincha qizlar uchun mos deb qaraladi.

O'smirlar, ayniqsa, o'z tengdoshlariga moslashishga harakat qilishar ekan, gender stereotiplariga mos xatti-harakatni namoyish etishga intilishadi. Aks holda, ular kamsitish yoki rad etilish holatlari bilan to'qnash kelishlari mumkin. Bu jarayonda ota-onalar, o'qituvchilar yoki ommaviy axborot vositalaridagi mashhur shaxslar rol model sifatida muhim ahamiyatga ega. Agar bu shaxslar an'anaviy gender tasavvurlariga amal qilsa, o'smirlar ham ushbu stereotiplarni qabul qilib, o'zlarining shaxsiy identifikatsiyasini ularga moslashtirishga harakat qiladilar.

Biroq bu stereotiplar shaxsiy imkoniyatlar rivojiga to'sqinlik qilishi mumkin. Qizlar ilm-fan yoki muhandislik sohalariga qiziqmasligi, o'g'il bolalar esa ijodiy yoki gumanitar yo'nalishlardan chetda qolishi mumkin. Bundan tashqari, agar o'smir o'zini jamiyatdagi stereotiplarga mos deb hisoblamasa, u o'z qadr-qimmatini past baholashga moyil bo'ladi. Bu esa ruhiy salomatlik va o'z-o'zini anglash jarayoniga salbiy ta'sir qiladi. Gender identifikatsiyasidagi ziddiyatlar ko'pincha an'anaviy qarashlar bilan ziddiyatga tushgan o'smirlar ongida yuzaga keladi.

Shunday ekan, gender stereotiplar o'smirlarning shaxsiy identifikatsiyasiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Ularga nisbatan ijobiy, buzuvchi rol modellarni namoyon etish, o'smirlarning turli faoliyat turlarida o'zini erkin ifoda etishiga imkon berish zarur. Shuningdek, gender tengligini qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratish, stereotiplar ta'sirini kamaytirishga yordam beradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, gender identifikatsiyasi shakllanishi ko'p jihatdan oilaviy tarbiya, maktab tizimi va jamiyatdagi mavjud gender qarashlar bilan bog'liqdir (Eagly & Wood, 2012). Agar gender stereotiplarga bo'lgan ishonch pasaysa, o'smirlar o'z qiziqishlariga ko'ra tanlov qilishda erkinroq bo'lishadi. Bu esa salbiy psixologik oqibatlarining oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa. Shunday qilib, tadqiqot oilaning o'spirinlarda ijodiy fikrlashni rivojlantirishga ta'sirini ko'rsatdi: bolani qabul qilish, haddan tashqari nazoratning etishmasligi, muvaffaqiyatsizlikka etarli darajada munosabatda bo'lish bolalarning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish uchun zaruriy shartdir. Ota-onalarning faol va ochiq pozitsiyasi, barcha oila a'zolarining farzandlarini tarbiyalashda ishtirok etish, ikkala jinsdagi ota-onalar bilan muloqot umuman kognitiv rivojlanishning muvaffaqiyatli rivojlanishini va xususan ijodiy fikrlashni ta'minlaydi. Dushmanlik darajasi past, kamdan-kam uchraydigan, tinch muhitga ega oilalarda; bu erda ota-onalar bolaning ishlari va rejalariga qiziqishadi, u bilan teng bo'lishga harakat qilishadi, tashabbuskorlik va mustaqillikni rag'batlantiradilar, unga ishonadilar va uning kuchlari va imkoniyatlariga ishonadilar, yuqori darajadagi ijodiy fikrlash rivojlanadi. Ijodiy fikrlashning deyarli barcha tarkibiy qismlarini rivojlantirish uchun eng qulay sharoitlar to'liq oila sharoitida yaratiladi. Tadqiqot natijalari chet ellik hamkasblarining maktabgacha yoshga nisbatan olgan natijalariga mos keladi.

Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, o'smirlar bilan o'zaro munosabatlar masalalarida psixologik ta'limga qaratilgan ota-onalar bilan ishlarni tashkil qilish kerak, chunki o'smirlik davrida bolalarning ijodiy tashabbusini qo'llab-quvvatlash va bola bilan ilgari tashkil etilgan o'zaro munosabatlarni tiklash kerak.

Adabiyotlar:

1. Кашапов М.М. Психология творческого мышления. — М.: Общество с ограниченной ответственностью «Научно-издательский центр ИНФРА-М», 2017. — 436 с. — DOI: 10.12737/22371.
2. Yildiz C., Yildiz T.G. Exploring the relationship between creative thinking and scientific process skills of preschool children [Electronic resource]. // *Thinking Skills and Creativity*. 2021. Vol. 39. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1871187121000109?via%3Dihub> (accessed: 15.01.2021). (In English); <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2021.100795>
3. Янковска Д.М., Карвовски М. Семейные факторы и развитие креативного мышления // *Личность и индивидуальные различия*. — 2019. — Т. 142. — С. 202–206. — URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886918304252?via%3Dihub> (дата обращения: 15.01.2021). — DOI: 10.1016/j.paid.2018.07.030.
4. Гралевски Й., Янковска Д.М. Имеет ли значение стиль воспитания? Воспринимаемые аспекты стилей родительства, творческие способности и творческая самооценка у подростков // *Навыки мышления и креативность*. — 2020. — Том 38. — Режим доступа: <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2020.100709> (дата обращения: 12.04.2021).
5. Bart W.M., Hokanson B., Sahin I., Abdelsamea M.A. An investigation of the gender differences in creative thinking abilities among 8th and 11th grade students. *Thinking Skills and Creativity*. Vol. 17. 2015. Pp. 17-24. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2015.03.003> (accessed: 22.03.2021) (In English).
6. Глебова М.В. Влияние средовых факторов на развитие интеллекта и креативности // *Международный журнал экспериментального образования*. — 2016. — № 4-2. — С. 220–223.
7. Лившиц Б.Р. Развитие креативности подростка в семейной студии: автореф. дис. ... канд. пед. наук. — Воронеж, 2003. — 24 с.
8. Боргоякова И.Г. Роль семьи в развитии креативности у детей // «Педагогика любви»: материалы Межрегиональной научно-практической конференции «Х Волковские этнопедагогические чтения» (Горно-Алтайский государственный университет, 28–30 апреля 2016 г.). — Горно-Алтайск, 2016. — С. 61–63.
9. Guo J., Zhang J., Pang W. Parental warmth, rejection, and creativity: The mediating roles of openness and dark personality traits. // *Personality and Individual Differences*. Vol. 168. 2021. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/>

Sattorova Maxliyo Dilmurod qizi,

Termiz davlat universiteti o'qituvchisi, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

PEDAGOGLARDA TOLERANTLIK TIPLARINING NAMOYON BO'LISHI

Annotatsiya. Ushbu maqolada pedagoglarda tolerantlik tiplarining namoyon bo'lishi va tolerantlikning funksiyalari, etnik tolerantlik, sotsial tolerantlik va tolerantlik shaxs xususiyati sifatida xususiyatlarining tavsifi keltirilgan. Shuningdek, muallif tomonidan pedagoglarda tolerantlik xususiyatlarining namoyon bo'lishi bo'yicha olib borilgan tadqiqot natijalari yoritilgan. Pedagoglarda ijtimoiy bag'rikenglik namoyon bo'lishini belgilovchi omillarni shaxsiy xususiyatlar, ijtimoiy-psixologik omillar, kasbiy tajriba va ijtimoiy-madaniy muhit kabi bir necha guruhlariga bo'lish mumkinligi e'tirof etilgan. Tolerantlik xususiyatlari mazmuni, mohiyati, ko'rinishi, turlari kabilarga bag'ishlangan tadqiqotlarni o'rganish asosida pedagogning tolerantligi tushunchasiga mualliflik ta'rif bayon etilgan.

Kalit so'zlar: pedagog, tolerantlik, shaxsiy tolerantlik, etnik tolerantlik, sotsial tolerantlik, tolerantlik funksiyasi.

ПРОЯВЛЕНИЕ ТИПОВ ТОЛЕРАНТНОСТИ У ПЕДАГОГОВ

Аннотация. В данной статье описываются проявления видов толерантности у педагогов, функции толерантности, этнической толерантности, социальной толерантности и толерантности как личностной черты. Кроме того, освещаются результаты исследования, проведённого автором по изучению проявления черт толерантности у педагогов. Отмечено, что факторы, определяющие проявление социальной толерантности у педагогов, можно разделить на несколько групп: личностные характеристики, социально-психологические факторы, профессиональный опыт и социокультурная среда. На основе изучения исследований, посвящённых содержанию, сущности, проявлениям, видам черт толерантности, представлено авторское определение понятия толерантности педагога.

Ключевые слова: педагог, толерантность, личностная толерантность, этническая толерантность, социальная толерантность, функция толерантности.

MANIFESTATION OF TYPES OF TOLERANCE AMONG TEACHERS

Abstract. This article describes the manifestations of types of tolerance in teachers, the functions of tolerance, ethnic tolerance, social tolerance and tolerance as a personality trait. In addition, the results of the study conducted by the author to study the manifestation of tolerance traits in teachers are highlighted. It is noted that the factors determining the manifestation of social tolerance in teachers can be divided into several groups: personal characteristics, socio-psychological factors, professional experience and socio-cultural environment. Based on the study of studies devoted to the content, essence, manifestations, types of tolerance traits, the author's definition of the concept of teacher tolerance is presented.

Keywords: teacher, tolerance, personal tolerance, ethnic tolerance, social tolerance, function of tolerance.

Kirish. Dunyo aholisining turmush darajasi va sifatidagi o'zgarishlar yuz berayotgan bugungi kunda bag'rikenglikni rivojlantirish alohida ahamiyatga bo'lib, buning zamirida shaxslararo va guruhlararo muammolar masalasi turadi. Kishilarning yosh va individual psixologik xususiyatlari tufayli o'quvchi va talabalar ta'lim tadqiqotchilaridan jiddiy e'tibor talab qiladigan ijtimoiy guruh bo'lib, ularda tolerantlikni shakllantirish yoshlar o'rtasida mavjud murosasizlik shakllarini bartaraf etish nuqtayi nazaridan tobora dolzarbdir.

Aynan yoshlik davrida shaxsning keyingi ijtimoiy xulq-atvorining asoslari, shu jumladan, empatiya yoki ziddiyat, ijtimoiy izolyatsiya, boshqa millat, din, ijtimoiy muhit vakiliga ijobiy yoki ataylab salbiy munosabatda bo'lish kabilar shakllanadi. Psixolog L.S.Vigotskiyning ta'lim va tarbiya haqidagi qarashlariga muvofiq, ta'limning turli bosqichlarida taxsil olayotganlar xulqi va ma'naviyatining shakllanishi bevosita pedagogik ta'sir kuchi va xarakteriga bog'liq bo'ladi. Shunday ekan, ta'lim-tarbiyaning asosiy subyekt i bo'lgan pedagoglar shaxsi va ularning bag'rikenglik xususiyatlarining namoyon bo'lishidan yoshlar ruhiyati xususiyatlari ozuqa oladi deyish asoslidir.

Pedagoglarda ijtimoiy bag'rikenglik namoyon bo'lishini belgilovchi omillarni shaxsiy xususiyatlar, ijtimoiy-psixologik omillar, kasbiy tajriba va ijtimoiy-madaniy muhit kabi bir necha guruhlariga bo'lish mumkin. Pedagogning bag'rikengligi uning boshqalarni qabul qilishga bo'lgan munosabatida, empatik tushunishda, ochiq va ishonchli muloqotda namoyon bo'ladi. Ta'lim jarayonida pedagoglarning tolerantlik xususiyatlari bir qator funksiyalarni bajaradi.

Tadqiqotchi A.M.Baybakov tolerantlikning quyidagi funksiyalarini belgilaydi:[1]

- shaxsda voqelikka, muayyan vaziyatlarga, uning xulq-atvoriga va boshqalarga adekvat munosabatni shakllantirishdan iborat barqarorlik funksiyasi;

- bag'rikenglikning rag'batlantiruvchi funksiyasi o'quvchiga o'zi haqida g'oyalarni shakllantirishni ta'minlash, o'zini o'zi anglash va o'z-o'zini tarbiyalash bilan shug'ullanishga imkon berish;

- adaptiv funksiya rivojlanayotgan shaxsga jamoaviy (guruh) faoliyat jarayonida faoliyatning o'ziga ijobiy munosabatni rivojlantirishga imkon berish, shaxsda markaziy asab tizimining qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining mos kelmasligini yumshatishga yordam berish;

- bag'rikenglikning baholovchi va prognostik funksiyasi odamga boshqalardan talablarning kuchayishi, faoliyatning kengayishi sharoitida boshqalar bilan konstruktiv munosabatda bo'lishga imkon beraish;

- integratsiyalash funksiyasi yetakchi bo'lib, guruh xavfsizligiga tahdid soladigan tashqi va ichki ziddiyatlarga (kichik guruhlarning rivojlanishi va mavjudligi jarayonida) qarshi turishga qaratilgan va guruh barqarorligini ta'minlaydi, guruhdagi muloqot va o'zaro munosabatlarda o'quvchi shaxsining keyingi axloqiy rivojlanishi va o'zini o'zi belgilashini rag'batlantirish.

Bag'rikenglik chegaralari masalasini muhokama qilib, T.P.Skripkina nazariy darajada maqbul bag'rikenglik darajasida farq qiluvchi beshta tolerant shaxsiy pozitsiyani ajratib ko'rsatishni taklif qiladi:

- ichki munosabat sifatidagi bag'rikenglik, boshqa, begonani qabul qilish va bag'rikenglik sifatida;

- madaniy me'yor sifatida bag'rikenglik (boshqacha aytganda, tashqi ifodaga tolerantlik);

- bag'rikenglik xolislik, boshqasiga befarqlik sifatida;

- bizga yomonlik qiladigan odamga nisbatan bag'rikenglik;

- o'zimizga emas, boshqa birovga zarar yetkazadigan, lekin biz bunga ahamiyat bermaydigan odamga nisbatan bag'rikenglik.[2]

Yuqoridagi olimlarning tolerantlik funksiyalari va xususiyatlarini ifodalashi pedagoglarda ulardan qaysilarining bo'larqaror shakllangan bo'lishi talab etilishi masalasi alohida tahlil talab qiladi.

Tadqiqot obyekti va qo'llanilgan metodlar. Tolerantlik xususiyatlari mazmuni, mohiyati, ko'rinishi, turlari kabilarga bag'ishlangan tadqiqotlarni o'rganish asosida pedagogning tolerantligi tushunchasiga quyidagicha mualliflik ta'rifini ishlab chiqdik: Pedagogning tolerantligi – pedagogik munosabatlarda ta'limiy va tarbiyaviy maqsadlarini amalga oshirishda o'zini kasbiy anglashi, tushunishi, o'z harakatlari, munosabatlarini boshqalar, o'quvchi yoki talabalar guruhi va pedagogik jamoa talablariga muvofiqlashtirishga intilishi, tashqi ko'rinishi, tajribasi, muloqot xususiyatlari, xulq-atvori, diniy e'tiqodlaridan qat'iy nazar boshqalarning nuqtayi nazarini qabul qilish va hamkorlikka tayyorligi bo'lib, rahm-shafqat, qayg'urish, kechirimlilik, tenglik ruhini saqlash, o'quvchi yoki talabalar guruhi va pedagogik jamoadagilarning qadr-qimmatini hurmat qilish, ta'lim muassasalaridagi turli vaziyatlar va xolatlarni to'g'ri qabul qilishga tayyorligida ifodalanuvchi psixologik xususiyatidir.[5]

Psixologiyada o'zini tuta bilish, chidamlilik, sabr-toqat, qat'iylik, botirlik, intizomlilik, sabotlilik, mustaqqillik, mardlik kabilari iroda sifatleri qatoriga kiritiladi. Maqsadga intilish – shaxsning o'zidagi barcha kuch-quvvatlarini oldiga qo'ygan maqsadiga qaratish, o'z xatti-harakatlarini ko'zlagan maqsadiga erishish vazifasiga bo'ysundirish, har qanday qiyinchilik va to'siqlarga qaramay maqsadni amalga oshirish uchun intilish qobiliyatidir. O'zini tuta bilish – odamning o'z xatti-harakatlari, his-tuyg'ulari, xulq-atvori kabilarni boshqara bilishda aks etuvchi iroda sifatidir. Chidamlilik – maqsadga erishishda odamning ko'pincha sovuq va issiqqa ham, ochlik-tashnalikka ham, betoblik va boshqa shu singari qiyinchiliklarga qaramay, barcha to'siqlarni yengib, o'z maqsadini ro'yobga chiqarishga intilishda aks etuvchi ijobiy sifatidir. qat'iylik - shaxsning vaziyatni tezda baholab, o'z vaqtida asosli, o'ylangan va mustahkam qaror qabul qilishi, hech qanday ikkilanishsiz uni bajarishga kirishishidan iborat fazilatidir. Intizomlilik – jamiyat qonunlariga, axloq normalari va qoidalariga, milliy (umumbashariy) urf-odatlariga, ixtiyoriy hamda ongli ravishda bo'ysunishda ifodalanuvchi inson sifatidir.[6]

O'zbek psixologlari E.G'oziyev va R.Toshimovlarning fikricha tolerantlikni oliy maktab o'qituvchisi shaxsining milliy psixologik xususiyati sifatida yondashib, uni quyidagicha izohlagan: “Shaxsning bag'rikengligi uning nisbiy, xususiy, ikkinchi darajali, odatiy hodisalarga nisbatan munosabatida, jins va yosh xususiyat bilan bog'liq vaziyat, holat ekanligini aks ettirishda o'z ifodasiini topadi. Shuningdek, odob-axloq ko'rinishlari, noxush kechinmalar, ziddiyatli holatlar oqibatlarini ruhiy dunyosidan chiqarib tashlashda, kek saqlamaslikda, ko'rib ko'rmaslikka, sezib sezmaganga olishda bevosita ko'zga tashlanadi: -

mashg'ulotlarda, muomala jarayonida, auditoriyadan tashqaridagi voqeliklarni nisbiy baholashda; - kechinmalar, vaziyatlar oqibatlarini ruhiy dunyosidan forig' qilishda; jamoa a'zolari, ota-onalar o'rtasidagi noxush munosabatlarni batamom unutishda iqrorlik, tan olishlik, kechirim so'rashlik umumbashariy, ijtimoiy qadriyatligini anglashda, beayb, mukammal, komil inson tabiat hamda jamiyat mo'jizasi ekanligini tushunishda va boshqalar.[7]

Tadqiqot ishimizda qo'llanilgan navbatdagi metodika G.U.Soldatova, O.A.Kravtsova, O.Y. Xuxlayev, L.A.Shaygerovalarning «Shaxs tolerantligi indeksi» bo'lib, sinaluvchilarga 22 ta mulohazalar taqdim etiladi. Pedagoglarda o'tkazilgan ushbu metodika shaxsning etnik, sotsial tolerantligini va tolerantlik shaxs xislati sifatida xususiyatini o'rganishga asoslanadi.[4]

1-jadval.

«Shaxs tolerantligi indeksi» metodikasi shkalalari tavsifi

Etnik tolerantlik - mulohazalar bo'yicha	bu «etno-do'st» ni qabul qilishda amalga oshiriladigan shaxs, ijtimoiy guruh, jamiyatning munosabati. Ushbu munosabat turli etnik guruhlarining o'z guruhiga nisbatan «boshqalar» sifatida harakat qiladigan madaniyatlar, urf-odatlar, stereotiplar va xulq-atvor xususiyatlarini qabul qilish bo'yicha turli etnik guruhlarining ongli harakatlariga tayyorlikni shakllantiradi. Millatlararo sotsial tolerantlik darajasi millatlararo o'zaro ta'sir natijasida namoyon bo'ladigan guruh faoliyati, ya'ni «etno-boshqa»ni qabul qilish, chiqarib tashlash yoki bostirish shaklida namoyon bo'ladi.
Sotsial tolerantlik- mulohazalar bo'yicha	bu boshqa turdagi qarashlar, urf-odatlar, odatlarga nisbatan sotsial tolerantlik. Sotsial tolerantlik turli xalqlar, millatlar va dinlarning xususiyatlariga nisbatan zarurdir. Bu o'ziga bo'lgan ishonch va o'z pozitsiyalarining ishonchliligi ongining belgisi, boshqa nuqtayi nazarlar bilan taqqoslashdan qo'rqmaydigan va ma'naviy raqobatdan qochmaydigan hamma uchun ochiq bo'lgan mafkuraviy oqimning belgisidir
.Sotsial tolerantlik shaxs xislati sifatida -mulohazalar bo'yicha	Sotsial tolerantlik shaxs xislati sifatida turli qarashlar bilan birga shaxsning shakllanishi bilan bo'g'liq tushuncha hisoblanadi. Shaxsning boshqa shaxslarga nisbatan ichki his-tuyg'ularini namoyon qilishi, suhbat jarayonida yoki faoliyat jarayonida shaxslarga bir-birlariga bo'lgan munosabatida bag'rikeng bo'lishi boshqa shaxslarga nisbatan muloyim hush muomilada keng fe'l bo'lishi, keng fe'l bu shaxsning tolerantlik xislati hisoblanadi

Sinaluvchilar taqdim etilgan mulohazalarga qanchalik qo'shilish va qo'shilmasligini baholashi kerak bo'ladi. Buning uchun har bir mulohaza to'g'risida o'zingiz tanlagan javobni qayd eting. Metodikada uchta ko'rsatgich mavjud bo'lib:

Psixolog olimlar sotsial tolerantlik mohiyatini izohlab, quyidagi yondashuvni alohida ajratib ko'rsatishgan:

- sotsial tolerantlik shaxsga xos va ijtimoiy qadriyat;
- sotsial tolerantlik ijtimoiy munosabat, affektiv, kognitiv, xulq-atvor komponentlariga ega;
- sotsial tolerantlik shaxsning boshqa xususiyatlari bilan bog'lanishi mumkin bo'lgan shaxsiy xususiyat sifatida qaraladi. [63;8-10-b]

Olingan natijalar va ularning tahlili. Ushbu G.U.Soldatova, O.A.Kravtsova, O.Y.Xuxlayev, L.A.Shaygerovalarning «Shaxs tolerantligi indeksi» metodikasidan foydalanib, 60 nafar umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchilarida, va 60 nafar oliy ta'lim muassasasi pedagoglarida dastlabki tadqiqotlarni olib bordik va quyidagi natijalarga ega bo'ldik. (2-jadval)

Tadqiqot natijalari umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchilari va Oliy ta'lim muassasasi pedagoglarining tolerantlik indeksining Etnik tolerantlik Sotsial tolerantlik Tolernatlik shaxs xislati sifatida kshrsatkichlari bo'yicha tafovutlar mavjudligini namoyon etdi. Jumladan, etnik tolerantlik shkalasi bo'yicha yuqori daraja umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchilarida 53,33 % ni tashkil etgan bo'lsa, Oliy ta'lim muassasasi pedagoglarida bu ko'rsatkich 56,66% ni tashkil etdi. Sotsial tolerantlik shkalasida yuqori daraja umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchilarida 46,66% ni tashkil etdi, Oliy ta'lim muassasasi pedagoglarida esa bu ko'rsatkich 51,66% ni tashkil qildi, uchinchi Tolernatlik shaxs xislati sifatida shkalasida esa umumiy

oʻrta taʼlim maktabi oʻqituvchilarida 45 % ni tashkil etdi va Oliy taʼlim muassasasi pedagoglarida bu koʻrsatkich 50% ni tashkil etdi.

2-jadval.

G.Soldatovning “Shaxs tolerantligi indeksini psixodiagnostik oʻrganish” metodikasi tavsiflovchi statistikasi

Shkalalar	Darajasi	Umumiy oʻrta taʼlim maktabi oʻqituvchilari N=60		Oliy taʼlim muassasasi pedagoglari N=60	
		Soni	Foizi	Soni	Foizi
Etnik tolerantlik	Yuqori	32	53,33%	34	56,66%
	Oʻrta	19	31,66%	20	33,33%
	Past	9	15%	6	10%
Sotsial tolerantlik	Yuqori	28	46,66%	31	51,66%
	Oʻrta	21	35%	22	36,66%
	Past	11	18,33%	7	11,66%
Tolernatlik shaxs xislati sifatida	Yuqori	27	45%	30	50%
	Oʻrta	18	30%	21	35%
	Past	15	25%	9	15%

Xuddi shunday tadqiqot natijalari umumiy oʻrta taʼlim maktabi oʻqituvchilari va Oliy taʼlim muassasasi pedagoglarining tolerantlik indeksining Etnik tolerantlik Sotsial tolerantlik Tolernatlik shaxs xislati sifatida koʻrsatkichlari boʻyicha past natijaga erishishda kam tafovutlar kuzatildi. Jumladan, etnik tolerantlik shkalasi boʻyicha past daraja umumiy oʻrta taʼlim maktabi oʻqituvchilarida 15 % ni tashkil etgan boʻlsa, Oliy taʼlim muassasasi pedagoglarida bu koʻrsatkich 10% koʻrsatdi. Sotsial tolerantlik shkalasida past daraja umumiy oʻrta taʼlim maktabi oʻqituvchilarida 18,33% ni tashkil etdi, Oliy taʼlim muassasasi pedagoglarida esa bu koʻrsatkich 11,66% ni tashkil qildi, uchinchi Tolernatlik shaxs xislati sifatida shkalasida esa umumiy oʻrta taʼlim maktabi oʻqituvchilarida 25 % ni tashkil etdi va Oliy taʼlim muassasasi pedagoglarida bu koʻrsatkich 15% ni tashkil etdi.

Xulosa. Turli omillarga tayangan holda, olimlar tolerantlikning quyidagi sohalarini ajratib koʻrsatganlar: yoshga doir tolerantlik – insonning yoshi bilan bogʻliq oʻziga xosliklarini toʻgʻri qabul qilish (kattalarning yoshlarni tushuna olmasligi, zarur bilim va tajribaning yetarli emasligi va boshqalar); maʼlumotlilik darajasi bilan bogʻliq tolerantlik – nisbatan past darajadagi maʼlumotga ega kishilarning fikrlari va xatti-harakatlariga sabrli boʻlish; millatlaro tolerantlik – turli millat vakillariga hurmat bilan munosabatda boʻlish, biror millat vakilining kamchilik va salbiy harakatlarini shu millatga mansub boshqa kishilarda ham bor deb hisoblamaslik; irqiy tolerantlik – boshqa irq vakillariga past nazar bilan qaramaslik; diniy tolerantlik – turli dinlar, konfessiyalar, konfessional guruhlariga sotsial tolerantlik bilan munosabatda boʻlish; madaniy tolerantlik – madaniy qiziqqonlikka zid boʻlib, boshqa madaniyatlarni tan olish, ularni toʻgʻri qabul qilishga qobiliyatlilik. Madaniy tolerantlik madaniy taʼsir oʻtkazish, madaniy ekspansiyaga yoʻl qoʻyilmasligini talab etadi; shaxslararo tolerantlik – insonlardagi murakkab tabiiylikni, ular orasidagi farqlarni anglash va qabul qilishga qobiliyatlilik boʻlib, muloqot jarayonida insonning boshqalarni oʻz mavjudligi va rivojining yuksak timsoli sifatida koʻra olishidir.[5] Demak, pedagoglarda tolerantlik tiplarini aniqlash uchun keng koʻlamli tadqiqotlar olib borishni talab etadi.

Adabiyotlar:

1. Байбаков А. М. Воспитание толерантности у старшего подростка в условиях взаимодействия малых групп / А. М. Байбаков: Автореферат дис. канд. пед. наук: 13.00.01. - Волгоград, 2003. - 17 с.
2. Бердиер Г.Л Социальная психология толерантности. Автореф. Санкт-Петербург.2007.
3. Пчелинцева И. Толерантность и школьник. - Москва. Мозаика-Синтез.- 2003.-143 б.
4. Sattorova M.D. Sotsial tolerantlik-davr talabi // TDPU ilmiy axborotlari, № 6.Toshkent,2020.B.231-235.
5. Sattorova M.D. Tolerantlik turlari va uning shakllanishi // TDPU ilmiy axborotlari, №8.Toshkent, 2020.B.97-101.
6. Шакуров Р. Х. Социально-психологические проблемы руководства педагогическим коллективом. - Москва. Педагогика. - 2002.
7. Gʻoziyev E.Gʻ. Psixologiya oʻqitish metodikasi Tishkent, Universitet, 2010.

Shamayeva Muxabbat Baratovna,
Toshkent tibbiyot akademiyasi Termiz filiali o'qituvchisi

O'ZBEK AYOLLARINING OILAGA QADRIYATLI MUNOSABATI

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'zbek ayollarining oilaga qadriyatli munosabati, ayollar psixologiyasi va ma'naviyati muammosi, ayollar psixologiyasini o'rganishda ularning xulq-atvori, tafakkuri, hissiy holatini tahlil qilish haqidagi fikrlari keltirilgan. O'zbek ayollarining oilaga qadriyatli munosabati xususiyatlarini o'rganish maqsadida ishlab chiqilgan ijtimoiy-psixologik so'rovnoma va uning natijalarining statistik tahlili keltirilgan. Maqolada shuningdek, ayollar psixologiyasining o'ziga xosligini erkaklar psixologiyasi bilan taqqoslash orqali o'rganish mumkinligi, jamiyatda inson psixologiyasi va jamiyatning o'zgarishi ayollar psixologiyasining yanada to'g'ri va har tomonlama tushunish uchun konseptual asoslarni talab etishi haqida fikrlar bayon etilgan.

Kalit so'zlar: ayollar psixologiyasi, xulq-atvori, tafakkuri, hissiy holati, oila, qadriyat, munosabat, qadriyatli munosabat.

ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ УЗБЕКСКИХ ЖЕНЩИН К СЕМЬЕ

Аннотация. В статье рассматриваются взгляды узбекских женщин на ценностное отношение к семье, проблему женской психологии и духовности, анализ их поведения, мышления и эмоционального состояния в контексте изучения женской психологии. Представлены социально-психологическая анкета, разработанная для изучения особенностей ценностного отношения узбекских женщин к семье, и статистический анализ её результатов. Также обосновывается мнение о том, что своеобразие женской психологии может быть изучено в сравнении с мужской, а психология человека в обществе и изменения в обществе требуют концептуальных основ для более корректного и полного понимания женской психологии.

Ключевые слова: женская психология, поведение, мышление, эмоциональное состояние, семья, ценности, отношение, ценностное отношение.

UZBEK WOMEN'S VALUABLE ATTITUDE TOWARDS THE FAMILY

Abstract. The article examines the views of Uzbek women on the value attitude to family, the problem of female psychology and spirituality, an analysis of their behavior, thinking and emotional state in the context of studying female psychology. A socio-psychological questionnaire developed to study the characteristics of the value attitude of Uzbek women to family and a statistical analysis of its results are presented. It also substantiates the opinion that the peculiarity of female psychology can be studied in comparison with male psychology, and the psychology of a person in society and changes in society require a conceptual basis for a more correct and complete understanding of female psychology.

Keywords: womens psychology, behavior, thinking, emotional state, family, values, attitude, value attitude.

Kirish. Zamonaviy oila instituti bugungi kunda katta o'zgarishlarga yuz tutmoqda. Bu psixologlarning ta'kidlashicha, turmush o'rtoqlarning nikohda o'ynaydigan rollari o'zgarib borayotganligi tufayli zamonaviy oila inqiroz davrini boshidan kechirayotganligida ifodalanmoqda [3; 10]. Gender va oilaviy rollarning o'zgarishi o'z navbatida oila ichidagi munosabatlarga ham ta'sir ko'rsatib, nikohda sheriklik g'oyasi ham o'zgarib borayotganligi kuzatilmoqda. Agar ilgari ko'pchilik uchun hayotdagi asosiy maqsad baxtli oila qurish bo'lsa, hozirda esa, tobora ko'proq odamlar shaxsiy fazilatlarini yaxshilash, o'zini o'zi kasbiy anglash va shaxsiy o'sishni hayotdagi eng muhim narsa deb hisoblashayotganliklari [5] sababli, oilaviy munosabatlardagi o'zgarishlar, birinchi navbatda, oilaviy qadriyatlarni qayta qurish bilan bog'liq bo'lib, birinchi navbatda, bu o'z hayotiy ustuvorliklari va imkoniyatlarini qayta ko'rib chiqqan ayollarga tegishlidir. Ayolning oilaga bo'lgan qadriyat munosabatlari mehr-muhabbat, ishonch, sadoqat, o'zaro yordam, hurmat va o'zaro tushunish kabi asosiy jihatlarga asoslanadi. Ayol oila o'chog'ining posboni sifatida ushbu qadriyatlarga muvofiq, mustahkam va uyg'un oila muhitini yaratishga hissa qo'shadi, shuningdek, ayolning zamonaviy roli yanada ko'p qirrali bo'lib, o'zini o'zi kasbiy anglashni o'z ichiga oladi.

Ayollar psixologiyasi va ma'naviyati muammosi bugungi kundagi eng dolzarb muammolardan hisoblanadi. Zamonaviy ayol psixologiyasi va ma'naviyati haqida gap ketganda bugun hayotimizning tubdan

o'zgarayotganligi, yurtimizda shahar va qishloqlarining chiroy ochib borayotganligi, yashash sharoitimizning kundan kunga yaxshilanayotgani bilan bog'lash joiz. Albatta, ularni, «bir qo'li bilan beshikni, bir qo'li bilan dunyoni tebratib kelayotgan» ayollarimizsiz tasavvur etib bo'lmaydi. Sharqda ayollar yorug' hayot, baxt, to'kin-sochinlik, fayz-u baraka, tinch-totuv hayot ramzi deb ulug'lanishi bejiz emas, chunki aksariyat ayollar shunday e'tiroflarga munosib.[2]

Bugun kishilik jamiyati uchun muqaddas hisoblangan oila ijtimoiy tizim sifatida «ota—ona va farzandlar», «er-xotin va qaynona-qaynota», «kelin-kuyov va ularning yaqin qarindoshlari» kabi munosabatlar majmuidan tarkib topgan bo'lib, nabiralar, kelin va quda-andalarga bo'lgan munosabatlar xarakteri tomonidan, oilaviy qayot tartibi, oilaviy an'analar va qadriyatlarga ega ekanligi, muloqot shakli, milliy odatlarga rioya etilishi jihatlaridan etnomadaniy xususiyatlarni o'zida mujassamlashtiradi. Bu jihatlar esa xalqimizda, alohida milliy xarakter, milliy orzu, milliy istak, milliy g'urur, milliy sharaf, milliy e'tiqod, milliy qadriyat va milliy xotira tarkib topishida muhim ahamiyat kasb etadi. Barkamol insonni shakllantirishda oila ijtimoiy institut sifatida bajaradigan vazifalarni boshqa biron bir tuzilma bajara olmaydi. Shuning uchun, ma'naviy, ijtimoiy-psixologik jihatdan inson uchun oila birinchidan, yaxshi xulq namunalarini topib, ularni o'zlashtirishda o'ziga xos o'rin tutadi; ikkinchidan, yon atrofdagilar bilan hamkorlik qilish maqsadida muloqotga kirish yo'llarini topish uchun imkon yaratadi; uchinchidan, farzandlarni mustaqil hayotga tayyorlashda turli mazmundagi axborotlarni jamlab, hayot tajribalarini o'rgatish o'chog'i sifatida xizmat qiladi.

Xotin-qizlar psixologiyasini o'rganishda ularning xulq-atvori, tafakkuri, hissiy holatini tahlil qilish, shuningdek, ayol fiziologiyasi, tarbiyasi, muhiti, ijtimoiy omillarning o'zini o'zi qadrlashi va dunyo bilan o'zaro munosabatiga ta'sirini o'rganish kiradi. Bu yo'nalishda an'anaviy psixologiyada ayollar tajribasi qanday buzilganligi va o'zaro hurmat, hamdardlik va ochiq muloqotga asoslangan sog'lom munosabatlarni o'rnatish ham ko'rib chiqiladi.

Bugungi globallashtiruv jarayonlari tufayli ayollar turli qiyinchiliklarga duch kelishi tabiiy. Tabiatan zukko, teran fikrli, tadbirkor, mushohadali, zamon bilan hamnafas ayollar albatta, tezda vaziyatga moslashib, faoliyatini shunga muvofiqlashtirib, jamiyatni ham, oilasini ham to'g'ri yo'lga qo'ya oladilar. Chunki, ro'zg'or yuritish san'ati, tejamkorlik, chuqur mulohaza, oilasi, farzandlariga cheksiz muhabbat, sadoqat, andisha, ibo kabi xislatlar bilan ayolni tabiatning o'zi siylagan.[1]

Qadriyatlar jamiyat ijtimoiy - iqtisodiy, madaniy - ma'naviy taraqqiyotining mahsulidir. Shuning uchun ham qadriyatlarda zamonning ruhi, imkoniyatlari, o'sha zamonda yashagan odamlarning orzu - umidlari, isatklari, talab va ehtiyojlari o'z ifodasini topadi. Qadriyatlarning mazmuni va ahamiyatligi vaqt o'tishi bilan o'zgarib boradi. Shu sababli qadriyatlarning tarbiyaviy ahamiyatiga baho berganda konkret tarixiy shart - sharoitlarni doimo nazarda tutmoq zarur.

Tadqiqot obyekti va qo'llanilgan metodlar. O'zbek ayollari uchun oila eng oliy qadriyat sanalgan. Tadqiqotimizda ayollarning oilaga qadriyatli munosabati xususiyatlarini o'rganish maqsadida 10 ta savoldan iborat «Men va mening oilam» nomli ijtimoiy-psixologik so'rovnoma ishlab chiqdik va ushbu so'rovnomadani foydalanib, 83 nafar respondentlarda dastlabki tadqiqotlarni olib bordik natijalar bo'yicha tahlilini amalga oshirdik.

1-jadval.

«Men va mening oilam» ijtimoiy-psixologik so'rovnoma ko'rsatkichlari (N=83)

№	So'rovnoma savollari	Javob variantlari	Sonlarda	Foizlarda
1	Oilamning mustahkamligi men uchun hamma narsadan muhim	To'liq qo'shilaman	65	78,31%
		Qisman qo'shilaman	18	21,69%
		Qo'shilmayman	-	-
2	Faqat oilam bilan birga bo'lsam o'zimni xotirjam his qilaman	To'liq qo'shilaman	53	63,85%
		Qisman qo'shilaman	18	21,69%
		Qo'shilmayman	12	14,46%
3	Oilaviy ajrimlar kishilar hayotida ruhiy muammolga sabab bo'ladi	To'liq qo'shilaman	56	67,47%
		Qisman qo'shilaman	21	25,30%
		Qo'shilmayman	6	7,23%
4	Doim oilamning tinchligi va faravonligi uchun harakat qilaman	To'liq qo'shilaman	60	72,29%
		Qisman qo'shilaman	19	22,90%
		Qo'shilmayman	4	4,81%
5	Eng baxtli kishilarning oilasi mustahkam	To'liq qo'shilaman	62	74,70%
		Qisman qo'shilaman	15	18%

		Qo'shilmayman	6	7,23%
6	O'z oilamdan faxrlanaman	To'liq qo'shilaman	54	65%
		Qisman qo'shilaman	21	25,3%
		Qo'shilmayman	12	9,7%
7	Oilada jipslik bo'lsa hamma o'zini himoyalangan his qiladi deb o'ylayman	To'liq qo'shilaman	68	82%
		Qisman qo'shilaman	10	12%
		Qo'shilmayman	5	6%
8	«Er-xotin xotin qo'sh ho'kiz» maqoli juda o'rinli aytilgan	To'liq qo'shilaman	52	62,65%
		Qisman qo'shilaman	20	24%
		Qo'shilmayman	11	13,35%
9	Farzandlar barkamol bo'lib voyaga yetishi oiladagi sog'lom muhitga bog'liq	To'liq qo'shilaman	63	75,90%
		Qisman qo'shilaman	17	20,5%
		Qo'shilmayman	3	3,6%
10	Oila avlodlar taqdirini belgilaydi deb hisoblayman	To'liq qo'shilaman	59	71,1%
		Qisman qo'shilaman	16	19,3%
		Qo'shilmayman	8	9,6%

Olingan natijalar va ularning tahlili. «Men va mening oilam» nomli ijtimoiy-psixologik so'rovnoma natijalari ayollarning oila va oilaviy jarayonlarga qadriyatli munosabatlarining o'ziga xos qirralarini ochish imkoniyatini berdi. Jumladan, respondentlarning aksariyati oila va oilaviy munosabatlarga nisbatan qadriyatli munosabatlar ustunligi ko'zga tashlandi. So'rovnomaning birinchi «Oilamning mustahkamligi men uchun hamma narsadan muhim» savoliga ayollarning bergan javoblarini tahlil qilganimizda respondentlarning 78,31% «To'liq qo'shilaman», 21,69% esa «Qisman qo'shilaman» degan javobni tanlaganlar.

So'rovnomaning ikkinchi «Faqat oilam bilan birga bo'lsam o'zimni xotirjam his qilaman» savoliga ayollarning bergan javoblarida salbiy munosabatlar ham kuzatildi ya'ni 63,85% «To'liq qo'shilaman», 21,69% esa «Qisman qo'shilaman», 14,46% «Qo'shilmayman» degan javobni belgilaganlar. Bu yerda ayollarning 14,46% faqat oilasi bilan birga bo'lsagina o'zini xotirjam his qilishlarini inkor etganligi zamonaviy ayollar xotirjamliklarini o'z oilasidan tashqarida ham his qila olishlarini ifodalaydi. Balki ularning javoblariga savol boshida kelgan faqat so'zi ta'sir ko'rsatgan bo'lishi ehtimoli mavjud. «Men va mening oilam» nomli ijtimoiy-psixologik so'rovnomaning keyingi savollariga berilgan javoblar ham bizning yuqoridagi keltirilgan tahlillarimizga qisman yaqin manzarani ko'rsatdi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib, zamonaviy ayolning ma'naviy qiyofasi yuksak bo'lishi kerakligini alohida e'tirof etish joiz. Mamlakatimizda ayollarning o'z iqtidorini namoyon qilishi uchun barcha sharoitlar yaratilgan. Ana shu imkoniyatlardan foydalanish darajasi esa har bir ayolning o'ziga bog'liq. Agar ayol o'zini nafaqat ayol, balki inson sifatida jamiyatda o'rnini anglasa, Oilasi, halol mehnati bilan jamiyat taraqqiyotiga munosib hissa qo'shishi lozimligini hayotining maqsadi deb bilsa, albatta bu ayol hayotidan qanoatlana oladi. Zamonaviy ayol psixologiyasi va ma'naviyati faqat zamonaviylikka xos sifatleri bilangina emas, balki o'z yurtining milliy va ma'naviy qadriyatlarini yuksaltirishga xizmati bilan ham belgilanadi.

Ayollar psixologiyasining o'ziga xosligini erkaklar psixologiyasi bilan taqqoslash orqali o'rganish mumkin. Masalan, erkaklar va ayollarning fikrlash jarayonlari bir-biridan farq mavjud. Erkaklar odatda keng miqyosda o'ylashadi, o'zlarini yaxshi yo'naltiradilar. Erkaklar tafakkuri aniqroq va mantiqiy tafakkurning umumiy qonuniyatlariga bo'ysunadi. Ayollar ko'pincha mantiq nuqtayi nazaridan ko'pincha emotsional fikr yuritadilar, ko'proq o'zlarining his-tuyg'ulari va sezgilariga tayanadilar. Erkak tafakkurining zamirida «ratsionallik» so'zi bo'lsa, ayol o'rnida esa «hissiylik» so'zi turadi. Aynan shu erkak va ayol o'rtasidagi farq tufayli tushunmovchiliklar paydo bo'ladi. Biroq, ko'pincha bu farq nafaqat vaziyatning o'zi, balki unga bevosita yoki bilvosita taalluqli bo'lgan hamma narsani o'ylash kerak bo'lganda, ayollarning fikrlashini erkaklarinikiga qaraganda ancha foydali qiladi.

Hayotiy strategiyalar ayollarning individualligini va shaxsni o'rab oladigan hayotiy dunyoni shakllantiradi, har bir insonning individual qadriyatlar tizimi mavjud va u nikohdan ancha oldin, hali bola tug'ilgan oilada shakllana boshlaydi. Aynan shu qadriyatlar tizimida inson o'zi uchun hayotda nima muhim va nima muhim emasligini hal qiladi.

Oilada qadriyat yo'nalishlarining shakllanishiga ota-onalarda kuzatilgan munosabatlar misoli katta ta'sir ko'rsatadi. Zamonaviy jamiyatda yoshlar o'rtasida o'z-o'zini anglash, ma'lum ijtimoiy mavqega erishish, shuningdek, farovonlikning yuqori darajasi birinchi o'ringa chiqadi, keyin esa oilani barpo etish, farzandlar tug'ilishi va tarbiyasi keladi. Nikohdan oldin va keyin yosh ayollarning qadriyatlar tizimi

xususiyatlarini o'rganishga asoslangan ba'zi ishlarda aytilishicha, ayollar oila qurishda sevgi, bolalar, umumiy his-tuyg'ularni boshdan kechirish, muloqot kabi ehtiyojlarni qondirishga intiladi. Hozirgi vaqtda jamiyatda onaning oiladagi roli o'zgara boshlaganligi, ya'ni ayollar ko'pincha nafaqat bolalar, balki ularning erlari ustidan ham hukmronlik qilishga intilayotgani tez-tez ta'kidlanadi. Shu sababli, oilaga psixologik yordam ko'rsatishda har tomonlama diagnostika qilish va oilaviy munosabatlarni tuzatish uchun ayollarning oilaviy ahvoli bilan bog'liq holda ularning hayotiy yo'nalishiga ta'sir qiluvchi omillarni o'rganish zarur deb hisoblaymiz.

Xulosa. Jamiyatda inson psixologiyasi va jamiyatning o'zgarishi ayollar psixologiyasining inson psixikasini yanada to'g'ri va har tomonlama tushunish uchun kontseptual va uslubiy chegaralaridan ongli ravishda chiqib ketishini talab qiladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, so'nggi 30 yil ichida ayollarning yetakchiligi, ayollar va gender bo'yicha nashrlar, ilmiy jurnallar, dissertatsiyalar, tadqiqot mavzulari va ijtimoiy siyosat ilovalari o'qimi psixologlarning psixologik tadqiqotlar paradigmasini o'zgartirishga bo'lgan qat'iyati va ishonchini ko'rsatadi. Turmushga chiqqan qizlar uchun oila hayotda yetakchi o'rinlardan birini egallaydi, chunki eng ko'p ball to'plagan qadriyatlarining har biri oilaning shakllanishiga hissa qo'shadigan tarkibiy qismni o'z ichiga oladi (masalan, xavfsizlik oila xavfsizligini o'z ichiga oladi, mehribonlik - bu oilaning mavjudligi uchun qulay shart-sharoitlarni yaratishga yordam beradigan shaxsiy xususiyat va boshqalar). Ammo shuni ta'kidlash kerakki, zamonaviy turmush qurgan qizlar uchun shaxsiy ehtiyoj ham ustuvor ahamiyatga ega (bu mustaqillik va yutuqlar kabi etakchi qadriyatlardan ayon bo'ladi). Jamiyatning tayanchi bo'lgan oila mustahkamligi ko'proq ayollarga bog'liq bo'lishi tan olinadi. Bugungi kunda oila institutining zamonaviy tendentsiyalar ta'siriga bardoshlilikini oshirish talab etilayotgan bir vaqtda ayollar psixologiyasini o'rganish, ularning oila mustahkamligiga mas'ulligini yanada oshirishga qaratilgan tadqiqotlarga ehtiyoj juda katta.

Adabiyotlar:

1. Самаров Р.С. Оилавий ҳаёт мувозанати жамият тараққиётининг асоси // Соғлом оила – одоб маҳалла негизи. Республика «Оила» илмий-амалий марказининг мақолалар тўплами. –Тошкент, 2003. – Б. 65-72.
2. Саифназарова Ф. Ўзбек оиласи: ижтимоий ва маънавий қадриятлар. – Тошкент: «YURIST – MEDIA» маркази, 2007. – 123 б.
3. Ташмухамедова Д.Г., Акрамова Ф.А. Ёшларни оилавий ҳаётга тайёрлаш: Бахтли оила сари. –Т.: «NORI» МЧЖ, 2019. – 47 б.
4. Роджерс К. Брак и его альтернативы: позитивная психология семейных отношений / К. Роджерс. – М.: Этерна, 2019. – 624с.
5. Шнейдер Л. Б. Семейная психология: Учебное пособие для вузов. 2-е изд. – М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2006. – 768 с.

Sharafitdinov Abdulla,
O'zbekiston Milliy universiteti Jizzax filiali dotsenti v.b.
sharafitdinovabdulla@gmail.com

O'SMIRLIK DAVRIDA EMPATIYA VA EMOTSIONAL BILIMDONLIK NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqola o'smirlik davrida empatiya va emotsional bilimdonlikning shakllanishi va namoyon bo'lishini tahlil qiladi. Empatiya boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish va ularga hamdardlik bilan munosabatda bo'lish qobiliyati sifatida ta'riflanadi. Emotsional bilimdonlik esa o'z va boshqalar his-tuyg'ularini anglash va boshqarish san'ati hisoblanadi. Maqolada o'smirlarning bu ko'nikmalarini rivojlantirishda oilaviy muhit, maktab ta'limi va ijtimoiy aloqalarning ahamiyati ta'kidlanadi. Natijada, empatiya va emotsional bilimdonlik yoshlarning ijtimoiy muvaffaqiyati va shaxsiy o'sishi uchun muhim omil ekanligi ko'rsatib o'tiladi.

Kalit so'zlar: o'smirlik, empatiya, emotsional bilimdonlik, his-tuyg'ularni boshqarish, ijtimoiy ko'nikmalar, ruhiy rivojlanish, oilaviy muhit, maktab ta'limi, ijtimoiy muloqot.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЭМПАТИИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. Данная статья анализирует формирование и проявление эмпатии и эмоционального интеллекта в подростковом возрасте. Эмпатия определяется как способность понимать чувства других и сочувственно к ним относиться. Эмоциональный интеллект рассматривается как умение осознавать и управлять собственными и чужими эмоциями. В статье подчеркивается значимость семейной среды, школьного образования и социальных взаимодействий в развитии этих навыков у подростков. В результате показано, что эмпатия и эмоциональный интеллект являются важными факторами социального успеха и личностного роста молодежи.

Ключевые слова: подростковый возраст, эмпатия, эмоциональный интеллект, управление эмоциями, социальные навыки, психологическое развитие, семейная среда, школьное образование, социальное взаимодействие.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE MANIFESTATION OF EMPATHY AND EMOTIONAL INTELLIGENCE DURING ADOLESCENCE

Abstract. This article analyzes the development and manifestation of empathy and emotional intelligence during adolescence. Empathy is defined as the ability to understand others' emotions and respond to them with compassion. Emotional intelligence is considered the art of recognizing and managing one's own and others' emotions. The article emphasizes the role of family environment, school education, and social interactions in fostering these skills in adolescents. As a result, it is shown that empathy and emotional intelligence are key factors in adolescents' social success and personal growth.

Keywords: adolescence, empathy, emotional intelligence, emotion regulation, social skills, psychological development, family environment, school education, social communication.

Kirish. O'smirlik - inson hayotining muhim va murakkab davri bo'lib, unda shaxsning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy o'zgarishlari yuz beradi. Aynan shu davrda yoshlar o'z-o'zini anglash, atrofdagilar bilan munosabatlar o'rnatish va turli ijtimoiy vaziyatlarda o'zini tutish kabi qobiliyatlarni rivojlantiradi. Shu jarayonda empatiya va emotsional bilimdonlik kabi ruhiy ko'nikmalar ayniqsa katta ahamiyatga ega bo'ladi. Empatiya - bu boshqalarning his-tuyg'ularini anglash va ularni his qilish qobiliyati, bu orqali o'smir atrofdagilar bilan yanada chuqurroq va samimiyroq munosabatlar o'rnatadi. Empatiya nafaqat insonlar o'rtasida ijtimoiy aloqalarni yaxshilash, balki o'z-o'zini boshqarish va stress holatlarida yordam beruvchi muhim omildir. Shu bilan birga, emotsional bilimdonlik - bu o'z va boshqalar his-tuyg'ularini to'g'ri aniqlash, anglash hamda boshqarish ko'nikmasi bo'lib, yoshlar hayotida muvaffaqiyatli ijtimoiy integratsiya va ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi.

Zamonaviy jamiyatda, ayniqsa o'smirlik davrida, emotsional bilimdonlik va empatiyaning roli yanada oshmoqda. Ta'lim muassasalari va oilalar ushbu ko'nikmalarni shakllantirishda faol ishtirok etishi talab

qilinadi, chunki bu qobiliyatlar yoshlarning nafaqat ijtimoiy, balki akademik va shaxsiy muvaffaqiyatlarini ham ta'minlashda yordam beradi. Shu sababli, o'smirlik davrida empatiya va emotsional bilimdonlikni o'rganish va rivojlantirish bugungi kunda ilmiy va amaliy jihatdan katta ahamiyat kasb etmoqda.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Emotsional intellekt nazariyalari - bu soha bo'yicha eng muhim nazariy asoslardan biri D.Goulmanning (Daniel Goleman, 1995) emotsional intellekt konsepsiyasidir. Goulman emotsional intellektni insonning o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish, boshqalar his-tuyg'ularini tushunish va ularni samarali boshqarishga asoslangan qobiliyatlar majmui sifatida ta'riflagan. Shuningdek, Mayer va Salovey (1997) emotsional intellektni to'rtta asosiy komponentga ajratadi: emotsiyalarni aniqlash, ulardan foydalanish, tushunish va boshqarish. Empatiya tushunchasi esa K.Rojers (Carl Rogers, 1951) insoniy munosabatlarda empatiyaning markaziy rolini asoslab berdi. U empatiyani terapevtik munosabatlarning asosi deb hisoblagan. Hoffman (2000) esa empatiyani ijtimoiy axloqiy rivojlanishning negizi sifatida ko'rsatgan va bu his-tuyg'uning ijtimoiy xatti-harakatga ta'sirini o'rgangan.

Empatiya va emotsional bilimdonlik inson shaxsiyatining ijtimoiy-psixologik jihatdan yetuk shakllanishida hal qiluvchi omillar hisoblanadi. Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, bu kompetensiyalarning rivojlanishida bir qator ijtimoiy determinantlar - oilaviy muhit, ta'lim muassasalari va ijtimoiy muloqotlar muhim rol o'ynaydi. Avvalo, oilaviy muhit o'smirlikka qadar bo'lgan bosqichlarda emotsional qo'llab-quvvatlov, xavfsizlik hissi va sog'lom model xatti-harakatlarni ta'minlash orqali empatiya va emotsional bilimdonlikni shakllantirishga asos yaratadi. Denham va hamkorlarining (2003) tadqiqotlariga ko'ra, ota-onalarning hissiy sezgirliigi va farzandlariga nisbatan emotsional jihatdan e'tiborli munosabati bolalarda emotsional xatti-harakatlarni identifikatsiyalash va nazorat qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Ikkinchi muhim omil - ta'lim tizimi. Maktab nafaqat akademik bilimlarni, balki sotsial-emotsional ko'nikmalarni shakllantirish muhitini ham yaratadi. CASEL modeli asosida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ta'lim muassasalariga emotsional savodxonlik, empatiya va o'zini boshqarish ko'nikmalarini integratsiyalash o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvi, o'zini anglash darajasi va ruhiy barqarorligini oshiradi.

Bar-On tomonidan ishlab chiqilgan emotsional intellekt diagnostikasi yoshlarning turli shaxsiy va ijtimoiy ko'nikmalari bilan uzviy bog'liqligini ko'rsatgan. Eisenberg va Lennon (1983) esa o'z tadqiqotlarida empatiya darajasi yuqori bo'lgan o'smirlar orasida stressga chidamlilik, ijtimoiy moslashuvchanlik hamda akademik faoliyatda muvaffaqiyat ko'rsatkichlari yuqoriroq ekanligini aniqlaganlar.

Tahlil va natijalar. Tadqiqotda suhbat, psixologik test va so'rovnomalardan foydalandik. Shuningdek, tadqiqot ishimizning eksperiment bosqichida biz V.V.Boykoning «Empatik qobiliyatlar darajasini diagnostika qilish» metodikasi, N.Hollning «Emotsional intellektni baholash» testi, Dj.Gilfordning «Sotsial intellektni o'lchash» testi, D.Amirxan metodikasi, V.M. Yaltonskiy va N.A.Sirot modifikatsiyasi bilan «Hayotiy muammolarni yengib o'tish strategiyalarini o'rganish metodikasi, R.B.Kettellning «Shaxsning 16 omil yordamida o'rganish» so'rovnomasi va Gerbachevskiyning «Intilish darajasi» testidan foydalandik. Natijalarni qayta ishlash uchun matematik statistik tahlil usullarini amalga oshirdik.

Olib borilgan birinchi tadqiqot metodikamiz empatik qobiliyatlar darajasini diagnostika qilishga qaratilib, tavsiflovchi statistika natijalariga ko'ra quyidagicha ko'rsatkichlarni oldik (1-jadval).

1-jadval.

Empatik qobiliyatlar darajasini diagnostika qilish metodikasi (V.V.Boyko) Tavsiflovchi statistikasi

Ko'rsatkichlar	N	Mini-mal	Maksi-mal	O'rtacha qiymat	Standart og'ish	Assime - riya	Ekstsess
Empatik qobiliyat	76	6,00	22,00	13,5156	2,73141	,338	,335

O'rtacha qiymat 13,5156, standart og'ish 2,73141 ni tashkil etdi. ($13,5156 \pm 2,73141$). Asimmetriya va ekstsess qiymati normada berilgan. Assimetriya qiymati $A = ,338$; Ekstsess qiymati $E = ,335$ ni tashkil etdi. Olib borilgan ikkinchi tadqiqot metodikamiz N.Xollning emotsional intellektni o'lchash testi bo'lib, ushbu metodika natijalariga ko'ra quyidagicha qiymatlarni oldik (2-jadval).

2-jadval.

N.Xollning emotsional intellektni baholash testi Tavsiflovchi statistikasi

Ko'rsatkichlar	N	Mini-mal	Maksi-mal	O'rtacha qiymat (M)	Standart og'ish	Assimet - riya	Ekstsess
Emotsional Bilimdonlik	576	,00	26,00	9,2240	4,15150	,302	,510
Emotsiyalarini boshqarish	576	,00	18,00	7,9583	3,96660	,266	-,501

O‘z-o‘zini rag‘batlantiruvchi	576	,00	19,00	10,1094	4,06985	-,016	-,704
Empatiya	576	,00	18,00	8,8490	4,33787	,125	,610
O‘zga insonlar kechinmalarini sezuvchi	576	,00	20,00	9,1875	4,11101	,117	-,389

Tavsiflovchi statistik tahlil natijalariga ko‘ra, emotsional intellektning barcha komponentlari o‘rtacha darajada namoyon bo‘lib, respondentlarda emotsional bilimdonlik ($M=9,22$), empatiya ($M = 8,84$) va boshqalarning kechinmalarini sezish ($M=9,18$) ko‘rsatkichlari nisbatan yuqori, o‘z-o‘zini rag‘batlantirish ($M = 10,11$) esa eng yuqori baholangan; barcha ko‘rsatkichlar bo‘yicha assimetriya va ekstsess qiymatlari normal taqsimotga yaqin ekanini ko‘rsatmoqda.

Respondentlarda olib borilgan uchinchi metodikamiz Dj.Gilfordning «Sotsial intellektni aniqlash» testi natijalariga ko‘ra quyidagicha qiymatlarni oldik (3-jadval).

3-jadval.

Dj. Gilfordning «Sotsial intellektni aniqlash» testi

Tavsiflovchi statistikasi

Ko‘rsatkichlar	N	Mini-mal	Maksi-mal	O‘rtacha qiymat (M)	Standart og‘ish	Assimet-riya	Ekstsess
Yakunlangan tarix	576	1,00	12,00	5,5760	2,04180	,268	-,180
Ekspressiv guruhlar	576	,00	20,00	5,4568	2,32068	1,447	1,223
Verbal ekspressiya	576	,00	10,00	4,7573	2,15178	,177	-,382
To‘ldirilgan hikoya	576	,00	15,00	3,7469	2,20425	2,022	1,419

Dj.Gilfordning “Sotsial intellektni aniqlash” testi bo‘yicha tavsiflovchi statistik tahlil natijalari shuni ko‘rsatadiki, respondentlarda sotsial idrok komponentlari asosan o‘rtacha darajada namoyon bo‘lgan ($M = 3,74 - 5,57$), biroq “To‘ldirilgan hikoya” va “Ekspressiv guruhlar” subtestlarida yuqori assimetriya va ekstsess qiymatlari kuzatilib, bu ma‘lumotlar taqsimotining normaldan og‘ish holatlarini va ayrim javoblarda to‘planganlik ehtimolini ko‘rsatadi.

Tadqiqotimiz davomida «Hayotiy muammolarni yengib o‘tish strategiyalarini o‘rganish» testi natijalariga ko‘ra quyidagicha qiymatlarni oldik (4-jadval).

4-jadval.

Hayotiy muammolarni yengib o‘tish strategiyalarini o‘rganish (D.Amirxan metodikasi, V.M.Yaltonskiy va N.A.Sirot modifikatsiyasi)

Tavsiflovchi statistikasi

Ko‘rsatkichlar	N	Mini-mal	Maksi-mal	O‘rtacha qiymat	Standart og‘ish	Assimetri-ya	Ekstsess
Muammolarni hal etish	576	2,00	36,00	13,2135	5,00343	,450	1,126
Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni kutish	576	1,00	22,00	10,3906	4,06151	,500	,296
Muammolardan qochish	576	,00	27,00	11,1927	4,40782	,438	,735

Olingan metodika natijalarida «muammolarni hal etish» ko‘rsatkichida minimal ball 2 ballni, maksimal ball 36 ballni tashkil etdi. O‘rtacha qiymat 13,2135ni, standart og‘ish qiymati 5,00343ni tashkil etgan. ($13,2135 \pm 5,00343$). Assimetriya ko‘rsatkichi me‘yorida ($A=,450$;). Ekstsess qiymat me‘yoridan oshganligini ko‘rishimiz mumkin. ($E=1,126$). Sinaluvchilar natijalarida bir xillar ballar ko‘p uchraydi. Biz buni shunday izohlashimiz mumkinki, aksariyat o‘smirlar muammolarni samarali hal etish uchun imkonini beradigan barcha mumkin bo‘lgan usullarni qidirish uchun o‘zida mavjud bo‘lgan barcha shaxsiy resurslardan fodalanishga harakat qiladi.

«Ijtimoiy qo‘llab quvvatlashni kutish» ko‘rsatkichi bo‘yicha minimall ball 1 ballni maksimal ball 22 ballni tashkil etdi. O‘rtacha qiymat 10,3906, standart og‘ish qiymati 4,06151ni tashkil etgan. ($10,3906 \pm 4,06151$). Assimetriya va ekstsess ko‘rsatkichi me‘yorida ($A=,500$; $E=,296$).

«Muammolardan qochish» ko‘rsatkichi bo‘yicha natijalarda minimall ball 0 ballni maksimal ball 27 ballni tashkil etdi. O‘rtacha qiymat 11,1927, standart og‘ish qiymati 4,40782ni tashkil etgan. ($11,1927 \pm 4,40782$). Assimetriya va ekstsess ko‘rsatkichi me‘yorida. ($A=,438$; $E=,735$). Hayotiy muammolarni yengib o‘tish strategiyalari insonning qiyinchiliklarga munosabatini va ularni qanday hal

qilish usullarini aniqlashda muhim ahamiyatga ega. Bu strategiyalar shaxsning psixologik barqarorligini saqlash, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashdan foydalanish va muammolarni samarali hal etishga yordam beradi. Shu bilan birga, muammolardan qochish strategiyasi ba‘zan stressni kamaytirishda vaqtincha foydali bo‘lsa-da, uzoq muddatda muammolarni yechishda samarasiz bo‘lishi mumkin. Shuning uchun, eng yaxshi natijaga erishish uchun muammolarni hal etish va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash strategiyalarini uyg‘un qo‘llash tavsiya etiladi. Hayotiy muammolarni yengib o‘tish strategiyalari odamning stress va qiyinchiliklarga nisbatan qanday javob berishini ko‘rsatadi. Muammolarni hal etish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni izlash va muammolardan qochish kabi turli yondashuvlar mavjud. Samarali strategiyalar shaxsning psixologik salomatligini mustahkamlashga, o‘zini boshqarish qobiliyatini oshirishga va hayotdagi murakkab vaziyatlarga moslashishga yordam beradi. Ayniqsa, muammolarni faol hal etish va qo‘llab-quvvatlashni qidirish odamning o‘zini ishonchli his qilishiga hamda stress darajasini kamaytirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, muammolardan qochish strategiyasi qisqa muddatda osonlik tug‘dirishi mumkin, lekin uzoq vaqt davomida hal qilinmagan muammolarni kuchaytirishi mumkin. Shuning uchun, hayotiy qiyinchiliklarni yengishda samarali va muvozanatli yondashuv muhim hisoblanadi.

Olib borilgan beshinchi tadqiqot metodikamiz R.B.Kettellning «Shaxsni 16 omil yordamida o‘rganish so‘rovnomasi» natijalari asosida quyidagi qiymatlarni oldik (5-jadval).

5-jadval.

R.B.Kettellning «Shaxsni 16 omil yordamida o‘rganish so‘rovnomasi»

Tavsiflovchi statistikasi

Ko‘rsatkichlar	N	Mini-mal	Maksi-mal	O‘rtacha qiymat	Standart og‘ish	Assimet-riya	Ekstsess
Muloqotga moyillik	576	2,00	16,00	5,9250	1,74148	1,079	4,525
Hissiy barqarorlik beqarorlik	576	2,00	10,50	5,5807	1,72828	,237	-,600
Hukmronlikka intilish tobelik	576	1,00	9,00	5,4036	1,45537	,087	-,375
Ijtimoiy yetuklik	576	2,00	10,00	5,6693	1,53269	,114	-,227
Ijtimoiy mardlik, dadillik	576	2,00	9,00	5,5604	1,43840	-,092	-,374
Ishonuvchanlik shubhalanuvchanlik	576	1,00	9,00	5,6229	3,24283	1,386	1,803
O‘ziga ishonch ishonmaslik	576	2,00	11,00	5,4714	1,54260	,149	,065
Mustaqillik tobelik	576	2,00	10,00	5,6719	1,56815	,294	-,144
O‘zini nazorat qilish	576	1,00	9,00	5,6667	1,52999	-,367	-,262
Qo‘zg‘aluvchanlik zo‘riqish	573	1,00	9,50	5,3450	1,60534	,079	-,231

Tahlil natijalariga ko‘ra, R.B. Kettellning “Shaxsni 16 omil yordamida o‘rganish” so‘rovnomasi bo‘yicha o‘smirlarning aksariyat shaxsiy ko‘rsatkichlari o‘rtacha darajada shakllangan. “Muloqotga moyillik” va ayniqsa “Ishonuvchanlik–shubhalanuvchanlik” omillarida yuqori assimetriya va ekstsess qiymatlari individual tafovutlarning sezilarli darajada kuchli ekanini ko‘rsatmoqda. Boshqa omillar esa normal taqsimotga yaqin natijalar bilan ifodalangan.

Tadqiqotimizda qo‘llanilgan oltinchi metodikamiz Gerbachevskiyning «Intilish darajasi» testi natijalariga ko‘ra biz quyidagicha qiymatlarni oldik (6-jadval).

6-jadval.

Gerbachevskiyning «Intilish darajasi» testi

Tavsiflovchi statistikasi

Ko‘rsatkichlar	N	Mini-mal	Maksi-mal	O‘rtacha qiymat (M)	Standart og‘ish (SD)	Assimet-riya	Ekstsess
Ichki motiv	576	1,00	9,00	4,9583	1,78057	,302	,079
Bilish motivi	576	3,00	12,00	4,7292	1,77507	,004	,328
Qochish motivi	576	1,00	9,00	4,3021	2,13600	,089	-,358
Musobaqalashuv motivi	576	1,00	11,00	5,5104	3,30374	1,441	1,503
Faoliyatni almashtirish	576	2,00	9,00	4,5729	2,11945	,375	-,753
O‘zini ezozlash	576	,00	10,00	5,5260	2,02231	-,068	-,591
Natijalar ahamiyati	576	,00	9,00	4,2031	2,18741	,195	-,491
Topshiriqlar murakkabligi	576	,00	9,00	3,9583	2,42344	,305	-,799

Irodaviy quvvat	576	1,00	9,00	4,8281	2,08013	-,042	-,390
Natijalar erishganlik darajasi	576	,00	9,00	4,0990	1,95842	,329	-,314
O‘z imkoniyatlari bahosi	576	1,00	10,00	5,0104	1,81584	,189	-,590
Quvvatni safarbar etish	576	2,00	9,00	5,3802	1,92635	-,030	-,944
Natijalar kutilganlik darajasi	576	,00	9,00	4,0573	1,95475	,374	-,426
Natijalar qonuniyati	576	,00	9,00	4,4583	2,07804	-,004	-,496
Tashabbuskorlik	576	2,00	11,00	5,3594	1,91680	-,141	-,444

Gerbachevskiy testning tavsiflovchi statistikasi tahliliga ko‘ra, o‘smirlar orasida eng yuqori o‘rtacha ko‘rsatkich musobaqalashuv motivi ($M=5,51$; $SD=3,30$; $A=1,44$; $E=1,50$) da qayd etilgan bo‘lib, bu ko‘rsatkich keskin assimetriya va yuqori ekstsess qiymatlari bilan ajralib turadi, ya‘ni individual tafovutlar kuchli. Shuningdek, o‘zini e‘zozlash ($M=5,52$), quvvatni safarbar etish ($M=5,38$) va tashabbuskorlik ($M=5,35$) kabi komponentlar ham yuqoriroq o‘rtacha ball bilan namoyon bo‘lgan. Aksincha, natijalarning erishilganlik darajasi ($M=4,09$), natijalar kutilganlik darajasi ($M=4,05$), va topshiriqlar murakkabligi ($M=3,95$) kabi ko‘rsatkichlar nisbatan past bo‘lib, bu o‘smirlarning maqsadga yo‘naltirilganlik va reallikni baholashda ehtiyotkorroq harakat qilishlarini anglatadi. Aksariyat ko‘rsatkichlarda assimetriya (A) va ekstsess (E) qiymatlari me‘yor atrofida, bu esa taqsimotning normalga yaqinligini bildiradi.

O‘smirlik davrida empatiya va emotsional bilimdonlikning shakllanishi va namoyon bo‘lishi murakkab psixologik jarayon bo‘lib, unda oilaviy muhit, maktab ta‘limi va ijtimoiy muloqotlarning o‘rni juda muhimdir. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, o‘smirlarning empatik qobiliyatlari va emotsional bilimdonligi o‘rtacha darajada rivojlangan bo‘lib, bu ko‘nikmalar yoshlarning ijtimoiy muloqotda muvaffaqiyat qozonishi va shaxs sifatida o‘shida asosiy omillar sifatida xizmat qiladi. Emotsional intellektning turli komponentlari - o‘z va boshqalarning his-tuyg‘ularini anglash, boshqarish, empatiya ko‘rsatish - o‘smirlarning ruhiy barqarorligi va stressga chidamliligini oshirishda yordam beradi. Shuningdek, o‘smirlarning muammolarni hal qilish strategiyalari va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni izlash xatti-harakatlari ularning psixologik moslashuvchanligi va ijtimoiy integratsiyasini yaxshilaydi. Shu sababli, emotsional bilimdonlik va empatiyani rivojlantirishga yo‘naltirilgan ta‘lim va tarbiya jarayonlari yoshlar rivojida muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa. O‘smirlik davrida empatiya va emotsional bilimdonlikning shakllanishi psixologik rivojlanishning muhim bosqichidir. Ushbu kompetensiyalar nafaqat shaxslararo munosabatlarda, balki o‘z-o‘zini anglash, ijtimoiy moslashuv va ruhiy barqarorlikda ham muhim rol o‘ynaydi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatmoqdiki, yuqori darajadagi empatiya va emotsional intellekt o‘smirlarning stressga chidamliligini, o‘quv va ijtimoiy muvaffaqiyatini oshiradi. Bu ko‘nikmalarni rivojlantirishda oilaviy muhit, maktab ta‘limi va tengdoshlar bilan ijtimoiy muloqot asosiy omillar sifatida ajralib turadi. Psixologik tahlillar ushbu omillarning har biri o‘smir shaxsiyatining barkamol shakllanishiga bevosita ta‘sir qilishini tasdiqlaydi. Shunday ekan, o‘smirlar orasida emotsional ong va empatiyani rivojlantirish uzviy va tizimli yondashuv orqali amalga oshirilishi lozim.

Adabiyotlar:

1. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М., 1996. 472 с.
2. Боровиков В. Искусство анализа данных на компьютере: Для профессионалов 2-е изд. — СПб. 2003. — 344 с.
3. Бохарт А.К. Эмпатия в клиент-ориентированной психотерапии: сопоставление с психоанализом и Я-психологией // Иностранная психология. Т. 1. 1993. № 2. С. 57-64.
4. Бхарвани Г. Эмоциональный интеллект. Тренинг «секретного интеллекта», который даёт эффективность в любом деле. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2009. - 218 с.
5. Бреслав Г.М. Психология эмоций. М.:Смысл; Издательский центр «Академия», 2004.-544с.
6. Вассерман Л. И. Родители глазами подростка: психологическая диагностика в медико-педагогической практике: учеб. пособие / Л.И.Вассерман, И. А. Горьковая, Е. Е. Роминицына. СПб.: Речь, 2004. -256 с.
7. Вайсбах Х., Дакс У. Эмоциональный интеллект. М.: Лик Пресс, 1998- 160 с.

Sharafutdinova Xadichaxon Gulyamutdinovna,
Termiz davlat universiteti o'qituvchisi, psixologiya fanlari doktori (DSc)

OILAVIY MUNOSABATLAR DESTRUKSIYASINING OILA TIPI VA YOSHIGA KO'RA TAHLILI

Annotatsiya. Ushbu maqolada oilaviy munosabatlar destruksiyasining oila tipi va yoshiga ko'ra tahlilida «Oiladagi xavotirlik tahlili» metodikasi, oilalar yoshiga bog'liq tafovutlar, «Refleksiyani aniqlash» metodikasi, oilalar yoshiga bog'liq tafovutlar, «Qo'llab-quvvatlanishga nisbatan motivatsiyani o'rganish» metodikasi, oilalar yoshiga bog'liq tafovutlar, «Manipulyativ munosabat diagnostikasi» (Badnt shkalasi bo'yicha) metodikasi, oilalar yoshiga bog'liq tafovutlar, Y.E.Aleshina, L.Y.Gozman, E.M.Dubovskayalarning «Oilada muloqot» metodikasi natijalari, oilalar yoshiga bog'liq tafovutlar o'rganilgan, empirik ma'lumotlarning qiyosiy tahlili yuzasidan ma'lumotlar keltirilgan. Har bir oilaning shaxsiy va umumiy maqsadlari mavjud bo'lib, unga erishishda oila a'zolarining o'zaro qo'llab-quvvatlashi, muloqot ehtiyojlarining qondirilishi muhimligi ta'kidlangan.

Kalit so'zlar: oila, munosabat, refleksiya, oila yoshi, oila tipi, qo'llab-quvvatlash, tafovut, yosh oila, tajribali oila.

АНАЛИЗ ДЕСТРУКЦИИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТИПА И ВОЗРАСТА СЕМЬИ

Аннотация. В данной статье анализируются деструкция семейных отношений по типу семьи и возрасту с использованием методики «Анализ семейной тревожности», возрастные различия в семьях, методики «Рефлексия-детерминация», возрастные различия в семьях, методики «Изучение мотивации поддержки», возрастные различия в семьях, методики «Диагностика манипулятивного отношения» (по шкале Баднт), возрастные различия в семьях, результаты методики «Общение в семье» Ю.Е. Алёшиной, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовской, возрастные различия в семьях, а также представлена информация о сравнительном анализе эмпирических данных. Каждая семья имеет личные и общие цели, и подчёркивается важность взаимной поддержки членов семьи и удовлетворения потребностей в общении для их достижения.

Ключевые слова: семья, отношения, размышления, возраст семьи, тип семьи, поддержка, различия, молодая семья, опытная семья.

ANALYSIS OF FAMILY RELATIONSHIP DESTRUCTION BY FAMILY TYPE AND AGE

Abstract. This article examines the destruction of family relationships based on family type and age using various methodologies: «Family Anxiety Analysis», «Reflection Identification», «Study of Motivation for Support», «Diagnostics of Manipulative Attitudes» (according to the Bandt scale), and «Family Communication» by Y.E. Aleshina, L.Y. Gozman, E.M. Dubovskaya. The study explores differences related to family age and presents comparative analysis of empirical data. It is emphasized that each family has personal and common goals, and in achieving these, mutual support among family members and satisfaction of communication needs are crucial.

Keywords: family, relationship, reflection, family age, family type, support, difference, young family, experienced family.

Kirish. Oila inson hayotining o'zagini tashkil etib, uning farovonligida oilaviy ichki munosabatlarda o'zaro yordam alohida ahamiyatga ega bo'lib, avvalo oiladagi sog'lom muloqot oilaviy munosabatlarni yanada mustahkamlaydi. Oilaning har bir a'zosi o'zining his-tuyg'ulari, orzu-umidlari va ehtiyojlarini ifoda eta oladigan o'zaro qo'llab-quvvatlovchi muhitni talab etadi. Oila a'zolari doimo birgalikdagi muloqotga vaqt ajratishi, bir-birini diqqat bilan tinglashga va bir-birining fikrlarini hurmat qilishga ehtiyoj sezadi.[1]

Oila a'zolari o'rtasida o'zaro yordamni rivojlantirish uchun oilada mas'uliyat va vazifalarni taqsimlash, turli oila vazifalarini bajarishda mas'uliyatni kim va qanday qilib bajarishini tahlil qilib borish orqali, bir-birining topshiriqlarni bajarishga tayyor bo'lishi hamda mas'uliyatni zimmasga olish ko'nikmasi shakllangan bo'lishi lozim. Har bir oilaning shaxsiy va umumiy maqsadlari mavjud bo'lib, unga erishishda oila a'zolarining o'zaro qo'llab-quvvatlashi, ayniqsa, muhim hisoblanadi, orzu va intilishlariga erishishni rag'batlantiradi hamda oilaning barcha a'zolarida muvaffaqiyat bo'lgan ishonchni oshiradi. O'zaro hurmat

va qo'llab-quvvatlash har qanday oilada totuvlikni ta'minlashga xizmat qiladi. Bu borada, ayniqsa, oila a'zolari bir-birining his-tuyg'ulari, afzalliklari hamda ehtiyojlariga e'tibor qaratish, tafovutlarni qabul qilish va kelishmovchilik hamda fikrlar xilma-xilligini tushunish hurmat bilan muammoni hal etish oilada destruksiyaning oldini oladi.[6]

Yosh va o'rta yosh oilalarda oilaviy munosabatlar destruksiyasi omillarini o'rganish bo'yicha qo'llangan ijtimoiy psixologik so'rovnoma asosida shaxsning individualligiga xos bo'lgan turli psixologik xususiyatlarning ta'siri masalalarini tahlil qilish jarayonida «qaysarlik», «manmanlik», «agressivlik», «hasadgo'ylik», «qo'poruvchilik» kabilar eng ustun omillar ekani ma'lum bo'ldi. Ammo, bizningcha, oilaviy munosabatlar destruksiyasining kelib chiqishi faqatgina oila a'zolarining individual psixologik xususiyatlariga bog'liq bo'lishi bilan birga boshqa omillar ham bo'lishi mumkin. Jumladan oila o'zining hayotiy sikliga ega bo'lib, oila rivojlanishining alohida bosqichlari ma'lum inqirozlarni boshdan kechirilishi bilan xarakterlanadi.[2] Shuning uchun Tadqiqot ishida oilaviy munosabatlar destruksiyasi omillaridan biri sifatida oila inqirozi sabablari yaqqol namoyon bo'lishiga ko'ra tadqiqot metodikalari ko'rsatkichlarini oilaning yosh tafovutlari doirasida ham amalga oshirishni lozim deb topdik.

Tadqiqot obyekti va qo'llanilgan metodlar. Tadqiqotda oiladagi xavotirlikni tahlil qilishda oilaning yoshiga ko'ra ham xavotirlik salbiy ahamiyat kasb etishini inobatga olgan holda oiladagi xavotirlikni tahlil qilish maqsadida E.G.Eydemiller va V.Yustitskisning “Oiladagi xavotirlik tahlili” metodikasi orqali respondentlarda diagnostika amalga oshirildi.

Metodikadan olingan natijalar Mann Uitni mezon bilan taqqoslanganda birinchi aybdorlik shkalasi bo'yicha yosh oila respondentlari (N=347) va tajribaga ega oila respondentlari (N=291) natijalarida sezilarli farq kuzatildi. Aybdorlik shkalasi bo'yicha tajribaga ega oila respondentlarda yosh oila respondentlariga nisbatan yuqoriligi kuzatildi ($U=44312,000$; $p<0,01$).

1-jadval.

«Oiladagi xavotirlik tahlili» metodikasi, oilalar yoshiga bog'liq tafovutlar, (Mann Uitni mezon, N=638)

Shkalalar	O'rtacha ranglar		U	P
	Yosh oila (N=347)	Tajribaga ega oila (N=291)		
Aybdorlik	301,70	340,73	44312,000	,007**
Tashvish	324,29	313,79	48827,000	,462
Taranglik	332,43	304,09	46003,000	,044*

Izoh: * $p\leq 0,05$, ** $p\leq 0,01$

Yuqori ko'rsatkich esa o'rta yosh oila respondentlarida aybdorlik (oilalarning a'zosining oilaviy aybi) - oilada sodir bo'ladigan barcha salbiy holatlar uchun shaxs tomonidan javobgarlikni yetarli darajada his qilmasligi bilan izohlanadi.

Yosh oila respondentlarida aybdorlik shkalasida nisbatan past ko'rsatkichga ega bo'lganlik aybdorlik (oilalarning a'zosining oilaviy aybi) - oilada sodir bo'ladigan barcha salbiy holatlar uchun er va xotin tomonidan javobgarlikni keragidan ortiq darajada his qilinishi tufayli kelib chiqqanligi bilan tushuntirish mumkin.

«Oiladagi xavotirlik tahlili» metodikasining ikkinchi – tashvish shkalasida ham yosh oila respondentlar (N=347) va tajribaga ega oila respondentlar (N=291) natijalarida tafovut mavjud, biroq bu farq sezilarli darajada emas. Bu natijani barcha respondentlarda oiladagi vaziyat subyektning o'z harakatlariga bog'liq ekanini tushunishi bilan izohlash mumkin ($U=48827,000$; $p>0,05$).

«Oiladagi xavotirlik tahlili» metodikasining uchinchi taranglik shkalasida yosh oila respondentlari (N=347) va tajribaga ega oila respondentlari (N=291) natijalarida sezilarli farq kuzatildi. Taranglik shkalasi bo'yicha yosh oila respondentlarida tajribaga ega oila respondentlariga nisbatan yuqori natija kuzatildi ($U=46003,000$; $p<0,05$). Yuqori ko'rsatkichni esa respondentlarda taranglik (oilaviy taranglik) – yosh oila respondentlarida oilaviy muammolarni hal etish ko'nikmalarining yetarli darajada shakllanmagani hamda oilaga moslashish bilan bog'liq muammolar tufayli oilaviy majburiyatlarni bajarishning chorasini topishda taranglikni his qilishi bilan izohlash mumkin. Tajribaga ega respondentlarda taranglik shkalasida nisbatan past ko'rsatkichga ega bo'lganlikni taranglik (oilaviy taranglik) – oilaviy majburiyatlarni bajarish ularda vazifaga aylanib bo'lgani bilan tushuntirish mumkin.[3]

Olingan natijalar va ularning tahlili. «Disfunktional oila»larda konstruktiv munosabatlarni barqarorlashtirishda hamda ularda refleksiya, manipulyatsiya, qo'llab-quvvatlash motivatsiyasidagi nomuvofiqlik, nerv-psixik beqarorlik holatlari tufayli yuzaga kelgan oilaviy munosabatlar destruksiyasini bartaraf etishda «Konstruktiv oilaga aylanamiz!» trening dasturining samarali ekani dalillandi,

2-jadval.

«Qo'llab-quvvatlanishga nisbatan motivatsiyani o'rganish» metodikasi, oilalar yoshiga bog'liq tafovutlar, (Mann Uitni mezon, N=638)

Shkalalar	O'rtacha ranglar		U	P
	Yosh oila (N=347)	O'rta yosh oila (N=291)		
QQM	324,22	313,88	48852,000	,470

Tadqiqotda amerikalik psixologlar D.Kraun va D.Marlou tomonidan ishlab chiqilgan hamda ularning «Qo'llab-quvvatlanishga nisbatan motivatsiyani o'rganish» shkalasini bizning mahalliy muhitga moslashtirilgan «Qollab-quvvatlanishga nisbatan motivatsiyani o'rganish» metodikasi orqali oila yoshidagi tafovutlarni diagnostika ishlarini amalga oshirdik.

«Qollab-quvvatlanishga nisbatan motivatsiyani o'rganish» metodikasidan olingan natijalar Mann Uitni mezonida taqqoslanganda qo'llab-quvvatlanishga nisbatan motivatsiya shkalasiga ko'ra yosh oila respondentlari (N=347) va tajribaga ega oila respondentlari (N=291) natijalarida farq sezilarli emas ($U=48852,000$; $p > 0,05$). Ushbu ko'rsatkichni qo'llab-quvvatlanishga nisbatan motivatsiya shkalasida oilaning yosh darajalari bo'yicha respondentlarda oilaviy o'zaro munosabatlar tizimida kommunikativ akt sifatida undagi muloqadmandlik darajasining bir maromda rivojlangani holatlari bilan izohlash mumkin. Yosh oila respondentlarida qo'llab-quvvatlanishga nisbatan motivatsiyani his qilishi ulardagi muloqot jarayonida bir-biriga moslashishga yordam beradigan munosabatlar ko'rinishida namoyon bo'lsa, tajribaga ega oila respondentlarida farzandlarining tarbiyasiga qaratilgan munosabatlardagi muloqotning xususiyatlarini namoyon bo'lishi bilan izohlash mumkin.

3-jadval.

«Manipulyativ munosabat diagnostikasi» (Bant shkalasi bo'yicha) metodikasi, oilalar yoshiga bog'liq tafovutlar, Mann Uitni mezon, (N=638)

Shkalalar	O'rtacha ranglar		U	P
	Yosh oila (N=347)	O'rta yosh oila (N=291)		
Manipulativ munosabat	334,45	301,68	45302,000	,025*

Izoh: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$

Tadqiqot ishida oilada ijtimoiy munosabatlarni tahlil qilishda shaxsning eng yetakchi va nufuzli faoliyatlaridan biri - muloqot ekanini e'tiborga olgan holda yosh oila va tajribaga ega oilalarda «Manipulyativ munosabat diagnostikasi» (Bant shkalasi bo'yicha) metodikasi orqali diagnostikani ishlarini amalga oshirdik.

«Manipulyativ munosabat diagnostikasi» (Bant shkalasi bo'yicha) metodikasidan olingan natijalar Mann Uitni mezonida taqqoslanganda metodika shkalasiga ko'ra yosh oila respondentlari (N=347) va ayol respondentlar (N=291) natijalarida sezilarli farq kuzatildi. «Manipulyativ munosabat diagnostikasi» (Bant shkalasi bo'yicha) bo'yicha yosh oila respondentlarida yuqori ko'rsatkich kuzatildi ($U=45302,000$; $p < 0,05$).

Yuqori ko'rsatkich esa yosh oila respondentlarda manipulyativ munosabat yuqori ekani, ya'ni shaxsni manipulyatsiya qilish istagining yuqori ekani, bu istakning esa xatto oilaviy munosabatlarda muvaffaqiyatga erishish uchun tan olingan shart deb qabul qilinganini ifodalaydi.

Tajribaga ega oila respondentlarida manipulyativ munosabat shkalasida nisbatan past ko'rsatkichlarni oilaviy o'zaro munosabatlar tizimida erkak va ayollarning bir-biriga moslashishi, bir-birini to'g'ri tushuna olishi, muloqotda bir-birini his qilishi, ya'ni persepsiyaning yaxshi shakllangani kabi xususiyatlar bilan izohlash mumkin.

4-jadval.

Y.E.Aleshina, L.Y.Gozman, E.M.Dubovskayalarning «Oilada muloqot» metodikasi natijalari, oilalar yoshiga bog'liq tafovutlar, Mann Uitni mezoniga ko'ra, (N=638)

Shkalalar	O'rtacha ranglar		U	P
	Yosh oila (N=347)	O'rta yosh oila (N=291)		
Muloqotning ishonchliligi	320,43	318,39	50165,500	,888
Er va xotinning o'zaro bir-birini tushunishi	315,71	324,01	49175,000	,555
Qarashlarning muvofiqligi	339,93	295,14	43401,000	,001**

Oilaning umumiy belgilari	326,61	311,02	48020,000	,243
Er-xotin o'rtasida yengil muloqot	326,72	310,88	47981,500	,256
Psixoterapevtik muloqot	336,96	297,51	44083,500	,004**

Izoh: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$

Tadqiqotda oilada muloqotning xarakterini o'rganish uchun «Oilada muloqot» metodikasidan (Y.E.Aleshina, L.Y.Gozman, E.M.Dubovskaya) foydalanib diagnostika ishlarini amalga oshirdik. Mazkur metodikadan olingan natijalar Mann Uitni mezonida taqqoslanganda metodika shkalasiga ko'ra yosh oila respondentlari ($N=347$) va tajribaga ega oila respondentlari ($N=291$) natijalarida sezilarli farq kuzatildi.

Mazkur metodikaning birinchi, ikkinchi, to'rtinchi va beshinchi shkalalari bo'yicha munosabatlarda sezilarli farq kuzatilmagani bois uchinchi va oltinchi shkalalari bo'yicha tafovutlarni quyidagicha izohlaymiz. Uchinchi shkala-qarashlarning muvofiqligi shkalasida yosh oila respondentlarda tajribaga ega oila respondentlariga nisbatan ustunlik kuzatildi ($U=43401,000$; $p<0,01$). Ushbu shkaladagi ko'rsatkichga ko'ra, yosh oila respondentlar oilada muloqot masalalarida turmush o'rtog'ining qarashlariga muvofiq muomala qilishligining ustunligi kuzatildi. Shunga ko'ra, yosh oilalarda muloqot jarayonida bir-birini ko'ngliga qaraydigan, muloqotda ayash, ehtiyotkorlik bilan yondashish, o'z fikr-mulohazalarini turmush o'rtog'i gapirganda bosiqlik va yotig'i bilan tushuntira olish xususiyatlarining mavjudligi bilan izohlash mumkin.

Oltinchi shkala-psixoterapevtik muloqot shkalasida yosh oila respondentlarida tajribaga ega oila respondentlariga nisbatan ustunlik kuzatildi ($U=44083,500$; $p<0,01$). Aslida har qanday oila psixoterapevtik xususiyatga ega bo'lishi muhim. Inson o'z umriining katta qismini oilada o'tkazar ekan, muammolardan xoli bo'la olmaydi. Oilada kattalarga ishonch, turmush o'rtog'lar o'rtasidagi mehr-muhabbat va qo'llab-quvvatlashning o'zi ruhiy xotirjamlikni, himoyalanganlikni his etish imkonini berishi shubhasizdir. Yosh oila respondentlarining yuqori ko'rsatkichlarini quyidagicha izohlash mumkin. Oilaning shaxs uchun relaksatsiya va psixoterapevtik ta'siridan o'zidagi emotsional zo'rqiqlar, ruhiy tanglik, stresslarning oldini olishda yosh oila respondentlarda muloqotning o'rni ijobiy ekani bilan izohlanadi.

Xulosa. Yuqorida keltirilgan oilaviy munosabatlarni mustahkamlovchi omillar bilan birga oila a'zolarining vaqtni birgalikda sifatli o'tkazish ham muammolarni bartaraf etishga yordam beradi. Jumladan, bunda oila an'analarni yaratish, birga vaqt o'tkazish, birgalikdagi tadbirlarni tashkil etish va ularda qatnashish orqali oila a'zolari o'rtasida aloqa va munosabatlarni mustahkamlaydi. Ayniqsa, bir-birining yutuqlari va sa'y-harakatlarini e'tirof etish o'zaro yordamni rivojlantirishning omili bo'lib, oila a'zolarining bir-biriga minnatdorchilik bildirishi va qo'llab-quvvatlashi, rag'batlantirish, oila a'zosining yutuqlarini qadrlash, ularni ilhomlantirish muhitini yaratish aloqalarni yanada mustahkamlaydi.

Darhaqiqat, oilaviy hayot moslashuvchanlikni hamda o'zgarishni va o'zgarishlarga moslashishni talab qilib, o'zgarishlarga ochiq va murosaga tayyor bo'lish, vujudga kelgan yangi vaziyatlarga moslashish va birgalikda yechim topish qobiliyati o'zaro yordam va birlikni ta'minlashga yordam beradi. Oilada o'zaro qo'llab, quvvatlash, refleksiyaning rivojlantirish o'zaro e'tibor va alohida harakatlarni talab qilish bilan birga muloqotda ochiqlik, turli maqsadlarga erishishda o'zaro qo'llab-quvvatlash orqali amalga oshadi [5] Oilada o'zaro hurmat, bag'rikenglik, o'zaro qabul qilish hamda muhitga moslasha olish oila a'zolarida baxtni his qilishga yordam beradi. Mazkur fazilatlarini yanada rivojlantirish har bir oila a'zosining zarur energiyani va kuch quvvatni sarflashga tayyor bo'lishi oilaviy munosabatlarni konstruktiv fonga ega bo'lishini ta'minlaydi.

Adabiyotlar:

1. Соғинов Н., Усмонов Э.Ш. Ёш ўзбек oilalarida юзага келадиган эр-хотин низоларининг психологик хусусиятлари. // Ўзбек oilасининг этнопсихологик муаммолари. Респ. илмий амалий анжум. маъруз. қисқ. баёни. – Т., 1993. – 49-51 б.
2. Ташёва А.И. Особенности психологической коррекции деструктивных взаимоотношений в семье. //Личность в деятельности и общении. – Ростов-на-Дону, 1997. –С.248-262.
3. Шарафутдинова Х.Г., Нормуминова Д.Э. Преодоление тревожности с помощью когнитивно-поведенческой психотерапии, “Педагогическое образование и наука”, 2020. №1, стр.124-128
4. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. – М., 2000. с. 19, 98-101, 216- 220
5. Файзиева М.Х. Оила барқарорлигига шахслараро муносабатлар таъсирининг ижтимоий-психологик хусусиятлари.: Психол. фан. номзоди. ... дис.: 19.00.05. – Т.: ТДПУ, 2005. – 146 б.
6. Харчев А.Г. Современная семья и ее проблемы / А.Г.Харчев, М.С.Мацковский. –М.: Сфера, 2008. – 246 с.

№		bet
		стр
		page
1	Abduqahhorova Shahnoza Abdurasul qizi	3
	Emotsional-frustratsion xususiyatlar tushunchasining psixologik tabiati	
	Психологическая природа понятия «Эмоционально-фрустрационные свойства»	
	The psychological nature of the concept of emotional-frustrating properties	
2	Almardanova Salomat Bobonazarovna	9
	Oliy ta'lim muassasasi pedagoglari innovatsion faoliyatida koping strategiyaning ijtimoiy psixologik xususiyatlari	
	Социально-психологические особенности копинг-стратегий преподавателей вузов в инновационной деятельности	
	Social psychological features of the coping strategy of higher educational institution teachers in innovation activities	
3	Axmatova Zilola Egamkulovna	13
	Emotsional intellekt rivojlanishiga ta'sir etuvchi tarbiyaviy psixologik omillar	
	Воспитательно-психологические факторы, влияющие на развитие эмоционального интеллекта	
	Educational psychological factors that affect the development of emotional intelligence	
4	Bakirov Eldorbek Valijon o'g'li	18
	Eksperimental kompetensiya tushunchasi va uni talabalarda shakllantirishning nazariy asoslari	
	Понятие экспериментальной компетенции и теоретические основы её формирования у студентов	
	The concept of experimental competence and theoretical foundations of its formation in students	
5	Beknazarova Shafoat Tursunpo'latovna	24
	OIV/OITS bilan kasallangan bemorlar psixologik adaptatsiyasi va rehabilitatsiyasi xorijiy tadqiqotlarda	
	Зарубежные исследования психологической адаптации и реабилитации пациентов, больных ВИЧ/СПИД	
	Foreign studies on the psychological adaptation and rehabilitation of patients with HIV/AIDS	
6	Azizova Fotima Nig'matjon qizi	31
	Albinizm kasalligi bilan xastalangan bolalarning emotsional holatlari	
	Эмоциональное состояние детей с альбинизмом	

	Emotional conditions of children with albinism	
	<i>Bosimov Bobur Ismatilla o'g'li</i>	36
	Probatsiya nazoratidagi shaxslarda emotsional boshqaruvning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	
7	Социально-психологические особенности управления эмоциями у лиц, находящихся под пробационным контролем	
	Social-psychological features of emotional management in persons under probation control	
	<i>Ergasheva Gullolaxon Nosirjon qizi</i>	41
	O'smir jinoyatchilarda destruktiv xulq-atvorni bartaraf etishda psixologik himoya mexanizmlarining roli	
8	Роль психологических защитных механизмов в преодолении деструктивного поведения у несовершеннолетних правонарушителей	
	The role of psychological defense mechanisms in eliminating destructive behavior among juvenile offenders	
	<i>Eshnayev Nortoji Jumayevich</i>	49
	Innovatsion ta'lim muhitida talabalar faoliyatini tashkil etishning psixologik-pedagogik sharoitlari	
9	Психолого-педагогические условия организации деятельности студентов в инновационной образовательной среде	
	Psychological and pedagogical conditions for organizing students' activities in an innovative educational environment	
	<i>Fayzullayeva Gulrux Jumaniyozovna</i>	54
	Oilaviy munosabatlar mustahkamligiga psixologik yetuklikning bog'liqligi	
10	Зависимость устойчивости семейных отношений от психологической зрелости	
	The relationship between psychological maturity and the stability of family relations	
	<i>Haydarova Sarvinoz Saydullayevna</i>	59
	Talabalarning o'zini baholashi va temperamentining guruhdagi ijtimoiy mavqeyiga ta'siri	
11	Влияние самооценки и темперамента студентов на их социальный статус в группе	
	The impact of students' self-assessment and temperament on their social position in the group	
	<i>Ibodova Gulimehr Inoyat qizi</i>	63
	O'spirinlik davrida kiberbullingning psixologik oqibatlari va oldini olish strategiyalari	
12	Психологические последствия кибербуллинга в подростковом возрасте и стратегии его профилактики	

	Psychological consequences of cyberbullying in adolescence and prevention strategies	
13	<i>Irxanova Nurjamol Abdushukurovna</i>	68
	Ixtisoslashtirilgan ta'lim muassasalari o'qituvchilarining stress boshqaruvi va emotsional intellekt darajasi o'rtasidagi bog'liqlik	
	Связь между уровнем эмоционального интеллекта и управлением стрессом у учителей специализированных образовательных учреждений	
	Relationship between the level of emotional intelligence and stress management of teachers of specialized educational institutions	
14	<i>Javlijev Bekzod Xudoyberdiyevich</i>	73
	Shaxsda destruktiv diniy axborotlardan saqlanishning psixologik ilmiy-nazariy tahlili	
	Психологический научно-теоретический анализ защиты личности от деструктивной религиозной информации	
	Psychological scientific and theoretical analysis of protection against destructive religious information in individuals	
15	<i>Mamatrayimov Jumanazar Mamatmurod o'g'li</i>	79
	Ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar ongiga destruktiv diniy g'oyalarni singdirishdagi roli va unga qarshi kurashish strategiyalari	
	Роль социальных сетей в привитии деструктивных религиозных идей в умы подростков и стратегии борьбы с ними	
	The role of social networks in imparting destructive religious ideas to adolescent minds and strategies to counter it	
16	<i>Mansurova Yulduz Jamshid qizi</i>	86
	Improving access to psychological treatments	
	Повышение доступа к психологическому лечению	
	Psixologik davolash usullaridan foydalanish imkoniyatlarini kengaytirish	
17	<i>Мустафаева Дилноза Қаям қизи</i>	91
	Влияние взаимоотношений учителей и родителей на психологическое развитие детей младшего школьного возраста	
	The influence of relationships between teachers and parents on the psychological development of primary school children	
	Boshlang'ich maktab bolalarining psixologik rivojlanishiga o'qituvchilar va ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarning ta'siri	
18	<i>Narkulov Xusan Ismoilovich</i>	96
	Psixologik bilimlarning oilaviy munosabatlar mustahkamligidagi o'rni	

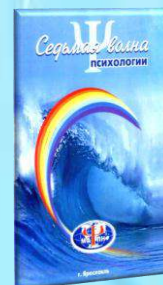
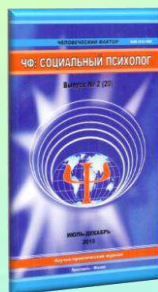
	Роль психологических знаний в прочности семейных отношений	
	The role of psychological knowledge in the strength of family relationships	
19	<i>Obidova Dilnoza Maqsud qizi</i>	100
	Refleksiv tafakkurning zamonaviy psixologiyada o'rganilishi	
	Изучение рефлексивного мышления в современной психологии	
	The study of reflective thinking in modern psychology	
20	<i>Polvanov Rasulbek Baxtiyarovich</i>	105
	Zamonaviy Maugli sindromi diagnostikasi internet qaramligi fonida identitet diffuziyasi va psixokorreksiya imkoniyatlari	
	Современный синдром Маугли: диагностика на фоне интернет-зависимости, диффузия идентичности и возможности психокоррекции	
	Modern Mowgli syndrome: diagnosis amid internet addiction, identity diffusion, and psychocorrection possibilities	
21	<i>Polvanova Dilrabo Tagaymuratovna</i>	109
	Yoshlarda kiberbulling tahdididan himoyalanish ko'nikmalarni shakllantirishga oid trening dasturlarini tuzish bo'yicha metodik ko'rsatmalar	
	Методические указания по разработке программы обучения для формирования навыков защиты молодых людей от угроз кибербуллинга	
	Guidelines for developing a training program to develop skills to protect young people from cyberbullying threats	
22	<i>Qodirova Yulduz Yunusjon qizi</i>	115
	Yetakchilik fazilatlari va rahbarlik uslublari	
	Лидерские качества и стили руководства	
	Leadership qualities and leadership styles	
23	<i>Razakov Farxod Kuvondikovich</i>	120
	Talabalarda prokrastinatsiya va uning mustaqil ta'lim samaradorligiga ta'siri	
	Прокрастинация у студентов и её влияние на эффективность самостоятельного обучения	
	Procrastination in students and its impact on independent learning efficiency	
24	<i>Rustamova Mo'tabar Ravshanovna</i>	125
	Noto'liq oilalarda ona va farzandlar o'rtasidagi munosabatlarning psixologik jabhalari	
	Психологические аспекты взаимоотношений матерей с детьми в неполных семьях	
	Psychological aspects of relationships between mothers and children in incomplete families	

25	Saidvaliyeva Madinaxon Fazliddin qizi	132
	Oilada o'smir bolalar ijodiy tafakkuri shakllanishining gender xususiyatlari	
	Гендерные особенности формирования творческого мышления детей-подростков в семье	
	Gender-specific features of the formation of creative thinking of adolescent children in the family	
26	Sattorova Maxliyo Dilmurod qizi	136
	Pedagoglarda tolerantlik tiplarining namoyon bo'lishi	
	Проявление типов толерантности у педагогов	
	Manifestation of types of tolerance among teachers	
27	Shamayeva Muxabbat Baratovna	140
	O'zbek ayollarining oilaga qadriyatli munosabati	
	Ценностное отношение узбекских женщин к семье	
	Uzbek women's valuable attitude towards the family	
28	Sharafitdinov Abdulla	144
	O'smirlik davrida empatiya va emotsional bilimdonlik namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari	
	Психологические особенности проявления эмпатии и эмоционального интеллекта в подростковом возрасте	
	Psychological characteristics of the manifestation of empathy and emotional intelligence during adolescence	
29	Sharafutdinova Xadichaxon Gulyamutdinovna	149
	Oilaviy munosabatlar destruksiyasining oila tipi va yoshiga ko'ra tahlili	
	Анализ деструкции семейных отношений в зависимости от типа и возраста семьи	
	Analysis of family relationship destruction by family type and age	



Bizning yangilangan saytimizga tashrif buyuring
BUXDU.UZ

Saytimizda maqolalarni o'qishingiz va ularni elektron nusxasini yuklab olishingiz mumkin



PSIXOLOGIYA ilmiy jurnal 3-son (63) Buxoro – 2025. 157 b. PSIXOLOGIYA научный журнал. Выпуск 3. (63) Бухара – 2025. – 157 с.	Jurnal O'zbekiston psixologlarining BuxDU muassisligidagi nashri hisoblanadi. Jurnalning nashr sifati uchun bosmaxona javobgar. OBUNA INDEKSI 3062	Jurnal tahririyat kompyuterida sahifalandi. Bosishga ruxsat etildi Qog'oz bichimi 60x84, 1/8 Tezkor bosma usulda bosildi. Shartli bosma tabog'i - 28 Buyurtma №123. Adadi – 50 Bahosi kelishilgan narxda. “BUKHARAHAMD PRINT” MCHJ bosmaxonasida chop etildi. Bosmaxona manzili: Buxoro sh. Buxoriy ko'chasi, 190-uy.
--	---	---

*Jurnal O'zbekiston Respublikasi
Vazirlar Mahkamasi huzuridagi OAK
Rayosatining 2013-yil 26-dekabrdagi
201/3-sonli qarori bilan psixologiya
fanlari bo'yicha dissertatsiya ishlari
ilmiy natijalari yuzasidan ilmiy
maqolalar chop etilishi lozim bo'lgan
ilmiy jurnallar ro'yxatiga kiritilgan.*

ISSN 2181-5291

