

ISSN 2181-5291

PSIXOLOGIYA

ILMIY JURNAL

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

SCIENTIFIC JOURNAL

№ 1, 2026

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

1-son 2026-yil. * Выпуск 1. 2026 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 1: 2026

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)



*Xudayberdiyeva Nilufar Xasan qizi,
"Jahon school" maktabi psixologi
nilufar-muradova@mail.ru*

THEORETICAL BASIS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND SOCIAL-PSYCHOLOGICAL PROPERTIES OF PERSONALITY

Abstract. The pursuit of well-being and positive activity is one of the main driving forces of society, and the problem of its acquisition and maintenance occupies an important place in psychological research. Today's various economic pressures, information flow, high work pressure and a number of other factors have a negative impact on psychological health. A high level of psychological well-being allows a person to overcome stress, maintain stable emotional balance, engage in active and productive activities, and improve physical health and quality of life. From this perspective, the study of psychological well-being and socio-psychological characteristics of an individual is also an indication of the relevance of this topic.

Keywords: psychological well-being, positive relationships with others, self-acceptance, autonomy, competence, social well-being, positive relationships.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. Стремление к благополучию и позитивной активности является одной из основных движущих сил общества, а проблема его достижения и поддержания занимает важное место в психологических исследованиях. Современные экономические трудности, поток информации, высокая рабочая нагрузка и ряд других факторов негативно влияют на психологическое здоровье. Высокий уровень психологического благополучия позволяет человеку преодолевать стресс, поддерживать устойчивое эмоциональное равновесие, заниматься активной и продуктивной деятельностью, улучшать физическое здоровье и качество жизни. С этой точки зрения изучение психологического благополучия и социально-психологических особенностей личности также свидетельствует об актуальности данной темы.

Ключевые слова: психологическое благополучие, позитивные отношения с другими, самопринятие, автономность, компетентность, социальное благополучие, позитивные отношения.

SHAXSNING PSIXOLOGIK FAROVONLIGI VA IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARINING NAZARIY ASOSLARI

Annotatsiya. Farovonlik va ijobiy faoliyatga intilish jamiyatining asosiy harakatlantiruvchi kuchlaridan biri bo'lib, uni egallash va saqlash muammosi psixologik tadqiqotlarda muhim o'rin tutadi. Bugungi kundagi turli iqtisodiy bosimlar, axborot oqimi, ishdagi yuqori bosim va boshqa bir qator omillar psixologik salomatlikka salbiy ta'sirini o'tkazib kelmoqda. Yuqori psixologik farovonlik darajasi insonga stressni yengish, hissiy muvozanatni barqaror saqlash, faol va samarali faoliyat olib borishiga, jismoniy salomatligi hamda hayot sifatini yaxshilanishiga sabab bo'ladi. Ana shu nuqtayi nazardan yondashadigan bo'lsak, shaxsning psixologik farovonligi va ijtimoiy psixologik xusiyatlarini o'rganish ham bu mavzuning dolzarbligidan dalolatdir.

Kalit so'zlar: psixologik farovonlik, boshqalar bilan ijobiy munosabatlar, o'zini o'zi qabul qilish, avtonomiya, kompetentsiya, ijtimoiy farovonlik, o'smirlik davrida ruhiy salomatlik.

Kirish "Psixologik farovonlik" tushunchasi insonning ichki dunyosining farovonlik tajribasini belgilovchi holati va xususiyatlarini, shuningdek, vaziyatli farovonlikni keltirib chiqaradigan va ko'rsatadigan xatti-harakatlarini tavsiflaydi. Bu ichki dunyoqarash, uslub va turmush tarzi bilan qanday shaxsiy xususiyatlar bog'liq? Bu savolga javob murakkabroq, chunki turli tadqiqotchilar, hatto o'xshash shaxsiy xususiyatlarni tavsiflashda ham, ko'pincha turli tushunchalar va turli lug'atlardan foydalanadilar.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. K.Riff psixologik farovonlikning asosiy komponentlari sifatida quyidagilarni aniqladi: boshqalar bilan ijobiy munosabatlar, o'zini o'zi qabul qilish (o'zini va hayotini ijobiy baholash), avtonomiya (o'z e'tiqodiga amal qilish qobiliyati), kompetentsiya (atrof-muhitni nazorat qilish, o'z hayotini samarali boshqarish qobiliyati), hayot yo'nalishi va mazmunini beruvchi maqsadlarning mavjudligi, doimiy rivojlanish va o'zini o'zi anglash hissi sifatida shaxsiy o'sish. Taxminan xuddi shunday ro'yxatni

boshqa tushunchalarda shakllantirish mumkin, chunki psixologik farovonlik o'ziga ishonch, o'zini munosib hurmat qilish, hayotga ijobiy qarash, xayrixohlik, xushmuomalalik va hissiy barqarorlik kabi shaxsiy xususiyatlar bilan bog'liq. "Psixologik farovonlik" tushunchasi ruhiy salomatlik, hayot mazmuni kabi tushunchalar bilan, ma'lum darajada "shaxsiy adekvatlik" tushunchasi bilan, oz darajada esa "ruhiy salomatlik" tushunchasi bilan chambarchas bog'liqdir.

Tadqiqotchilar psixologik farovonlikni qanchalik xilma-xil ta'riflashmasin, eng muhim savol bu qanday o'lchanishidir. P.Fesenkoning tadqiqotiga ko'ra, u obyektiv ko'rsatkichlar yoki oqilona baholash bilan emas, balki o'z hayotiga oid his-tuyg'ular va his-tuyg'ularning hissiy ranglanishi bilan bog'lagan. [1] "Haqiqiy psixologik farovonlikning past darajasi salbiy ta'sirning ustunligi (o'z baxtsizligining umumiy hissi, o'z hayotidan noroziligi), yuqori darajasi esa ijobiy ta'sirning ustunligi (o'z hayotidan qoniqish hissi, baxt) bilan belgilanadi. "Psixologik farovonlik" tushunchasi o'z navbatida ikkita atama bilan belgilanadi: "psixologik" va "farovonlik". Farovonlik - bu odamning hayotini boshqalar, yaqinlari va o'zi oldida ijobiy tavsiflovchi barcha narsaga ega bo'lgan holati yoki obyektiv holati. Farovonlik - insonning manfaatlarga ega bo'lishi. Inson tomonidan olinadigan imtiyozlar turli xil narsalar va sharoitlarni, eng keng doiradagi imtiyozlarni o'z ichiga olishi mumkin: o'zi va yaqinlarining salomatligi, moddiy farovonligi, boshqa odamlar bilan yaxshi munosabatlar va hatto yashash joyidagi yaxshi ob-havo. Ijtimoiy farovonlik ijtimoiy nafaqalar doirasini olishni anglatadi va odatda do'stlar va sevimli kishiga ega bo'lish, yaxshi ish, sevimli mashg'ulotlariga ega bo'lish imkoniyati, sog'liq, ta'lim va umumiy hayot darajasi bilan bog'liq bo'lib, u hech bo'lmaganda umumiy darajaga teng.

"Psixologik farovonlik" iborasi nimani anglatadi? "Psixologik" keng tarqalgan tushuncha sifatida uchta asosiy so'z bilan belgilanadi: ichki, noratsional va vaziyat. "Psixologik" deganda insonning ichki dunyosi tushuniladi, lekin u butunlay oqilona bo'lmagan, qat'iy mantiqiy tasvirlab bo'lmaydigan yoki aql va maqsadga muvofiqlik chegarasidan tashqariga chiqadigan ichki dunyodir.

Psixologik farovonlik ruhiy kasalliklarni, ya'ni beqaror, tushkunlik yoki to'g'ridan-to'g'ri yomon kayfiyatni, salbiy holatga tushib qolish qulayligini va undan tiklanish qiyinligini istisno qiladi. Xafagarchilik, qo'rquv, asabiylashish, charchoq, hayotiy stressga dosh berolmaslik bular ruhiy iztirobning xususiyatlari. Past emotsional ohang, dushmanlik, hayotga qiziqish yo'qligi, psixosomatika va nosog'lom psixologik himoya turi ruhiy salomatlik zaiflashuvining belgilaridir. [2] P.Fesenko shunday deb yozadi: "Shaxs psixologiyasidagi mavjud tadqiqotlar bu savolga aniq javob bermaydi", ammo o'z tadqiqotlariga asoslanib, muallif hayotning ma'nosi va shaxsning psixologik farovonligi bir-biri bilan bevosita va sezilarli darajada bog'liqligini ta'kidlaydi. Uning ma'lumotlariga ko'ra, "psixologik farovonlikning barcha tarkibiy qismlari to'g'ridan-to'g'ri hayotdagi mazmunlilik darajasi va hayotdagi yo'nalishlar bilan bog'liq". P.Fesenko shunday deb yozadi: «Ruhiy salomatlik va hayot sifati tushunchalaridan farqli o'laroq, psixologik farovonlik har qanday ruhiy yoki jismoniy kasalliklarning mavjudligi yoki yo'qligi bilan bevosita bog'liq emas». Psixologik farovonlik konsepsiyasi ijobiy ruhiy salomatlik konsepsiyasidan farq qiladi, chunki u nafaqat o'zini-o'zi anglash aspektiga, balki shaxs tomonidan qanday qabul qilinishiga ham qiziqadi, insonning o'zidan va uning atrofidan qoniqish tajribasiga e'tibor beradi.

Olimlar nafaqat psixologik farovonlik nima ekanligini va u qanday namoyon bo'lishini, balki u nimaga bog'liqligini ham aniqlashga qaratilgan ko'plab tadqiqotlar mavjud subyektiv farovonlik, hayotdan qoniqish va baxt hissi kabi boshqa toifalarga qanday munosabatda bo'lishiga e'tibor qaratishgan. [3] Shuni ta'kidlash kerakki, shaxsning psixologik farovonligi kategoriyasi psixologiyaning gumanistik yo'nalishi nazariyalarida (A.Maslou, K.Rojers, V.Frankl) vujudga kelgan va keyinchalik alohida yo'nalish - ekzistensial (J.Bugental, A.Langle, R.Mey) sifatida paydo bo'lgan ijobiy inson faoliyati tushunchasi bilan chambarchas bog'liq. Uning asosi insonning o'zini o'zi rivojlantirish va o'zini o'zi amalga oshirishga doimiy ehtiyoji va qobiliyati to'g'risidagi tezis bo'lib, uni amalga oshirish darajasiga qarab, u o'zining psixologik yaxlitligini va hayotdan qoniqishini his qiladi.

Psixologik farovonlik, bir nechta ta'riflarni umimlashtirish uchun insonning ijobiy faoliyati darajasini tavsiflovchi ko'p komponentli hodisa sifatida qaraladi. Ijobiy his-tuyg'ularning ustunligi, subyektiv shaxsiy uyg'unlik hissi, baxt, hayotdan va o'z yutuqlaridan qoniqish hissi bilan simptomatik tarzda belgilanadigan o'z salohiyatini ro'yobga chiqarishdir. [4] Bugungi kunga kelib, psixologik farovonlikning tuzilishi haqida ma'lumotlar olingan (L.V. Jukovskaya, L.V. Kulikov, K. Riff) K. Riffning shaxsning psixologik farovonligining umumiy darajasini belgilovchi anketasi moslashtirilgan (L.V. Jukovskaya va E.G. Troshixina), psixologik farovonlik va ayollarning ota-ona munosabatlari (L.V. Jukovskaya), o'z-o'zini namoyon qilish (S.P. Puchkova), hayotning mazmuni (P.P. Fesenko) va ijtimoiy faollik (R.M. Shamionov) o'rtasida sezilarli aloqalar o'rnatildi. Ekstremal hayot faoliyati sharoitida psixologik farovonlikning xususiyatlari (O.S. Shiryayeva), psixologik farovonlik tajribasidagi yosh farqlari (A.V. Voronina), shaxsning psixologik farovonligini aniqlash yondashuvlarini tasniflash bo'yicha nazariy ishlanmalar davom etmoqda

(A.E.Sozontov, R.M.Shamionov), psixologik farovonlikni o'rganish va shakllantirish modeli taklif qilindi (O.A.Idobaeva). Biroq psixologik farovonlik konsepsiyasini ishlab chiqish asoschilari (N. Bredbern, E. Dinner, K. Riff) tomonidan G'arb tadqiqotlariga asoslanib, individual farovonlikka erishish parametrlarini markazga qo'yadigan zamonaviy pozitiv psixologiya (I. Boniwell, P. Vong, B. Robins, M. Seligman, X. Friedman) va farovonlik psixoterapiyasining so'ngi empirik natijalari shuni ko'rsatadiki, farovonlikning aniqlangan tarkibiy qismlari orasida ushbu komponentlarning shaxsning turli ijtimoiy-psixologik xususiyatlari bilan, shaxsning ijtimoiy munosabatlar tizimi bilan aloqasi, (A.Jiovani, K.Ruini, K.Salageym, A.Fava) uning ijtimoiy munosabatlari konteksti bu qadar batafsil ko'rib chiqilmaydi. Psixologik farovonlik tuzilishidagi "ijobiy munosabatlar" haqida gapirganda, K. Riff va uning izdoshlari ijtimoiy aloqa o'rnatish qobiliyatini, yaqin ijtimoiy doiraning mavjudligini nazarda tutadi va shu bilan birga, ular odatda o'zaro ta'sir doirasini, shaxsiyat rivojlanishining ijtimoiy kontekstini hisobga olmaydilar. Shaxs va jamiyat rivojlanishining o'zaro bog'liqligini anglatmaydi. (A.Jiovani, K.Ruini, K.Salageym, A.Fava)

Olingan natijalar va ularning tahlili. Bolada miyaning mukofot istovchi tizimi erta rivojlanadi, ammo uning istakni tiyish, sabr qilish va rujuga qarshilik uchun muhim bo'lgan sohasi old qismi frontal cortex taxminan 25 yoshgacha to'la shakllanmaydi. O'smirlar davri ulg'ayishdagi eng nozik palla. Jinsiy balog'at arafasidagi o'smir ko'pincha ijtimoiy zaif, tengqurlari bosimiga chidamsiz bo'lib, jamiyat e'tirofini qozontiruvchi har qanday ishga oson beriladi. Biz o'smirlarga tamaki yoki spirtli ichimlik sotib olishga, qimor o'ynashga ruhsat bermaymiz. O'smirlar uchun ijtimoiy tarmoqlar xavfi kattalarnikiga nisbatan ancha yuqori, nafi esa ancha oz.

Bolani me'yordan ortiq avaylash, ularning real hayotdagi mustaqilligini cheklash-niyat ezgu bo'lsa ham, halokatli o'zgarishdir. Bolaning to'laqonli ulg'ayishi uchun erkin o'yin juda ahamiyatli. O'yin paytida yuzaga keladigan kichik qiyinchiliklar va muvaffaqiyatsizliklar bolani kelgusidagi yanada kattaroq sinovlarga tayyorlaydi.

"Jamoaviy harakat muammolari"ni taqdid etayotgan jamiyatshunos olimlarga ko'ra, odam bir o'zi harakat qilganda kata qiyinchiliklarga duch keladi, ammo odamlar o'zaro muvofiq va birgalikda harakat qilsa, uzoq muddatda barchaga manfaatli ishlarning uddasidan chiqadi.

2017-yilga kelib aksar mamlakatlarda ta'lim darajasi, ijtimoiy sinfi va irqidan qat'iy nazar, barcha o'smirlarda tushkunlik va halovatsizlik ko'paygani ayon bo'ldi. O'rta hisobda 1996-yil va undan keyingi tug'ilganlarning ruhiy holati bir necha yil avval tug'ilganlardan farq qilardi. [5]

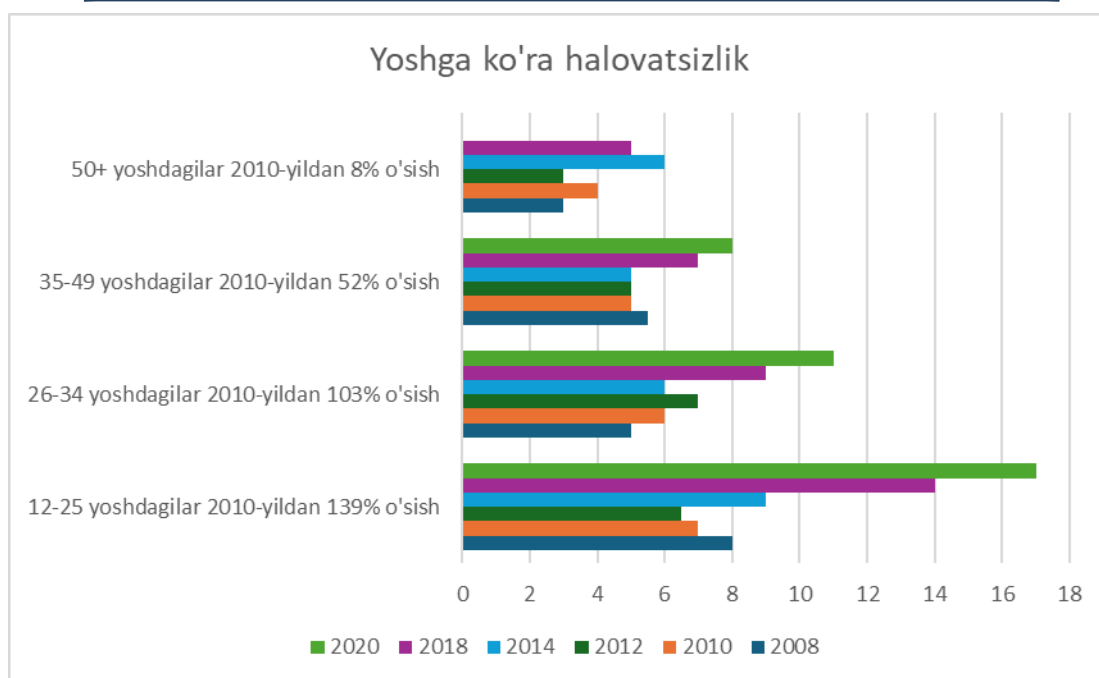
Biz "Atlantic" jurnalida e'lon qilingan maqolamizni xuddi shu nomdagi kitobga aylantirishga qaror qildik. Unda biz ushbu ruhiy inqiroz sabablarini Jean Twenge'ning 2017-yilda nashr etilgan "iGen" kitobidan ilhomlanib tahlil qildik. Biroq o'sha paytda deyarli barcha dalillar korrelatsion edi: iPhone olgan o'smirlarda tushkunlik chuqurlashayotgan edi. Smartfondan eng ko'p foydalana olayotkanlar eng tushkunlar, sport jamoalari yoki diniy jamoalardagi kabi yuzma-yuz muloqotda ko'proq bo'lganlar esa eng sog'lomlar edi. [5]

2000-yillarda o'smirlar orasida yaqinlashib kelayotgan ruhiy salomatlik inqirozi alomatlarini deyarli kuzatilmagan edi. Ammo 2010-yillar boshlarida vaziyat to'satdan o'zgardi. Har bir ruhiy kasallikning sabablari murakkab: ular genetik omillar, bolalikda boshdan o'tgan tajriba va ijtimoiy muhit ta'sirining o'ziga xos aralashmasidan iborat.

Turli davlatlarda o'smirlar orasida halovatsizlik va depressiya bir vaqtda ortgan bu jarayon ortida nima turgan edi? O'smirlarning ruhiy salomatligiga oid qo'shimcha ma'lumotlarni o'rganar ekanmiz, bu jumboqni yechishga yordam beruvchi muhim ishoralarni topdik. Birinchi muhim ishora-o'sish asosan halovatsizlik va depressiyaga daxldor ruhiy buzilishlarda kuzatilgan. Bu turdagi muammolar psixiatriyada "ichga yo'nalgan buzilishlar" (internalizing disorders) deb tasniflangan. Bunday buzilishlar odatda insonning ruhiy zo'riqishni o'z ichida kechirishiga xos bo'ladi: halovatsizlik, qo'rquv, g'am-g'ussa, umidsizlik kabi tuyg'ular bilan yuzaga chiqadi. Ichga yo'nalgan buzilishga chalingan odam ko'pincha xayolchan, ijtimoiy munosabatlardan chetlashishga moyil bo'ladi.

Aksincha, "tashqariga yo'nalgan buzilishlar"da (externalizing disorders) esa inson ruhiy zo'riqishni tashqi muhitga-ya'ni atrofdagilarga qaratish orqali ifodalaydi. Bunday holatlarga xulq buzilishi, g'azabni boshqara olmaslik, zo'ravonlikka moyillik va haddan tashqari tavakkalchilik kiradi. Yoshi, madaniyati yoki mamlakatidan qat'i nazar, qizlar va ayollar ichga yo'nalgan buzilishlarga, o'g'il bolalar va erkaklar esa tashqariga yo'nalgan buzilishlarga ko'proq moyil bo'lishadi. [6]

Halovatsizlik qo'rquvga aloqador, ammo ayni narsa emas. Psixatrik tashxis qo'llanmasida (DSM-5-TR) qo'rquv "haqiqiy yoki hayoliy kutilayotgan tahdidga beriladigan hissiy javob" sifatida, halovatsizlik esa "kelajakdagi tahdiddan xavotirga tushish holati" deb ta'riflanadi. [7] Ikkalasi ham voqelikka nisbatan normal reaksiyadir, biroq ularning kuchayib, me'yordan oshishi ruhiy buzilishlarga olib kelishi mumkin.



1-jadval. Halovatsizlikdan shikoyat qilgan kattalar foizi. [AQSH giyohvand moddalar iste'moli va sog'liq bo'yicha milliy so'rovnoma-NSDUH]

Halovatsizlik va unga aloqador ruhiy buzilishlar bugungi yoshlar orasida eng keng tarqalgan muammolardan biriga aylanmoqda. 1-jadvaldagi turli ruhiy salomatlik tashxislarini tahlil qilsak, Viskonsin shtatida 2022-yilda 37 mingdan ortiq yuqori sinf o'quvchilari o'rtasida o'tqizilgan tadqiqotga ko'ra, 2012 yilda 34% bo'lgan halovatsizlik darajasi 2018-yilga kelib 44% ga yetgan. Universitet talabalari o'rtasida 2023 yilda o'tqizilgan so'rov natijalariga ko'ra, talabalarning 37% o'zini “doim” yoki “ko'pincha” halovatsiz his qilishini bildirgan. Yana 31% esa “ko'proq vaqt” davomida o'zini noxush his qilgan. Bu esa talabalarning atigi uchdan bir qismigina gohida yoki umuman o'zini halovatsiz his qilmasligini anglatadi.

Qo'rquv esa, ehtimol tirik qolish uchun eng muhim hislardan biri. Yirtqichlar hukmron olamda havfga chaqqon javob qaytara olgan jonivorlar yashab qolgan va avlod qoldirgan. Tahdidni darhol anglab, zudlik bilan reaksiya berish shu qadar muhimki, ba'zida sutemizuvchilar miyasi ko'zdan uzatilayotgan signal hali ko'rish markazlariga yetmasdan qo'rquv reaksiyasini faollashtirib yuboradi. Shu bois ba'zida qo'rquv to'liqini avvalroq his qilamiz, masalan, yaqinlashyotgan mashinani hali ko'rmasdan chetga sakrab hayotimizni saqlab qolamiz. Qo'rquv-havfni sezish va unga tez javob berish tizimiga ulangan ogohlantiruvchi “qo'ng'iroq”dir, xavf o'tgach bu “qo'ng'iroq” ham to'xtaydi, stress gormonlari asta kamayadi va qo'rquv hissi pasayadi.

Muhokama. Qo'rquv xavf yuzaga kelganda javob qaytarish tizimini to'liq faollashtiradi, halovatsizlik esa tahdid ehtimoli fahmlanganda ushbu tizimning faqat ayrim qismlarini ishga solidi. Haqiqatan, xatar yuzaga kelishi mumkin bo'lgan vaziyatda odamning bezovta bo'lishi va hushyor bo'lishi va hushyor tortishi tabiiy. Biroq ogohlik qo'ng'irog'imiz hech qanday havf bo'lmasa ham doimiy faollashaversa, bu bizni zo'riqish holatida ushlab turadi. Ana shu tarzda oddiy va o'tkinchi bezovtalik asta-sekin halovatsizlik xastaligiga aylanadi. Shuningdek, ogohlantiruvchi tizimimiz faqat jismoniy havflarga emas, balki ijtimoiy tahdidlarga ham javob berish uchun shakllanganini unutmaslik kerak. Halovatsizlik ong va tanaga turlicha ta'sir ko'rsatadi: u ko'pchilikda mushaklar tarangligi, qorin yoki ko'krak sohasidagi og'riq tarzida namoyon bo'ladi. Hissiy jihatdan esa, bu holat vahima, xavotir va vaqt o'tishi bilan holsizlik ko'rinishida kechadi. Kognitiv jihatdan olganda, halovatsizlik insonning tiniq fikrlash qobiliyatini susaytiradi, xayolga berilish, muammolarni bo'rttirish, vahimachilik, haddan tashqari umumlashtirish va “oq-qora” fikrlash kabi buzilgan tafakkur shakllarini yuzaga keltiradi. [8]

Xulosa. Psixologik farovonlik va uning determinantlarini tahlil qilganda, biz uning shaxsning ijtimoiy-psixologik xususiyatlariga, insonning boshqa odamlar, dunyo va o'zi bilan munosabatlarini belgilaydigan parametrlarga qanday bog'liqligini tushunishimiz kerak. Shunday qilib, tadqiqot muammosi shundaki, psixologik va subyektiv farovonlikning ko'plab nazariy va empirik tadqiqotlari orasida (xorijiy an'analarda) shaxsning ijobiy faoliyatini tavsiflovchi qarama-qarshiliklarni hal qilish yo'llarini topishdir. Uning uyğun o'zini o'zi anglash darajasi (maishiy tadqiqotlarda), insonning dunyo va boshqa odamlar bilan ko'p sonli munosabatlarining butun majmuasi va barcha xilma-xilligi kontekstida farovonlikni ochib beradigan

ma'lumotlar hali ham yetarli emas.

Adabiyotlar:

1. Арсеньев А.С. Подросток глазами философа: Философский очерк / А. Арсеньев // Развитие личности. 2013 № 2 с 110–183.
2. Башкатов С.А. Разноуровневые факторы личностного благополучия: автореф. дис. канд. психол. наук/Башкатов С.А. Челябинск, 2013.— 26 с.
3. Бескова Т.В. Соотношение характеристик зависти и субъективного благополучия личности / Т.В. Бескова, Р.М. Шамяонов // Личность как субъект инноваций: сборник научных трудов. Чебоксары, 2010. с61–71.
4. Жуковская Л.В. Шкала психологического благополучия К. Рифф / Л.В. Жуковская, Е.Г. Трошихина // Психологический журнал 2011/ Т. 32. № 2. С 82–93.
5. Twenge, Martin, &Campbell (2018)
6. Zahn-Waxler et al.(2008)
7. American Psychiatric Association (2022, 215 p.)
8. Wiedemann (2015) va Szuhany&Simon (2022).

Yulchiboyeva Dilfuza Ergashevna,
Qo'qon davlat universiteti Psixologiya kafedrasida o'qituvchisi

O'SMIRLIK DAVRIDA REFLEKSIV KO'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Maqola o'smirlik davrida refleksiv ko'nikmalarni rivojlantirish masalalariga bag'ishlanadi. Unda dastlab o'smirlik davrida refleksiv ko'nikmalarni namoyon bo'lishiga doir nazariy ma'lumotlarning tahlillari bayon qilingan. Shuning bilan birga o'smir shaxsida refleksiv ko'nikmalarni shakllanganligi empirik ma'lumotlar asosida yoritib berilgan.

Kalit so'zlar: o'smir shaxsi, refleksiya, refleksiv ko'nikma, refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik, irodaviy o'zini-o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lishi, sezitivlik, emotsionallik, ekstraversiya, interoversiya, kelajakni rejalashtirish, faollik, tashabbuskorlik, uyatchanlik.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕФЛЕКСИВНЫХ НАВЫКОВ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. Статья посвящена вопросам развития рефлексивных навыков в подростковом возрасте. В ней сначала изложен анализ теоретических данных о проявлении рефлексивных навыков в подростковом возрасте. Вместе с тем, на основе эмпирических данных освещено формирование рефлексивных умений у личности подростка.

Ключевые слова: личность подростка, рефлексия, рефлексивный навык, склонность к рефлексивному самоанализу, проявление волевого самоконтроля, чувствительность, эмоциональность, экстраверсия, интерверсия, планирование будущего, активность, инициативность, застенчивость.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF REFLECTIVE SKILLS IN ADOLESCENCE

Abstract. The article is devoted to the development of reflexive skills in adolescence. It initially presents an analysis of theoretical data on the manifestation of reflexive skills in adolescence. At the same time, the formation of reflexive skills in the personality of adolescents is highlighted on the basis of empirical data.

Keywords: adolescent personality, reflection, reflexive skill, tendency to reflexive self-analysis, manifestation of volitional self-control, sensitivity, emotionality, extraversion, interversion, planning the future, activity, initiative, shyness.

Kirish. Ma'lumki, refleksiv ko'nikma va malakalarning psixologik holatini to'liq tushunish uchun ularning bolalik davrida shakllanishining yosh xususiyatlarini bilish muhimdir. G.S.Pyankova ontogeneznining turli bosqichlarida refleksiv ko'nikma va malakalarning rivojlanish xususiyatlari va qonuniyatlarini o'rganish muammosiga bag'ishlangan ishlarni tahlil qilib, ontogenezdagi refleksiyani shakllanishi inson psixik rivojlanishining yosh bosqichlari bilan bog'liq bo'lgan bir qator izchil murakkablashuvchi bosqichlardan o'tishini ta'kidlaydi (M.N.Apletayev, V.G.Bogin, N.V.Dorofeyeva, J.Piaje, A.Z.Zak, V.V.Davıdov, Ye.I.Isayev, N.V.Repkina, V.I.Slobodchikov va boshqalar) [1,7, 8]

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. Ta'kidlash joizki, G.S.Pyankova o'z ishlarida har bir yosh bosqichida refleksiyani rivojlanishi o'ziga xos xususiyatlarga va yosh davrning sezitivligi, yetakchi faoliyat, rivojlanishning ijtimoiy vaziyati bilan bevosita bog'liq bo'lgan namoyon bo'lish turlariga ega ekanligi haqida fikr yuritadi (L. S.Vigotskiy, V.V.Davidov, D.B.Elkonin va boshqalar). Ontogenezdagi refleksiyani o'rganishga mumkin bo'lgan yondashuvlarning ko'p qirraliligiga qaramay, mualliflarning go'daklik davridan boshlab ontogeneznining turli bosqichlarida refleksiya rivojlanishining asosiy shartlaridan biri - bolaning "Men - ahamiyatli boshqa" psixik jamoasida uzluksiz bo'lishi haqidagi birligini ta'kidlash mumkin. Bolaning ushbu psixik umumiylikni anglashi, qayd etishi va boshdan kechirishi orqali: bola va kattalarning hamkorlikdagi hayoti tabiiy mavjudlikning madaniy ifodalangan aks ettirish qobiliyatiga aylanishi amalga oshiriladigan noyob makon bo'lib qoladi. Shu bilan birga, refleksiyani haqiqiy o'zlashtirish va egallash nafaqat "Boshqa"ni ob'yektivlashtirishni, balki begonalashtirishni, undan xalos bo'lishni, mustaqil mavjudlikni shakllantirishni ham o'z ichiga olishi tushuniladi. Faqat shundagina bola o'z fikri va

faoliyatini tadqiqot predmetiga aylantirish qobiliyatiga ega bo'ladi (N.V.Dorofeyeva, V.I.Slobodchikov, D.B.Elkonin va boshqalar). [7,8]

Psixologiya fanida bolaning rivojlanayotgan shaxs sifatidagi real hayotiy faoliyatida refleksiya uch sohada bilish, mulot va o'z-o'zini anglash namoyon bo'ladi deb hisoblanadi.

Dastlabki ikki sohada bolalarda refleksiyaning rivojlantirish mexanizmi maxsus yaratilgan muhit sharoitida, reflektiv o'zaro ta'sir vaziyatida shakllanadi.

O'zini o'zi anglash sohasida ichki belgilovchi refleksiya mexanizmi shakllanadi, chunki katta yoshli odamda refleksiya jarayonlarini vujudga keltirish uchun sharoit yaratadi. Agar bola rivojlanishining dastlabki bosqichlarida har uchala soha qo'shilgan va bo'linmagan shaklda namoyon bo'lsa, keyinchalik har bir soha o'zining ishlash va rivojlanish xususiyatlariga ega bo'ladi. Sohalarini farqlash tendensiyasi ularning nisbiy mustaqilligi mavjudligi imkoniyatini belgilaydi. Bu esa ularning bilish, baholash va boshqarish funksiyalarini hisobga olgan holda turli xil refleksiyaning (intellektual, kommunikativ va shaxsiy) rivojlantirishga yordam beradi (V.V.Davidov, N.V.Dorofeyeva, V.T.Kudryavtsev, V.S.Muxina, G.S.Pyankova, N.V.Repkina, G.A.Sukerman, D.B.Elkonin va boshqalar) [1,6,7,8].

Refleksiyaning ontogenetik darajalari mazkur yosh bosqichida boshqa psixik funksiyalar: idrok, xotira, tafakkur, nutq, ixtiyoriy harakatlar, his-tuyg'ularning rivojlanishi bilan belgilanadi. Shuning bilan birga ular psixika va umuman ongning rivojlanish darajasi bilan belgilanadi. Bu refleksiyaning vaqt o'tishi bilan asta-sekin rivojlanadigan, o'zini o'zi anglash, o'z-o'ziga hissiy-qadriyatli munosabat va o'zini o'zi boshqarishning tobora murakkablashib borayotgan shakllari bilan tavsiflanadigan psixik jarayon sifatida ko'rib chiqishga imkon beradi. (R.Berns, V.V.Davidov, J.Piaje, S.E.Kovalev, V.S.Muxina, K.N. Polivanova, I.N.Semenov. [1,6])

Tadqiqot muammosi doirasida M.I.Lisining ilmiy tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, reflektiv ko'nikma va malakalarining eng dastlabki ko'rinishlari maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarda qayd etiladi. Ko'rinib turibdiki, bu yoshning boshida bolalar hali refleksiya ko'rinishiga ega bo'ladi. J. Piaje tomonidan kashf etilgan bola tafakkurining egosentriзм hodisasi va uning egosentrik nutqi bu fikrning to'g'riligini ko'rsatadi. Bola rivojlanishining psixologik mohiyati shundan iboratki, u o'z nuqtayi nazarini boshqa odamlarning nuqtayi nazari bilan taqqoslay olmaydi, ya'ni uning diqqatini bir nuqtaga jamlay olmaydi. [5]

Tadqiqot metodologiyasi. Shuningdek, asta-sekin bolaning keyingi ijtimoiylashuvi mexanizmi uning boshqa odamlar bilan, ertak va xayoliy qahramonlar bilan identifikatsiya qilish qobiliyatiga aylanadi. Odatda, bola, unga katta emosional ta'sir ko'rsatadigan obraz bilan identifikatsiyalanishga intiladi. Identifikatsiya orqali u axloqiy etalonlarning ko'pchiligini bilib oladi hamda ular asosida uning shaxsiy sifatleri rivojlanadi. Bu obrazni o'zlashtirib, bola u orqali o'zini anglay boshlaydi. Natijada, o'zining bu xulq-atvor etaloni haqidagi tushunchasini o'z xulq-atvori bilan bog'laydi. O'z axloqiy "Men"ini etalon va boshqa insonlarning "Men"i bilan solishtirish bola uchun katta hissiy va aqliy zo'riqlashga olib keladi, ammo bu uning reflektiv qobiliyatlarini rivojlantirishning boshlanishi hisoblanadi. Tug'ilayotgan refleksiya maktabgacha yoshdagi bolada o'zi haqida tasavvur va o'ziga munosabatni shakllantirishga qaratilgan bo'lib, o'z mohiyatiga ko'ra shaxs refleksiya o'zining ontogenetik jihatdan birinchi shakli hisoblanadi [5,6].

Maktabgacha tarbiya yoshi esa rivojlanmagan, spontan refleksiya davri hisoblanadi. Bu yoshda "Men o'zim" inqirozi boshlanadi. Bu shuni anglatadiki, bola mustaqil sub'yektga aylanadi va o'zini shunday his qiladi. Lekin unda hali to'laqonli, rivojlangan refleksiya mavjud emas. U insonlar o'rtasidagi munosabatlarning asosiy mazmunlarini o'zlashtirish orqali tashqi dunyoda ishlashini o'rganadi. Haqiqiy refleksiya bola o'qishni boshlaganida rivojlana boshlaydi. O'qish o'z mohiyatiga ko'ra natijali faoliyatdir. Katta yoshdagi odamga xos bo'lgan refleksiya kichik maktab yoshida shakllana boshlaydi.

Kichik maktab yoshida bolaning reflektiv qobiliyati yangi sifatlar bilan boyiadi. Uni rivojlantirishning asosiy omili o'quv faoliyatining o'zi bo'lib, uni muvaffaqiyatli o'zlashtirish intellektual refleksiyaning rivojlantirishiga yordam beradi. Refleksiyaning yangi turi o'quv vazifalarini hal qilish vaziyatida o'z aqliy harakatlarining asoslarini izlash va kuzatishda namoyon bo'ladi. Refleksiya, tahlil va rejalashtirishning aqliy harakatlari bilan bir qatorda, bu yoshdagi psixik yangilikdir. V.V.Davidovning tadqiqotlarida tasdiqlanishicha, boshlang'ich maktabni tugatgunga qadar maktab o'quvchilarining yarmidan ko'prog'i intellektual refleksiya ega bo'ladi.

O'smirlik davrida o'simtalardan biri ongli refleksiya hisoblanadi. E.Shprangerning (1921) madaniy-psixologik konsepsiyasida o'smirlik yoshidagi yangi hosilalardan biri refleksiya. Shuningdek, L.S.Vigotskiyning (1930) madaniy-tarixiy nazariyasida bu yoshdagi yangi paydo bo'lishlardan biri refleksiya. Shu bilan birga, o'smirda refleksiyaning rivojlanishi, L.S.Vigotskiy ta'kidlaganidek, faqat shaxsning o'zidagi ichki o'zgarishlar bilan cheklanmaydi, balki o'smirning o'zini o'zi anglashining qayta tug'ilishi tufayli boshqa insonlarni beqiyos chuqurroq va kengroq tushunish mumkin bo'ladi [2,6].

L.I.Bojovichning fikricha, o'smirlik yoshidagi markaziy yangilik bo'lgan o'zini o'zi anglashning rivojlanishi asosida o'zini o'zi tushunish va o'ziga qo'yiladigan talablar darajasida bo'lish, ya'ni tanlangan namunaga erishish ehtiyojini rag'batlantiruvchi reflyeksiyaning rivojlanishi yotadi. D.I. Feldshteynning o'smirlik konsepsiyasida ta'kidlanishicha, o'zini o'zi anglashning muhim mexanizmlaridan biri sifatida o'smirning ham o'z ichki dunyosini, ham boshqa odamlarning ichki dunyosini anglash shakli bo'lgan refleksiya namoyon bo'ladi.

V.I.Slobodchikov va G.A.Sukerman tomonidan umumiy psixik rivojlanishni integral davrlashtirish nuqtayi nazaridan tavsiflangan o'smirlik davrining o'ziga xosligi ichki refleksiyaning paydo bo'lishiga olib keladigan yangi turdagi bilish qiziqishlarining shakllanishi bilan belgilanadi. O'smirlik davrida o'zini o'zi anglashning faol o'sishi bilan tavsiflanadi. Uning rivojlanish vositasi shaxsiy refleksiya bo'ladi. O'smir o'zini o'zi chuqur o'rganadi hamda o'zini o'zi anglashni yangi materiallar bilan boyitadi. U o'zining shaxsiy xususiyatlarini, atrofdagilarga munosabatini, imkoniyatlari va talablarini, kuchli va zaif tomonlarini o'rganadi. Uning refleksiyasi o'tmishga va kelajakka ham tarqaladi: u bolalikdagi o'zi haqidagi kechinmalarini katta bo'lganida o'zidan kutganlari bilan bog'laydi [8].

Olingan natijalar va ularning tahlili. Refleksiyaning mazmun rejasi ancha keng bo'lib, o'smir tevarak-atrofdagi olamni, boshqa odamlarni, o'zini va hatto o'z refleksiyasini tahlil qiladi. Bu vaqtidagi refleksiyaning xususiyati shundaki, u hissiyotga boy bo'ladi. Shiddat bilan o'zgarib borayotgan tashqi qiyofa, boshqalar tomonidan o'zini idrok etish, qobiliyatlar va o'qishdagi muvaffaqiyatlar doimo refleksiyaning diqqat markazida bo'ladi va o'tkir kechinmalarni keltirib chiqaradi hamda ular ham o'z navbatida refleksiyalanib boradi.

Ma'lumki, o'smirlar refleksiyasining yana bir xususiyati uning erkin assosiativligidir. O'smir ruhiy kechinmalariga yoki tashqi sharoitlarga qarab turli yo'nalishlarda paydo bo'ladigan o'z fikrlariga g'arq bo'ladi. Biroq o'smir refleksiyasining tortish markazi uning o'zi, uning shaxsidir. Aynan refleksiyada o'smir o'zini o'zi identifikatsiya qilish ehtiyojini qondiradi hamda uni hozir ko'proq o'z "Men"i qiziqtiradi. Natijada, o'smir o'zini o'zi anglashga intiladi. Shu bois, "Men kimman?" - bu yoshning asosiy savoliga aylanadi. Shubhasiz, o'smirlarda refleksiv qobiliyatlar teng emas.

O'smirlik davridagi refleksiyaning jadalligi va kengligi bolalikdagi tarbiya xususiyatlari bilan bevosita bog'liq: yaxshi kitoblarni o'qish va ularni muhokama qilishning oilaviy an'analari, boshqa insonlarning his-tuyg'ulari va fikrlariga e'tibor berishning rivojlanishi, dunyoni kashf etishda zavq-shavq bilan hayratlanish kabilarni o'zida mujassam etadi. Lekin shunday bo'lsa-da, barcha o'smirlar uchun bir holat xarakterlidir - ularga nisbatan qisqa vaqt ichida ma'naviy rivojlanishda o'zini namoyon qilish uchun tabiat tomonidan berilgan imkoniyat misli ko'rilmagan sanaladi.

O'smirlik davrida hayotiy qadriyatlarni tanlash muammosi keskin kechadi. Aynan yoshlik davrida inson ezgulik va yovuzlik, or-nomus va nomussizlik, huquq va burch kategoriyalarida mazmunli ravishda aniqlanadi. Bu esa, dunyoga nisbatan o'zining ichki pozitsiyasini tanlaydi. Ushbu muammolar talaba yigitlar uchun o'z-o'zi bilan ichki muloqot mavzusiga aylanadi. I.S.Konning ta'kidlashicha, yoshlikdagi refleksiya katta ma'naviy ishini bajaradi. Aynan uning yordamida yoshlikning eng muhim kashfiyoti - ichki dunyoni kashf etish amalga oshiriladi.

Refleksiya ichki dunyoning butun olamini to'ldiradi. Natijada uni harakatchan, jonli va ba'zan dramatik qiladi [1,6]. N.I.Gutkina tadqiqotlarida o'smirlar refleksiyasining xususiyatlarini o'rganish shuni ko'rsatdiki, so'ralganlarning yarmida shaxsiy reja bilan bog'liq refleksiyasi sezilarli o'rin egallaydi. Odatda, yuqori sinf o'quvchilarining o'zini o'zi tahlil qilish ob'yektiga aylanadigan muloqotdagi nizoli vaziyatlar refleksiv pozitsiyaga chiqish uchun turtki bo'ladi. Bu yoshda inson o'zining ma'naviy va shaxsiy o'sishi yo'nalishi bo'yicha, yoki moddiy farovonlikning ustuvorligiga yo'naltirilgan holda keyingi rivojlanishini ongli ravishda tanlaydi. Bu tanlov yoshlar o'rtasidagi qadriyat yo'nalishlari sohasida ham, ularning refleksiya qobiliyatida ham tafovutni belgilaydi. O'zining ma'naviy salohiyatiga ko'ra, eng boy yosh insonga refleksiya va ma'naviyat qobiliyatini rivojlantirish nuqtayi nazaridan hech narsa bermasligi mumkin. V.S.Muxina ta'kidlaganidek, "bu davrni yashab, ulg'aygan inson o'smirning psixologik maqomida qolishi mumkin". [3,6]

Refleksiya rivojlanishining ontogenetik jarayoni o'smirlik davri bilan tugamaydi, u yangi yosh davrining o'ziga xosligiga ega bo'lgan holda davom etadi. Maktabni bitirgan yoshlar turli yo'llarni tanlaydi: kimdir o'rta va oliy kasb-hunar ta'limi muassasalarida o'zi tanlagan kasbni egallaydi, kimdir mustaqil mehnat faoliyatini boshlaydi. Keyingi hayotiy davrlarda insonning refleksiv ongining rivojlanishi kasbiy ta'lim jarayonida shaxsiy va kasbiy o'zini o'zi aniqlashtirish va kasbiy refleksiyaning rivojlanishi, kasbni egallash va professional sifatida ijodiy o'zini o'zi anglash bilan bog'liq bo'ladi (B.F.Vulfov, E.F.Zeer, A.V.Karpov, I.N.Semenov, S.Yu.Stepanov, I.A.Savenkova va boshqalar) [3,5].

Katta yoshda refleksiv qobiliyatlarning keyingi rivojlanishi va taraqqiyoti o'smirlik va o'spirinlik davridagi dinamikaga nisbatan unchalik sezilarli emas (T.Paeter). M.A.Xolodnaya o'zining ilmiy

tadqiqotlarida shuni isbotladiki, katta yoshli odam yillar o'tishi bilan o'z aqliy tajribasini tashkil etish shakli sifatida hayotiy donoligini oshirishi mumkin, lekin o'z aqlining refleksiv xususiyatlarida emas. Shu bois, ularda refleksivning "avtomatik" rivojlanishi sodir bo'lmaydi. Buning ustiga, tajribaning ko'rsatishicha, aqlning yoshlikdagi refleksiv intilishi yillar o'tishi bilan o'tmaslashib boradi. [10]

Ma'lumki, o'smir shaxsining kamoloti bilan ularda shaxsiga xos sifat va xususiyatlar rivojlanib boradi. Bundan ko'rinadiki, o'smirlik davrida o'zini o'zi anglash, o'zini o'zi boshqarish, o'zini o'zi nazorat qilish, o'zini o'zi rivojlantirish, o'zini o'zi tarbiyalash kabi refleksiv jarayonlarning uyg'un tarzda rivojlanishi kuzatiladi. Shunday ekan o'smirlik davrida refleksiv ko'nikmalarni rivojlanishiga ta'sir ko'rsatuvchi psixologik omillarni o'rganishga asosiy e'tiborni qaratdik.

Ushbu ishimizda o'smirlik davrida refleksiv ko'nikma komponentlari o'rtasidagi aloqadorlikni o'rganish maqsadida T.N. Knyazeva, A.V. Matyukovalarning "O'smirlik davrida refleksivlikni namoyon bo'lish dinamikasi" so'rovnomasidan foydalanildi. Olingan natijalar miqdor va sifat jihatidan tahlil qilindi.

1-jadval.

7-sinf o'quvchilarida refleksiv ko'nikmalar o'rtasidagi o'zaro aloqadorlik

Refleksiv ko'nikmalarining komponentlari	Refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik	Irodaviy o'zini-o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lishi	Senzitivlik, emotsionallik	Ekstraversiya	Interoversiya	Kelajakni rejalashtirish	Faollik, tashabbuskorlik	Uyatchanlik
Refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik	1	0,35**	0,34**	0,29**	0,36**	0,23**	0,21**	-0,08
Irodaviy o'zini-o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lishi	0,35**	1	0,39**	0,38**	0,31**	0,34**	0,18**	-0,12*
Senzitivlik, emotsionallik	0,34**	0,39**	1	0,32**	0,20**	0,21**	0,02	-0,10
Ekstraversiya	0,29**	0,38**	0,32**	1	0,41**	0,39**	0,33**	-0,02
Interoversiya	0,36**	0,31**	0,20**	0,41**	1	0,36**	0,38**	-0,02
Kelajakni rejalashtirish	0,23**	0,34**	0,21**	0,39**	0,36**	1	0,46**	0,03
Faollik, tashabbuskorlik	0,21**	0,18**	0,02	0,33**	0,38**	0,46**	1	0,09
Uyatchanlik	-0,08	-0,12*	-0,10	-0,02	-0,02	0,03	0,09	1

1-jadval natijalariga ko'ra, refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik irodaviy o'zini-o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lishi bilan ($r=0,35$; $r \leq 0,01$), senzitivlik, emotsionallik bilan ($r=0,34$; $r \leq 0,01$), ekstraversiya bilan ($r=0,29$; $r \leq 0,01$), interoversiya bilan ($r=0,36$; $r \leq 0,01$), kelajakni rejalashtirish bilan ($r=0,23$; $r \leq 0,01$), faollik, tashabbuskorlik bilan ($r=0,21$; $r \leq 0,01$) yuqori darajada ahamiyatli aloqadorlikka ega ekanligi kuzatildi. Shuning bilan birga o'smir shaxsida refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik uyatchanlik bilan o'zaro bog'liq bo'lmasdan mustaqil hodisa ekanligi aniqlandi. Metodika natijalariga ko'ra, irodaviy o'zini-o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lishi refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik bilan ($r=0,35$; $r \leq 0,01$), senzitivlik, emotsionallik ($r=0,39$; $r \leq 0,01$), ekstraversiya bilan ($r=0,38$; $r \leq 0,01$), interoversiya bilan ($r=0,31$; $r \leq 0,01$), kelajakni rejalashtirish bilan ($r=0,34$; $r \leq 0,01$), faollik, tashabbuskorlik bilan ($r=0,18$; $r \leq 0,01$) yuqori darajada, uyatchanlik bilan ($r=-0,12$; $r \leq 0,05$) qarama-qarshi ahamiyatli bog'liqlikka ega ekanligi kuzatildi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, senzitivlik, emotsionallik refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik bilan ($r=0,34$; $r \leq 0,01$), irodaviy o'zini-o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lishi bilan ($r=0,39$; $r \leq 0,01$), ekstraversiya bilan ($r=0,32$; $r \leq 0,01$), interoversiya bilan ($r=0,20$; $r \leq 0,01$), kelajakni rejalashtirish bilan ($r=0,21$; $r \leq 0,01$) yuqori daraja ahamiyatli bog'liqlikka ega ekanligi qayd qilindi. Shuningdek, senzitivlik, emotsionallik faollik, tashabbuskorlik, uyatchanlik bilan o'zaro aloqadorlikka ega bo'lmasdan mustaqil komponent ekanligi aniqlandi. Empirik ma'lumotlar tahliliga ko'ra, ekstraversiya irodaviy o'zini-o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lishi bilan ($r=0,29$; $r \leq 0,01$), refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik bilan ($r=0,38$; $r \leq 0,01$), senzitivlik, emotsionallik bilan ($r=0,32$; $r \leq 0,01$), interoversiya bilan ($r=0,41$; $r \leq 0,01$), kelajakni rejalashtirish bilan

($r=0,39$; $r\leq 0,01$), faollik, tashabbuskorlik bilan ($r=0,33$; $r\leq 0,01$) yuqori darajada ahamiyatli aloqadorlikka ega ekanligi kuzatildi. Ayniqsa, ekstraversiya uyatchanlik bilan o'zaro aloqadorlikka ega bo'lmisdan mustaqil hodisa ekanligi qayd qilindi.

Tajriba natijalariga ko'ra, interoversiya refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik bilan ($r=0,36$; $r\leq 0,01$), irodaviy o'zini-o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lishi bilan ($r=0,31$; $r\leq 0,01$), senzitivlik, emotsionallik bilan ($r=0,20$; $r\leq 0,01$), ekstraversiya bilan ($r=0,41$; $r\leq 0,01$), kelajakni rejalashtirish bilan ($r=0,36$; $r\leq 0,01$), faollik, tashabbuskorlik bilan ($r=0,38$; $r\leq 0,01$) yuqori darajada ahamiyatli bog'liqlikka ega ekanligi aniqlandi. Shuning bilan birga interoversiya uyatchanlik bilan o'zaro aloqadorlikka ega bo'lmisdan mustaqil hodisa ekanligi qayd qilindi. Metodika natijalariga ko'ra, kelajakni rejalashtirish refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik bilan ($r=0,23$; $r\leq 0,01$), irodaviy o'zini-o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lish bilan ($r=0,34$; $r\leq 0,01$), senzitivlik, emotsionallik bilan ($r=0,21$; $r\leq 0,01$), ekstraversiya bilan ($r=0,39$; $r\leq 0,01$), interoversiya bilan ($r=0,36$; $r\leq 0,01$), faollik, tashabbuskorlik bilan ($r=0,46$; $r\leq 0,01$) yuqori darajada ahamiyatli aloqadorlikka ega ekanligi ma'lum bo'ldi. Ayniqsa, kelajakni rejalashtirish uyatchanlik bilan o'zaro aloqadorlikka ega bo'lmisdan mustaqil hodisa ekanligi tadqiqot natijalaridan aniqlandi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, faollik, tashabbuskorlik refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik bilan ($r=0,21$; $r\leq 0,01$), irodaviy o'zini-o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lishi bilan ($r=0,18$; $r\leq 0,01$), ekstraversiya bilan ($r=0,33$; $r\leq 0,01$), interoversiya bilan ($r=0,38$; $r\leq 0,01$), kelajakni rejalashtirish bilan ($r=0,46$; $r\leq 0,01$) yuqori darajada ahamiyatli bog'liqlikka ega ekanligi aniqlandi. Shuning bilan birga faollik, tashabbuskorlik senzitivlik, emotsionallik, uyatchanlik bilan o'zaro aloqadorlikka ega bo'lmisdan mustaqil hodisa ekanligi empirik ma'lumotlarda kuzatildi.

Empirik ma'lumotlar tahliliga ko'ra, uyatchanlik irodaviy o'zini-o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lishi bilan ($r=-0,12$; $r\leq 0,05$) qarama qarshi ahamiyatli bog'liqlikka ega ekanligi kuzatildi. Ayniqsa, uyatchanlik refleksiv o'zini-o'zi tahlil qilishga moyillik, senzitivlik, emotsionallik, ekstraversiya, interoversiya, kelajakni rejalashtirish, faollik, tashabbuskorlik bilan o'zaro aloqadorlikka ega bo'lmisdan mustaqil komponent ekanligi qayd qilindi.

Xulosa. O'rganilgan nazariy adabiyotlar va empirik tadqiqot natijalariga asoslangan holda quyidagi xulosalarni shakllantirish imkoniyatiga ega bo'lamiz:

-o'smirlik davrida refleksiv ko'nikmalarni rivojlanishi ulardagi o'zini o'zi anglash, o'zini o'zi boshqarish, o'zini o'zi tarbiyalash, o'zini o'zi nazorat qilish kabi jarayonlarni uyg'un rivojlanishi bilan tavsiflanadi.

- o'smirlik davrida refleksiv ko'nikmalarni namoyon bo'lishida yoshga bog'liq xarakterli xususiyatlar ko'zga tashlanadi;

-o'smirlik davrida refleksiv ko'nikmalar komponentlari o'rtasida o'zaro ahamiyatli aloqadorlik mavjudligi empirik tadqiqotlar asosida aniqlandi.

Adabiyotlar:

1. Бизяева А. А. Психология думающего учителя: Педагогическая рефлексия — Псков: ПГПИ им.С. М. Кирова, 2004. — 216 стр.
2. Выготский Л. С. Психология развития человека. — М.: Изд-во Смысл; Изд-во Эксмо, 2005. — 1136 с.
3. Гуткина Н. И. О психологической сущности рефлексивных ожиданий. — В кн.: Психология личности: теория и эксперимент. М., 1982, с. 100–108.
4. Карпов А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. М.: ИП РАН, 2004
5. Лисина М. И. Общение, личность и психика ребёнка / под редакцией Рузской А. Г. — М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. — 384с
6. Мухина В. С. Детская психология: Учеб. для студентов пед. ин-тов / под ред. Л. А. Венгера. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Просвещение, 1985—272 с.
7. Пьянкова Г. С. Личностная и профессиональная рефлексия: психологический практикум / сост. Г. С. Пьянкова; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В. П. Астафьева. — Красноярск, 2012. — 125 с.
8. Слободчиков В. И., Цукерман Г. А. Генезис рефлексивного сознания в младшем школьном возрасте // Вопросы психологии. 1990. № 3
9. Щедровицкий Г. П. Коммуникация, деятельность, рефлексия. — В кн.: Исследования речемыслительной деятельности. Алма-Ата, 1974, с. 12–28.
10. Холодная М. А. Психология интеллекта: парадоксы исследования. 2-е изд., перераб. и доп. — СПб.: Питер, 2002. - 272 с.
11. Цукерман Г. А. Условия развития рефлексии у шестилеток // Вопросы психологии. 1989. № 2.

Юсупходжаева Сурайё Тулкиновна,
 ассистент кафедры неврологии и медицинской психологии
 Ташкентской медицинской академии
 surayyotulkunovna_9024@mail.ru

ВЛИЯНИЕ ТРЕВОЖНО-ДЕПРЕССИВНЫХ СИНДРОМОВ НА АКТИВНОСТЬ РЕВМАТОИДНОГО АРТРИТА

Аннотация. Данное исследование посвящено изучению влияния тревожно-депрессивных синдромов на активность ревматоидного артрита. В работе проведён анализ взаимосвязи психоэмоциональных нарушений с выраженностью воспалительного процесса, интенсивностью болевого синдрома и показателями качества жизни пациентов. Полученные результаты свидетельствуют о том, что наличие тревоги и депрессивных состояний ассоциируется с более высокой активностью заболевания, усилением болевых ощущений и снижением функциональных возможностей пациентов. Подчёркивается необходимость комплексного подхода к лечению ревматоидного артрита с учётом психоэмоционального состояния больных.

Ключевые слова: ревматоидный артрит, стресс, тревожность, психотерапия, когнитивно-поведенческая терапия, активность заболевания, качество жизни.

XAVOTIR-DEPRESSIV SINDROMLARNI REVMATOID ARTRIT FAOLLIGIGA TA'SIRI

Annotatsiya. Mazkur ish revmatoid artrit bilan og'rig'an bemorlarda xavotir va depressiv sindromlarning kasallik faolligiga ta'sirini o'rganishga bag'ishlangan. Tadqiqot davomida psixoeotsional buzilishlarning yallig'lanish jarayoni intensivligi, og'riq sezuvchanligi hamda bemorlarning hayot sifati ko'rsatkichlari bilan o'zaro bog'liqligi tahlil qilindi. Natijalar xavotir-depressiv holatlar mavjud bemorlarda kasallik faolligi ko'rsatkichlari yuqoriroq bo'lishi, og'riq intensivligi kuchayishi va funksional imkoniyatlar pasayishini ko'rsatdi. Psixologik omillarni inobatga olgan kompleks yondashuv revmatoid artritni samarali nazorat qilishda muhim ahamiyat kasb etishi ta'kidlandi.

Kalit so'zlar: revmatoid artrit, stress, xavotir, psixoterapiya, kognitiv-bixevioral terapiya, kasallik faolligi, hayot sifati.

THE IMPACT OF ANXIETY-DEPRESSIVE SYNDROMES ON RHEUMATOID ARTHRITIS ACTIVITY

Abstract. This study focuses on evaluating the impact of anxiety-depressive syndromes on the activity of rheumatoid arthritis. The relationship between psychoemotional disturbances, inflammatory activity, pain intensity, and quality-of-life indicators was analyzed. The findings suggest that patients with anxiety and depressive symptoms tend to demonstrate higher disease activity, increased pain perception, and reduced functional capacity. The results highlight the importance of a comprehensive biopsychosocial approach in the management of rheumatoid arthritis, taking into account patients' psychological status.

Keywords: rheumatoid arthritis, stress, anxiety, psychotherapy, cognitive-behavioral therapy, disease activity, quality of life.

Введение. Ревматоидный артрит (РА) — это хроническое аутоиммунное воспалительное заболевание, характеризующееся прогрессирующим повреждением суставов, болевым синдромом и снижением качества жизни пациентов. В последние годы всё большее значение придаётся психоэмоциональным факторам, в частности, стрессу, тревоге и депрессии, в развитии и течении этого заболевания. Хроническая боль, ограничение физической активности и длительная продолжительность заболевания могут привести к формированию психологических расстройств у пациентов.

Психонейроиммунологические исследования показывают, что стресс и тревога могут влиять на функционирование иммунной системы, приводя к усилению воспаления и повышению активности заболевания. Поэтому при лечении ревматоидного артрита важно проводить комплексную оценку и коррекцию психоэмоционального состояния пациентов, не ограничиваясь только фармакотерапией.

В современной медицине доказано, что применение комплексных психотерапевтических методов, основанных на биопсихосоциальном подходе, улучшает психологическое состояние пациентов, уменьшает боль и повышает качество жизни. Однако вопрос изучения психоэмоциональных расстройств и эффективности психотерапии у пациентов с ревматоидным артритом по-прежнему актуален.

В связи с этим целью данного исследования было оценить уровень тревожности и депрессии, а также показатели качества жизни у пациентов с ревматоидным артритом и определить эффективность комплексного психотерапевтического подхода.

Ревматоидный артрит (РА) широко изучается как сложное хроническое заболевание, включающее не только соматические, но и психоэмоциональные компоненты. Это заболевание широко распространено среди населения мира, и, согласно различным эпидемиологическим исследованиям, его распространённость составляет в среднем 0,5–1 %. У пациентов с РА хроническая боль, ограничение физической активности и длительное течение заболевания могут приводить к развитию психоэмоциональных расстройств, в частности, стресса, тревоги и депрессивных состояний. По данным некоторых авторов, психоэмоциональные расстройства различной степени тяжести наблюдаются у 40–60% пациентов с ревматоидным артритом (Matcham F. et al., 2016; Smolen JS et al., 2018).

В научных исследованиях всё чаще обсуждается роль стресса и тревоги в патогенезе аутоиммунных заболеваний. Исследования в области психонейроиммунологии показывают, что стресс может изменять иммунный ответ через гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковую ось, увеличивать секрецию воспалительных медиаторов и влиять на активность заболевания (Cutolo M. et al., 2014; Straub RH, 2017). Поэтому оценка психологических факторов рассматривается как важная часть комплексной диагностической и лечебной системы ревматоидного артрита.

Результаты исследований влияния психоэмоциональных расстройств на течение ревматоидного артрита неоднозначны. Некоторые авторы (Fiest KM et al., 2017; Michelsen B. et al., 2017) отмечают прямую связь тревожности и депрессии с показателями активности заболевания и интенсивностью боли. Другие исследователи подчёркивают, что психологические факторы в основном влияют на субъективное качество жизни пациентов и уровень приверженности лечению.

В последние годы наблюдается растущий интерес к использованию комплексного психотерапевтического подхода к лечению ревматоидного артрита. Многочисленные исследования показали, что программы, включающие когнитивно-поведенческую терапию, рациональную психотерапию и методы релаксации, снижают стресс и тревогу, уменьшают боль и улучшают качество жизни пациентов (Sharpe L. et al., 2019; Zautra AJ et al., 2020). В некоторых клинических исследованиях также наблюдалась положительная динамика показателей активности заболевания после курса психотерапии.

Однако разнообразие методологических подходов к оценке эффективности психотерапии, различия в периодах наблюдения и отсутствие единообразия психодиагностических критериев затрудняют обобщение научных результатов. Это указывает на необходимость более глубокого изучения психоэмоциональных факторов и клинической эффективности комплексной психотерапии у пациентов с ревматоидным артритом. Существующая научная литература подтверждает, что стресс и тревога у пациентов с ревматоидным артритом оказывают значительное влияние на активность заболевания и показатели качества жизни. Применение комплексного психотерапевтического подхода может не только улучшить психологическое состояние этих пациентов, но и стабилизировать клинические результаты.

Объект исследования и использованные методы. Исследование проводилось с целью оценки уровня тревожности, депрессии и показателей качества жизни у серопозитивных пациентов с ревматоидным артритом. В исследование были включены **105 пациентов**, которые были разделены на две группы в зависимости от типа лечения: **группа I (n=54)** — пациенты, получавшие комплексный психотерапевтический подход наряду со стандартным лечением; **группа II (n=51)** — пациенты, получавшие рациональную психотерапию на фоне стандартного лечения.

Пациенты были разделены на три уровня (активность I-III) в зависимости от активности заболевания. Для оценки психоэмоционального состояния использовалась **шкала HADS** (0-7 баллов — норма, 8-10 — субклинический уровень, ≥ 11 — клинический уровень). Качество жизни оценивалось с помощью **опросника SF-36**, результаты были разделены на хороший, умеренный и плохой уровни.

Осмотры до начала лечения, **через 3 месяца и через 6 месяцев.** Результаты представлены в абсолютных числах (абс.) и процентах (%). Статистический анализ оценивал межгрупповые и динамические различия, при этом уровень значимости $p < 0,05$ считался статистически значимым.

Полученные результаты и их анализ. Ревматоидный артрит (РА) — это хроническое воспалительное заболевание, клиническое течение которого тесно связано со степенью активности заболевания. Степень активности оценивается на основе симптомов заболевания (боль, отёк суставов, ограничение движений), лабораторных и инструментальных показателей. При II–III степени активности заболевания у пациентов наблюдается усиление болевого синдрома и физических ограничений. Это создаёт постоянное чувство тревоги. Тревога, в свою очередь, повышает болевую чувствительность и субъективно усугубляет симптомы РА. В результате формируется патологический цикл «боль — тревога — усиление боли». Для этого заболевания характерны **гипотимия, апатия и ангедония**. Хроническая боль, ограничения подвижности и снижение социальной активности способствуют развитию депрессивных симптомов у пациентов.

Взаимосвязь между активностью РА и психоэмоциональными расстройствами также объясняется иммунологическими механизмами. Доказано, что увеличение количества цитокинов (ИЛ-1, ИЛ-6, ФНО- α) при хроническом воспалении влияет на центральную нервную систему, усиливая симптомы депрессии и тревоги. Таким образом, активность РА и психические расстройства взаимосвязаны в обоих направлениях, причём одно усугубляет другое.

Таблица 1.

		Группа I, n=54		Группа II, n=51		χ^2 , P_{I-II}
		абс.	%	абс.	%	
Серопозитивный	Задание I	1	1.9	1	2.0	$\chi^2 = 0, 0$; $P > 0.05$
	Задание II	32	59.3	28	54.9	$\chi^2 = 0, 20$; $P > 0.05$
	Задание III	17	31.5	15	29.4	$\chi^2 = 0.05$; $P > 0.05$
Серонегативный	Задание I	-	-	-	-	-
	Задание II	2	3.7	6	11.8	$\chi^2 = 2, 42$; $P > 0, 05$
	Задание III	2	3.7	1	2	$\chi^2 = 0, 29$; $P > 0, 05$

Анализ пациентов с ревматоидным артритом по уровням активности заболевания.

Высокая активность ревматоидного артрита (II–III степени) приводит к высокой частоте тревожных и депрессивных расстройств. В то время как тревога повышает чувствительность к боли, депрессия снижает мотивацию к преодолению болезни и уменьшает эффективность лечения. Психонейроиммунологические механизмы научно обосновывают эту взаимосвязь. Поэтому, помимо снижения активности заболевания, в лечении пациентов с ревматоидным артритом следует использовать психологическую поддержку и психотерапевтические подходы.

Таблица 2.

Взаимосвязь между активностью ревматоидного артрита и уровнем тревожности

Уровни активности РА		Задание I		Задание II		Задание III		Общий	
		абс	%	абс	%	абс	%	абс	%
I группа, n=54									
Тревожность по шкале HADS (до начала лечения)	Отсутствие беспокойства	0	0	0	0,0±0,0	0	0,0±0,0	0	0,0±0,0
	Субклиническая тревожность	1	1,9±1,9	6	11,1±4,3	3	5,6±3,2	10	18,5±5,3
	клиническая тревожность	0	0	26	48,1±6,9	14	25,9±6,0	30	55,6±6,8
Тревожность по шкале HADS (через 3 месяца)	Отсутствие беспокойства	0	0	5	9,3±4,0 *	3	5,6±3,2	8	14,8±4,9 *
	Субклиническая тревожность	1	1,9±1,9	26	48,1±6,9 ***	13	24,1±5,9 **	40	74,1±6,0 ***
	клиническая тревожность	0	0	1	1,9±1,9 ***	1	1,9±1,9 **	2	3,7±2,6 ***

Тревожность по шкале HADS (6 месяцев спустя)	Отсутствие беспокойства	1	1,9±1,9	30	55,6±6,8 *** ^^^	14	25,9±6,0 *** ^	45	83,3±5,1 *** ^^^
	Субклиническая тревожность	0	0	2	3,7±2,6 ^^^	3	5,6±3,2 ^	5	9,3±4,0
	клиническая тревожность	0	0	0	0,0±0,0 ***	0	0,0±0,0 ***	0	0,0±0,0 *** ^^^
II группа, n=51									
Тревожность по шкале HADS (до начала лечения)	Отсутствие беспокойства	0	0,0±0,0	1	2,0±2,0	0	0,0±0,0	1	2,0±2,0
	Субклиническая тревожность	0	0,0±0,0	6	11,8±4,6	6	11,8±4,6	12	23,5±6,0
	клиническая тревожность	1	2,0 ± 2,0	22	43,1±7,0	9	17,6±5,4	32	62,7±6,8
Тревожность по шкале HADS (через 3 месяца)	Отсутствие беспокойства	0	0,0±0,0	0	0,0±0,0 &	0	0,0±0,0	0	0,0±0,0 &
	Субклиническая тревожность	0	0,0±0,0	6	11,8±4,6 &&&	9	17,6±5,4	15	29,4±6,4 &&&
	клиническая тревожность	1	2,0±2,0	22	43,1±7,0 &&&	6	11,8±0,6 &	29	56,9±7,0 &&&
Тревожность по шкале HADS (6 месяцев спустя)	Отсутствие беспокойства	0	0,0±0,0	3	5,9±3,3 &&&	2	3,9±2,7 &&	5	9,8±4,2 ^&&&
	Субклиническая тревожность	1	2,0±2,0	16	31,4±6,6 * ^&&	9	17,6±5,4 &	26	51,0±7,1 ^&&&
	клиническая тревожность	0	0,0±0,0	8	15,7±5,1 ** ^&&	4	7,8±3,8 &	12	23,5±6,0 ^&&

Примечание: * - разница является значимой по сравнению с показателями до эксперимента (* - $P < 0,05$; ** - $P < 0,01$; *** - $P < 0,001$). ^ - разница является значимой по сравнению с показателями через 3 месяца после эксперимента (^ - $P < 0,05$; ^^ - $P < 0,01$; ^^^ - $P < 0,001$). & - разница является значимой по сравнению с показателями группы I (& - $P < 0,05$; && - $P < 0,01$; &&& - $P < 0,001$).

В ходе исследования у пациентов с ревматоидным артритом были комплексно оценены показатели тревожности, депрессии и качества жизни. В начале исследования было установлено, что психоэмоциональные расстройства широко распространены в обеих группах пациентов. В частности, в группе I клиническая тревожность наблюдалась у 55,6±6,8% пациентов, а субклиническая тревожность — у 18,5±5,3% пациентов, тогда как в группе II клиническая тревожность наблюдалась у 62,7±6,8%, а субклиническая тревожность — у 23,5±6,0%. Это свидетельствует о широком распространении тревожных расстройств у пациентов с ревматоидным артритом.

В группе I, где применялся комплексный психотерапевтический подход, уровень клинической тревожности значительно снизился с 55,6% до 3,7±2,6% через 3 месяца наблюдения ($p < 0,001$), а субклиническая тревожность составила 74,1±6,0%. Через 6 месяцев наблюдения процент пациентов, у которых тревожность полностью отсутствовала, увеличился до 83,3 ± 5,1 % ($p < 0,001$), а клиническая тревожность полностью исчезла. В группе II уровень тревожности снижался медленнее, и через 6 месяцев клиническая тревожность сохранялась у 23,5±6,0% пациентов.

Таблица 3.

Связь активности ревматоидного артрита с уровнем депрессии

Уровни активности РА		Задание I		Задание II		Задание III		Общий	
		абс	%	абс	%	абс	%	абс	%
I группа, n=54									
Депрессия по шкале HADS (до)	Нет депрессии	0	0,0±0,0	2	3,7±2,6	1	1,9±1,9	3	5,6±3,2
	Субклиническая депрессия	0	0,0±0,0	18	33,3±6,5	2	3,7±2,6	20	37,0±6,6
	клиническая	1	1,9±1,9	12	22,2±5,7	5	9,3±4,0	18	33,3±6,5

	депрессия								
Депрессия по шкале HADS (через 3 месяца)	Нет депрессии	0	0,0±0,0	2	3,7±2,6	1	1,9±1,9	3	5,6±3,2
	Субклиническая депрессия	0	0,0±0,0	18	33,3±6,5	2	3,7±2,6	20	37,0±6,6
	клиническая депрессия	1	1,9±1,9	12	22,2±5,7	5	9,3±4,0	18	33,3±6,5
HADS-депрессия (6 месяцев спустя)	Нет депрессии	0	0,0±0,0	20	37,0±6,6 *** ^^	3	5,6±3,2	23	42,6±6,8 *** ^^
	Субклиническая депрессия	1	1,9±1,9	12	22,2±5,7	5	9,3±4,0	18	33,3±6,5
	клиническая депрессия	0	0,0±0,0	0	0,0±0,0 ^^	0	0,0±0,0 * ^	0	0,0±0,0 ^^
II группа, n=51									
Депрессия по шкале HADS (до)	Нет депрессии	0	0,0±0,0	6	11,8±4,6	5	9,8±4,2	11	20,4±5,7 &
	Субклиническая депрессия	1	2,0±2,0	14	27,5±6,3	7	13,7±4,9	22	40,7±6,9
	клиническая депрессия	0	0,0±0,0	8	15,7±5,1	3	5,9±3,3	11	20,4±5,7
Депрессия по шкале HADS (через 3 месяца)	Нет депрессии	0	0,0±0,0	6	11,8±4,6	5	9,8±4,2	11	20,4±5,7 &
	Субклиническая депрессия	1	2,0±2,0	14	27,5±6,3	7	13,7±4,9	22	40,7±6,9
	клиническая депрессия	0	0,0±0,0	8	15,7±5,1	3	5,9±3,3	11	20,4±5,7
HADS-депрессия (6 месяцев спустя)	Нет депрессии	0	0,0±0,0	6	11,8±4,6 &&	5	9,8±4,2	11	20,4±5,7 &
	Субклиническая депрессия	1	2,0±2,0	15	29,4±6,4	7	13,7±4,9	23	42,6±7,0
	клиническая депрессия	0	0,0±0,0	7	13,7±4,9 &	3	5,9±3,3	10	18,5±5,5 &&

Примечание: * - разница является значимой по сравнению с показателями до эксперимента (* - $P < 0,05$; ** - $P < 0,01$; *** - $P < 0,001$). ^ - разница является значимой по сравнению с показателями через 3 месяца после эксперимента (^ - $P < 0,05$; ^^ - $P < 0,01$; ^^ - $P < 0,001$). & - разница является значимой по сравнению с показателями группы I (& - $P < 0,05$; && - $P < 0,01$; &&& - $P < 0,001$).

Результаты шкалы депрессии HADS показали аналогичную динамику. В начале исследования клиническая депрессия наблюдалась у $33,3 \pm 6,5\%$ пациентов в группе I, но через 6 месяцев этот показатель снизился до 0% ($p < 0,001$). Доля пациентов без симптомов депрессии увеличилась до $42,6 \pm 6,8\%$. В группе II показатели депрессии изменились относительно незначительно — через 6 месяцев клиническая депрессия сохранилась у $18,5 \pm 5,5\%$ пациентов.

Показатель качества жизни также подтвердил эффективность комплексной психотерапии. В начале исследования у $88,9 \pm 4,3\%$ пациентов в группе I было низкое качество жизни, тогда как после лечения доля пациентов с хорошим показателем качества жизни увеличилась до $61,1 \pm 6,7\%$ ($p < 0,001$). Низкое качество жизни практически не наблюдалось. В группе II улучшение показателей качества жизни было менее выраженным, и через 6 месяцев у $62,7 \pm 6,8\%$ пациентов всё ещё сохранялось низкое качество жизни.

Таблица 4.

Влияние активности ревматоидного артрита на качество жизни

Серопозитивный			качество жизни (до)			качество жизни (после)		
			хороший	середина	плохой	хороший	середина	плохой
Группа I, n=54	Задание I	абс.	0	0	1	1	0	0
		%	0,0±0,0	0,0±0,0	1,9±1,9	1,9±1,9	0,0±0,0	0,0±0,0
	Задание II	абс.	0	2	30	25	7	0
		%	0,0±0,0	3,7±2,6	55,6±6,8	46,3±6,8	13,0±4,6 *	0,0±0,0 ***

	Задание III	абс.	0	0	17	7	10
		%	0,0±0,0	0,0±0,0	31,5±6,4	13,0±4,6 *	18,5±5,3 **
	Общий	абс.	0	2	48	33	17
		%	0,0±0,0	3,7±2,6	88,9±4,3	61,1±6,7 ***	31,5±6,4 **
Группа II, n=51	Задание I	абс.	0	0	1	0	0
		%	0,0±0,0	0,0±0,0	2,0±2,0	0,0±0,0	2,0±2,0
	Задание II	абс.	0	4	24	0	7
		%	0,0±0,0	7,8±3,8	47,1±7,1	0,0±0,0	13,7±4,9
	Задание III	абс.	0	4	11	0	5
		%	0,0±0,0	7,8±3,8	21,6±5,8	0,0±0,0	9,8±4,2
	Общий	абс.	0	8	36	0	12
		%	0,0±0,0	15,7±5,1	70,6±6,4	0,0±0,0	23,5±6,0

Примечание: * - разница по сравнению с показателями до начала эксперимента является статистически значимой (* - $P < 0,05$; ** - $P < 0,01$; *** - $P < 0,001$).

Полученные результаты показывают, что комплексный психотерапевтический подход эффективен в значительном снижении уровня тревожности и депрессии, стабилизации психоэмоционального состояния и улучшении качества жизни у пациентов с ревматоидным артритом.

В то же время, хотя психологические показатели положительно изменились у пациентов, получавших только стандартную фармакотерапию, эти изменения были менее выраженными, чем в группе, получавшей комплексное лечение.

Заключение. Результаты исследования показали, что психоэмоциональные расстройства, в частности тревога и депрессия, широко распространены среди пациентов с ревматоидным артритом. В начале исследования у значительной части пациентов наблюдались клинические и субклинические симптомы тревоги и депрессии, которые были связаны с хроническим течением заболевания, болевым синдромом и функциональными ограничениями.

У пациентов, получавших комплексную психотерапевтическую помощь, было отмечено значительное снижение показателей тревожности и депрессии. В частности, в течение 6-месячного периода наблюдения клиническая тревожность и депрессия практически исчезли, а психоэмоциональное состояние стабилизировалось у большинства пациентов. В контрольной группе эти показатели улучшались относительно медленно, а у некоторых пациентов сохранялись психологические расстройства.

Показатель качества жизни также подтвердил эффективность комплексной психотерапии. В группе, получавшей психотерапевтическое вмешательство, качество жизни пациентов значительно улучшилось, с положительной динамикой как в физическом, так и в психическом компонентах. В группе, получавшей стандартное лечение, показатели качества жизни изменились в меньшей степени.

Таким образом, было установлено, что применение комплексного психотерапевтического подхода наряду с фармакотерапией в лечении пациентов с ревматоидным артритом имеет важное значение для улучшения психоэмоционального состояния, снижения уровня тревожности и депрессии, а также повышения качества жизни пациентов. Такой подход обосновывает необходимость широкого внедрения биопсихосоциальной модели в лечение ревматоидного артрита.

Литература:

1. Smolen J.S., Aletaha D., McInnes I.B. Rheumatoid arthritis. Lancet. 2016;388(10055):2023–2038. doi:10.1016/S0140-6736(16)30173-8.
2. Matcham F., Rayner L., Steer S., Hotopf M. The prevalence of depression in rheumatoid arthritis: a systematic review and meta-analysis. Rheumatology. 2013;52(12):2136–2148. doi:10.1093/rheumatology/ket169.
3. Cutolo M., Straub R.H. Stress as a risk factor in the pathogenesis of rheumatoid arthritis. Autoimmunity Reviews. 2014;13(12):1146–1149. doi:10.1016/j.autrev.2014.10.002.
4. Kojima M., Kojima T., Ishiguro N. Psychosocial factors and quality of life in rheumatoid arthritis. // Modern Rheumatology. 2009;19(5):535–542. doi:10.1007/s10165-009-0209-0.

5. Sharpe L., Sensky T., Timberlake N. Cognitive behavioral therapy for patients with rheumatoid arthritis: long-term outcomes. *Pain*. 2001;89(2–3):195–203. doi:10.1016/S0304-3959(00)00359-4.
6. Van Dyke M.M., Parker J.C. Cognitive behavioral therapy for rheumatoid arthritis pain and disability. // *Arthritis Care & Research*. 2012;64(8):1125–1132. doi:10.1002/acr.21666.
7. Matcham F., Ali S., Irving K. Are depression and anxiety associated with disease activity in rheumatoid arthritis? // *Rheumatology*. 2016;55(5):879–890. doi:10.1093/rheumatology/kev403.
8. Katz P. Causes and consequences of fatigue in rheumatoid arthritis. *Current Opinion in Rheumatology*. 2017;29(3):269–276. doi:10.1097/BOR.0000000000000376.
9. Zautra A.J., Hamilton N.A., Burke H.M. Resilience and chronic arthritis: psychosocial factors and adaptation. // *Health Psychology*. 2010;29(4):389–397. doi:10.1037/a0019725.
10. Smolen J.S., Landewé R.B.M., Bijlsma J.W.J. et al. EULAR recommendations for the management of rheumatoid arthritis. // *Annals of the Rheumatic Diseases*. 2020;79(6):685–699. doi:10.1136/annrheumdis-2019-216655.
11. Fiest K.M., Hitchon C.A., Bernstein C.N. Systematic review and meta-analysis of depression in rheumatoid arthritis. // *Arthritis Care & Research*. 2017;69(10):1593–1603. doi:10.1002/acr.23176.
12. Yusupxodjayeva S.T. Revmatoid artrit patogenezida psixoemotsional buzilishlarning roli va ularni aniqlashning samarali usullari. // *Oriental journal of medicine and natural sciences* 2 (4) 127-131, 2025

Zakirova Muxabbat Sabirovna,
Farg'ona davlat universiteti Psixologiya kafedrasida dotsenti

BOLA SHAXSINI OILAVIY QADRIYATLAR TIZIMIDA RIVOJLANISHIDA OTA-ONANING O'RNINI

Annotatsiya. Ushbu maqolada bola shaxsini oilaviy qadriyatlar tizimida rivojlantirishning xususiyatlari, milliy o'z-o'zini anglash, milliy psixologiya, milliy tuyg'u, milliy madaniyat, til, urf-odat, udum va an'analar, ularning inson ma'naviy barkamolligini ta'minlashda, dunyoqarashni shakllantirishda qadriyatlarning ta'siri va unda ota-onaning o'rnini nazariy asoslari yoritilgan. Ushbu muammoni o'rganish bo'yicha tadqiqotlar olib borilgan va empirik ma'lumotlar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: milliy qadriyatlar, oilaviy qadriyatlar, mehnat qadriyatlari, maishiy turmushni ifodalovchi qadriyatlar, madaniy-ma'rifiy qadriyatlar, badiiy-estetik qadriyatlar, sog'lom turmush tarziga oid qadriyatlar, urf-odatlar, an'analar.

РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ РЕБЁНКА В СИСТЕМЕ СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЕЙ

Аннотация. В данной статье рассматриваются особенности развития личности ребенка в системе семейных ценностей, национального самосознания, национальной психологии, национального чувства, национальной культуры, языка, обычаев, традиций и традиций, их влияние на ценности, обеспечение духовного благополучия человека, формирование мировоззрения, а также теоретические основы роли родителей в этом процессе. Проведено исследование данной проблемы и проанализированы эмпирические данные.

Ключевые слова: национальные ценности, семейные ценности, трудовые ценности, ценности, отражающие повседневную жизнь, культурные и образовательные ценности, художественные и эстетические ценности, ценности, связанные со здоровым образом жизни, обычаи, традиции.

THE ROLE OF PARENTS IN THE DEVELOPMENT OF A CHILD'S PERSONALITY WITHIN THE SYSTEM OF FAMILY VALUES

Abstract. This article discusses the features of the development of a child's personality in the family value system, national self-awareness, national psychology, national feeling, national culture, language, customs, traditions and customs, their influence on values in ensuring human spiritual well-being, forming a worldview, and the theoretical foundations of the role of parents in it. Research has been conducted to study this problem and empirical data have been analyzed.

Keywords: national values, family values, labor values, values that represent everyday life, cultural and educational values, artistic and aesthetic values, values related to a healthy lifestyle, customs, traditions.

Kirish. Milliy qadriyatlarimiz, urf-odat va an'alarimiz yanada rivojlangandagina jamiyatimizda o'tkazilayotgan islohotlar muvaffaqiyatli amalga osha oladi, chunki ma'naviy barkamol, ma'rifatli, ruhan bardam, yangicha tafakkurlash qobiliyatiga ega insongina istiqlol va taraqqiyot yo'lini sharaf bilan o'ta oladi. Shunday ekan, xalqimizning madaniy merosi, yuksak ma'naviy qadriyatlarini chuqur va atroflicha o'rganib, ularni Respublikamizda yashovchi har bir insonning ongiga singdirib, ayniqsa, yosh avlodni ma'naviy yetuk, fidoyi kishilar etib tarbiyalash hozirgi kunda eng dolzarb muammolardan hisoblanadi. Jamiyatimizda milliy qadriyatlarimizning tiklanishi, milliy o'z-o'zini anglash, milliy psixologiya, milliy tuyg'u, milliy madaniyat, til, urf-odat, udum va an'analar, ularning inson ma'naviy barkamolligini ta'minlashda, dunyoqarashni shakllantirishda, bunyodkorlik faolligini oshirishdagi o'rniga, shuningdek, milliy, mintaqaviy va umuminsoniy qadriyatlarning mushtarakligi, ijtimoiy-siyosiy, tabiiy, moddiy qadriyatlar hamda yuksak milliy ma'naviyatimizning jahon hamjamiyatiga qo'shilishdagi vositachilik roli kabi dolzarb muammolarga alohida e'tibor qaratildi.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. Yosh avlodni milliy va umuminsoniy qadriyatlar bilan tanishtirish orqali mazkur qadriyatlarga hurmat ruhida tarbiyalash muhim ahamiyat kasb etadi. Milliy qadriyatlar tarkibiga kiruvchi milliy urf-odatlar, an'ana va udumlar, bayram va marosimlar avlodlar kamolotida katta tarbiyaviy ahamiyatga ega. Xalqimiz asrlar davomida shu qadriyatlarga sodiq qolgan, ulardan farzandlar tarbiyasida foydalana olgan.

Axloqiy qadriyatlar kishilariing bir-birlariga, o'zlari mansub jamoaga, vatanga nisbatan tarixan tarkib topgan munosabatlarini ifodalaydi. Axloq muayyan xulq-atvor, odob, xatti-harakat, norma, qoida va prinsiplar majmuasidir. Axloqiy tushunchalarga yaxshilik va yomonlik, burch, vijdon, sha'n (or-nomus), baxt, adolat, ideal kabilar kiradi. Insonning oila, jamiyat, xalq manfaatlarini anglab qilayotgan har qanday xatti-harakati yaxshilik tushunchasi nuqtayi nazaridan baholanadi. Burch — kishining Vatan, xalq, jamoa, oila bilan o'zaro munosabatlarida o'z oldidagi majburiyat va mas'uliyatini sezishi, ularga nisbatan sadoqatini ifodalaydi. Vijdon — kishining xatti-harakatiga o'zining munosabatini, kishining o'z xulq- odobi uchun ma'naviy mas'uliyat hissini ifodalaydi. Sha'n tushunchasi shaxsga jamiyat beradigan ijtimoiy bahoni belgilovchi va shaxsiy qadr-qimmatini ifoda kiluvchi tushunchadir. Baxt tushunchasi insonning ijtimoiy va shaxsiy hayotidagi o'z faoliyati, ruyobga chiqqan orzu-istak va maqsadlaridan mamnunligini bildiradi. Axloq kategoriyalari insonning yurish-turishiga baho beradi, uni jamiyatda mavjud, ko'pchilik ma'qullagan xatti-harakatga chorlaydi.

Tadqiqot metodologiyasi. Vatanimizga mukammal, axloqan pok, har tomonlama yetuk, o'z xalqi va vatanga fidoiy, jismoniy barkamol yoshlarni tarbiyalashda xalq qadriyatlarining barcha imkoniyatlaridan foydalanish masalalari yosh avlodni tarkib toptirish vazifasini belgilab beradi. Chunonchi milliy va ma'naviy qadriyatlar mohiyatini kelgusi avlodga tushuntirish ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. Ma'lumki, qadriyatlarni yaratuvchi, ham, avloddan-avlodga yetkazuvchi ham xalqning o'zi. Shu bois ham yo avlodni tarkib toptirishda qadriyatlar pedagogik jihatdan keng o'rganiladi, bunda ular quyidagi shakllarda namoyon bo'ladi: oilaviy qadriyatlar, mehnat qadriyatlari, maishiy turmushni ifodalovchi qadriyatlar, ijtimoiy- sivosiy mazmundagi qadriyatlar, madaniy-ma'rifiy qadriyatlar, badiiy- estetik qadriyatlar, sog'lom turmush tarziga oid qadriyatlar, ma'naviy- ruhiy qadriyatlar. Oilaviy qadriyatlar oila va oila a'zolari tomonidan qadrlanadigan o'zaro munosabatlar shakllanadi.

Insondagi dastlabki ijtimoiy tajriba va ijtimoiy xulq elementlari aynan oilada, oilaviy munosabatlar tizimida shakllanadi. Oila, uning asrlar mobaynida saqlanib kelayotgan muqaddas an'analar orqali yoshlarda vatanga muhabbat, imon, e'tiqod, ma'suliyat, vatanparvarlik, insonparvarlik, ilmga ishtiyoq va madaniyat ko'nikmalari shakllanadi. Ota-onalar oila a'zolarining amaliy faoliyatlarini uyushtiradi, farzandlarini bolaligidan boshlab mehnatga, mustaqillikka, shaxslararo ibratli munosabatga o'rgata boradi. Oilaning ma'naviy dunyosini takomillashtirish uchun unda zarur ruhiy xotirjamlik, ibratli ruhiy munosabat, o'zaro totuvlik yaratilgan bo'lishi zarur. Turmushdagi samimiy va oqilona munosabatlar, iliq ruhiy iqlim ta'siri natijasida oila a'zolarida kamtarlik, ko'ngilchanlik, iltifot, sabr, uyatchanlik, to'g'rilik, yaxshilik, yumshoqlik, dilkashlik, mehribonlik, talabchanlik, mehnatsevarlik, vijdonlilik, mehnatga ma'suliyat, ozodalik, izzat-nafs, tejab tergashlik kabi shaxs xislatlari tashkil topadi. (3.45)

Olingan natijalar va ularning tahlili. Bola shaxsini oilaviy qadriyatlar tizimida rivojlanishida ota-onaning o'rni muammosini amaliy jihatdan o'rganish maqsadida tadqiqotlar olib bordik. Tadqiqotimizda yosh avlod tarkib topayotgan o'zbek oilalaridagi ota-onalarning oilaviy qadriyatlar borasidagi tushunchalarini aniqlash va bolaga ta'lim- tarbiya berishda undan foydalanish darajalarini o'rganish uchun anketa savolnomasidan foydalandik. Tadqiqotimizda birinchi bosqichida Farg'ona shahar 20-umumta'lim maktabining 1-sinfning 20 nafar o'quvchilarning ota-onalari tanlab olindi. Oilaviy qadriyatlar borasidagi tushunchalarini aniqlash va bolaga ta'lim-tarbiya berishda undan foydalanish darajalarini o'rganish uchun anketa savolnomasi tarqatildi.

1. Oilangizda qanday qadriyatlar e'zozlanadi, amal qilinadi? savoli bo'yicha natijalar

1-jadval.

№	Tanlov	Chastotasi
1	Kattalarga hurmat, kichiklarga izzatda bo'lish	20 0,10
2	Ota-onani e'zozlash	20 0,10
3	Vatanparvarlik va Vatanni sevish	15 0,75
4	Ozodalik va obodonlashtirishga e'tibor berish	12 0,6
5	Mehmondo'stlik va mehmonga izzat-ikrom ko'rsatish	7 0,35
6	Muomila odobi va madaniyatiga rioya qilish	7 0,35
7	Oila davrasi bayram va yig'inlarni tashkil etish	5 0,25
8	Oilaga muqaddas maskan sifatida qarash	5 0,25
9	Kichik va zaiflarni himoya qilish	5 0,25
10	Mehnatsevarlik	5 0,25
11	Rostgo'ylik, mehr-oqibatlilik sadoqatlilik kabi fazilatlarni tarkib toptirishga e'tibor qaratish	2 0,1
12	Avlod-ajdodlar xotirasiga hurmat bilan qarash	2 0,1

13	Mahalla koriga yarash	2	0,1
14	Xalqparvarlik, millatni e'zozlash	2	0,1
15	Muhtojlarga yordam berish	2	0,1

Oilalarda qaysi qadriyatlardan e'zozlanishini o'rganish bo'yicha qaytarilish chastotasi quyidagicha: kattalarga hurmat, kichiklarga izzatda bo'lish 0,10, ota-onani e'zozlash 0,10, vatanparvarlik va Vatanni sevish 0,75, ozodalik va obodonlashtirishga e'tibor berish 0,6, mehmondo'stlik va mehmonga izzat-ikrom ko'rsatish 0,35, muomila odobi va madaniyatiga rioya qilish 0,35, oila davrasi bayram va yig'inlarni tashkil etish 0,25, oilaga muqaddas maskan sifatida qarash 0,25, kichik va zaiflarni himoya qilish 0,25, mehnatsevarlik 0,25, rostgo'ylik, mehr- oqibatlilik sadoqatlilik kabi fazilatlarni tarkib toptirishga e'tibor qaratish 0,1, avlod-ajdodlar xotirasiga hurmat bilan qarash 0,1, mahalla koriga yarash xalqparvarlik, millatni e'zozlash 0,1, muhtojlarga yordam berish 0,1ni tashkil qildi.

Oilalarda ayniqsa, axloqiy fazilatlarni shakllantirishga e'tibor berilini namoyon bo'ldi.

2. Farzandingizni kamol toptirishda qaysi qadriyatlardan foydalanasiz? savoli bo'yicha natijalar

2-jadval.

№	Tanlov	Chastotasi	
1	O'zbek xalq og'zaki ijodi (folklor, afsonalar, asotirlar, rivoyatlar, ertaklar, naqlar, latifalar, loflar, alla, maqollar, matallar, topishmoqlar, dostonlar, askiyalar, tez aytishlar, aytishuvlar)	20	0,10
2	Milliy urf-odatlar, an'analar va marosimlar	20	0,10
3	Xalq o'yinlari va o'yinchoqlar	18	0,9
4	Diniy ta'limotlar	2	0,1
5	Xalq amaliy san'ati va hunarmandchilik	6	0,3
6	Milliy musiqa va qo'shiqchilik san'ati	14	0,7
7	Tasviriy san'at	9	0,45
8	Tarixiy yodgoriliklar va milliy me'morchilik	6	0,3
9	Xalq raqs san'ati	15	0,75
10	O'rta Osiyo va o'zbek xalqi mutafakkirlarining asarlari	7	0,35

O'zbek xalq og'zaki ijodi 0,10, milliy urf-odatlar, an'analar va marosimlar 0,10, xalq o'yinlari va o'yinchoqlar 0,9, diniy ta'limotlar 0,1, xalq amaliy san'ati va hunarmandchilik 0,3, milliy musiqa va qo'shiqchilik san'ati 0,7, tasviriy san'at 0,45, tarixiy yodgoriliklar va milliy me'morchilik 0,3, xalq raqs san'ati 0,75, O'rta Osiyo va o'zbek xalqi mutafakkirlarining asarlari 0,35ni tashkil etdi.

Tadqiqotlarimiz shuni ko'rsatdiki farzand tarbiyasida barcha o'zbek xalq og'zaki ijodining ertaklar janridan keng foyalanishar ekan. Tadqiqotlarimizning keyingi bosqichida shundan foydalandik.

Bolalarning javoblariga e'tibor bersak, savollarga javob berishda ular eshitgan yoki ko'rgan ertaklarini tasavvur etgan holda javob berganlarini ko'rish mumkin. Ular ertaklardagi ijobiy va salbiy obrazlar va ularning xulqini tasavvur eta olganlar. Ertaklarda yaxshilikni g'alaba qilishi o'z ta'sirchanligiga ega. Ular asosan ijobiy qahramonlarga o'xshashni va ijobiy xulqqa ega bo'lishni xohlagan. Lekin ayrim bolalar salbiy obrazlarning kuchliligi, qo'rqmasligiga ham havas qilganlar. Ota-onalar bolalar tomonidan ertaklar mazmunini qanday idrok etib borayotganliklarini nazorat qilib borishlari maqsadga muvofiq bo'lar edi. Ertak syujetida bosh qahramonning botir, jasur bo'lishi, ular yomonlikni yo'q qilishlari uchun kurashishi, jangga kirishini alohida ta'kidlash muhimdir.

Xulosa. Natijalardan ko'rinib turibdiki, shaxsda shaxsga xos ijobiy fazilatlarni shakllanishda qadriyatlar muhim vositalarda biri ekan. Ta'lim-tarbiya jarayonida qadriyatlar tizimidan foydalanish bolalarga zavq-shavq bag'ishlaydi. Insonga xos ijobiy va salbiy fazilatlarni ajratishga va o'zlarini qanday tutishga o'rganadilar. Avlod-dan-avlodga o'tib kelayotgan qadriyatlar tizimi shaxsning tevarak-dunyo va shaxslararo munosabatlar bilan tanishtirishning eng qiziqarli, unga zavq-shavq bag'ishlovchi va bolaning xulqiga irodaviy zo'riqishlarsiz, engillik bilan ta'sir ko'rsatuvchi vositadir. Shu tariqa bolalar hayot va shaxslararo munosabat bilan tanishadilar. Hozirjavoblik va topqirlikka o'rganadilar. Kishi shaxsga xos fazilatlarning mohiyatini sekin-asta yoshi ortishi birlan tushunib boradilar. Shu jarayonda bola "yaxshi" va "yomon" tushunchalarining mohiyatini tushunib uni taqqoslay boshlaydi. Buyuk ajdodlarimiz tomonidan yaratilgan yuksak madaniyat va ilmiy kafshiyotlar jamiyatimizning oliy qadriyati bo'lgan — insonning dunyoqarashini shakllantirish va rivojlantirishda katta ahamiyat kasb etadi. O'z xalqining ko'p asrlik boy tarixi, ajoyib ma'naviy merosi bilan haqli ravishda faxrlanish tuyg'usi, o'tmishni qo'msash emas, balki qadimiy tarixni, xalq yaratgan moddiy va ma'naviy boyliklarni kengroq o'rganish va ochib berish, ularni

yangi avlodlar tomonidan ajdodlar merosi sifatida o'zlashtirishni ta'minlashdan iboratdir. Xalq og'zaki ijodi yoshlarga milliy tarbiya berish va boshqa xalq vakillariga hurmatni tarkib toptirish vositasidir. Oilaviy qadriyatlar bolada shaxsga xos fazilatlar haqidagi tasavvurlarning hosil bo'lishida muhim vosita bo'lib hisoblanadi. Bola shaxsini rivojlanishi va shaxsga xos fazilatlarining shakllanishi oilada foydalanilayotgan qadriyatlarga ham bog'liq. Oilada qadriyatlari e'zozlansa va amal qilinsa shu muhitda tarkib topayotgan bola xulqida o'z ifodasini topadi.

Bunga ko'ra ota-onalarga quyidagi tavsiyalarimizni ishlab chiqdik:

1. Umuminsoniy qadriyatlar insoniyat taraqqiyot bosqichlari tajribalarini o'zida mujassam etgan, eng ezgu tuyg'ularga yo'g'rilgan va komillik sari da'vat etuvchi ma'naviy-ruhiy tushunchalar darajasiga ko'tarilishini anglagan holda shaxs shakllanishida umuminsoniy va milliy qadriyatlardan uyg'un holda foydalanish samaralidir.

2. Shaxs shakllanishida umuminsoniy va milliy qadriyatlaridan foydalanish bilan birga ular haqida tushunchalar berib borish ham maqsadga muvofiqdir.

3. Qadriyatlarning bola shaxsini shakllanishidagi o'rni muhimligini hisobga olib, bolaning ta'lim-tarbiyasida yoshiga mos ravishda uning turlaridan reja asosida, muntazam foydalanib borish maqsadga muvofiqdir.

4. Qadriyatlaridan eng qiziqarli, unga zavq-shavq bag'ishlovchi va bolaning xulqiga irodaviy zo'riqlarsiz, yengillik bilan ta'sir ko'rsatuvchi vosita ekanligiga e'tiborni qarating.

Adabiyotlar:

1. Abdullayeva M. Milliy tarbiya va ma'naviy qadriyatlar. O'qituvchi nashriyoti, 2017. —45–92 b
2. Ismoilov, M. O'zbek oilasida tarbiya an'analari. Sharq nashriyoti, 2016. — 41–110 b
3. To'nalov, J. Qadriyatlar falsafasi. — Toshkent: "O'zbekiston", 2000. — 192 b
4. Qodirova F. Maktabgacha yoshdagi bolalarni milliy qadriyatlar asosida tarbiyalash. Fan va texnologiya nashriyoti, 2019. —22–85 b.
5. Saidov A. Ma'naviyat asoslari. O'zbekiston Milliy ensiklopediyasi nashriyoti, 2015. - 61–118.
6. Yo'ldosheva S. Xalq urf-odatları va an'analari. O'qituvchi nashriyoti, Toshkent, 2003. — 160 b.
7. <https://academic.oup.com/princeton-scholarship-online/book/23923>

Алимова Елена Геннадьевна,
 доктор философии (PhD) по психологическим наукам
 Национальный педагогический университет
 Узбекистана имени Низами
 Lena-alm@mail.ru

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕСУРСЫ И МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕГУЛЯЦИИ ИНТЕРНЕТ-ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье рассматривается проблема формирования дезадаптивных форм интернет-поведения у подростков в условиях цифровизации образовательной и социальной среды. Особое внимание уделяется роли личностных ресурсов и механизмов психологической регуляции в обеспечении устойчивости подростков к рискам цифровой аддикции. Цель исследования — выявить особенности взаимосвязи личностных ресурсов и механизмов психологической защиты в структуре интернет-поведения подростков. Эмпирическое исследование проведено на выборке подростков 12–15 лет. Были использованы валидизированные психодиагностические методики, направленные на оценку психологической устойчивости, защитных механизмов и выраженности интернет-зависимости. Установлено, что личностные ресурсы подростков связаны с характером используемых психологических защит, которые выполняют регуляторную функцию в цифровом поведении. Полученные результаты расширяют представления о психологических факторах интернет-зависимости и могут быть использованы при разработке профилактических программ в образовательной среде.

Ключевые слова: интернет-поведение, подростки, личностные ресурсы, психологическая регуляция, защитные механизмы, цифровая среда.

PERSONAL RESOURCES AND MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL REGULATION OF ADOLESCENTS' INTERNET BEHAVIOR

Abstract. The article addresses the problem of the formation of maladaptive forms of internet behavior among adolescents in the context of the digitalization of educational and social environments. Special attention is given to the role of personal resources and mechanisms of psychological regulation in ensuring adolescents' resilience to the risks of digital addiction. The aim of the study is to identify the characteristics of the relationship between personal resources and psychological defense mechanisms within the structure of adolescents' internet behavior. An empirical study was conducted on a sample of adolescents aged 12–15 years. Validated psychodiagnostic instruments were used to assess psychological resilience, defense mechanisms, and the severity of internet addiction. The findings demonstrate that adolescents' personal resources are associated with the nature of psychological defenses, which perform a regulatory function in digital behavior. The results expand current understanding of the psychological factors underlying internet addiction and may be applied in the development of preventive programs in educational settings.

Keywords: internet behavior, adolescents, personal resources, psychological regulation, defense mechanisms, digital environment.

O'SMIRLARNING ONLAYN XATTI-HARAKATLARINI PSIXOLOGIK TARTIBGA SOLISHNING SHAXSIY RESURLARI VA MEXANIZMLARI

Annotatsiya. Maqolada raqamli ta'lim va ijtimoiy muhit sharoitida o'smirlarning internetdan nojo'ya foydalanish shakllarining shakllanish muammosi ko'rib chiqiladi. Maxsus e'tibor shaxsiy resurslar va psixologik tartibga solish mexanizmlarining raqamli addiksiya xavfiga chidamlilikni ta'minlashdagi rolga qaratilgan. Tadqiqotning maqsadi — o'smirlarning internet xulq-atvori tuzilmasida shaxsiy resurslar va psixologik himoya mexanizmlari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni aniqlash. Empirik tadqiqot 12–15 yoshdagi o'smirlar tanlovida o'tkazildi. Psixologik chidamlilik, himoya mexanizmlari va internetga qaramlik darajasini baholashga qaratilgan validatsiyalangan psixodiagnostik metodikalar ishlatilgan. O'rganish natijalari shuni ko'rsatdiki, o'smirlarning shaxsiy resurslari ishlatiladigan psixologik himoya xususiyatlari bilan bog'liq bo'lib, ular raqamli xulq-atvorda tartibga soluvchi funksiyani bajaradi. Olingan natijalar internetga qaramlikning psixologik omillari haqidagi tasavvurlarni kengaytiradi va ta'lim muhitida profilaktik dasturlarni ishlab chiqishda qo'llanilishi mumkin.

Kalit soʻzlar: internet-xulq, oʻsmirlar, shaxsiy resurslar, psixologik tartibga solish, himoya mexanizmlari, raqamli muhit.

Введение. Цифровая трансформация современного общества оказывает значительное влияние на процессы социализации и психического развития подростков. Интернет-пространство становится не только средством коммуникации и обучения, но и важной средой формирования поведенческих стратегий, ценностных ориентаций и способов эмоциональной регуляции. В то же время рост интенсивности цифрового взаимодействия сопровождается увеличением числа подростков с признаками дезадаптивного интернет-поведения, включая формирование интернет-зависимости.

В научных исследованиях интернет-зависимость рассматривается как многофакторное явление, в основе которого лежит не только специфика цифровой среды, но и индивидуально-психологические особенности личности. Современные подходы подчёркивают роль внутренних ресурсов, обеспечивающих адаптацию подростков к стрессогенным условиям цифрового взаимодействия. К таким ресурсам относятся способность к саморегуляции, эмоциональная устойчивость, а также сформированность механизмов психологической защиты.

Подростковый возраст является критическим периодом в формировании регуляторных систем личности. Незавершённость процессов самоконтроля и эмоциональной зрелости делает подростков особенно чувствительными к цифровым стрессорам. В этих условиях психологическая защита выполняет функцию внутреннего регулятора, определяя способы переработки напряжения и характер реагирования на фрустрирующие ситуации.

Несмотря на возрастающий интерес к проблеме интернет-зависимости, вопрос о том, каким образом личностные ресурсы и механизмы психологической защиты совместно участвуют в регуляции интернет-поведения подростков, остаётся недостаточно изученным. Это определяет актуальность настоящего исследования.

Цель исследования — выявить особенности взаимодействия личностных ресурсов и механизмов психологической защиты в регуляции интернет-поведения подростков.

Материалы и методы исследования. Эмпирическое исследование проведено на выборке из 150 подростков в возрасте 12–15 лет, обучающихся в общеобразовательных учреждениях г. Ташкента. Выборка включала 72 мальчика и 78 девочек. Исследование проводилось с соблюдением этических норм, участие было добровольным.

Для диагностики личностных ресурсов использовалась шкала психологической устойчивости (Connor–Davidson Resilience Scale), адаптированная для русскоязычной выборки. Оценка психологических защитных механизмов осуществлялась с применением опросника Life Style Index (LSI), позволяющего выявить соотношение зрелых и примитивных форм защиты. Для определения выраженности дезадаптивных форм интернет-поведения применялся тест интернет-зависимости К. Янг в адаптации для подростков.

Статистическая обработка данных включала корреляционный анализ (коэффициент Пирсона), а также регрессионный анализ с целью выявления вклада личностных ресурсов и защитных механизмов в формирование интернет-поведения подростков. Уровень статистической значимости принимался равным $p \leq 0,05$.

Результаты исследования. В ходе корреляционного анализа установлена статистически значимая отрицательная связь между уровнем психологической устойчивости и выраженностью интернет-зависимости подростков ($r \approx -0,5$; $p \leq 0,01$), что свидетельствует о защитной роли личностных ресурсов в условиях цифровой среды.

Выявлены значимые различия в структуре психологической защиты у подростков с различным уровнем устойчивости. Подростки с низким уровнем устойчивости чаще используют примитивные формы психологической защиты (отрицание, проекция, регрессия), которые положительно коррелируют с показателями интернет-зависимости ($p \leq 0,05$). Использование данных защит сопровождается снижением самоконтроля и тенденцией к уходу от реальных трудностей в виртуальное пространство.

В группе подростков с высоким уровнем психологической устойчивости преобладают зрелые формы психологической защиты (интеллектуализация, компенсация), которые отрицательно связаны с выраженностью интернет-зависимого поведения ($p \leq 0,05$). Это указывает на их адаптивную функцию и способность обеспечивать более конструктивную регуляцию цифровой активности.

Полученные данные подтверждают, что психологические защитные механизмы выступают значимым регуляторным звеном, опосредующим влияние личностных ресурсов на характер интернет-поведения подростков.

Анализ полученных данных показал наличие выраженных взаимосвязей между личностными ресурсами подростков, характером психологической защиты и особенностями интернет-поведения. Установлено, что более высокий уровень личностной устойчивости ассоциирован с меньшей выраженностью признаков интернет-зависимости и использованием более зрелых механизмов психологической защиты.

Подростки с низким уровнем личностных ресурсов чаще демонстрируют преобладание примитивных защитных механизмов, таких как отрицание, проекция и регрессия, что сопровождается тенденцией к уходу от реальных трудностей в цифровое пространство. В то же время использование зрелой защиты связано с более конструктивными формами интернет-поведения и сохранением контроля над цифровой активностью.

Результаты опосредованного анализа свидетельствуют о том, что психологическая защита выполняет регуляторную функцию, смягчая или усиливая влияние личностных ресурсов на интернет-поведение подростков. Таким образом, характер защитных механизмов выступает важным звеном в системе психологической регуляции цифрового поведения.

Обсуждение результатов. Полученные данные подтверждают положения о том, что психологическая устойчивость выступает значимым личностным ресурсом, снижающим риск формирования интернет-зависимости в подростковом возрасте [10; 15]. Подростки с высоким уровнем устойчивости демонстрируют более зрелые формы психологической защиты, обеспечивающие конструктивную переработку стрессовых воздействий цифровой среды [9; 11].

Преобладание примитивных защитных механизмов может рассматриваться как фактор риска дезадаптивного интернет-поведения, что согласуется с результатами отечественных исследований цифровой социализации [4; 13] и классическими представлениями психодинамического подхода [14].

Несмотря на полученные значимые результаты, настоящее исследование имеет ряд ограничений, которые необходимо учитывать при интерпретации данных. Прежде всего, выборка исследования была представлена подростками, обучающимися в общеобразовательных учреждениях одного города, что ограничивает возможность прямой экстраполяции результатов на более широкие социокультурные группы. Особенности регионального контекста, образовательной среды и семейного воспитания могут оказывать влияние на формирование личностных ресурсов и специфику интернет-поведения подростков.

Кроме того, исследование носило кросс-секционный характер, что позволяет выявлять взаимосвязи между переменными, но не даёт возможности проследить их динамику во времени. В дальнейшем представляется целесообразным проведение лонгитюдных исследований, направленных на анализ изменений психологической устойчивости, защитных механизмов и интернет-поведения подростков на различных этапах возрастного развития.

Ещё одним ограничением является использование преимущественно опросных методов диагностики, основанных на самоотчётах испытуемых. Несмотря на высокую валидность и надёжность применяемых методик, данные самоотчётов могут быть подвержены эффектам социальной желательности и субъективного искажения. В перспективе целесообразно дополнять психодиагностический инструментарий методами экспертной оценки, наблюдения и анализа поведенческих индикаторов цифровой активности.

Перспективным направлением дальнейших исследований является изучение роли дополнительных психологических факторов, таких как эмоциональный интеллект, уровень самоконтроля, особенности семейного взаимодействия и стиль родительского воспитания, в структуре интернет-поведения подростков. Расширение модели исследования позволит более полно раскрыть механизмы психологической регуляции цифрового поведения и повысить эффективность профилактических и коррекционных программ.

Заключение. Результаты исследования позволяют сделать вывод о том, что личностные ресурсы и механизмы психологической защиты играют ключевую роль в регуляции интернет-поведения подростков. Сформированность внутренних регуляторных механизмов способствует снижению риска развития интернет-зависимости и обеспечивает более адаптивное взаимодействие с цифровой средой.

Полученные данные подчёркивают необходимость комплексного подхода к профилактике интернет-зависимости, ориентированного не только на ограничение цифровой активности, но и на развитие личностных ресурсов и зрелых механизмов психологической регуляции в образовательной среде.

Таким образом, личностные ресурсы и механизмы психологической защиты образуют единую систему психологической регуляции интернет-поведения подростков. Развитие психологической

устойчивости и формирование зрелых защитных механизмов может рассматриваться как приоритетное направление профилактики интернет-зависимости в образовательной среде [7; 9; 10].

Практическая значимость

Результаты исследования могут быть использованы при разработке программ психологического сопровождения подростков, направленных на развитие саморегуляции, осознанного интернет-поведения и формирования зрелых защитных стратегий.

Особую ценность данные представляют для деятельности школьных психологов и педагогов, работающих в условиях цифровизации образования.

Рекомендации психолога

На основании полученных результатов исследования рекомендуется включать в систему психологического сопровождения подростков комплекс мер, направленных на развитие личностных ресурсов и формирование зрелых механизмов психологической регуляции интернет-поведения.

Диагностическая работа

В практике школьного и консультативного психолога целесообразно проводить регулярную диагностику уровня психологической устойчивости, особенностей психологических защит и выраженности интернет-зависимого поведения у подростков. Ранняя идентификация преобладания примитивных защитных механизмов (отрицание, проекция, регрессия) позволяет своевременно выявлять группу риска и предупреждать формирование дезадаптивных форм интернет-поведения.

Развитие эмоциональной осознанности и саморегуляции

В коррекционной работе рекомендуется использовать психологические тренинги и групповые занятия, направленные на развитие навыков распознавания и вербализации эмоций, снижение уровня внутреннего напряжения и формирование способности к осознанному эмоциональному реагированию. Развитие эмоциональной осознанности способствует снижению потребности в использовании примитивных форм психологической защиты и уменьшает тенденцию к уходу от реальности в цифровое пространство.

Формирование зрелых механизмов психологической защиты

Психологическая работа с подростками должна быть ориентирована на постепенное формирование и укрепление зрелых защитных механизмов, таких как интеллектуализация и компенсация. С этой целью могут применяться методы когнитивно-рефлексивного анализа, элементы психодинамически ориентированного консультирования, а также техники анализа жизненных ситуаций, позволяющие подростку осознавать собственные способы психологической защиты.

Работа с цифровым поведением и навыками самоконтроля

Рекомендуется включать в программы психологического сопровождения модули, направленные на формирование навыков осознанного и контролируемого использования цифровых технологий. Особое внимание следует уделять развитию способности к планированию времени, установлению личных границ в интернет-пространстве и критическому восприятию цифрового контента.

Психопрофилактическая работа в образовательной среде

В условиях образовательных учреждений целесообразно разрабатывать и внедрять профилактические программы, направленные на укрепление психологической устойчивости подростков. Такие программы могут включать элементы тренинга стрессоустойчивости, развитие навыков совладающего поведения и формирование конструктивных способов преодоления трудных жизненных ситуаций без обращения к интернету как основному средству эмоциональной компенсации.

Консультирование родителей и педагогов

Эффективность профилактики интернет-зависимого поведения возрастает при включении в работу ближайшего социального окружения подростка. Психологу рекомендуется проводить консультирование родителей и педагогов, направленное на повышение их психологической компетентности в вопросах цифровой социализации, понимания защитных реакций подростков и создания поддерживающей, эмоционально безопасной среды.

Индивидуальный подход к подросткам группы риска

В работе с подростками, демонстрирующими низкий уровень психологической устойчивости и выраженные признаки интернет-зависимости, рекомендуется применять индивидуальные формы психологического консультирования. Индивидуальная работа позволяет учитывать личностные особенности подростка, специфику его защитных механизмов и актуальные стрессовые факторы, что повышает эффективность коррекционного воздействия.

С учётом полученных эмпирических данных психопрофилактическая и коррекционная работа с подростками в условиях цифровизации должна носить системный и комплексный характер.

Эффективность профилактики интернет-зависимого поведения повышается при сочетании индивидуальной, групповой и семейной форм работы, направленных на развитие личностных ресурсов и механизмов психологической регуляции.

Одним из ключевых направлений является формирование у подростков навыков осознанного отношения к цифровой среде. Психологические занятия могут быть ориентированы на развитие способности анализировать собственное интернет-поведение, осознавать его функции и последствия, а также выявлять ситуации, в которых цифровая активность используется как средство ухода от эмоциональных трудностей.

Важным компонентом коррекционной работы является развитие альтернативных форм эмоциональной разрядки и самореализации, не связанных с цифровым пространством. Включение подростков в творческую, спортивную и социально значимую деятельность способствует снижению зависимости от виртуального взаимодействия и укреплению психологической устойчивости.

Особое значение имеет работа с защитными механизмами личности подростка. Психологическое сопровождение должно быть направлено не на подавление защитных реакций, а на их постепенную трансформацию в более зрелые и адаптивные формы. Осознание собственных защитных стратегий позволяет подростку расширить репертуар способов совладания со стрессом и повысить уровень саморегуляции.

Коррекционные программы также должны учитывать возрастные и гендерные особенности подростков, а также специфику их цифровой активности. Индивидуализация психологической помощи повышает эффективность вмешательства и способствует устойчивым позитивным изменениям в поведении.

Литература:

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. — СПб.: Питер, 2010. — 288 с.
2. Бочавер А. А., Хломов К. Д. Интернет-зависимость в подростковом возрасте // Вопросы психологии. — 2014. — № 4. — С. 55–65.
3. Войскунский А. Е. Психология поведения человека в интернет-среде. — М.: Смысл, 2019. — 352 с.
4. Греченко О. А. Психологические механизмы интернет-аддикции у подростков // Психологическая наука и образование. — 2017. — Т. 22, № 3. — С. 45–53.
5. Ильин Е. П. Психология стресса. — СПб.: Питер, 2011. — 368 с.
6. Кон И. С. Психология ранней юности. — М.: Просвещение, 2012. — 256 с.
7. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения. — Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2007. — 296 с.
8. Леонтьев Д. А. Личностный потенциал: структура и диагностика. — М.: Смысл, 2011. — 680 с.
9. Нартова-Бочавер С. К. Жизнеспособность личности. — М.: Институт психологии РАН, 2019. — 304 с.
10. Одинцова М. А. Психологическая устойчивость личности. — М.: Академия, 2010. — 224 с.
11. Плутчик Р. Эмоции и механизмы психологической защиты. — СПб.: Питер, 2008. — 384 с.
12. Соколова Е. Т. Психология личности. — М.: Академия, 2015. — 352 с.
13. Солдатова Г. У., Шляпников В. Н. Цифровая социализация подростков. — М.: Генезис, 2018. — 304 с.
14. Фрейд А. Я и механизмы психологической защиты. — М.: Педагогика, 1995. — 144 с.
15. Connor K. M., Davidson J. R. T. Development of a new resilience scale // Depression and Anxiety. — 2003. — Vol. 18. — P. 76–82.
16. Young K. S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder // CyberPsychology & Behavior. — 1998. — Vol. 1. — P. 237–244.

Кучкаров Нодир Бозорович,

независимый исследователь

Бухарского государственного педагогического института

РОЛЬ ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ В ФОРМИРОВАНИИ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МОЛОДЁЖИ

Аннотация. В условиях современной рыночной экономики несомненно актуальной является проблема формирования экономической культуры населения и, прежде всего, молодёжи. Необходимо сформировать экономическую культуру, которая не базируется на усилении корыстного интереса личности в противовес общественному. Экономическая культура проявляется и реализуется в деятельности людей, воплощая те или иные воспринятые, усвоенные, воспроизведённые и заново выработанные образцы культуры. Экономическая культура лежит в основе любой профессиональной деятельности, обеспечивая деловые, творческие качества, компетентность, профессиональное мастерство, потребность работать качественно, чувство ответственности за порученное дело будущего специалиста.

Ключевые слова: экономические закономерности, экономическая культура, экономическая безграмотность, экономические знания, экономическое образование.

THE ROLE OF FINANCIAL LITERACY IN FORMATION OF ECONOMIC CULTURE OF YOUTH

Abstract. In the modern market economy, the problem of forming the economic culture of the population and, first of all, young people is undoubtedly relevant. It is necessary to form an economic culture that is not based on the strengthening of the selfish interest of the individual against the interests of society. Economic culture manifests itself and is realized in the activities of people, embodying certain perceived, assimilated, reproduced, and newly developed examples of culture. Economic culture underlies any professional activity, ensuring business, creative qualities, competence, professional mastery, the need to work qualitatively, and a sense of responsibility for the assigned task of the future specialist.

Keywords: economic laws, economic culture, economic illiteracy, economic knowledge, economic education.

YOSHLARNING IQTISODIY MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHDA MOLIYAVIY SAVODXONLIKNING ROLI

Annotatsiya. Zamonaviy bozor iqtisodiyoti sharoitida aholining, ayniqsa yoshlarning iqtisodiy madaniyatini shakllantirish muammosi nihoyatda dolzarb hisoblanadi. Shaxsiy manfaatni jamiyat manfaatiga qarama-qarshi qo'yishga asoslanmagan iqtisodiy madaniyatni shakllantirish zarur. Iqtisodiy madaniyat insonlarning faoliyatida namoyon bo'ladi va amalga oshadi; u o'zlashtirilgan, qabul qilingan, qayta yaratilgan hamda yangidan shakllantirilgan madaniy namunalar orqali ifodalanadi. Iqtisodiy madaniyat har qanday kasbiy faoliyatning asosini tashkil etib, bo'lajak mutaxassisning ishbilarmonlik va ijodiy sifatlarini, kompetentligini, kasbiy mahoratini, ishni sifatli bajarishga bo'lgan ehtiyojini hamda topshirilgan ish uchun mas'uliyat hissini ta'minlaydi.

Kalit so'zlar: iqtisodiy qonuniyatlar, iqtisodiy madaniyat, iqtisodiy savodsizlik, iqtisodiy bilimlar, iqtisodiy ta'lim.

Введение. Экономические закономерности иногда кажутся чуть ли не мистическими силами, но на самом деле формируют нашу жизнь. Всё чаще мы испытываем чувство национального единения, без которого человек бессилен что-либо изменить в этом «лучшем из миров». Мы становимся взрослее и мудрее на пути рыночных преобразований, требовательнее к тем, кто нами руководит, и внимательнее к тем, с кем мы работаем. Мы ищем не только «точки» нашего экономического роста, но и точки роста духовных сил общества кто из нас не мечтает сегодня жить достойно среди достойных людей? Но много ли мы делаем для этого - каждый на своём месте?

Разве не экономическая безграмотность и пренебрежительное отношение к законам общественного развития привели нас в экономический тупик? Какую роль в этом играют экономические знания? Какую роль в этом играет экономическое воспитание?

При более строгом научном подходе, экономическое образование и экономическое воспитание следует рассматривать как две разные, хотя и органически переплетающиеся стороны единого

процесса и явления - экономической подготовки. Экономическая подготовка этого процесса и результат усвоения обучающимися экономическими знаниями, навыками и умениями – есть сочетание стимулов моральной и материальной заинтересованности населения, а главное молодежи в экономическом образовании.

Анализ литературных источников. Экономическая культура – есть составная часть культуры, регулирующая отношения человека, средств, им созданных, социоприродной среды в сфере экономики. Системный подход к изучению экономической культуры предполагает рассмотрение её во взаимодействии с другими системами, выявление внутренних и внешних факторов, влияющих на нее, определение элементов и структуры системы, её эволюции. Если экономическая система лежит на пересечении систем «природа» и «общество», то система экономической культуры должна лежать на пересечении экономической и гуманитарной систем и внешними факторами по отношению к ней будут, с одной стороны, влияние религии, науки, нравственности, этики и т.д., т.е. элементов общей культуры, с другой стороны - экономика.

В экономической науке существует представление о том, что хозяйство как система, обеспечивающая общество благами, должна хозяйствовать, а не соответствовать моральным нормам. Но сама по себе экономика не свободна от морали, так как управляется людьми, в деятельности которых есть ожидания, представления, нормы морали.

Индивид действует в сфере производства, распределения, обмена и потребления, вступая в отношения с обществом и с природой. Экономические отношения являются сутью этой системы. Например, рыночной экономике соответствует возмездный, конкурентный характер хозяйственных отношений между людьми, вместе с тем этический, нравственный момент может смягчить, но не отменить эту основу. Экономическая культура присутствует в действиях индивидов, составляя их форму и входя в их содержание. Какова экономическая система, каковы отношения в сфере экономики, таковы в основных чертах уровень и тип экономической культуры. В то же время сама система экономической культуры может рассматриваться как внешний фактор, влияющий на экономику. Действия индивидов, определенные их отношения могут, например, способствовать формированию нового, соответствующего этим действиям, типа экономической системы, либо тормозить ее развитие.

Методология исследования. Любая система, в том числе система экономической культуры, имеет свойства, присущие в целом системе и всем её объектам, т.е. интегративные качества. Для системы экономической культуры этим качеством будет их экономическая сущность, связь с трудом или результатом труда, трудовой деятельностью. Системообразующие связи характеризуются отношением общества и человека к производству, распределению, обмену и потреблению не только с точки зрения рациональности, но и с нравственной, этической, гуманной. Такая позиция обеспечивает поддержание устойчивости общества, сохранение его равновесия и жизнеспособности. Являясь отражением (но не зеркальным) экономической системы, экономическая культура в большей степени инертна в своём развитии, чем сама экономическая система. Но в определённые переломные моменты общественного развития она может опережать господствующую в обществе экономическую культуру. [3, с.22].

Следует также отметить, что данные, полученные на основе метода Кондаша, не имеют существенных различий в диапазоне средних нормативных показателей по шкале "В" по сравнению со шкалами "А" и "Б." Следовательно, организация межличностного общения определяется и оценивается наличием важных потребностей в социализации подростка.

Таблица 1.

Результаты корреляционной связи между эмпирическими данными, полученными по шкале Кондаша (n1 = 2000)

χ^2 (Pirson)	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
I	1	0,159	0,144	-0,429	0,785(*)	0,749	0,360	0,729	0,407
	.	0,733	0,757	0,337	0,037	0,053	0,427	0,063	0,364
II	0,159	1	0,605	0,587	0,436	0,542	0,852(*)	0,695	0,569
	0,733	.	0,150	0,166	0,328	0,209	0,015	0,083	0,182

III	-0,144	0,605	1	0,362	0,368	0,469	0,717	0,395	0,555
	0,757	0,150	.	0,425	0,417	0,289	0,070	0,380	0,196
IV	-0,429	0,587	0,362	1	-0,403	-0,203	0,259	0,220	-0,133
	0,337	0,166	0,425	.	0,370	0,662	0,574	0,635	0,776
V	0,785(*)	0,436	0,368	-0,403	1	0,903(**)	0,738	0,702	0,719
	0,037	0,328	0,417	0,370	.	0,005	0,058	0,079	0,069
VI	0,749	0,542	0,469	-0,203	0,903(**)	1	0,696	0,842(*)	0,843(*)
	0,053	0,209	0,289	0,662	0,005	.	0,082	0,018	0,017
VII	0,360	0,852(*)	0,717	0,259	0,738	0,696	1	0,735	0,582
	0,427	0,015	0,070	0,574	0,058	0,082	.	0,060	0,171
VIII	0,729	0,695	0,395	0,220	0,702	0,842(*)	0,735	1	0,569
	0,063	0,083	0,380	0,635	0,079	0,018	0,060	.	0,182
IX	0,407	0,569	0,555	-0,133	0,719	0,843(*)	0,582	0,569	1
	0,364	0,182	0,196	0,776	0,069	0,017	0,171	0,182	.
* P<0,05									
** P<0,01									

Таблица 2.

Результаты корреляционной связи между эмпирическими данными, полученными по шкале Кондаша (n2 = 2000)

χ^2 (Pirson)	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
I	1	-0,399	-0,518	0,395	-0,639	-0,164	-0,500	-0,022	0,107
	.	0,375	0,234	0,381	0,122	0,725	0,254	0,963	0,819
II	-0,399	1	0,338	0,580	0,132	0,881(**)	0,565	0,682	0,656
	0,375	.	0,459	0,173	0,778	0,009	0,186	0,091	0,110
III	-0,518	0,338	1	-0,121	0,904(**)	0,428	0,576	0,358	0,451
	0,234	0,459	.	0,796	0,005	0,338	0,176	0,430	0,310
IV	0,395	0,580	-0,121	1	-0,418	0,494	0,062	0,451	0,811(*)
	0,381	0,173	0,796	.	0,350	0,260	0,894	0,309	0,027
V	-0,639	0,132	0,904(**)	-0,418	1	0,178	0,636	0,001	0,171
	0,122	0,778	0,005	0,350	.	0,703	0,125	0,999	0,713
VI	-0,164	0,881(**)	0,428	0,494	0,178	1	0,564	0,821(*)	0,637
	0,725	0,009	0,338	0,260	0,703	.	0,188	0,024	0,124
VII	-0,500	0,565	0,576	0,062	0,636	0,564	1	0,048	0,382
	0,254	0,186	0,176	0,894	0,125	0,188	.	0,919	0,397
VIII	-0,022	0,682	0,358	0,451	0,001	0,821(*)	0,048	1	0,541
	0,963	0,091	0,430	0,309	0,999	0,024	0,919	.	0,209
IX	0,107	0,656	0,451	0,811(*)	0,171	0,637	0,382	0,541	1

	0,819	0,110	0,310	0,027	0,713	0,124	0,397	0,209	.
* P<0,05									
** P<0,01									

Анализ полученных результатов. Для того, чтобы условно уместить влияние тревожности, связанной с социальной ситуацией, на представления о психологической защите подростков по методу Кондаша в определенные рамки анализа, нам удалось определить динамику средних сравнительно-типичных показателей в диапазоне психологической защиты проявления "Уровень личностной тревожности, связанной с социальной ситуацией у подростков" (таблица 1). Соответственно, диапазон показателей тревожности высокого уровня по шкале "А" составляет 20-40% в группе (по сравнению с $n_1=2000$) и 33-50% к второй группе. По шкале "Б" в первой группе составляет 20-30%, а в второй группе - 20-41%. Диапазон высокого уровня тревожности по шкале "В" характеризуется составлением промежуточного диапазона 22-30% в первой и 39-52% к второй группе.

Экономическая культура проявляется в экономической деятельности, экономическом поведении, в основе которых лежит рациональный подход. Рационализация в условиях экономического обособления индивида от общества, хозяйственная связь между которыми осуществляется только через рынок, проявляется как стремление достичь с наименьшими затратами любых индивидуальных целей. По мнению Козловски П., общество и хозяйство действуют уже не ценностно-рационально (что характерно для традиционного общества), спланировав с наименьшими затратами через социальные ценности в некое символическое единство, а целерационально, в соответствии со своими индивидуальными целями, объединяясь через ценовые сигналы в единое рыночное хозяйство.

Но способность человека предвидеть и заранее учитывать в своих индивидуальных решениях общий интерес не вызывает сомнения, как и то, что это в его интересах. Практика хозяйствующего субъекта протекает в рамках социальной целостности, в которой учет социальных и этических аспектов экономического поведения может оказаться выгодным. То есть нравственное, моральное – есть аспект рационального. Ценностно-рациональные действия могут осуществляться без принуждения, если ценности являются общепринятыми. Поэтому для обеспечения этих целей общества, развития экономики в интересах всех его членов необходимо воспитывать личность, которой внутренне присущи высшие, гуманные ценности: добро, истина, справедливость и др.

Экономическое воспитание молодёжи обеспечивает развитие экономического мышления, формирования нравственных и деловых качеств, образующихся в экономической деятельности: общественной активности, предприимчивости, инициативности, хозяйского бережного, честного отношения к общественному достоянию, ответственности, обновлению технологических процессов и оборудования, высокому качеству, личному успеху и благополучию. Единство экономической подготовки и экономической деятельности представляет собой экономическую культуру.

Заключение. Таким образом, важнейшим элементом экономической культуры является система нравственных ценностей человека, этическая сторона взаимоотношений людей в хозяйственной сфере жизни общества. Поэтому перед отечественной системой образования стоит задача сформировать экономическую культуру специалистов, способствующую осуществлению ими эффективной экономической деятельности, что в конечном счёте создаст фундамент благосостояния общества в целом. Знание основ рыночной экономики необходимо всем. И тем, кто является субъектом рынка как потребитель, и тем, кто со временем пополнит ряды производителей материальных и духовных благ. Истина очевидна и тем, кто действительно заинтересован в развитии экономического образования и воспитания молодёжи, кто понимает, что эту дисциплину необходимо глубоко и всесторонне изучать в каждом учебном заведении. Только так в нашей стране будет сформировано новое поколение людей, способных грамотно и ответственно вести дело, двигать вперед экономику, укреплять благосостояние народа, достойно представлять нашу страну в системе международного разделения труда.

Литература:

1. Автономов В.С. Модель человека в экономической науке. – СПб: Экон. школа, 2008. – 232 с.
2. Козловски П. Этика капитализма. – СПб: Экономическая школа, 2011. - 76 с.
3. Тотов Л., Шаститко А. Модели человека в институциональной экономической теории. – М.: МАКС Пресс, 2012. – 104с.

4. Данилюк А. Я., Кондаков А.М., Тишков В. А. «Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России». М., 2009. – 87 с.
5. Виноградова М.В., Якобчук Л.И. Основные тенденции развития высшего профессионального образования в контексте глобализации // Агропродовольственная политика России. - 2013.- № 11 (23). – 148с.

Мамараймова Раъно Усмановна,
преподаватель Джизакского государственного
педагогического университета

ФОРМИРОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ МОТИВАЦИИ У ДЕВОЧЕК-ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье рассматривается проблема формирования спортивной мотивации у девочек-подростков как одного из ключевых факторов устойчивого вовлечения в физкультурно-спортивную деятельность. Актуальность исследования обусловлена снижением уровня физической активности среди девочек подросткового возраста, влиянием гендерных стереотипов, особенностями психофизиологического развития и социальной среды. В работе анализируются основные теоретические подходы к понятию мотивации в спорте, а также выделяются специфические мотивационные факторы, характерные для девочек-подростков: стремление к самореализации, поддержка со стороны семьи и сверстников, эмоциональная привлекательность занятий, образ тела и самооценка. Особое внимание уделяется роли педагога и тренера в создании поддерживающей образовательной среды, способствующей развитию внутренней мотивации, уверенности в себе и позитивного отношения к спорту. Рассматриваются педагогические и психологические условия, направленные на повышение интереса к регулярным спортивным занятиям. Результаты исследования могут быть использованы в практике физического воспитания, дополнительного образования и спортивной подготовки девочек-подростков.

Ключевые слова: спортивная мотивация, девочки-подростки, физическая активность, самооценка, гендерные особенности, педагогические условия.

DEVELOPING SPORTS MOTIVATION IN ADOLESCENT GIRLS

Abstract. This article examines the development of sports motivation in adolescent girls as a key factor in sustained engagement in physical education and sports activities. The relevance of this study is determined by the declining level of physical activity among adolescent girls, the influence of gender stereotypes, and the characteristics of their psychophysiological development and social environment. The paper analyzes the main theoretical approaches to the concept of motivation in sports and identifies specific motivational factors characteristic of adolescent girls: the desire for self-realization, support from family and peers, the emotional appeal of sports, body image, and self-esteem. Particular attention is paid to the role of teachers and coaches in creating a supportive educational environment that fosters intrinsic motivation, self-confidence, and a positive attitude toward sports. Pedagogical and psychological factors aimed at increasing interest in regular sports activities are considered. The study's results can be used in physical education, supplementary education, and sports training for adolescent girls.

Keywords: sports motivation, adolescent girls, physical activity, self-esteem, gender characteristics, educational conditions.

O'SMIR QIZLARDA SPORT MOTIVATSIYASINI RIVOJLANTIRISH

Annotatsiya. Ushbu maqolada o'smir qizlarda sport motivatsiyasining rivojlanishi jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlariga doimiy jalb qilinishning asosiy omili sifatida o'rganiladi. Ushbu tadqiqotning dolzarbligi o'smir qizlar orasida jismoniy faollik darajasining pasayishi, gender stereotiplarining ta'siri va ularning psixofiziologik rivojlanishi va ijtimoiy muhitining xususiyatlari bilan belgilanadi. Maqolada sportda motivatsiya tushunchasiga asosiy nazariy yondashuvlar tahlil qilinadi va o'smir qizlarga xos bo'lgan o'ziga xos motivatsion omillar aniqlanadi: o'zini o'zi anglash istagi, oila va tengdoshlarning qo'llab-quvvatlashi, sportning hissiy jozibadorligi, tana qiyofasi va o'ziga ishonch. O'qituvchilar va murabbiylarning ichki motivatsiya, o'ziga ishonch va sportga ijobiy munosabatni rivojlantiradigan qo'llab-quvvatlovchi ta'lim muhitini yaratishdagi roliga alohida e'tibor qaratilgan. Muntazam sport mashg'ulotlariga qiziqishni oshirishga qaratilgan pedagogik va psixologik omillar ko'rib chiqiladi. Tadqiqot natijalaridan o'smir qizlar uchun jismoniy tarbiya, qo'shimcha ta'lim va sport mashg'ulotlarida foydalanish mumkin.

Kalit so'zlar: sport motivatsiyasi, o'smir qizlar, jismoniy faollik, o'ziga ishonch, gender xususiyatlari, ta'lim sharoitlari.

Введение. В условиях современного общества проблема формирования устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и спортом у подрастающего поколения приобретает особую

актуальность. Особенно значимой является задача развития спортивной мотивации у девочек-подростков, поскольку данный возрастной период характеризуется интенсивными физиологическими, психологическими и социальными изменениями, оказывающими непосредственное влияние на отношение к собственному телу, уровню самооценки и выбору жизненных ценностей.

Подростковый возраст является сенситивным этапом формирования мотивационной сферы личности. У девочек в этот период нередко наблюдается снижение интереса к занятиям спортом, что может быть связано с гендерными стереотипами, изменением телесного образа, повышенной чувствительностью к оценке со стороны окружающих, а также недостаточной поддержкой со стороны семьи и образовательной среды. В то же время именно регулярная спортивная деятельность способствует укреплению физического и психического здоровья, развитию волевых качеств, уверенности в себе и социальной адаптации подростков.

Современные исследования в области педагогики, психологии и спортивной науки указывают на необходимость целенаправленного формирования внутренней мотивации к занятиям спортом у девочек-подростков с учётом их возрастных и индивидуально-психологических особенностей. Особую роль в этом процессе играют педагогические условия, стиль взаимодействия тренера, эмоциональный климат в спортивном коллективе, а также позитивное подкрепление и поддержка значимых взрослых.

Несмотря на наличие теоретических и эмпирических исследований, проблема формирования спортивной мотивации у девочек-подростков остаётся недостаточно разработанной с точки зрения комплексного подхода, объединяющего психологические, педагогические и социальные факторы. Это обуславливает необходимость дальнейшего изучения механизмов и условий повышения интереса девочек-подростков к спортивной деятельности.

В связи с вышеизложенным выбранная тема является актуальной и социально значимой, а её изучение может способствовать разработке эффективных программ и методических рекомендаций, направленных на формирование устойчивой спортивной мотивации у девочек-подростков.

Анализ литературных источников. *Психологические особенности подросткового возраста девочек и их влияние на спортивную мотивацию*

Подростковый возраст является критическим этапом формирования личности, системы ценностей и мотивационной сферы. У девочек-подростков данный период характеризуется повышенной эмоциональной чувствительностью, стремлением к самопринятию, формированием образа «Я», а также зависимостью от оценки значимых других — родителей, сверстников и педагогов. Эти особенности оказывают непосредственное влияние на отношение девочек к физической активности и спорту.

Важным фактором является изменение телесного самовосприятия, связанное с физиологическим созреванием. Негативное отношение к собственному телу, страх оценки со стороны окружающих, сравнение себя с другими могут снижать интерес к занятиям спортом. В то же время положительный телесный образ, поддержка и принятие со стороны социального окружения способствуют формированию устойчивой внутренней мотивации к спортивной деятельности.

Понятие спортивной мотивации и её структура. Спортивная мотивация представляет собой совокупность внутренних и внешних побуждений, определяющих направленность, активность и устойчивость личности в спортивной деятельности. В структуре спортивной мотивации принято выделять внутренние мотивы (интерес к занятиям, удовольствие от процесса, стремление к самосовершенствованию) и внешние мотивы (похвала, одобрение, достижения, социальный статус).

Подростковый возраст характеризуется интенсивными физическими, эмоциональными и социальными изменениями, которые непосредственно отражаются на формировании мотивационной сферы личности. У девочек-подростков особенно ярко проявляется чувствительность к социальной оценке, стремление к принятию со стороны сверстников и повышенное внимание к собственному внешнему облику. Эти особенности оказывают значительное влияние на отношение к спортивной деятельности.

В данный период происходит становление самооценки и образа «Я», что может как способствовать, так и препятствовать включению девочек в спортивную активность. С одной стороны, спорт выступает средством самовыражения и самоутверждения, с другой — может восприниматься как источник тревожности, связанной с возможными неудачами или несоответствием социальным ожиданиям. Поэтому формирование устойчивой спортивной мотивации требует учёта возрастных и гендерных психологических особенностей девочек-подростков.

Для девочек-подростков особое значение имеют социально-эмоциональные мотивы, такие как чувство принадлежности к группе, поддержка тренера и сверстников, возможность самовыражения.

При доминировании исключительно внешних мотивов спортивная деятельность носит кратковременный характер, тогда как преобладание внутренних мотивов способствует длительному и осознанному вовлечению в спорт.

Факторы формирования спортивной мотивации у девочек-подростков. Формирование спортивной мотивации у девочек-подростков осуществляется под влиянием комплекса взаимосвязанных факторов. Одним из ключевых является семейная среда. Поддержка родителей, позитивное отношение к физической активности, личный пример здорового образа жизни способствуют развитию интереса к спорту и формированию уверенности в собственных возможностях.

Не менее значимым фактором является личность тренера или учителя физической культуры. Эмоциональная поддержка, индивидуальный подход, учёт возрастных и гендерных особенностей, создание атмосферы психологической безопасности повышают уровень мотивации и удовлетворённости занятиями. Авторитарный стиль руководства, чрезмерная ориентация на результат и критика, напротив, могут вызывать снижение мотивации и отказ от занятий спортом.

Методология исследования. Социальная среда сверстников также играет важную роль. Принятие в спортивной группе, наличие дружеских отношений, совместное переживание успехов и неудач усиливают мотивацию и формируют положительное отношение к спортивной деятельности.

Роль самооценки и эмоционального состояния в спортивной мотивации.

Самооценка является одним из центральных психологических механизмов, влияющих на формирование спортивной мотивации у девочек-подростков. Адекватная самооценка способствует постановке реалистичных целей, переживанию успеха и развитию стремления к личностному росту. Заниженная самооценка может приводить к страху неудачи, избеганию соревнований и снижению активности.

Эмоциональное состояние девочек-подростков тесно связано с их мотивацией к занятиям спортом. Положительные эмоции, получаемые в процессе тренировок, способствуют закреплению мотивации, тогда как частые переживания тревоги, стресса и разочарования снижают интерес к спортивной деятельности. В этой связи особую значимость приобретает формирование эмоциональной устойчивости и навыков саморегуляции.

Пути и условия повышения спортивной мотивации у девочек-подростков.

Эффективное формирование спортивной мотивации у девочек-подростков возможно при создании благоприятных психолого-педагогических условий. К ним относятся индивидуализация тренировочного процесса, ориентация на личные достижения, а не только на соревновательный результат, поощрение усилий и прогресса.

Важно включать в тренировочный процесс элементы игровой деятельности, творчества и вариативности, что повышает интерес и эмоциональную вовлечённость. Также целесообразно формировать у девочек осознание ценности физической активности для здоровья, самочувствия и личностного развития.

Таким образом, формирование спортивной мотивации у девочек-подростков представляет собой сложный и многоуровневый процесс, требующий учёта возрастных, психологических и социальных факторов. Комплексный подход к организации спортивной деятельности способствует устойчивому интересу к спорту и формированию позитивного отношения к физической культуре на протяжении всей жизни.

Половые различия в мотивации. Недавнее исследование показало, что уровень мотивации к занятиям спортивной активностью у подростков различается по гендеру: мальчики демонстрируют более высокую мотивацию в целом, а девочки чаще мотивированы внешними аспектами (например, внешностью) и социальными причинами.

Это говорит о том, что **мотивационные стратегии для девочек** могут быть эффективнее, если учитывать не только физические, но и **психосоциальные факторы (удовлетворение, самооценка, социальная поддержка).**

Связь между **социальной идентичностью, физическим самоощущением и мотивацией** была значительной: чем сильнее девочка чувствует себя частью команды/группы и позитивно воспринимает своё тело, тем выше её мотивация заниматься спортом.

Анализ полученных результатов. Факторы участия в спорте у девочек-подростков. Систематический обзор исследований выделил ключевые факторы, влияющие на участие девочек в спорте — от **самовосприятия и удовольствия от занятий** до **поддержки со стороны сверстников и семьи**. Хорошее самовосприятие физической активности и позитивные ожидания от спорта ассоциированы с более высокой мотивацией продолжать занятия.

Хотя они не касаются строго подростков, важны выводы исследований младших возрастов: у юных гимнасток низкий уровень притязаний (т.е. ожиданий от себя) связан с более низкой мотивацией, но последовательные воспитательные меры (поощрение, примеры старших, развивающие беседы) **значительно повышают мотивацию**.

Связь спорта с будущей жизнью. В исследовании в Великобритании выяснили, что девочки, участвующие в спорте после уроков, с большей вероятностью добиваются успехов в карьере взрослого возраста (уровень топ-должностей), чем те, кто не занимается. Авторы связывают это с развитием **уверенности, устойчивости к стрессу, лидерских навыков**.

Этот вывод показывает, что мотивация к спорту в подростковом возрасте может иметь **долгосрочные преимущества** на психологическом и социальном уровне.

Влияние уровня притязаний на мотивацию. Недавнее исследование показало, что **уровень притязаний** (то есть реалистичные ожидания и цели) существенно влияет на мотивацию у девочек, занимающихся спортом. Низкие притязания сочетаются с недостаточной мотивацией и неохотой предпринимать сложные задачи. В эксперименте включили стимулирующие тренинговые мероприятия — беседы, примеры успешных спортсменок, поощрение и посещения соревнований — и **это значительно усилило мотивацию и самооценку у участниц**.

Психологические факторы мотивации. Обзор международных исследований выявил, что **удовлетворение от занятия, здоровье и личностные результаты** — ключевые мотивы участия в спорте у девушек-подростков (например, чувство удовольствия от физической активности). Эти факторы оказывают более сильное влияние, чем внешние стимулы.

Роль социального окружения. Иноземное исследование показало, что **социальная идентичность и положительный физический самообраз** тесно связаны с **автономной мотивацией** девочек (т. е. желанием заниматься спортом из внутренних побуждений). Присутствие поддерживающего социального круга (одноклассники, друзья) может усиливать самооценку и спорткоммитмент.

Заключение. В ходе рассмотрения проблемы формирования спортивной мотивации у девочек-подростков было установлено, что данный процесс представляет собой сложное и многокомпонентное явление, зависящее от совокупности психологических, социальных и педагогических факторов. Подростковый возраст является сенситивным периодом для становления ценностных ориентаций, самооценки и устойчивых интересов, что делает именно этот этап особенно значимым для развития положительного отношения к спорту и физической активности.

Анализ теоретических источников показал, что ведущую роль в формировании спортивной мотивации у девочек-подростков играют внутренняя мотивация, поддержка значимых взрослых (родителей, тренеров, педагогов), благоприятный эмоциональный климат в спортивной среде, а также учет возрастных и гендерных особенностей. Существенное значение имеют такие факторы, как позитивный образ собственного тела, чувство успеха, социальное признание и возможность самореализации через спортивную деятельность.

Особое внимание следует уделять педагогическим условиям организации тренировочного процесса. Использование лично ориентированного подхода, поощрение индивидуальных достижений, создание ситуации успеха и поддержание интереса к занятиям способствуют укреплению мотивации и снижению риска отказа от занятий спортом. Важным является и формирование у девочек устойчивых ценностей здорового образа жизни, что повышает долгосрочную заинтересованность в спортивной активности.

Таким образом, формирование спортивной мотивации у девочек-подростков требует системного и комплексного подхода, объединяющего усилия семьи, образовательных учреждений и спортивных организаций. Реализация психолого-педагогических условий, направленных на развитие внутренней мотивации и позитивного отношения к спорту, способствует не только повышению спортивной активности девочек, но и гармоничному развитию их личности в целом.

Литература:

1. Murray R. M., Koulanova A., Sabiston C. M. Understanding girls' motivation to participate in sport: The effects of social identity and physical self-concept. // *Frontiers in Sports and Active Living* (2022).
2. Okely A. D., Lubans D. R., Morgan P. J. et al. Promoting physical activity among adolescent girls: the Girls in Sport group randomized trial. // *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* (2017).
3. Putri W., Mukhlisin E. S. G. Sport Motivation Levels of Adolescent based on Demographic Status. // *Indonesian Journal of Sport Management* (2025).
4. Камзанова А. Т. Особенности мотивации спортсменок-девочек. // *Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии*, №1 (52), 2015, с. 52–60 (примерная страница).
5. Григорович С. И., Птушкин А. С. Рекомендации по развитию мотивации к занятиям физической культурой. // *Международный научно-исследовательский журнал*, 2020, №11-3(101), с. 112–115.
6. Abdurasulov R. Мотивы учащихся занятия спортом. // *Журнал педагогики и психологии в современном образовании*, 2024, 4(1), с. 78–84.

Муסיнова Рухиона Юнусовна,
доцент кафедры Педагогики и общей психологии
Самаркандского государственного университета имени Ш.Рашидова
ruhshonamusinova@gmail.com

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНЫХ БАРЬЕРОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ У СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования социально-коммуникативных барьеров саморегуляции у студентов. Цель исследования заключалась в выявлении особенностей взаимосвязи уровня саморегуляции с интернальностью, эмпатическими способностями и коммуникативной толерантностью, а также их влияния на успешность обучения. В качестве психодиагностического инструментария использовался комплекс методик: опросник уровня субъективного контроля Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной, А.М. Эткинды, тест-опросник самооценки эмпатических способностей Ю.М. Орлова и Ю.Н. Емельянова, а также опросник коммуникативной толерантности В.В. Бойко. В исследовании приняли участие 473 студента. Полученные результаты свидетельствуют о преобладании у значительной части студентов средних и пониженных показателей общей интернальности, при относительно высоком уровне эмпатии и средней выраженности коммуникативной толерантности. Выявлено, что низкие показатели интернальности и коммуникативной толерантности выступают значимыми социально-коммуникативными барьерами саморегуляции, что негативно отражается на успешности учебной деятельности. Сделан вывод о необходимости целенаправленного развития навыков саморегуляции, ответственности, эмпатии и коммуникативной гибкости в образовательной среде вуза.

Ключевые слова: саморегуляция, социально-коммуникативные барьеры, студенты, интернальность, субъективный контроль, эмпатия, коммуникативная толерантность, учебная успешность, самоконтроль, личностная ответственность, локус контроля, межличностное взаимодействие, психологическая диагностика, социальная адаптация, коммуникативная компетентность, рефлексия, эмоциональная регуляция, учебная мотивация, конфликтность, личностное развитие.

TALABALARDA TA'LIM MUHITI SHAROITIDA O'ZINI O'ZI TARTIBGA SOLISHNING IJTIMOIY-KOMMUNIKATIV TO'SIQLARI NAMOYON BO'LISHINING O'ZIGA XOS JIHATLARI

Annotatsiya. Maqolada talabalarning o'z-o'zini boshqarishida yuzaga keladigan ijtimoiy-kommunikativ to'siqlarni empirik o'rganish natijalari taqdim etilgan. Tadqiqotdan maqsad – o'z-o'zini boshqarish darajasining internallik, empatik qobiliyatlar va kommunikativ tolerantlik bilan o'zaro aloqadorligi xususiyatlarini hamda ularning o'qishdagi muvaffaqiyatga ta'sirini aniqlashdan iborat edi. Psixodiagnostik vositalar sifatida quyidagi metodikalar majmuasidan foydalanildi: Y.F. Bajin, Y.A. Golinkina, A.M. Etkindlarning subyektiv nazorat darajasi so'rovnomasi, Y.M. Orlov va Y.N. Yemelyanovlarning empatik qobiliyatlarni o'z-o'zini baholash test-so'rovnomasi hamda V.V. Boykoning kommunikativ tolerantlik so'rovnomasi. Tadqiqotga 473 nafar talaba jalb etildi. Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, talabalarning aksariyatida empatiyaning nisbatan yuqori darajasi va kommunikativ tolerantlikning o'rtacha namoyon bo'lishi fonida umumiy internallikning o'rta va past ko'rsatkichlari ustunlik qiladi. Internallik va kommunikativ tolerantlikning past ko'rsatkichlari o'z-o'zini boshqarishning muhim ijtimoiy-kommunikativ to'siqlari bo'lib xizmat qilishi va bu o'quv faoliyati muvaffaqiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi aniqlandi. Oliy ta'lim muassasasining ta'lim muhitida o'z-o'zini boshqarish, mas'uliyat, empatiya va kommunikativ egiluvchanlik ko'nikmalarini maqsadli ravishda rivojlantirish zarurligi haqida xulosa qilindi.

Kalit so'zlar: o'z-o'zini boshqarish, ijtimoiy-kommunikativ to'siqlar, talabalar, internallik, subyektiv nazorat, empatiya, kommunikativ tolerantlik, o'quv faoliyatidagi muvaffaqiyat, o'z-o'zini nazorat qilish, shaxsiy mas'uliyat, nazorat lokusi, shaxslararo munosabat, psixologik diagnostika, ijtimoiy moslashuv, kommunikativ kompetentlik, refleksiya, emotsional regulatsiya, o'quv motivatsiyasi, ziddiyatlilik, shaxsiy rivojlanish.

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF SOCIAL AND COMMUNICATIVE BARRIERS TO SELF-REGULATION IN STUDENTS IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

Abstract. The article presents the results of an empirical study on the socio-communicative barriers to self-regulation in university students. The study aimed to identify the specific nature of the relationship between the level of self-regulation, internality, empathic abilities, and communicative tolerance, as well as their impact on academic success. The psychodiagnostic toolkit comprised a set of methods: the Level of Subjective Control Questionnaire by E.F. Bazhin, E.A. Golyunkina, and A.M. Etkind; the Self-Assessment Test of Empathic Abilities by Yu.M. Orlov and Yu.N. Emelyanov; and the Communicative Tolerance Questionnaire by V.V. Boyko. The study involved 473 students. The findings indicate that a significant portion of students demonstrated predominantly average and below-average levels of general internality, alongside a relatively high level of empathy and a moderate degree of communicative tolerance. It was revealed that low levels of internality and communicative tolerance serve as significant socio-communicative barriers to self-regulation, which in turn negatively affects academic performance. The authors conclude that there is a need for the targeted development of self-regulation, responsibility, empathy, and communicative flexibility skills within the university educational environment.

Keywords: self-regulation, socio-communicative barriers, university students, internality, subjective control, empathy, communicative tolerance, academic success, self-control, personal responsibility, locus of control, interpersonal interaction, psychological diagnostics, social adaptation, communicative competence, reflection, emotional regulation, academic motivation, conflict proneness, personal development.

Введение. В целях эмпирического исследования социально-коммуникативных барьеров саморегуляции у студентов нами был подобран психодиагностический комплекс, состоящий из следующих общеизвестных и хорошо зарекомендовавших себя в психологической практике методик:

Опросник уровня субъективного контроля Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкина, А.М. Эткинд [1,2,3];

Тест-опросник самооценки эмпатических способностей Ю.М. Орлова и Ю.Н. Емельянова [3];

Опросник коммуникативной толерантности В.В. Бойко [3].

Анализ литературных источников. Далее полагается целесообразным более подробно рассмотреть вышеприведённые психодиагностические методики. Так, первая методика, опросник уровня субъективного контроля разработана в Ленинградском НИИ им. В.М. Бехтерева и опубликована Е.Ф. Бажиным, Е.А. Голынкиной и А.М. Эткиндром как русскоязычная адаптация измерения локуса контроля Дж. Роттера. Методика диагностирует интернальность-экстернальность (степень готовности человека приписывать результаты собственным усилиям либо внешним обстоятельствам) и применяется для подростков, студентов и взрослых в исследовательской, консультативной и образовательной практике. Исторически она используется как универсальный личностный опросник для оценки ответственности и саморегуляции в различных жизненных сферах.

В авторской логике интернальность отражает тенденцию связывать значимые события с собственными действиями, экстернальность - с внешними силами (случай, другие люди, «судьба»). Диагностируемая конструкция операционализирована как общий фактор интернальности и набор контекстных субшкал (достижения, неудачи, семья, производственные отношения, межличностные отношения, здоровье/болезнь), что позволяет дифференцированно оценивать атрибутивный стиль в ключевых сферах жизнедеятельности.

Опросник включает 44 утверждения с предусмотренными ответами, сбалансированными по знаку (положительные/отрицательные ситуации), направлению атрибуций (первое/третье лицо) и полярности (интернальные/экстернальные формулировки). По ключам подсчитываются «сырые» баллы по семи шкалам: общая интернальность (Ио), интернальность достижений (Ид), интернальность неудач (Ин), интернальность в семейных отношениях (Ис), интернальность в производственных отношениях (Ип), интернальность в межличностных отношениях (Им), интернальность в отношении здоровья и болезни (Из). Далее баллы переводят в стандартизированный профиль (стены) и интерпретируются. При этом, в настоящем исследовании была использована только общая шкала - общая интернальность (Ио).

Методология исследования. Для данной методики приводятся удовлетворительные показатели внутренней согласованности и ретестовой устойчивости на уровне требований к личностным шкалам. Конкретные коэффициенты по субшкалам варьируют в исследованиях в зависимости от выборки и контекста применения (общая шкала - как правило $\geq 0,70$). Конструктивная валидность обосновывается связями с близкими диспозициями (ответственность, планирование, саморегуляция) и предикторной связью с результативностью в учебно-профессиональной

деятельности, содержательная валидность обеспечивается сбалансированной структурой пунктов по знаку и типу атрибуции. [5,6]

Вторая методика, тест-опросник самооценки эмпатических способностей разработан Ю.М. Орловым и Ю.Н. Емельяновым для скрининга выраженности эмпатии как личностной склонности к пониманию и сопереживанию состояниям другого. Применяется в учебных, консультативных и исследовательских целях у старших подростков, студентов и взрослых (в профориентации, педагогической и медицинской психологии, тренингах общения).

В авторском подходе эмпатия трактуется как интегральное социально-перцептивное свойство, включающее когнитивный (понимание состояний и причин переживаний другого), эмоциональный (со-переживание, аффективная отзывчивость) и поведенческий/процессуальный (эмпатическая отзывчивость, готовность к помогающему действию) компоненты. Конструкция опросника направлена на самооценку привычного способа «вчувствования» и принятия перспективы другого в реальных коммуникативных ситуациях.

В наиболее распространённой версии опросник представляет собой набор кратких суждений (33 утверждения) с однотипными ответами («да/нет»). Пункты сбалансированы по направлению формулировок и охватывают ситуации повседневного общения; суммарные баллы сводятся в общий индекс эмпатии и/или несколько подшкал (когнитивная, эмоциональная/аффективная, поведенческая составляющие), далее возможна нормализация по полу/возрасту и интерпретация зон (низкая-средняя-высокая). В рамках настоящего исследования использовалась общая шкала уровня развития эмпатии.

По данным, приводимым в методических сборниках и научных статьях внутренняя согласованность общей шкалы эмпатии находится на приемлемом уровне для личностных опросников, ретестовая устойчивость и конвергентная валидность (с родственными конструктами - коммуникативной толерантностью, просоциальностью, альтруистическими установками) отмечаются как удовлетворительные. [7,8,9]

Третья, заключительная методика, опросник коммуникативной толерантности разработан В.В. Бойко для оценки коммуникативной толерантности - степени принятия человеком «другого» в межличностном общении, терпимости к отличающимся установкам, манерам и стилям поведения. Методика применяется в образовательной, организационной, клинко-психологической практике и исследованиях, подходит для старших подростков, студентов и взрослых, когда требуется скрининговая оценка толерантности в реальных коммуникативных ситуациях.

У В.В. Бойко коммуникативная толерантность трактуется как интегральное личностно-коммуникативное свойство, объединяющее установки принятия/непринятия партнёра, готовность сохранять уважительный контакт при несогласии и способность эмпатически и рефлексивно регулировать взаимодействие. В структуру конструкта включаются когнитивные (стереотипизация, категоризация «свой/чужой»), эмоциональные (раздражительность/принятие) и поведенческие компоненты (склонность к назидательности, стремление переделывать собеседника, навязывание правил общения), что и отражено в субшкалах.

Опросник включает 45 суждений и соответствующие варианты ответов. По ключам формируются интегральный показатель коммуникативной толерантности и профиль по нескольким субшкалам (стремление переделать партнёра; категоричность/оценочность; склонность к назидательности; нетерпимость к дискомфортным качествам; неприемлемость индивидуальности другого; неумение скрывать негативные чувства; барьеры к пониманию). Интерпретация ведётся по суммарным баллам и порогам (полное неприятие окружающих-низкая-средняя-высокая толерантность) с учётом контекста (возраст, профессиональная среда). В рамках настоящего исследования использовалась общая шкала уровня развития коммуникативной толерантности. Рассматриваемый опросник обладает удовлетворительной внутренней согласованностью интегрального показателя и отдельных субшкал, а также конвергентной валидностью с близкими конструктами (эмпатия, коммуникативная компетентность, враждебность/агрессия обратной направленности). [10,11,12,13]

Анализ полученных результатов. В целях эмпирического исследования социально-коммуникативных барьеров саморегуляции ранее раскрытая выборка студентов (n=473) была обследована с помощью выше приведённого психодиагностического комплекса. Кроме того, в целях исследования влияния социально-коммуникативных барьеров на успешность обучения нами были обобщены оценочные показатели студентов (средний показатель по итоговым контролям за учебный год) (приложение № 9). Вышеизложенные действия позволили провести частотный анализ исследованных признаков (таблицы №1-4).

Таблица 1.

Результаты исследования успешности обучения студента (n=473)

Средний балл успешности обучения	Количество студентов	В %
3 балла	219	46,30
4 балла	179	37,84
5 баллов	75	15,86
Итого	473	100,00

Из приведённых данных в таблице 1 видно, что в выборке эмпирического исследования наблюдалось преобладание группы студентов удовлетворительным, средним баллом (3 балла), что составляет 46,30% (219 человек) от общего числа участников. Далее следует группа с хорошими показателями обучения (4 балла) - 37,84% (179 человек). Соответственно, наименьшую долю составляют студенты с отличными показателями успешности обучения - 15,86% (75 человек). В целом, почти половина выборки исследования сосредоточена в нижнем пороге удовлетворительных результатов, тогда как высокобалльные достижения представлены существенно меньшей группой, что указывает на выраженную асимметрию распределения успеваемости в сторону «троек».

Таблица 2.

Результаты обследования студентов по Опроснику уровня субъективного контроля
Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкина, А.М. Эткинд (n=473)

Уровни развития диагностированного признака	Количество студентов	В %
низкий уровень общей интернальности	100	21,14
ниже среднего уровня общей интернальности	97	20,51
средний уровень общей интернальности	93	19,66
выше среднего уровня общей интернальности	88	18,60
высокий уровень общей интернальности	95	20,08
Итого	473	100,00

Из приведённых данных в таблице 2 видно, что распределение общей интернальности довольно «плоское» с лёгким смещением к низким значениям:

низкий уровень общей интернальности выявлен у 21,14% (100 человек);

ниже среднего - у 20,51% (97 человек);

средний - у 19,66% (93 человека);

выше среднего - у 18,60% (88 человек);

высокий - у 20,08% (95 человек).

В совокупности доля низких и пониженных уровней составляет 41,65% (197 человек), что несколько превышает суммарную долю высоких и повышенных уровней - 38,68% (183 человека), при относительно малой «прослойке» средних показателей - 19,66% (93 человека).

В повседневной жизни студентов низкая/пониженная интернальность обычно проявляется откладыванием заданий «до дедлайна», объяснением оценок внешними причинами («преподаватель строгий», «задания были неясны»), меньшей инициативностью при планировании семестра и трудностями в самоконтроле (сложнее держать учебный режим, распределять время и корректировать ошибки). Это снижает ключевые звенья саморегуляции - постановку целей, оперативное планирование, мониторинг и коррекцию. Напротив, высокие/повышенные уровни интернальности чаще связаны с проактивностью, т.е. студенты ставят конкретные цели по дисциплинам, дробят задания на шаги, регулярно отслеживают прогресс (чек-листы, календарь дедлайнов), быстрее извлекают уроки из неудач и меняют стратегию подготовки. При средних значениях поведение ситуативно, т.е. в знакомых условиях студент действует как «интернал» (сам планирует, берёт ответственность), а в стрессовых или новых - сдвигается к внешним объяснениям, что делает регуляцию менее стабильной и требует целенаправленного развития навыков планирования, самоконтроля и рефлексии.

Таблица 3.

Результаты обследования студентов по Тест-опроснику самооценки эмпатических способностей Ю.М. Орлова и Ю.Н. Емельянова (n=473)

Уровни развития диагностированного признака	Количество студентов	В %
низкий уровень эмпатии	101	21,35
средний уровень эмпатии	197	41,65
высокий уровень эмпатии	175	37,00
Итого	473	100,00

Из приведённых данных в таблице 3 видно, что распределение уровней эмпатических способностей студентов выглядит следующим образом:

низкий уровень эмпатии наблюдается у 21,35 % (101 человек);

средний - у 41,65 % (197 человек);

высокий - у 37,00 % (175 человек).

Таким образом, совокупность студентов со средним и высоким уровнями эмпатии составляет 78,65 % (372 человека), что свидетельствует о достаточной выраженности способности к пониманию эмоциональных состояний и переживаний других людей в данной выборке, хотя около пятой части студентов (101 человек) характеризуются заниженными эмпатическими проявлениями, что потенциально указывает на трудности в социально-коммуникативной сфере

В повседневной жизни низкий уровень эмпатии проявляется в формализованном, нередко дистанцированном общении, сниженной отзывчивости к эмоциональным состояниям окружающих и повышенной склонности к конфликтам или недопониманию. Это затрудняет эффективное восприятие обратной связи, снижает способность к рефлексии и эмоциональной регуляции, что, в свою очередь, ограничивает развитие саморегуляции. Средний уровень эмпатии чаще сопровождается ситуационной отзывчивостью - студенты способны к пониманию других при очевидных эмоциональных сигналах, но в сложных социальных взаимодействиях могут демонстрировать неопределённость или эмоциональную нейтральность. Высокая эмпатия способствует гибкому и гармоничному взаимодействию, формированию просоциальных стратегий поведения и высокой рефлексивности. Такие студенты лучше адаптируются в команде, эффективнее регулируют собственные состояния, что укрепляет их способность к самоконтролю и осознанному поведению.

Таблица 4.

Результаты обследования студентов по Опросник коммуникативной толерантности В.В. Бойко (n=473)

Уровни развития диагностированного признака	Количество студентов	В %
высокая степень коммуникативной толерантности	118	24,95
средняя степень коммуникативной толерантности	271	57,29
низкая степень коммуникативной толерантности	78	16,49
полное неприятие окружающих	6	1,27
Итого	473	100,00

Из приведённых данных в таблице 4 видно, что большинство студентов характеризуются средней степенью коммуникативной толерантности - 57,29 % (271 человек). Высокая степень коммуникативной толерантности выявлена у 24,95 % (118 человек), что отражает наличие у четверти выборки выраженной способности к принятию и уважению индивидуальных особенностей других людей. Вместе с тем низкая степень толерантности отмечается у 16,49 % (78 человек), а полное неприятие окружающих - у 1,27 % (6 человек). Таким образом, примерно каждые пятеро-шестеро студенты демонстрируют признаки коммуникативной ригидности и раздражительности, что указывает на потенциальное наличие социальных барьеров в межличностных взаимодействиях.

Заключение. В повседневной жизни студентов различия в уровнях коммуникативной толерантности проявляются в стиле общения, эмоциональной устойчивости и способности конструктивно решать конфликты. Студенты с низкой толерантностью часто проявляют склонность к критичности, оценочности, навязыванию собственной точки зрения и нетерпимости к отличающимся мнениям, что ведёт к трудностям в командной работе и усугубляет социально-коммуникативные барьеры саморегуляции. Средний уровень характеризуется ситуативной гибкостью, такие студенты

способны проявлять терпимость, но при эмоциональном напряжении склонны к раздражению и утрате контроля над тоном взаимодействия. Высокий уровень коммуникативной толерантности, напротив, способствует поддержанию конструктивных отношений, снижению конфликтности, устойчивости к провоцирующим ситуациям и большей саморегуляции, такие студенты демонстрируют развитые навыки эмпатического слушания, рефлексии и принятия партнёра, что способствует их личностной и учебной адаптации.

Литература:

1. Реан А.А. Практическая психодиагностика личности: Учеб. пособ. - СПб; Изд-во СПб ун-та, 2001. - 224 с.
2. Лазуто К.О., Махин С.А. Половозрастные особенности взаимосвязи между личностной эмпатией, альтруизмом и эгоизмом. / Ученые записки Крымского федерального университета имени В.И. Вернадского Социология. Педагогика. Психология. Том 2 (68). 2016. - № 4. - С. 106-114.
3. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М.: Филинь, 1996. - 472 с.
4. Карлинская И.М. Опросник уровня субъективного контроля (УСК).
5. Бажин Е.Ф., Голынкина Е.А., Эткинд А.М. // Психология общения. Энциклопедический словарь / Под общ. ред. А.А. Бодалева. 2-е изд., испр. и доп. - 2015. - С. 520-520;
6. Смирнов А.А., Живаев Н.Г. Уровень субъективного контроля и адаптация студента в вузе. // Вестник Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. - 2008. - №9. - С. 53-58.
7. Ветлужская М.В. и др. Особенности эмоционального интеллекта и эмпатических способностей у студентов медицинского вуза. // Интеграция образования. – 2019. – Т.23. – №3 (96). – С. 404-422;
8. Шилова Т.А. Система эмпатических способностей в самореализации психологических компетенций учителя. // Актуальные проблемы современных гуманитарных наук. – 2015. – С. 334-339;
9. Колосунин И.А. и др. Роль эмпатических способностей в профессиональном становлении личности. // Образовательный вестник «Сознание». - 2017. - Т.19. - №12.
10. Селезнева И.Н. Диагностика толерантности студентов: корреляция результатов психодиагностических измерений. // Веснік Магілёўскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя АА Куляшова. Серыя С. Псіхалагічна-педагагічныя навукі: педагогіка, псіхалогія, методыка. - 2021. - №1. - С. 73-79;
11. Хамиди М.Э. Модель организации толерантного педагогического взаимодействия в процессе профессиональной подготовки иностранных студентов в вузе. // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. – 2018. – №1. – С. 188-196;
12. Голубева Г.Ф., Спасенников В.В. Диагностика связи коммуникативной толерантности и эмпатии с особенностями поведения в подростковом возрасте. //

Мустафаева Шириной Фарходжоновна,
Central Asian Medical University
психолог-ўқитувчиси, психология фанлари номзоди (PhD)

РАҲБАР ШАХСИ ВА БОШҚАРИШ УСЛУБИ

Аннотация. Мазкур мақола менежмент психологиясида раҳбарлик ва унинг услубларига қаратилган бўлиб, назарий билимлар билан бир қаторда амалий тавсиялар ва диагностика берилган. Мақолада муаллиф бошқарувда раҳбар ва етакчи ролларига алоҳида тўхталиб, услублардаги фарқларни изоҳлаб берган.

Калит сўзлар: раҳбар, лидер, раҳбар сифатлари, менежмент, авторитар, либерал, демократик бошқарув, менежмент психологияси, психодиагностика.

ЛИЧНОСТЬ РУКОВОДИТЕЛЯ И СТИЛЬ УПРАВЛЕНИЯ

Аннотация. Данная статья посвящена руководству и его стилям в психология менеджмента. Наряду с теоретическими знаниями в работе представлены практические рекомендации и диагностика. В статье автор отдельно останавливается на ролях руководителя и лидера в управлении и объясняет различия между стилями управления.

Ключевые слова: руководитель, лидер, качества руководителя, менеджмент, авторитарное управление, либеральное управление, демократическое управление, психология менеджмента, психодиагностика.

LEADER PERSONALITY AND MANAGEMENT STYLE

Abstract. This article focuses on leadership and its styles within the field of Management Psychology. In addition to theoretical knowledge, the work provides practical recommendations and diagnostic approaches. In the article, the author pays special attention to the roles of a manager and a leader in management and explains the differences between management styles.

Keywords: manager, leader, leadership qualities, management, authoritarian management, liberal management, democratic management, management psychology, psychodiagnostics.

Кириш. Куч, қувват, чаққонлик ва овчилик маҳорати – ибтидоий жамоа кишилари ҳаёти ва ҳавфсизлигига масъул бўлган етакчига, қабила сардорига ҳос сифатлар эди. Бу сифатлар унга улкан ҳайвонларга ов ташкиллаш, ўз жойини йиртқичлар ҳамда бегона қабилалардан ҳимоялай олиш имконини берарди. Шу сабабдан ҳам, қабила сардорини танлашда, ўша даврларда, кишининг жисмонан соғломлиги ва чаққонлиги ҳисобга олинган.

Жамоа шакллари ва ижтимоий муносабатлар тараққий этиши билан етакчига ҳос сифатлар ҳам замонавийлашиб келаверди. Ўз замонасининг моҳир раҳбарлари, оммани бошқариш қобилиятига эга шахслар камол топди. Мунтазам равишда куч, қувват, чаққонлик ва овчилик маҳорати айёрлик ва заковат, фикрлаш ҳамда таҳлил қилиш, бошқара олиш ва муомала билан алмашилиб борди. Барча замонларда етакчига ҳос фазилятлар халқ оғзаки ижодида, тарихий ҳужжатларда авлоддан-авлодга ўтаверди, етакчилик эталони, андозаси сифатида муҳрланиб қолаверди.

XX аср остонасида, ишлаб чиқариш муносабатлари тараққиёти туфайли, маҳсулдорлиқнинг ортиши бошқарув тури, шакллари, услубларига ва раҳбарнинг шахсий фазилятларига боғлиқ эканлигини тасдиқловчи қонуният юзага келди.

Америка, Германия ва Россияда идеал, бекаму кўст раҳбар ижтимоий-психологик портретини яратиш борасида тадқиқотлар ўтказилди.

Уларда нафақат психологик хусусиятлар (интеллект, эрк, ишонч, муомала, мослашувчанлик қобилияти), балки, физиологик белгилари (бўйи, вазни, гавда тузилиши, тери ва кўзларининг ранги, ҳаракатчанлиги, соғлиги) ҳам таҳлил қилинган.

Олимлар, раҳбаргагина ҳос сифат ва фазилятлар уйғунлигини топишга интилди. Айрим тадқиқотчилар, раҳбарлик фазилати кишида туғма бўлади, деб ҳисоблаган, шу асосда «қадди-қомат теорияси» пайдо бўлди (баъзан уни «Харизматик теория» деб атайдилар, харизма – Аллоҳнинг ўзи берган қадди-қомати, деган маънони англатади). Бироқ бихевиорист-психологлар раҳбарга ҳос бир

катор фазилатларга тажриба орттириш ва ўқиб-ўрганиш натижасида ҳам эришиш мумкинлигини исботлаб берганлар.

Мавзуга доир адабиётлар таҳлили. Етакчи ва раҳбар тушунчалари кўпинча бир-бирига мос келмайди, яъни ҳар қандай раҳбар етакчилик қилолмайди ёки исталган етакчи раҳбар бўлмайди.

Шу асосда етакчи-раҳбар, маъмурий-раҳбар тушунчалари пайдо бўлган.

Хўш, раҳбарлар қандай тоифаланади, ва замонавий раҳбар қандай бўлмоғи даркор?

- Раҳбар давлат ҳокимияти томонидан тайинланган ёки бир гуруҳ кишилар томонидан сайлаб қўйилган мансабдор шахсдир. У ўзига берилган ҳокимиятга асосланиб, бошқарув ва назоратни амалга оширади, бошқарувдаги вазифаларни тақсимлайди, давлат ва жамоат идораларида ташкилот номидан иш кўради ва ҳоказо.

- Етакчилик – соф психологик хулқ-атвор тавсифи бўлиб, ҳамкорликдаги ҳаётий фаолият давомида бир шахснинг ўзгаларга психологик таъсир жараёни; жамоа етакчининг барча номидан қарор қабул қилишдаги ахлоқий ҳуқуқини тан олади. Етакчи обрў ва тароватга (ўзгаларни ўзига тортадиган кучга) эга бўлади.

Одатда, Америка, Япония, Германия каби давлатларнинг илғор компанияларида бўлим бошлиғи лавозимида етакчилик фазилатларини аниқлаш юзасидан тест синовларидан ўтган шахслар тайинланади.

Аммо мансабни эгаллаган киши бир неча ой давомида чин маънода етакчи-раҳбар бўла олмаса, ўз ўрнини бўшашиб беради.

Шунинг боис, ўнлаб йиллар давомида раҳбарлик ҳамда етакчилик фазилатларини уйғунлаштиришга эришиш устида психологлар ва дунё компаниялари раҳбарлари бош қотириб келмоқдалар.

Тадқиқотлар ва олинган натижалар ҳар доим ҳам амалиёт билан мос келавермайди. Баъзан тест синовларида юқори натижаларни қўлга киритган киши жамоанинг яхши раҳбар бўла олмайди, раҳбар «қадди-комати»га эга бўлмаган киши эса, етакчи-раҳбарга айланади.

Шунга қарамай, 60 йиллик изланишлар натижасида бир қатор белгиларни аниқлашга эришилган бўлиб, улар ёрдамида етакчи-раҳбарга хос фазилатларни белгилаш мумкин.

Улар ичида энг кўп учрайдиганлари:

- Интеллект – ақл-идрок, заковат.

У ўртачадан юқорирок даражада бўлиши керак. Мураккаб ва мавҳум муаммоларни ҳал қила олиш қобилияти етакчи раҳбарнинг энг муҳим хусусиятларидан бири бўлиши зарур;

- Ташаббускорлик ва фаол ишчанлик.

Муҳим муаммоларни ҳал қилишда мустақил иш юритиш. Барчани оптимизм билан рағбатлантира оладиган фаоллик;

- Ўзига ишонч.

Комил ишонч ва профессионал маҳорат, шунингдек, ўзлигини кўрсатишга бўлган интилиш билан боғланиб кетган ўзига бўлган ишончнинг мавжудлиги;

- «Геликоптер омили», (геликоптер – вертолёт, инглизча) деб ном олган, юзага келган ҳолатга юқоридан назар ташлаш, вазиятни кенгроқ идрок қила олиш қобилияти.

Етакчи-раҳбар фазилатларини билиб олишнинг қанчалик муҳим эканлигини инобатга олган ҳолда, турли муаллифларнинг бу борадаги кизиқарли тадқиқотларини келтириб ўтмоқчимиз.

Австралиялик олим Ч.Магерисон ва унинг Буюк Британиялик ҳамкасби Э.Кокабарзе истиқболли раҳбарнинг асосий фазилатларини ўрганиш мақсадида турли тармоқлардаги 700 дан ортиқ мансабдорлар ўртасида сўровнома ўтаказганлар.

Улар санаб ўтган фазилатларнинг биринчи олтилигига қуйидагилар кирган:

- кишилар билан бирга ишлай олиш ва зиммасидаги бир қатор ваколатларни маъсул ходимларга юклата билиш;

- таваккалчиликка шайлик ва жавобгарликни зиммасига ола билиш;

- фаоллик (бошқарув ва ҳаётий фаоллик);

- 35 ёшга қадар асосий бошқарув тажрибасига эришиш;

- зарур бўлганда бошқарув услубини осонлик билан ўзгартира олиш;

- оилавий қўллаб-қувватлашга эга бўлиш.

Муаллифлар дастлабки икки фазилат ўта муҳим, деб ҳисоблаганлар.

Тадқиқот методологияси. Россиялик тадқиқотчи В.М.Шепель раҳбар фазилатларини уч қисмга ажратган ҳолда кўриб чиқишни таклиф қилади.

1 қисм. Умумий фазилатлар

- фавқулотда заковат;

- фундаментал (асосий) билимлар;
- етарли тажриба.

2 қисм. Муайян фазилатлар.

- ғоявий-этикод фазилатлари. Улар шахснинг дунёқарашили, маданиятини, шахс харақатларининг ахлоқий сабабларини, фуқаролик хусусиятларини белгилаб беради;
- илмий-професссионал фазилатлари. Билим, маълумот, тажриба, бошқарув ва амалий омилкорлик даражаси;
- ташкилотчилик фазилатлари – кадрларни танлаш ва тақсимлаш, ишни режалаштириш, назоратни таъминлаш ва ҳоказоларни ўз ичига олади;
- психофизиологик фазилатлар – соғлиқ, мустаҳкам хотира, кучли ирода, қатъият, ривожланган сезги ва бошқаларни ўз ичига олади.

3 қисм. Ўзига хос шахсий ишчанлик фазилатлари.

Бу фазилатлар раҳбар бетакрор имиджини яратади.

Уларни қуйидагича белгилаш мумкин:

- коммуникабеллик – мулоқотга киришувчанлик қобилияти;
- туйғудошлик (эмпатия) – ўзгалар билан ҳамнафас, ҳамдард бўла билиш, кишилар қайфиятини илғай олиш;
- психотаҳлилларга қобиллик, яъни ўзини назорат қилиш, ўзига танқидий назар, қилмишларини холисона баҳолаш;
- стрессга бардошлилик – жисмоний тайёргарлик, эҳтиросларни бошқара билиш;
- сўзамоллик – ўз сўзига эга бўлиш, ўзгаларни ишонтириш ва фикрни уқтира олиш;
- кўркемлик – шахснинг жозибатор ташқи кўриниши.

Самарали бошқарув фазилатларини аниқлаш юзасидан ўтказилган барча тадқиқотлар замонавий дунёда савиясиз, профессионалликдан йироқ бошқарув маданияти бутун ташкилот фаолиятига салбий таъсир ўтказишини исботлаб берди.

Бошқарув маданияти эса раҳбарнинг шахсий ва ишбилармонлик фазилатлари ҳамда бошқариш услубларидан ташкил топади.

Бошқариш услуби – раҳбарнинг қўл остидагиларга нисбатан, биргаликда фаолият кўрсатишдан кўзланган мақсадларга эришишга йўналтирилган, таъсир қилиш усуллари ва шакллари.

Бошқариш услуби таъсир қилишнинг мулойимлик ва қаттиққўллик, назорат ва ишонч, ишонтириш ва уқдириш, кулгу ва жиддийлик, расмийлик ва яқин биродарлик каби қарама-қарши услублари ҳамда шакллари ўз ичига олади.

XX асрнинг 40-йилларида немис руҳшуноси К.Левин америкалик ҳамкасблари билан биргаликда диққат-эътиборларини жамоа ҳаётида ижтимоий-психологик ҳолатлар ва турли босқич раҳбарларининг ундаги ўрнига қаратганлар.

Тадқиқотлари натижасида К.Левин бошқарувнинг уч услубига тахминий тавсиф берган.

1. Авторитар услуб (яккахоқимлик)

Қарорларни раҳбар шахсан қабул қилади. У қўл остидагиларга нисбатан ҳукмронлигини ўрнатади, иштирокчилар вазифасини қатъий белгилайди, батафсил назоратни йўлга қўяди, бошқарувнинг асосий вазифаларини ўз қўлига жамлайди.

2. Демократик услуб

Раҳбар қарор қабул қилишда қўл остидагилар билан ҳамкорликда иш юритади. Бу услубда етакчи, жамоани қўл остидагилар билан ҳамкорликда, уларга эркин ҳаракат шароитини яратиб, ўз қарорларини биргаликда муҳокама қилиб, ташаббусни рағбатлантирган тарзда бошқаришга ҳаракат қилади.

3. Либерал услуб

Ходимлар томонидан қарорлар раҳбар шахси билан боғланади. У амалий жиҳатдан гуруҳни фаол бошқаришдан четлашади, ходимларга тўлиқ эркинлик берган ҳолда, ўзини оддий иштирокчидай тутати. Гуруҳ аъзолар ўзларини хоҳлагандай тутадилар, уларнинг фаоллиги ихтиёрий характерга эга бўлади.

Кейинчалик жаҳоннинг таниқли олимлари бошқаришнинг юқорида санаб ўтилган уч услубига айрим ўзгартиришлар киритганлар, бироқ улар ханузгача бошқаришнинг классик услублари, деб тан олинади.

Ишлаб чиқариш муносабатлари ва тармоқларининг тараққий этиши руҳшунос мутахассислар ва раҳбарлар олдида бошқарув услубларини янада такомиллаштиришдан иборат янги вазифаларни қўйди. Ходимларга таъсир қилишнинг айёроно технологияларини ҳам ўз ичига олувчи янги усуллари ва шакллари пайдо бўлди.

Шундай бўлса-да:

- юқорида таърифи келтирилган бошқариш услублари соф ҳолда камдан-кам учрайди. Қоидага кўра, турли бошқариш услублари аралаш ишлатилади, бироқ улардан бирининг устунлиги сезилиб туради;

- баён қилинганлар орасида турмушнинг барча ҳолларига тўғри келаверадиган универсал, яхши ёки ёмон услуб мавжуд эмас. Услубларнинг ҳар бири маълум афзалликларга эга бўлиб, шу билан бирга ўзига хос муаммоларни ҳам келтириб чиқариши мумкин;

- Раҳбарликнинг самарадорлиги биринчи навбатда у ёки бу услубдаги ижобий томонларнинг ўрнида қўлланишида мослашувчанликка ва унинг заиф томонларини моҳирона четлаб ўтишга боғлиқдир.

Олинган натижалар ва уларнинг таҳлили. Юзага келган аниқ вазият, шароит, зарурат раҳбардан у ёки бу услубни қўллашни талаб қилади.

Масалан, ташкилот янги ташкил қилиниб, ишлар эндиgina бошланаётган чоғларда ёки фавқулотда ҳолатлар юзага келганда, авария ҳолатларида бошқаришнинг авторитар услуби жуда қўл келади.

Кундалик фаолият давомида раҳбарликнинг демократик услуби муваффақиятли.

Ижодий изланишлар шароити бошқарувнинг либерал услубини қўллашни тақозо қилади ва раҳбар ходимлар олдига эришилиши зарур бўлган пировард натижани қўлга киритиш топширигини беради, уларнинг тасарруфига бунинг учун сарфлашлари мумкин бўлган ресурсларни ажратади, ходимлар фақат натижани тақдим этади холос. Раҳбар ишни ташкил қилиш, унинг боришини назорат қилиш каби амаллардан батамом ҳоли бўлади. Кучсиз раҳбар нима қилишни билади, кучли раҳбар эса нима қилиш кераклигини кўрсатиб беради, деган нақл бор. Демак, кучсиз раҳбар белгилари қандай бўлиши мумкин?

Кучсиз раҳбар белгилари

1. Олдиндан кўра билмагани боис ҳар доим кўзда тутилмаган кўнгилсиз ҳолатларга дуч келаверади.

2. Ишни яхши билиши ва ҳаммадан аъло уддалашига ишонгани сабабли ҳамма нарсани ўзи бажаришга интилади.

3. Бир вақтнинг ўзида телефон гўшагини тутган ҳолда, иккинчи қўли билан ҳужжатларни имзолайди, ташриф буюрувчиларни қабул қилади, ходимларга йўл-йўриқ кўрсатади.

4. Столи доимо қоғозларга тўла бўлади. Бунинг устига улардан қайси бирининг муҳим, қайси бирини зудлик билан кўриб чиқиш, ижро этиш зарурлиги, қайси бирларини кераксизлигини ажратиб бўлмайди.

5. Хатто тунлари ҳам ишлайди.

6. Ҳар доим ҳали ўқиб, ўрганиб чиқилмаган қоғозлар солинган портфелр, ёки папка билан юради (уйга олиб бориб, ишхонага қайтариб олиб келаверади).

7. Ҳеч қачон ҳеч нарсани охиригача ҳал қилмайди, ечимини топмаган муаммолар унинг елкасидан босаверади, руҳиятига босим ўтказаверади.

8. Бажарса бўладиганлари ўрнига, амалга оширилиши ўта қийин, мукамал қарорларни қабул қилишга интилади.

9. Ходимлари билан бетакаллуф. «Яхши йигит» обрўсига эришишга ҳаракат қилади.

10. Ҳар қандай муросага шай ва шу билан бирга балогардон қидириб юради.

11. «Очиқ эшиклар» қондасида иш юритади, унинг хонасига ҳар ким истаган пайтда кириб кетаверади.

Қуйида келтирилган бошқарув фаолиятининг мазкур ва бошқа жиҳатлари матн мазмунига асос қилиб олинган тест кўп синовлардан ўтган бўлиб, асосий бошқарув қобилиятларини аниқлашга яроқли, деб тан олинган. Бунинг учун қуйидаги саволларга тасдиқ ёки рад жавобини («ха» ёки «йўқ») беришингиз керак:

1. Бир андозали, бир қолипчи бўлмаган бошқариш муаммоларига ўз истагингиз билан киришиб кетаверасизми?

2. Ҳозир эгаллаб турган лавозимингиздан пастроқ лавозимда ишлаб келган пайтингизда, ўзингиз фойдаланган бошқарув усулларидадан воз кечишингиз осон кечганми?

3. Юқорироқ лавозимга таклиф қилганларида, «бошқариб турган бўлимимнинг ўзи яхшироқмикан», деб узоқ вақт иккиланганмисиз?

4. Аксарият ҳолларда қўлласа бўлаверадиган бошқаришнинг универсал услубини яратишга интилганмисиз?

5. Ўзингизга тобе бўлган куйи бўгин раҳбарларга бир бутун ҳолда (асосли, беҳато) баҳо бериб, уларни кучли ва заиф раҳбарлар тоифаларига ажрата биласизми?

6. Кадрларни ишга тайинлашда, уларни шахсан ёқтиришингиз ёки хуш кўрмаслигингиздан келиб чиққан ҳолда, ўз кўнглингизга тўғри келмаган тарзда ҳам иш тутишингиз осон бўладими?

7. Чиндан ҳам бошқаришнинг универсал услуби ва бошқариш билан боғлиқ вазиятлардаги уларнинг хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда, турли услублардан фойдалана олиш зарур, деб ҳисоблайсизми?

8. Ходимлардан кўра, юқори поғона раҳбарлар билан бўладиган зиддиятларнинг олдини олиш осонроқ деб ҳисоблайсизми?

9. Ўзингиз бошқариб келаётган бўлимларда шаклланиб улгурган бир қолипдаги бошқарув амалларини бутунлай бошқалари билан алмаштириб ташлашни истармидингиз?

10. Раҳбар сифатида ўзга киши фазилатлари тўғрисидаги илк таассуротларингиз тез-тез тўғри бўлиб чиқадими?

11. Бошқарувдаги омадсизликларнинг обьектив қийинчиликлар (моддий-техник таъминотдаги узилишлар, турар жойнинг етишмаслиги ва шу кабилар) сабабли содир бўлганлигини тез-тез изоҳлашингизга тўғри келадики?

12. Самара билан ишлаш учун кўпинча вақт етмаётганлигини ҳис қилиб турасизми?

13. Агар обьектларда кўпроқ бўлиб туришга имкон топилганда, раҳбарлик қилишингиздаги самарадорлик юқорироқ бўлар эди, деб ўйлайсизми?

14. Эгаллаб турган лавозимларига кўра, тенг мақомга эга бўлган, бироқ кучли раҳбарларга заифроқларига нисбатан бирмунча кўпроқ бошқарув ваколатларини берасизми?

Тест натижасини баҳолаш:

1,6,7,9,10 саволларнинг «ҳа», 2,3,12 саволларнинг «йўқ», жавобига 1 баллдан, 5,14 саволларнинг «ҳа», 4,8,11 ва 13 саволларнинг «йўқ», деган жавобига 2 баллдан берилади.

Қолган барча жавобларга 0 балл берилади. Балларнинг энг кўп миқдори – 20.

0 дан 5 гача. Аслини олганда, сиз раҳбарга нисбатан кўпроқ мутахассиссиз. Агар, имконият туғиладиган бўлса, бош мутахассис, бош муҳандис ва бошқа шу каби лавозимларга ўтишда иккиланиб ўтирманг.

5 дан 10 гача. Сизни кучли, ўрта тизим раҳбарларидан, деб ҳисоблаш қийин, аммо сиз бошқараётган жамоада ишлар ёмон бўлмаса, унда туб ислохотларни ўтказмасдан тура қолган маъқул. Шунингдек, бошқа жамоага ўтиш тўғрисидаги таклифга ҳам рози бўлманг. Сиз юқорида турган раҳбарларнинг ва жамоанинг фикрига кўпроқ қулоқ солишингиз даркор. Кадрлар ва истиқбол билан боғлиқ масалаларга Этиборли бўлинг, қарор қабул қилишнинг жамоа шаклларида фойдаланинг, жамоадаги мавжуд аноаналарни мустаҳкамлашга ва янгиларини барпо этишга интилинг.

11 дан 15 гача. Сиз, ташкилотчи раҳбарлар турига мансубсиз ва сиз имкониятларингизни энг муҳим масалаларни ҳал қилишга йўналтира оласиз. Уларга мос кадрларни самара билан танлаш ва жой-жойига қўйишни, амалда чиндан ҳам бажарса бўладиган топшириқларни ишлаб чиқиш ва мувофиқлаштириб олишни, моддий-техник таъминотни талаб даражасида ташкил қилишни биласиз. Сизнинг кучли томонингиз: кундалик масалалар билангина ўралашиб қолмаслигингиз ҳамда муҳим ишларни иккинчи даражалилардан фарқлай олишингиздир. Сиз нима қилиб бўлса ҳам, принципиал аҳамиятга эга бўлган муаммоларнинг ҳал этилишига эриша оласиз, берилиши мумкин бўлган жазо чоралари танлаган йўлингиздан қайтара олмайди. Сиз бошчилик қилаётган бўлимлардаги ишлар, чиндан ҳам, муваффақиятли бўлмоқда. Сизга фақат бир маслаҳат бериш мумкин: жорий ишларни ўз ҳолига ташлаб қўйманг. Уларни ўринбосарларингизга ва ёрдамчиларингизга топширар экансиз, вақти-вақти билан ижро ҳолатини назорат қилиб ҳам туринг.

16 дан 20 гача. Сиз бўлимни шитоб билан, қийин ҳолатдан олиб чиқа оласиз, бироқ оддий кундалик ишлар билан шуғулланишга қийналасиз. Кескин вазиятларни излайсиз, ишбилармонлик билан боғлиқ мансабларга қаратилган қайта қуришларга ва ислох қилишларга интиласиз. Зарур раҳбарлик қобилиятларига эга бўлган ҳолда, ҳар доим ҳам, шароитга осонлик билан кўникиб кета олмайсиз, чунки, баҳолаш ва мулоҳаза юритишдаги ортикча узил-кесил иш тутишингиз, шунингдек, эҳтимол, юқори турган раҳбарлар билан бўлган муносабатлардаги ортикча кескин муомалангиз ҳалал беради.

Хулоса. Демак, хулоса ўрнида шуни таъкидлаш жоизки, бошқарув фаолияти, умумий қобилият, психологик мазмун бевосита раҳбарлик белгилари, фазилатлари билан боғланган бўлиб, уларга қуйидагиларни киритиш мумкин:

- энг муҳим нарсани иккинчи даражалилардан фарқлай олиш;
- куч-қувватни асосий, ҳал қилувчи йўналишга жамлай олиш;

- шахсий ирода, масъулият ва талабчанлик;
- ҳаракат қилиш йўллари модели билиш ва маҳсулдор амалларнинг вариантлари танлаб олишда, оқилон даражада илдам ҳаракат қила олиш;
- бошқарув технологияларидан оқилон фойдалана билиш;
- натижа бермайдиган ва ишнинг йўлига тўғанок бўладиган одатдаги юмушларни четлаб ўта олиш ва бошқалар.

Иш мазмунини тушунган ва тажрибали раҳбар қўл остида ишловчи мутахассислар вазифасига аралашмайди, аммо, ҳар доим ностандарт вазиятларда ёрдам кўрсатади. Қўл остидагиларга юқори даражада талабчанлик қилиш билан бир қаторда, тезкорлик билан кадрларнинг жойларини алмаштириб ҳам туради.

Адабиётлар:

1. Таранов П. С Управление без тайн. Донецк. 1997.
2. Платонов К. К. Занимательная психология. М . . , 1986.
3. Чалдини Р. "Психология влияния" 4 межд.изд. "Питер" 2008 й.
4. Степанов С. «Законы психологии». - Санкт-Петербург. - 2000 й.
5. Сонин В. «Психологический практикум». – Москва. - 1998 й.
6. Козлов Н. «Учебник для психолога по жизни». - Аст-пресс. - 1997 й.

Тураева Хулкарой Мухаммаджоновна,
филиал Российского государственного педагогического университета им А.И. Герцена,
г. Ташкент
xulkarturaeva5@gmail.com

СВЯЗЬ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ С ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТЬЮ У ПСИХОЛОГОВ И ПЕДАГОГОВ

Аннотация. В статье анализируется взаимосвязь эмоционального выгорания и профессиональной идентичности у психологов и педагогов Республики Узбекистана. Исследование основано на модели К. Маслач и концепции профессиональной идентичности Э.Эриксона. В выборке участвовали 56 специалистов (32 педагога, 24 психолога) г. Ташкента и других регионов. Применялись методики МБИ, ОРПВ В.А. Винокура и О.А. Клиценко, тест профессиональной идентичности Е.Ермолаевой и авторская анкета. Выявлены умеренные уровни выгорания с преобладанием эмоционального истощения. Профессиональная идентичность выступает защитным фактором, демонстрируя отрицательные корреляции с выгоранием. Статистически значимых различий между группами не найдено, но у психологов тенденция к более высокому истощению ($p=0.76$). Возраст и стаж взаимосвязан в основном у психологов.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, профессиональная идентичность, эмоциональное истощение, психологи, педагоги.

PSIXOLOG VA PEDAGOGLARDA EMOTSIONAL ZO'RIQISH SINDROMINING KASBIY IDENTIFIKATSIYA BILAN BOG'LIQLIGI

Annotatsiya. Mazkur maqolada O'zbekiston Respublikasidagi psixolog va pedagoglarda emotsional zo'riqish hamda kasbiy identifikatsiya o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik tahlil qilingan. Tadqiqot K. Maslach modeli va E. Eriksonning kasbiy identifikatsiya konsepsiyasiga asoslanadi. Tadqiqotda Toshkent shahri va boshqa hududlardan 56 nafar mutaxassis (32 nafar pedagog, 24 nafar psixolog) ishtirok etdi. Unda MBI, V. A. Vinokur va O. A. Klitsenkoning ORPV metodikalari, Ye. Yermolayevaning kasbiy identifikatsiya testi hamda mualliflik anketasi qo'llanildi. Tadqiqot natijasida emotsional toliqish ustunlik qiluvchi o'rta darajadagi zo'riqish holatlari aniqlandi. Kasbiy identifikatsiya himoya omili sifatida namoyon bo'lib, emotsional zo'riqish bilan teskari korrelyatsiyani ko'rsatmoqda. Guruhlar o'rtasida statistik ahamiyatga ega farqlar topilmadi, biroq psixologlarda yuqoriroq darajadagi toliqishga moyillik kuzatildi ($p=0.76$). Yosh va ish stajining o'zaro bog'liqligi asosan psixologlarda qayd etildi.

Kalit so'zlar: emotsional zo'riqish, kasbiy identifikatsiya, emotsional toliqish, psixologlar, pedagoglar.

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME AND PROFESSIONAL IDENTITY IN PSYCHOLOGISTS AND EDUCATORS

Abstract. This article analyzes the relationship between emotional burnout and professional identity among psychologists and educators in the Republic of Uzbekistan. The study is based on the model by C. Maslach and the concept of professional identity by E. Erikson. The sample included 56 specialists (32 educators, 24 psychologists) from Tashkent and other regions. The study utilized the MBI methodology, the ORPV by V.A. Vinokur and O.A. Klitsenko, the professional identity test by E. Yermolaeva, and a proprietary questionnaire. The findings revealed moderate levels of burnout with a predominance of emotional exhaustion. Professional identity acts as a protective factor, demonstrating a negative correlation with burnout. No statistically significant differences were found between the groups, though psychologists showed a tendency toward higher exhaustion ($p=0.76$). Age and work experience were found to be primarily interrelated among psychologists.

Keywords: emotional burnout, professional identity, emotional exhaustion, psychologists, educators.

Введение. Синдром эмоционального выгорания является одной из наиболее актуальных проблем современных профессий, характеризующихся высоким уровнем эмоционального труда [7]. Профессиональная идентичность, понимаемая как интеграция личностных ценностей и профессиональных норм, может выступать ключевым ресурсом устойчивости к выгоранию [6]. В условиях Республики Узбекистан, где педагоги и психологи сталкиваются с высокой

административной нагрузкой, интенсивным взаимодействием с детьми и клиентами, а также культурно-специфическими факторами, изучение этой взаимосвязи особенно актуально. Целью исследования было выявить характер взаимосвязи эмоционального выгорания и профессиональной идентичности у психологов и педагогов, а также определить различия между этими группами. Существует гипотезы отрицательной корреляции между уровнем выгорания и сформированностью профессиональной идентичности; возраст и стаж работы модулируют эти связи; психологи демонстрируют более высокие показатели эмоционального истощения по сравнению с педагогами. В исследовании приняли участие 56 специалистов: 32 педагога (1 группа) и 24 психолога (2 группа), работающих в образовательных и психологических учреждениях Республики Узбекистан. Участники заполняли опросник анонимно в GOOGLE форме. Инструментарий: Maslach Burnout Inventory (MBI) – три субшкалы; ОРПВ измеряет интегральный индекс выгорания и 9 компонентов; Тест Идентичности/маргинализм (Е.Ермолаева) – 9 шкал; Авторская анкета.

Методология исследования. Статистическая обработка: применялась описательная статистика, U-критерий Манна-Уитни для сравнения групп, коэффициент корреляции Спирмена, уровень значимости- $p < 0.05$; тенденции – $p < 0,10$

Результаты анкетного опроса большинства респондентов демонстрируют сформированную профессиональную идентичность: 55% уверены в своей роли (рисунок 1),

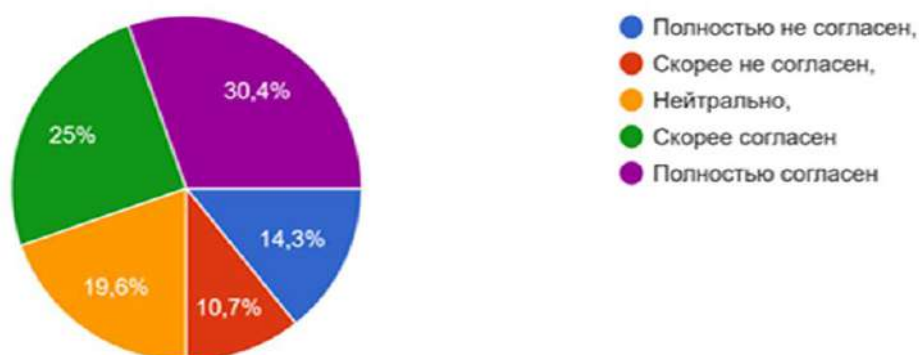


Рисунок 1. Я чувствую себя уверенно в своей профессиональной роли

73,2% - гордятся профессией, 75% - ощущают смысл деятельности, 62,5% - считают работу соответствующей первоначальным ожиданиям. Однако 26,4% часто задумываются о смене профессии (рисунок 2), а 60% периодически испытывают разочарование или безысходность.

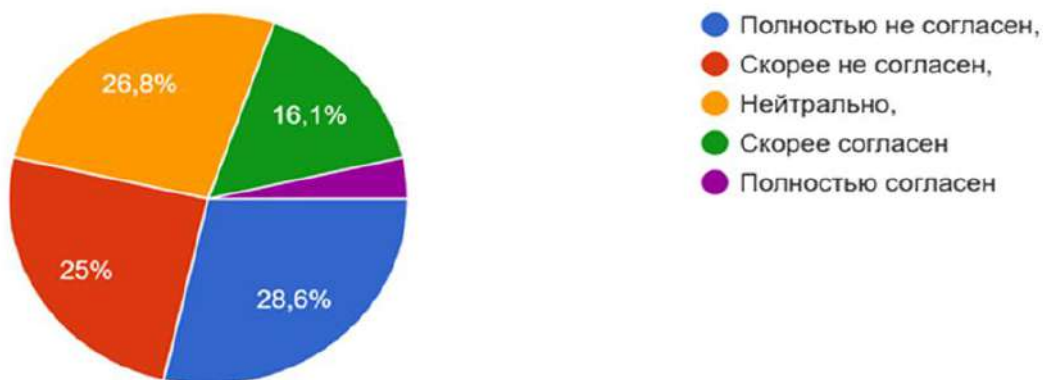
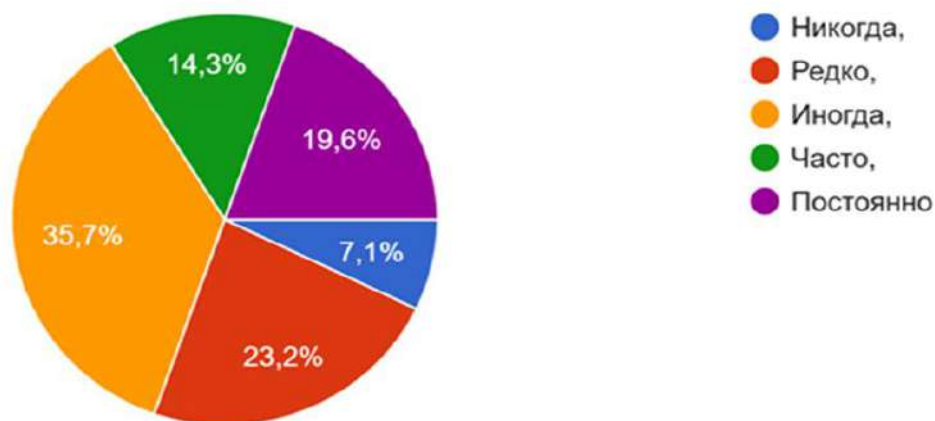


Рисунок 2. Я часто задумываюсь о смене профессии из-за трудностей в работе

Более 90% респондентов хотя бы иногда чувствуют недостаточность своих усилий (рисунок 3).



По методикам MBI средние значения: эмоциональное истощение – 23,34 (SD=8,12), деперсонализация - 12,84 (SD=4,77), редукция личных достижений – 32,25 (SD=7,63) соответствует умеренному уровню (таблица 1).

Таблица 1.

Результаты описательной статистики шкал методики Опросник профессиональной выгорания MBI (К.Маслач)

№	Субшкала	M	Min	Max	SD
1	Эмоциональное истощение	23,34	8,00	41,00	8,12
2	Деперсонализация	12,98	4,00	22,00	4,77
3	Редукция личных достижений	32,25	18,00	47,00	7,63

Примечание: M- средний арифметическое значение; SD- стандартное отклонение.

По ОРПВ интегральный индекс выгорания – 56,21 (SD=6,42), наиболее выражено эмоциональное истощение - 56,86 (SD=8,87) (таблица 2).

Таблица 2.

Результаты описательной статистики шкал Опросник ОРПВ

№	Показатель	M	Min	Max	SD
1	Эмоциональное истощение (выгорание)	56,86	39,00	70,00	8,87
2	Напряжённость в работе	56,02	40,00	69,00	8,33
3	Снижение удовлетворения работой и оценка её значимости	55,61	47,00	69,00	4,34
4	Профессиональный перфекционизм	55,84	43,00	65,00	6,17
5	Общая самооценка	55,39	42,00	64,00	6,50
6	Самооценка качества работы	56,18	46,00	64,00	5,38
7	Помощь и психологическая поддержка коллег в работе	55,86	47,00	63,00	4,41
8	Профессиональное развитие и самосовершенствование	55,30	46,00	63,00	5,06
9	Состояние здоровья и общая адаптация	56,16	40,00	68,00	8,07
10	ИИПВ	56,21	43,00	68,00	6,42

Примечание: M- средний арифметическое значение; SD- стандартное отклонение

По методике Ермолаевой идентичность сформирована на высоком уровне: аутентичность «быть или казаться» - 89,9% от максимума, мораль – 83,9%, мотивация – 78,1% (Таблица 3).

Таблица 3.

Результаты описательной статистики шкал профессиональной идентичности / маргинализм Е.П.Ермолаевой

№	Шкала / Подшкалы	M	Min	Max	SD
1	Профессионал и социум	17,82	11,00	24,00	3,19
2	Социум и профессия	18,79	11,00	24,00	2,73

3	Человек и профессия; профессиональный статус и динамика	18,32	12,00	24,00	2,66
4	Человек и профессия; профессиональная мотивация	18,75	10,00	24,00	2,86
5	Человек и профессия; профессиональный поступок	18,63	12,00	24,00	2,79
6	Человек и профессия; карьера	9,82	6,00	12,00	1,60
7	Человек и профессия; мораль	10,07	6,00	12,00	1,33
8	Человек и профессия; альтернативный выбор	9,11	6,00	12,00	1,72
9	Человек и профессия; быть или казаться	10,79	6,00	12,00	1,50

Примечание: М - среднее арифметическое значение; SD - стандартное отклонение.

Анализ полученных результатов. Сравнение групп психологов и педагогов статистически значимых различий не выявило. Однако наблюдается тенденции к более высокому эмоциональному истощению у психологов. В целом по выборке эмоциональное истощение положительно коррелирует с мыслями о смене профессии, чувством разочарования и отрицательно с социальным смыслом, карьерой, гордостью. В целом по выборке эмоциональное истощение положительно коррелирует с мыслями о смене профессии, чувством разочарования отрицательно – с социальным смыслом, карьерой и гордостью (рисунок 4).

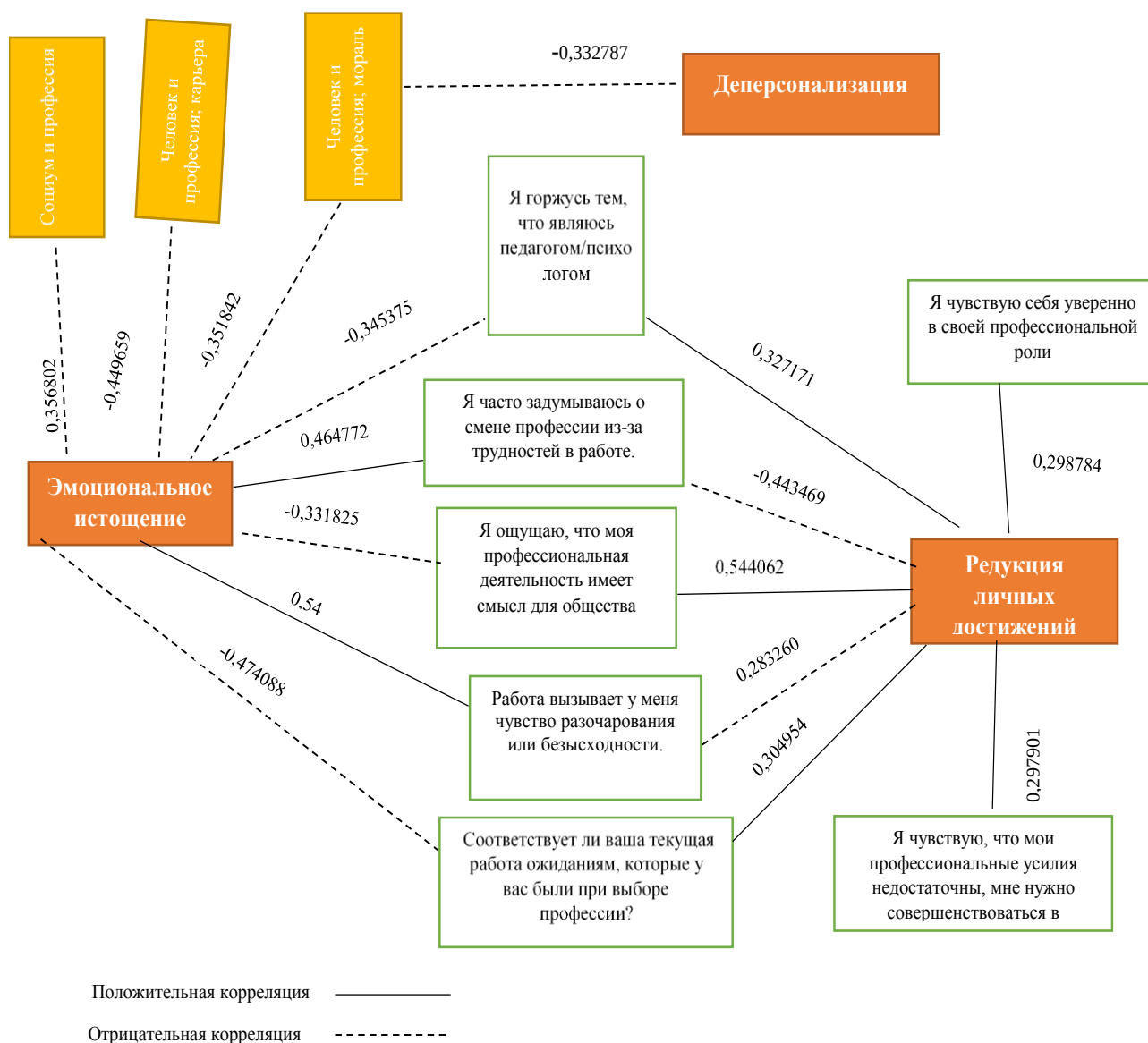


Рисунок 4. Взаимосвязь эмоционального выгорания и идентичности в целом по выборке

Примечание: красным цветом выделены переменные, относящие к методике «MBI» Маслач, выявляющей эмоциональное выгорание. Оранжевым цветом выделены переменные по тесту «Идентичность/маргинализм» Ермолаева Е, определяющему профессиональную идентичность.

Белым цветом выделены вопросы из анкеты.

В группе педагогов сильная профессиональная идентичность выступает буфером: отрицательные корреляции с истощением ($r=-0.38$ до $r=-0.51$) и напряжённостью ($r=-0.36$ до $r=-0.40$) (рисунок 5).

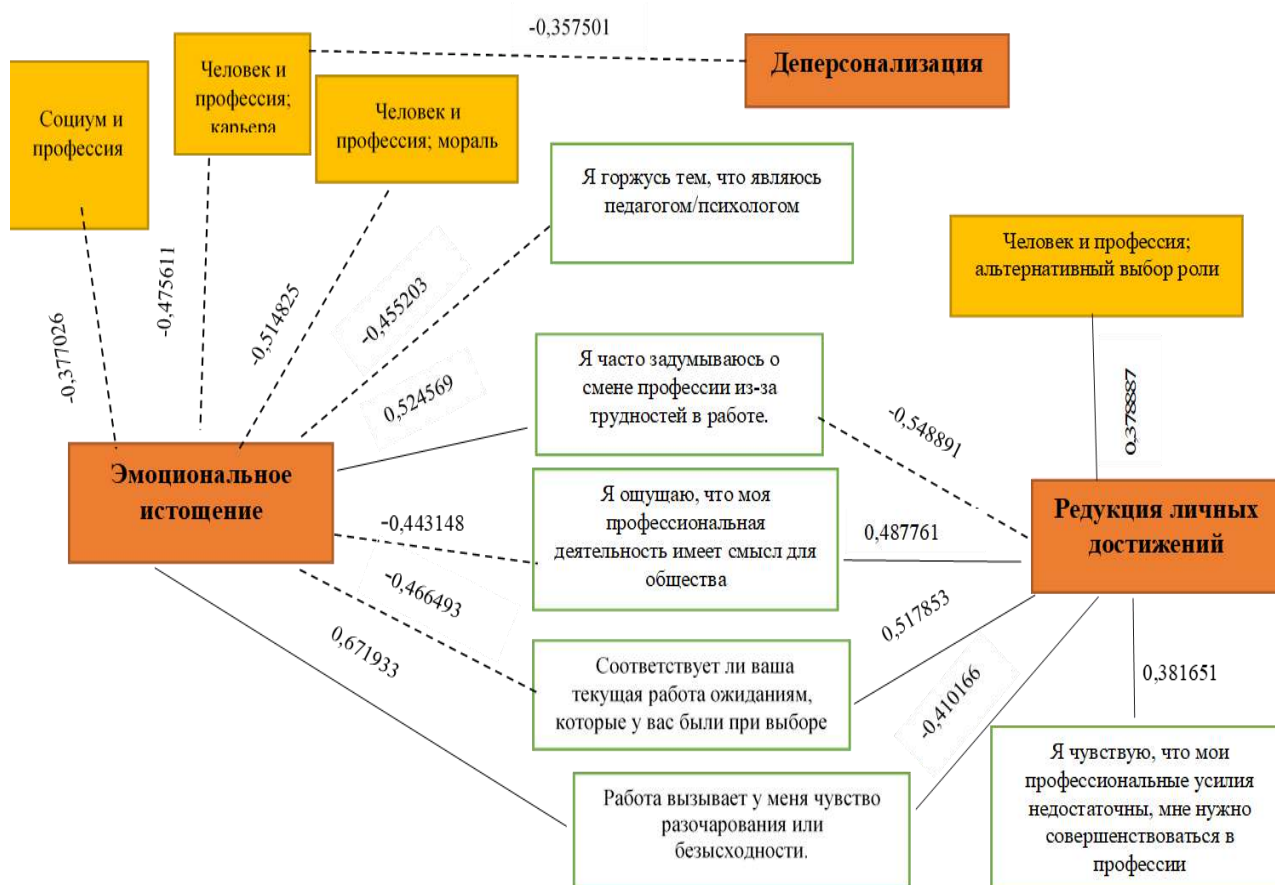


Рисунок 5. Эмоциональное выгорание и профессиональная идентичность у педагогов

Примечание: красным цветом выделены переменные, относящие к методике «MBI» Маслач, выявляющей эмоциональное выгорание. Оранжевым цветом выделены переменные по тесту «Идентичность/маргинализм» Ермолаева Е, определяющему профессиональную идентичность.

Белым цветом выделены вопросы из анкеты.

В группе психологов выявлены наиболее сильные связи: эмоциональное истощение отрицательно коррелирует с возрастом, стажем, социальным признанием; положительно – с необходимостью совершенствоваться. Шкала «Профессиональный поступок» парадоксально связана с высоким истощением, указывая на «перегорание» от сверхвовлечённости (рисунок 6).

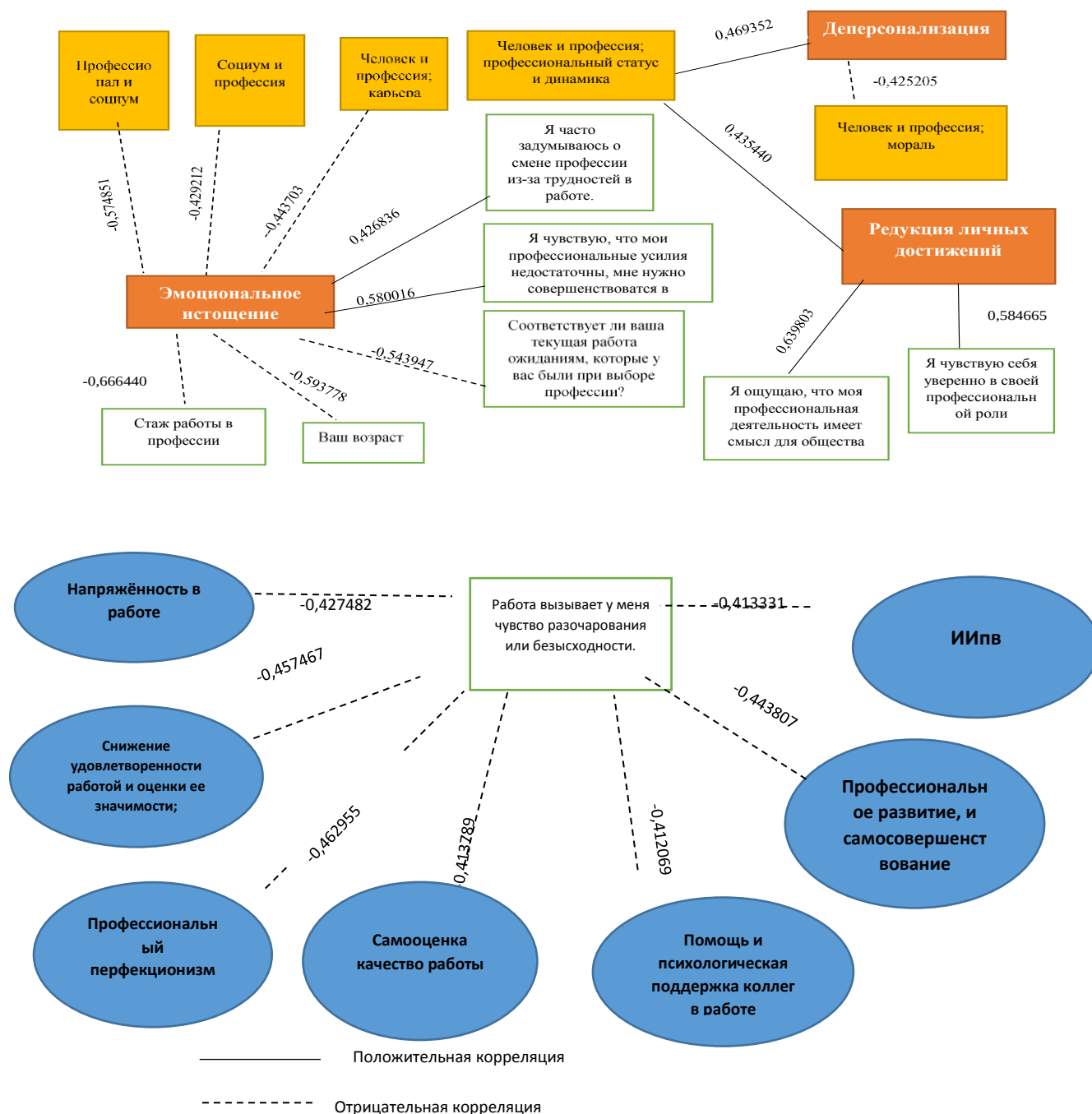


Рисунок 6. Эмоциональное выгорание и профессиональная идентичность у психологов

Примечание: красным цветом выделены переменные, относящие к методике «MBI» Маслач, выявляющая эмоциональное выгорание. Оранжевым цветом выделены переменные по тесту «Идентичность/маргинализм» Ермолаева Е, определяющему профессиональную идентичности. Синий цвет по методике Опросника ОРПВ (Отношение к работе и профессиональное выгорание) В.А. Винокура и О.А. Клиценко. Белым цветом выделены анкетные вопросы.

Результаты подтверждают модель Маслач: эмоциональное истощение выступает центральным компонентом выгорания. Профессиональная идентичность снижает риск выгорания через повышение смысла, гордости и самооценки. У психологов более высокая уязвимость к истощению обусловлена интенсивным эмпатическим трудом и размытыми границами, что согласуется с зарубежными исследованиями [9]. У педагогов идентичность более устойчива благодаря структурированности труда. Возраст и стаж выступают значимыми модераторами, что может указывать на эффект профессиональной

адаптации «выживших». Полученные данные подтверждают диалектическую взаимосвязь: сильная идентичность защищает от выгорания, а развивающееся выгорание разрушает идентичность.

Выводы: 1. Эмоциональное выгорание у психологов и педагогов характеризуется умеренной выраженностью с доминированием эмоционального истощения. 2. Профессиональная идентичность сформирована на высоком уровне и выступает ключевым защитным ресурсом. 3. У психологов наблюдается тенденции к более высокому истощению; возраст и стаж усиливают защитные функции идентичности. 4. Выявлена циклическая взаимосвязь: сильная идентичность снижает выгорание, а выгорание разрушает идентичность. 5. Необходимы профилактические программы, направленные на укрепление профессиональной идентичности, супервизию и управление эмоциональным трудом.

Литература:

1. Бойко В. В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении. СПб.: Питер, 1999. 382 с.
2. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2-е изд. СПб.: Питер, 2009. 336 с.
3. Винокур В. А., Клиценко О. А. Опросник «ОРПВ». Методика психологической диагностики профессионального «выгорания» в помогающих профессиях: учеб. пособие. СПб.: Изд-во СПбМАПО, 2012. 32 с.
4. Деркач А. А. Акмеологические основы развития профессионала. М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2004. 752 с.
5. Ермакова Е. В. Исследование синдрома эмоционального выгорания как нарушения ценностно-смысловой сферы личности (теоретический аспект) // Культурно-историческая психология. 2010. № 1. С. 57–62.
6. Ермолаева Е. П. Профессиональная идентичность и маргинализм: концепция и реальность // Психологический журнал. 2001. Т. 22, № 4. С. 51–59.
7. Maslach C., Jackson S.E. The measurement of experienced burnout // Journal of Organizational Behavior. — 1981. — Vol. 2. — № 2. — P. 99–113.
8. Maslach C., Jackson S.E., Leiter M.P. Maslach Burnout Inventory Manual. 3rd ed. — Consulting Psychologists Press, 1996.
9. Skovholt T.M., Trotter-Mathison M. The Resilient Practitioner: Burnout Prevention and Self-Care Strategies for Counselors, Therapists, Teachers, and Health Professionals. — Routledge, 2011. 304 p.
10. Stryker S., Burke P.J. The past, present, and future of an identity theory // Social Psychology Quarterly. — 2000. — Vol. 63. — № 4. — P. 284–297.

Усманова Шахло Шавкатовна,
и.о.доцента кафедры «Спортивная психология и педагогика»
Узбекского государственного университета физической культуры и спорта,
Город Чирчик, улица Спортсменов 19.
usmanovashahlo1969@gmail.com
0009-0004-8641-9431

ВЛИЯНИЕ РЕФЛЕКСИВНОГО МЫШЛЕНИЯ НА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ СПОРТСМЕНА

Аннотация. В статье дано понятие рефлексии как фундаментальном механизме человеческого взаимопонимания, где есть способность представлять себя на месте другого человека, мысленно видеть и "проигрывать" ситуацию за него.

Рефлексивное мышление в фехтовании - это важнейший элемент тактического мастерства спортсмена и основа той поразительной интуиции, которая позволяет опытному фехтовальщику предугадывать любое движение противника и предупредить его. Рефлексивное мышление и его уровень влияет на возникновение других психических состояний. В статье предложены результаты определения связи рефлексивного мышления с результативностью спортсмена - фехтовальщика.

Ключевые слова: рефлексия, мышление, тревожность, тренировка, стрессоустойчивость, профиль мышления, спортсмен.

REFLEKSIV TAFAKKURNING SPORTCHI NATIJADORLIGIGA TA'SIRI

Annotatsiya. Maqolada refleksiya o'zaro anglashuvning fundamental mexanizmi sifatida ta'riflanadi. Bu — o'zini boshqa inson o'rniga qo'ya bilish, vaziyatni uning nigohi bilan ko'rish va xayolan "yashab o'tish" qobiliyatidir.

Qilichbozlikda refleksiv tafakkur sportchining taktik mahoratining eng muhim unsuri va tajribali qilichbozga raqibning har qanday harakatini oldindan sezish va uni bartaraf etish imkonini beruvchi ajoyib intuitsiyaning asosidir. Refleksiv tafakkur va uning darajasi boshqa ruhiy holatlarning yuzaga kelishiga ham ta'sir ko'rsatadi. Maqolada refleksiv tafakkurning qilichboz sportchi natijadorligi bilan bog'liqligini aniqlash bo'yicha olingan natijalar taqdim etilgan.

Kalit so'zlar: refleksiya, tafakkur, xavotir, mashg'ulot, stressga chidamlilik, tafakkur profili, sportchi.

THE INFLUENCE OF REFLECTIVE THINKING ON ATHLETIC PERFORMANCE

Abstract. The article introduces the concept of reflection as a fundamental mechanism of human mutual understanding, which involves the ability to put oneself in another person's place, and to mentally envision and "play out" a situation for them.

In fencing, reflective thinking is a crucial element of an athlete's tactical mastery and the foundation of the striking intuition that allows an experienced fencer to anticipate and preempt any of their opponent's moves. The level of reflective thinking influences the emergence of other psychological states. The article presents the results of a study determining the relationship between reflective thinking and the performance of fencers.

Keywords: reflection, thinking, anxiety, training, stress resistance, thinking profile, athlete.

Введение. Спортивное сообщество Республики Узбекистан с каждым годом завоевывает всё более прочные и высокие позиции на международной арене. Спортивные достижения спортсменов страны убедительно демонстрируются в исключительной подготовке и феноменальном мастерстве наших спортсменов, представляющих страну в контексте богатых национальных спортивных традиций.

Опыт многих стран показывает, что государственная забота о судьбах национального спорта, физической культуры непременно оборачивается многократной пользой. Всесторонняя поддержка этих статей социальной сферы первым делом создаёт все необходимые предпосылки для морально-физического оздоровления детско-юношеской и молодёжной среды общества.

Кабинет Министров Республики Узбекистан за годы независимости принял законы и постановления, направленные на дальнейшее развитие спортивного движения путём создания благоприятных условий для развития личностных особенностей в спортивной деятельности выработки условий для перевода на профессиональную основу различных групп спортсменов.

Немаловажным фактором в личностных особенностях спортсмена, помимо эмоциональных и волевых процессов, являются познавательные процессы, а также рефлексивное мышление.

Рефлексия как фундаментальный механизм человеческого взаимопонимания есть способность представлять себя на месте другого человека, мысленно видеть и "проигрывать" ситуацию за него.

Умение ставить себя на место соперника или партнёра, принимать за него наиболее вероятные решения и согласовывать с ним свои собственные действия, учитывать его попытки "думать за тебя" и действовать с поправкой на это суждение - всё это в спорте необходимо, и на баскетбольной площадке, и у футбольных ворот, и на фехтовальной дорожке.

Рефлексивное мышление в фехтовании - это важнейший элемент тактического мастерства спортсмена и основа той поразительной интуиции, которая позволяет опытному фехтовальщику предугадывать любое движение противника и предупреждать его.

И чем выше класс спортсменов, тем изощрённее методы нападения и обороны, тем глубже расчёт, тоньше психологическая борьба. Победить в современном спорте - значит запутать, сбить с толку, поймать на обманное движение, неожиданным действием поставить в тупик. В спорте высших достижений умение предугадывать намерения противника и маскировать свои собственные - одно из наиболее важных качеств спортсмена. Таково мнение многих специалистов в области спортивной психологии. Думается, что с ними согласилось бы и большинство тренеров и спортсменов.

Рефлексивная борьба, которая является важнейшим "измерением" в психологии спортивного поединка, хорошо знакома участникам соревнований. Но почти никогда она не становится предметом специальной подготовки спортсмена, поэтому в нашей работе актуальным является изучение и развитие рефлексивного мышления на начальном этапе занятий фехтованием.

Цель исследования: определение связи рефлексивного мышления с результативностью спортсмена-фехтовальщика.

Объектом исследования являются спортсмены-разрядники и спортсмены-новички в возрасте 10-15 лет в количестве 30 человек, занимающиеся в ЦЗФ (центральный зал фехтования) спортивного комплекса «Пахтакор».

Предмет исследования: связь рефлексивного мышления с результативностью спортсмена в фехтовании

Гипотеза исследования:

Мы предполагаем, что рефлексивное мышление оказывает влияние на результативность спортсмена

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ специальной литературы;
2. Определить связь рефлексивного мышления с результативностью спортсмена.
3. Разработать практические рекомендации, связанные с совершенствованием рефлексивного мышления.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

1. сравнительный анализ научной литературы, имеющей отношение к исследуемой проблематике;
2. метод «наблюдения»;
3. метод «беседы»;
4. исследование рефлексии с помощью психодиагностических методик:
 - опросник А. В. Карпова,
 - оценки тревожности Ч. Д. Спилберга и Ю. Л. Ханина,
 - определение профиля мышления по Г.С. Никифорову
5. методы математической обработки данных по критерию Стьюдента;

Практическая значимость: практическая значимость результатов исследования состоит в определении связи рефлексивного мышления с результативностью спортсмена - фехтовальщика. Результаты исследования могут быть использованы для выявления уровня развития рефлексивного мышления у спортсмена, занимающегося фехтованием.

Результаты исследования также могут быть использованы тренерами, спортивными психологами в своей трудовой деятельности.

Результаты определения уровней исследования по методике рефлексии продемонстрированы в таблице.

Таблица 1.

Определение уровней исследования по методике рефлексии у спортсменов-фехтовальщиков (%)

	высокий показатель	средний показатель	низкий показатель
разрядники	81%	12%	7%
новички	0%	21%	79%

Результаты также можно видеть и на диаграмме.

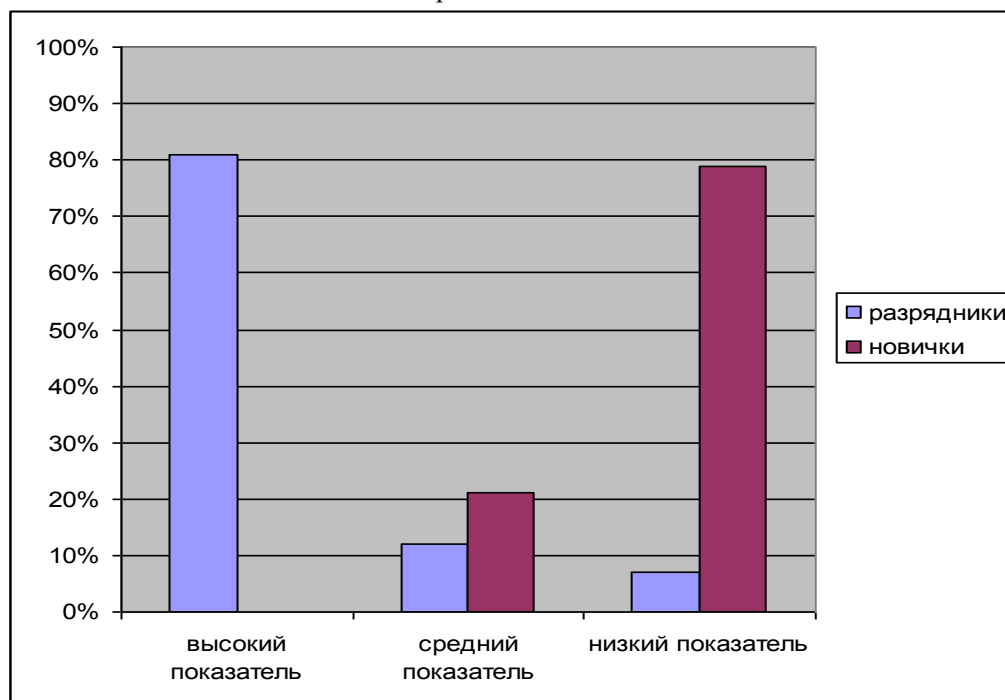


Рисунок 1. Диаграмма определения уровней исследования по методике рефлексии у спортсменов-фехтовальщиков (%)

Исходя из данных таблицы 1, у группы разрядников уровень развития рефлексии по показателям выше, чем у группы новичков. Это видно в процентном соотношении: разрядники - 81% (высокий уровень), 12% (средний), 7% (низкий); новички - 0% (высокий уровень), 21% (средний), 79% (низкий).

Результаты проведенного исследования свидетельствуют о достоверном повышенном уровне рефлексивного мышления у спортсменов-разрядников

Таблица 2.

**Анализ и интерпретация результатов тревожности у спортсменов-фехтовальщиков
Уровень тревожности спортсменов – разрядников (%).**

	СТ			ЛТ		
	высокий показатель	средний показатель	низкий показатель	высокий показатель	средний показатель	низкий показатель
разрядники	25%	50%	25%	19%	50%	31%

Результаты также можно видеть и на диаграмме.

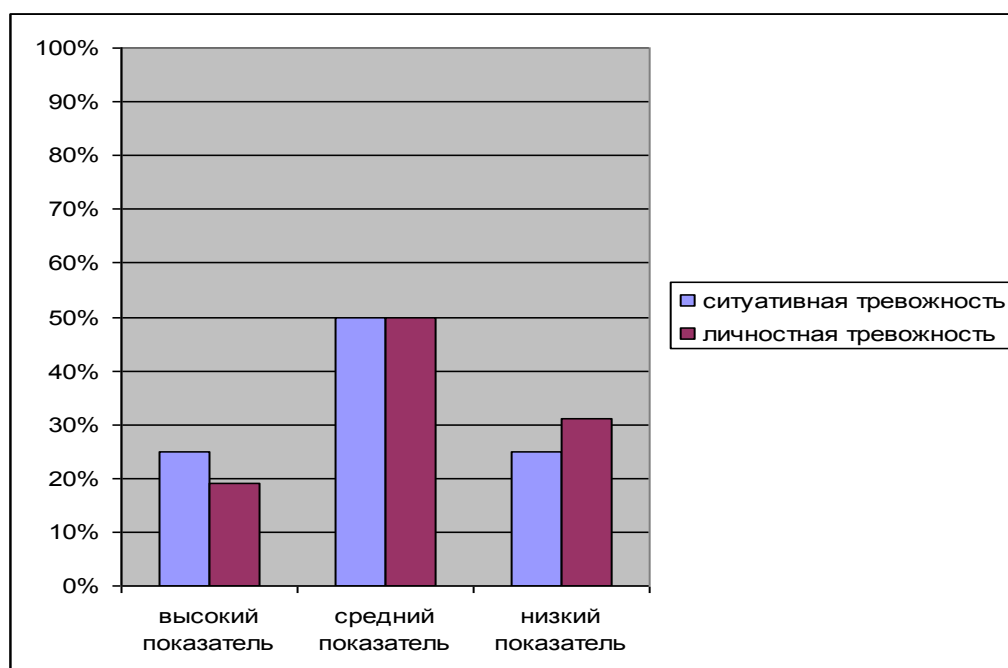


Рисунок 2. Диаграмма анализа и интерпретации результатов тревожности у спортсменов-фехтовальщиков

Таблица 3.

Уровень тревожности спортсменов - новичков (%)

	СТ			ЛТ		
	высокий показатель	средний показатель	низкий показатель	высокий показатель	средний показатель	низкий показатель
новички	50%	36%	14%	29%	57%	14%

Результаты также можно видеть и на диаграмме.

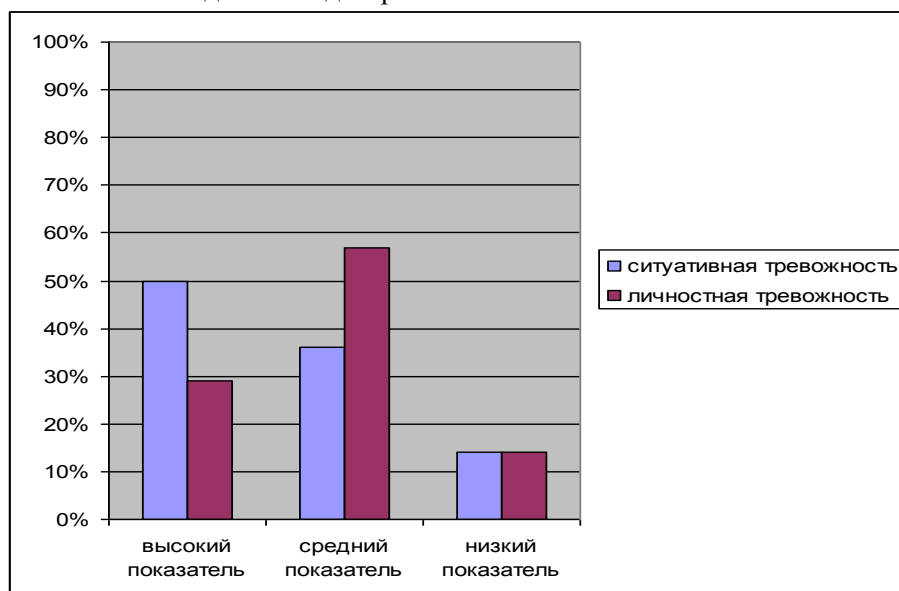


Рисунок 3. Диаграмма уровня тревожности спортсменов-новичков

Исходя из данных таблицы 2, у спортсменов-разрядников уровень ситуативной и личностной тревожностей, соответствующий их спортивному мастерству, имеет средний уровень показателя. Это видно в процентном соотношении: СТ - 25% (высокий), 50% (средний), 25% (низкий); ЛТ - 19% (высокий), 50% (средний), 31% (низкий).

Исходя из данных таблицы 3, у спортсменов-новичков уровень ситуативной и личностной тревожностей с учётом отсутствия у них спортивного мастерства, практических умений и навыков, наличием объективных трудностей, имеет соответственно высокий и средний уровни показателей ($p <$

0,05). Это видно в процентном соотношении: СТ - 50% (высокий), 36% (средний), 14% (низкий); ЛТ - 29% (высокий), 57% (средний), 14% (низкий)

Таблица 4.

Анализ и интерпретация результатов профилей мышления у спортсменов-фехтовальщиков

Определение профилей мышления у спортсменов-фехтовальщиков (%)

	предметное мышление			образное мышление			знаковое мышление			символическое мышление			креативность		
	вс	ср	нз	вс	ср	нз	вс	ср	нз	вс	ср	нз	вс	ср	нз
разрядники	19%	6%	-	-	12%	-	-	-	-	-	6%	-	38%	19%	-
новички	-	21%	-	8%	14%	-	-	21%	-	8%	-	14%	-	-	14%

Результаты также можно видеть и на диаграмме (разрядники)

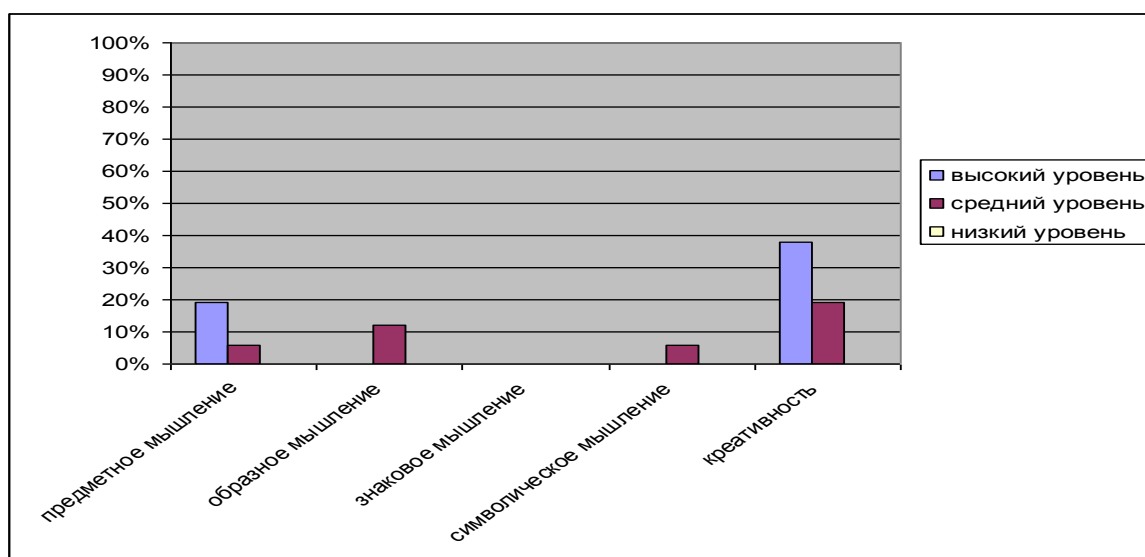


Рисунок 4. Диаграмма анализа и интерпретации результатов профилей мышления у спортсменов-фехтовальщиков

Результаты также можно видеть и на диаграмме (новички)

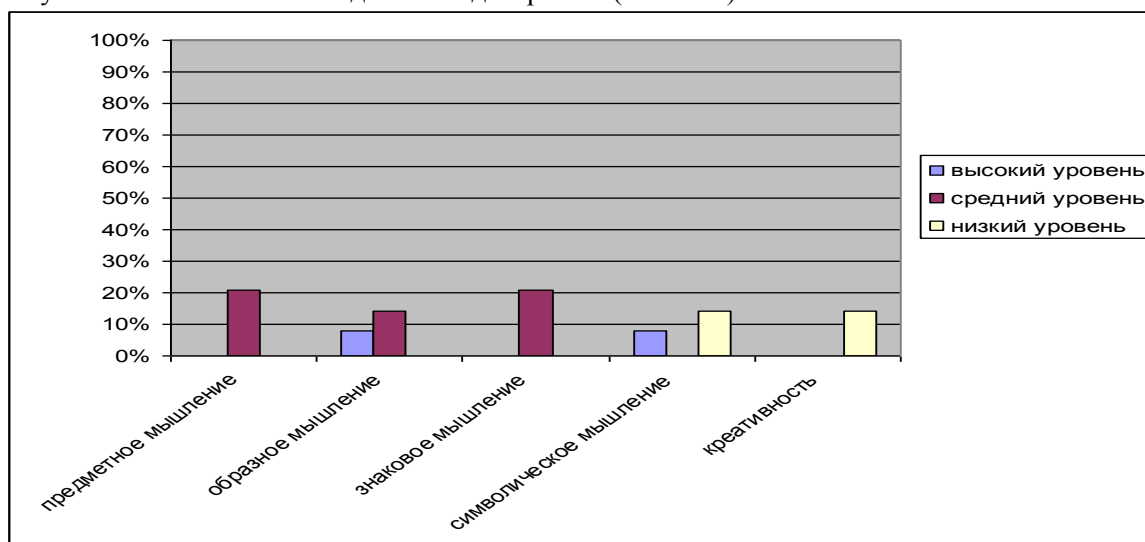


Рисунок 5. Диаграмма определения профилей мышления у спортсменов-фехтовальщиков

Исходя из данных таблицы 4, у спортсменов-разрядников креативность и предметное мышление по результатам показателей выше, в связи с их профессиональной направленностью, уверенностью в себе, с последовательным выполнением действий, в связи с психологической подготовкой, адекватной самооценкой. Также мы видим, что спортсмены-разрядники с высоким

уровнем показателей креативности мышления показывают лучшие результаты и занимают более высокие места, чем новички.

Исходя из данных таблицы 4, у спортсменов-новичков результаты показателей креативности мышления ниже, чем у разрядников. Показатели свидетельствуют о том, что у них отсутствуют профессиональные умения и навыки, соответствующие данному виду спорта, ещё недостаточно развита уверенность в себе, отсутствие специальной психологической подготовки, адекватной самооценки.

Вывод. Исследование проводилось во время тренировочных занятий среди спортсменов, занимающихся в ЦЗФ (центральный зал фехтования) спортивного комплекса «Пахтакор».

После проведения тестовых заданий, результаты заносились в протокол. Затем были составлены таблицы данных уровня развития рефлексивного мышления, личностной и ситуативной тревожности, профили мышления.

На определённом этапе исследования выяснилось, насколько влияет связь рефлексивного мышления на результативность спортсмена. Представленная нами гипотеза о том, что связь рефлексивного мышления влияет на результативность спортсмена-фехтовальщика, подтвердилась.

Эмпирическое исследование показало следующие результаты:

- Результативность выступления спортсменов-фехтовальщиков зависит от уровня развития рефлексивного мышления.
- Ситуативная и личностная тревожности взаимосвязаны самооценкой и волевой саморегуляцией.
- У большинства спортсменов-разрядников определились высокие уровни показателей развития рефлексивного мышления, которые выразились в профессиональной направленности, уверенности в себе, психологической подготовке, адекватной самооценке.
- Самый высокий показатель уровня развития рефлексивного мышления был обнаружен у спортсменов-разрядников.

Заключение. Фехтование - спортивное единоборство с использованием холодного оружия (шпага, рапира, сабля).

В данном виде спорта огромную роль играет психологическая составляющая, будь то особенности рефлексивного мышления или внимания, сосредоточенности, а также психологическая подготовленность фехтовальщика в целом. Литературные источники показали, что как среди слагаемых успеха в фехтовании, так и среди причин поражения в спортивном соревновании определённая доля принадлежит рефлексивному мышлению и психическому состоянию спортсмена перед и во время соревнования.

Одним из фундаментальных механизмов человеческого взаимопонимания является рефлексия - способность представлять себя на месте другого человека, мысленно видеть и "проигрывать" ситуацию за него.

Рефлексия - это не просто знание или понимание субъектом самого себя, но и выяснение того, как другие знают и понимают «рефлектирующего», его личностные особенности, эмоциональные реакции и когнитивные (связанные с познанием) представления.

Фехтовальщик должен при этом разрешать одновременно две практические задачи: успешно нападать и успешно защищаться, т. е. его мышление имеет одновременно два объекта и, стало быть, проходит на фоне раздвоенности, распределения внимания. Анализировать ход боя и делать выводы приходится при высоком возбуждении, взволнованности, вызванных самим характером спортивного соревнования в фехтовании.

Умение фехтовальщика делать это всегда безошибочно обеспечит ему безотказную победу над любым противником. Но постоянная безошибочность рефлексии невозможна вследствие того, что и противник стремится к тому же, противопоставляя спортсмену своё мышление и свои действия. Фехтовальщик по определённым положениям, а иногда по почти неувидимым невольным движениям противника может разгадать его намерение и, чтобы помешать их выполнению - выбрать именно те приёмы, которые окажутся для противника неотразимыми.

Таким образом, рефлексия позволяет реагировать на действия противника раньше, чем определится их точное содержание по начальным движениям. Ход мыслей и действий противника не будет раскрыт без интуитивного умения спортсмена.

Полученные данные исследования позволяют отметить, что:

- Результативность выступления спортсменов – разрядников на соревнованиях зависит от уровня развития рефлексивного мышления. При низком уровне развития рефлексивного мышления

результаты спортсменов хуже. А у спортсменов с более высоким уровнем развития рефлексии показатели результатов лучше.

- Ситуативная и личностная тревожности взаимосвязаны с мотивационной установкой, самооценкой и волевой саморегуляцией.
- Выявлено: у спортсменов разрядников результат выступления в соревнованиях имеет прямо пропорциональную зависимость от силы мотивационной установки к достижению успеха.
- Самый высокий показатель уровня развития рефлексивного мышления был обнаружен у более опытных спортсменов-разрядников. Спортсмены-разрядники с высоким уровнем развития рефлексивного мышления показывают лучшие результаты и занимают более высокие места, чем спортсмены-новички, у которых уровень развития рефлексивного мышления показал низкие результаты, в связи с отсутствием у них спортивного мастерства, пока ещё недостаточно приобретённых знаний, умений и навыков, которые необходимы для данного вида спорта.
- Рефлексивное мышление и его уровень влияет на возникновение других психических состояний.

Литература:

1. Багадирова С.К. «Спортивная психология» учеб. пособие. Майкоп (Адыгея). - 2014г. - 243с.
2. Демиденко М. В. Психология рефлексии. - Самара. - 2004.
3. Ловягина А.Е. «Психология физической культуры и спорта». учебник и практикум. Москва: Юрайт. 2016 г. 338с.
4. Маклаков А.Г. «Общая психология» учебник для вузов. СПб: Питер. (серия Учебник для вузов). - 2016 г. – 583 с.
5. Немов Р.С. «Общая психология» учебник. М.: Юрайт. – 2012 г. – 24-72 с.
6. Тышлер Д.А. Мовшович А.Д. Физическая подготовка юных фехтовальщиков. - Советский спорт, 1996.
7. Усманова Ш.Ш. Психология и психология спорта. Учебное пособие. Т - «Evrika nashriyotmatbaa uyі» MCHJ. - 2025г. - 448 с.

Mo'minova Dilrabo Murodillayevna,
University of business and science
Pedagogika-psixologiya kafedrasida katta o'qituvchisi (PhD)
dilrabomuminova2018@gmail.com

O'SMIR QIZLARDA DEVIANT XULQ-ATVOR NAMOYON BO'LISHINING XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. O'smirlik davrida namoyon bo'ladigan deviant xulq haqida nazariyalar tahlili, o'smirlik davridagi delinkvent xulqning psixoprofilaktikasi va korreksiyasi, shu bilan bir qatorda kichik va katta o'smir qizlarda delikventlik qay darajada tafovutlanishi va voyaga yetmaganlar jinoyatchiligini psixologik mexanizmlari haqida fikr mulohazalar bildirilgan.

Kalit so'zlar: delinkvent, addiktiv, ziddiyat, tajovuzkorlik, zo'ravonlik, xavfli guruh, korreksiya, profilaktika, axloq, o'z-o'ziga zarar, obyektiv, subyektiv.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕВОЧЕК- ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье анализируются теории девиантного поведения в подростковом возрасте, рассматриваются вопросы психопрофилактики и коррекции делинквентного поведения подростков. Кроме того, представлены суждения о степени различий в делинквентности у девочек младшего и старшего подросткового возраста, а также о психологических механизмах преступности несовершеннолетних.

Ключевые слова: делинквент, аддиктивный, конфликт, агрессия, насилие, группа риска, коррекция, профилактика, мораль, самоповреждение, объективный, субъективный.

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF DEVIANT BEHAVIOR IN TEENAGE GIRLS

Abstract. This paper presents an analysis of theories on deviant behavior that manifests during adolescence, discusses the psychoprophylaxis and correction of delinquent behavior in adolescents, and explores the extent to which delinquency differs between younger and older adolescent girls, as well as the psychological mechanisms of juvenile delinquency.

Keywords: delinquent, addictive, conflict, aggression, violence, risk group, correction, prevention, morality, self-harm, objective, subjective.

Kirish. Jahonda turli yosh davrlariga xos delinkvent xulqning psixoprofilaktikasi va korreksiyasi xususidagi og'ishishlarga e'tibor ortib bormoqda[8]. So'nggi statistika shuni ko'rsatadiki, «Jahon bo'yicha 700 000dan ortiq o'smirlar uydan qochgan, ularning 60 % qizlardir». Balki bu o'sish qizlar ishtirokidagi voyaga yetmaganlarga oid adliya ishlarini ko'rib chiqish va hujjatlarni rasmiylashtirishdagi o'zgarishlarni aks ettiradi, lekin bu o'sish jinoyat sodir etayotgan qizlarning ko'proq sonini ko'rsatishi ham mumkin. Biroq tarixan huquqbuzarlik xavfi bilan bog'liq bo'lgan tadqiqotlarning aksariyati o'smir o'g'il bolalar namunalarida o'tkazilgan, chunki o'g'il bolalarning voyaga yetmaganlar adliya tizimi bilan aloqa qilishlari ko'proq. Garchi o'g'il bolalar o'rtasida huquqbuzarlik bilan bog'liq xavf omillari haqidagi bilim kelajakdagi faoliyatning asosiy bashorat qiluvchilarini aniqlash va tegishli profilaktika va aralashuv xizmatlarini ko'rsatishda yordam bergan bo'lsa-da, shunga o'xshash xavf omillari jinslar bo'ylab mavjudligi va o'g'il bolalar uchun mo'ljallangan profilaktika va aralashuv dasturlari qizlar uchun umumlashtiriladimi yoki yo'qmi noma'lum. Bu borada shaxs shakllanishidagi qiyin davrlardan biri bo'lgan o'smir qizlarda delikvent xulq shakllanishining psixologik xususiyatlarini aniqlash, uning obektiv va subektiv omillarini tadqiq etish dolzarb muammolardan bo'lib qolmoqda [1].

Adabiyotlar tahlili va metodlar. O'smirlik davridagi bolalar ko'proq mustaqillikka intiladi, bundan tashqari ular ijtimoiy faollikka, o'z xatti-harakatlari uchun javob berish kerakligini tushunmaydi. O'smir qizlar shaxs sifatida to'liq shakllanmaganligi tufayli tashqi ta'sirlarga tez beriladi, boshqalarning xulq-atvoriga taqlid qiladi, xavfli g'oyalarga qiziqadi, tezroq foyda olishga intiladi. Qonuniy bo'lmagan harakatlar 14 dan-20-25 yoshgacha ko'proq kuzatiladi [2].

Xorijiy mamlakatlarda voyaga yetmaganlar jinoyatchiligini psixologik mexanizmlarini ilmiy tadqiq qilish bo'yicha muayyan yutuqlarni qolga kiritgan va ko'pchilikning nazariga tushgan nazariyalardan yana

biri "vijdonini neytrallash usullari" deb nomlanadi. Bu nazariyaga ko'ra, insonning o'zini-o'zi anglash usullarining yetishmasligi ichki axloqiy nazoratni (neytrallaydi, barqarorlashtiradi) susaytiradi va jinoyatchilik xulqining kelib chiqishiga sabab bo'ladi [5].

Ushbu nazariyaning asoschilari hisoblangan E.Sazerland inson vijdonini neytrallash usullarining besh xil ko'rinishini ko'rsatib o'tadi.

1. Ma'suliyatni inkor qilish usuli. Bunda jinoyatchi o'z xatti-harakatining ma'suliyatini, oqibatlarini inkor qilib, "men bunday qilishni xohlamagan edim", "bunday bo'lishini bilmagan edim" qabilidagi fikrlar bilan o'zini oqlashga harakat qiladi. Bu usulda voyaga yetmagan jinoyatchi o'zini hodisaning jabrlanuvchisi sifatida namoyon qilishga harakat qiladi.

2. Jinoiy xatti-harakatni inkor qilish usuli. Bunda "men hech kimga hech qanday zarar keltirmadim-ku" zamiridagi fikr jinoyatchi tomonidan bildiriladi. Bu usulda jinoyatning zarari, oqibati va aybdorlik hissi jinoyatchi ongidan siqib chiqariladi va amalga oshirilgan noqonuniy xatti-harakat jinoyat sifatida qabul qilinmaydi.

3. O'z tomonidan yetkazilgan jabr va zulmni, jarohatlarni inkor qilish usuli. Bunda "ular shunga loyiq edilar", "bunga o'zlari aybdor" degan fikr yuritish orqali o'zlari tomonidan yetkazilgan zararni, jabr va zulmni jabrlanuvchilar zimmasiga yuklanadi. Bu usulda voyaga yetmagan jinoyatchilar o'zlarini o'ch, qasos oluvchilar sifatida tayyorlab, o'zlari tomonidan amalga oshirilgan jinoyatni oqlashga harakat qiladilar.

4. "Go'yoki hamma menga yopishgani –yopishgan" degan iborani ushlab olish bilan ifodalanadigan usul. Bu usulda voyaga yetmagan jinoyatchilar o'zlarining g'ayriqonuniy harakatlarini boshqa birovga yo'naltiradilar va shu asosda aybdorligini inkor qilishga harakat qiladilar.

5. Beshinchi usulning o'ziga xos formulasi "men buni o'zim uchun qildim" deya ifodalashdir. Voyaga yetmagan jinoyatchilar o'z jinoiy xatti-harakatlarini o'zim uchun qildim, boshqani bunda aybdorligi yo'q deya barchasini o'z zimmasiga oladilar [4].

L.B.Shneyder deviant o'smirlarni 20 yildan ortiq vaqt davomida o'rganishgan va turli jinoyatchilarning konstitutsiyasi va dastlabki muhitida ma'lum belgilar va xususiyatlarning mavjudligi yoki yo'qligi bu jinoyatchilar muqarrar ravishda kimga aylanishini va nima bo'lishini aniqladi [8]. Bu mualliflar o'smir tanasining tuzilishini, uning tana konstitutsiyasi va xarakterini hisobga olgan holda, uning ijtimoiy muhitiga ta'sir qilish orqali uning jinoyatga moyilligini nazorat qilish mumkinligini taklif qildilar.

E.Dyurkgeymning g'oyalari amerikalik sotsiolog R.Merton tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, u o'z asarlarida huquqbuzarlik xulq-atvorini qonunga xilof xatti-harakatlar turi sifatida tushungan bo'lib, uning mohiyati jamiyatdan rad etilgan shaxsning qonuniy yo'l bilan qila olmaydigan moddiy manfaatlarga intilishidir [9]. R. Mertonning ta'kidlashicha, voyaga etmagan jinoyatchi ijtimoiy qadryatlar va tuzilmalar labirintida "adashgan" o'smirning jamiyat bosimiga moslashish borasidagi sa'y-harakatlariga alohida e'tibor qaratildi. Muallif o'smirning huquqbuzarlik xatti-harakati madaniy va ijtimoiy me'yorlar o'rtasidagi ziddiyatni hal qilish shaklidir, deb aytadi [5].

Natijalar. Biz tadqiqotda E.V.Leus, A.G.Solov'evning «Deviant xulq-atvorga moyillik» so'rovnomasini o'tkazish orqali deviant va delikvent xulqqa moyilligi bor o'quvchilarni aniqlashga harakat qildik, natijalar quyidagi 2.1-jadvalda umumlashtirildi.

1-jadval.

O'smir yoshidagi qizlarda xulqi og'ishning namoyon bo'lishi (n=158)

O'quvchilarning turlari	Deviantlikka moyil o'quvchilar	Delikventlikka moyil o'quvchilar
Soni	138	20
Foizi	87,4 %	12,6%

Yuqoridagi jadvalda ko'rinib turganidek, biz tadqiqot o'tkazgan 158 nafar o'smirlar orasida 87,4 % deviantlikka moyil, 12,6 % delikventlikka moyil sinaluvchilardir. Ming afsuski, o'smir qizlar orasida deviantlik va delikventlikka moyillar ham maktablarimizda uchrab turadi.

Tadqiqotlarda aniqlanishicha, Rossiyadagi huquqbuzarliklarning 8 % voyaga yetmaganlar tomonidan amalga oshiriladi. 70 % qonunbuzarliklar 30 yoshgacha bo'lgan shaxslar tomonidan amalga oshirilishi aniqlangan [1].

Bizning tadqiqotda o'smir qizlarda delikventlik quyidagicha namoyon bo'ldi.

2-jadval.

O'smir qizlarda delikventlik darajalarining namoyon bo'lishi (n=20)

Darajalar	Yuqori	O' rta	Quyi
Foiz	28 %	16,4 %,	55,6 %

Yuqoridagi jadvalda ko'rinib turganidek, 28 % o'smir qizlarda delikventlikning yuqori darajasi, 16,4 % da o'rta darajasi va 55,6 % da quyi darajasi namoyon bo'ldi.

V.I.Kupchenko tadqiqotida ham delikvent o'smirlarning uch tipi aniqlangan. Birinchi tip "delikventlar" deb atalib, ularga delikvent xulq-atvorning yuqori darajasi xos bo'lib, ularga huquqbuzarlik uchun militsiyadan jarimalar ham kelgan. Ikkinchi guruh "xavf guruhi" deb ataladi, jamaot xavfsizligini qisman buzish, maktab qoidalarini buzishda namoyon bo'ladi. Uchinchi guruhga delikvent xulq-atvorning quyi darajasi xos bo'lib, ular qonunga bo'ysunadi. Tadqiqotda aniqlanishicha, bu tiplar orasidagi asosiy farq o'z-o'zini nazorat qilishning darajalarida namoyon bo'ladi. Qonunga bo'ysunuvchi o'smirlarda o'z-o'zini nazorat qilishning yuqori darajasi, delikvent o'smirlarda o'rtacha va xavf guruhiga kiruvchi o'smirlar quyi darajasini namoyon qilishdi [3].

Shu bilan bir qatorda kichik va katta o'smir qizlarda delikventlik qay darajada tafovutlanishini ham aniqlashga harakat qildik. Metodika 6-sinf va 8-sinf o'quvchilarida o'tkazilib, ular orasidagi tafovut St'yudent mezonini orqali tekshirildi va natijalar quyidagi 2.3-jadvalda umumlashtirildi.

Ijtimoiy xohishga yo'nalganlik shkalasi bo'yicha 6-sinf o'quvchilarida o'rta arifmetik qiymat 6,77 ga teng bo'lgan bo'lsa, 8-sinf o'quvchilarida bu ko'rsatkich 6,94 ga teng. Ular ko'pincha mayda narsalardan xafa bo'lishmaydi. Ba'zida shunday g'azablanishadiki, stolga musht tushirishmaydi.

3-jadval.

6-sinf va 8-sinf o'quvchilarida deviant xulq-atvor namoyon bo'lishidagi tafovutlar (Styudent t-mezonini bo'yicha) n=158

Metodika shkalalari	M ₁ (6-sinf)	M ₂ (8-sinf)	t
Ijtimoiy xohishga yo'nalganlik	6,77	6,94	-0,52
Meyor va qoidalarini buzishga moyillik	4,43	4,62	-0,76
Additiv axloqqa moyillik	5,55	5,03	1,51
O'z-o'ziga zarar keltiruvchi axloqqa moyillik	7,55	7,79	-0,61
Tajovuzkorlik va zo'ravonlikka moyillik	8,13	8,73	-1,16
Hissiy reaksiyalarni ixtiyoriy nazorat qilish	6,81	6,75	0,14
Delinkvent axloqqa moyillik	5,03	5,23	-0,59

Meyor va qoidalarini buzishga moyillik shkalasi bo'yicha 6-sinf o'quvchilarida o'rta arifmetik qiymat 4,43 ga teng bo'lgan bo'lsa, 8-sinf o'quvchilarida bu ko'rsatkich 4,62 ga teng. Faqat kutilmagan sharoit va xavf tuyg'usi ularni haqiqatan o'zini ko'rsatishga imkon beradi. Har qanday ifloslik ularni cho'chitadi yoki kuchli nafratlanishni uyg'otadi. Ular odamlar har qanday spirtli ichimlikdan voz kechishlari lozim deb hisoblashmaydi [7]. Additiv axloqqa moyillik 6-sinf o'quvchilarida o'rta arifmetik qiymat 5,55 ga teng bo'lgan bo'lsa, 8-sinf o'quvchilarida bu ko'rsatkich 5,03 ga teng. Ular ba'zida maktabda berilgan uy vazifalarini bajarishmaydi, vaqti-vaqti bilan boshqa odamlarga azob keltirish istagini boshqara olmaydi.

O'z-o'ziga zarar keltiruvchi axloqqa moyillik shkalasi bo'yicha 6-sinf o'quvchilarida o'rta arifmetik qiymat 7,55 ga teng bo'lgan bo'lsa, 8-sinf o'quvchilarida bu ko'rsatkich 7,79 ga teng. Bunday o'smirlar achchiqlansa, kimnidir urgisi keladi. Shu bilan bir qatorda ko'priksiz tursa, ba'zida pastga sakragisi keladi. Tajovuzkorlik va zo'ravonlikka moyillik shkalasi bo'yicha 6-sinf o'quvchilarida o'rta arifmetik qiymat 8,13 ga teng bo'lgan bo'lsa, 8-sinf o'quvchilarida bu ko'rsatkich 8,73 ga teng. Bunday o'smirlar jinoyatchi jazosiz qolganini bilganlarida haqqoniy e'tiroz bildiradilar. Shu bilan bir qatorda ular xavfli harakatlarni amalga oshirish, jumladan baland fabrika trubasiga kirishdan bahslashishi mumkin. Hissiy reaksiyalarni ixtiyoriy nazorat qilish shkalasi bo'yicha 6-sinf o'quvchilarida o'rta arifmetik qiymat 6,81 ga teng bo'lgan bo'lsa, 8-sinf o'quvchilarida bu ko'rsatkich 6,75 ga teng. Ular agar bu sog'lig'iga zarar keltirmasligi va jazoga tortilmasligini qat'iy bilsa qandaydir gangituvchi moddani sinab ko'rishadi. Delinkvent axloqqa moyillik shkalasi bo'yicha 6-sinf o'quvchilarida o'rta arifmetik qiymat 5,03 ga teng bo'lgan bo'lsa, 8-sinf o'quvchilarida bu ko'rsatkich 5,23 ga teng. Ularning kayfiyati yomon bo'lganida, yaxshisi yaqinlashmagan ma'qul. Shuningdek, ular xatar tuyg'usidan qoniqish olishmaydi. Barcha shkalalar bo'yicha farqlar ahamiyatsiz, bu degani katta va kichik o'smirlarda deviant xulq-atvor namoyon bo'lishi bir-biridan tubdan farq qilmaydi, natijalar o'xshash degan xulosa chiqarish mumkin.

Muhokama. Mutaxassislar tomonidan o'smirlardagi o'g'ishgan xulqning asosiy sabablari quyidagicha ko'rsatib o'tilgan:

1. Yashash, o'qish yoki ish joyidagi muhitning salbiy ta'siri.
2. O'qishni tashlab ketgan o'smirlar yoki o'spirinlar.
3. Bo'sh vaqtni to'g'ri taqsimlay olmaslik.
4. O'smirlarning noto'g'ri tarbiyalashga olib keluvchi shart-sharoitlar.

5. Yoshi katta jinoyatchilarning salbiy ta'siri.
6. Zo'ravonlik va noqonuniy harakatlarni ifodalovchi adabiyotlar va kinofilmlar ta'siri.
7. Bolalar xulq-atvorini nazoratsiz qoldirish.
8. Madaniy hordiq chiqarishni tashkil etishdagi kamchiliklar.

Xulosa. Voyaga yetish jarayonida bolaning ota-onasi bilan munosabatlari sifat jihatidan yangi bosqichga ko'tariladi. O'smirlik davrida esa ularning asosiy vazifasi o'smirning o'ziga xosligini, o'zini-o'zi belgilashini anglash, lekin ayni paytda oilani qo'llab-quvvatlash va qo'shilishdir. Shu bilan birga, ota-onalarning o'smirlarga bo'lgan munosabati o'smirlarga ham, o'ziga ham talablarni susaytirmasdan, unga chuqur hurmat bilan uyg'unlashishi kerak. A.S. Makarenko ta'kidlaganidek, "ota-onaning o'ziga bo'lgan talabi, ota-onaning o'z oilasiga bo'lgan hurmati, ularni har bir bosadigan qadami ustidan ota-ona nazorati ta'limning birinchi va eng muhim usulidir! Pedagog shaxsida katta nuqsonlar bo'lsa, hech qanday retsept yordam bermaydi".

Adabiyotlar:

1. Змановская Е. В. Девиантология (Психология отклоняющегося поведения). - М.: Академия, 2003. - 288 с.
2. Umarov B.M. "Bolalar va o'smirlar suisidining yosh va ijtimoiy psixologik xususiyatlari". Ps.f.n.....dis.avtoref. 1994.-46 b.
3. Umarov B.M. O'zbekistonda voyaga yetmaganlar jinoyatchiligining ijtimoiy-psixologik muammolari" Ps.f.d.....dis.avtoref. 2010.-64 b.
4. Umarov B.M. "Bolalar va o'smirlar suisidining yosh va ijtimoiy psixologik xususiyatlari". Ps.f.n.....dis.avtoref. 1994.-46 b.
5. Мертон К. Социальная структура и аномия // Социологические исследования. — 1992. — № 3. — С. 104-108.
6. Mo'minova D.M. O'smir qizlarda xarakter aksentuatsiyasining xususiyatlari. // Pedagogik mahorat. - Buxoro. ISSN2181-6883. 2023. № 5. B. 44-48
7. Мўминова Д.М. Мотивация делинквентного поведения подростков // Учёный XXI века международный научный журнал. № 11-2 (38), 2019 г.
8. Pulatov J.A. Jismoniy tarbiya fani o'qituvchisining dars jarayonlarini tashkil etishida psixologik yondashuvi o'quv qo'llanma [Toshkent– 2021.
9. Xalimova M.V Xulqi og'ishgan bolalar psixologiyasi. Darslik. – Andijon. – 2020. - 235 b.

Shermatov Fayzullo Toshitlayevich,

O'zbekiston Respublikasi Harbiy xavfsizlik va mudofaa universiteti Axborot-kommunikatsiya texnologiyalari va harbiy aloqa instituti boshlig'ining o'rinbosari, psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent

Badalova Visola Norqulovna,

Aniq va ijtimoiy fanlar universitet magistranti

HARBIY XIZMATCHILARNI OILAVIY MUNOSABATLARINING SOTSIODINAMIK JIHATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada yosh ofitserlar va ularning oila a'zolari bilan psixoprofilaktika ishlarini tashkil etishning zamonaviy yondashuvlari, shakl va usullari tahlil qilinadi. Harbiy xizmatning o'ziga xos psixologik jihatlari, oilaviy muhitning barqarorligini ta'minlash, stress va emotsional charchoqlarning oldini olish masalalariga e'tibor qaratilgan. Shuningdek, psixoprofilaktik ishlarni samarali tashkil etish bo'yicha amaliy tavsiyalar keltiriladi.

Kalit so'zlar: yosh ofitser, psixoprofilaktika, stress, oilaviy muhit, moslashuv, psixologik barqarorlik.

SOCIODYNAMIC ASPECTS OF FAMILY RELATIONSHIPS OF MILITARY PERSONNEL

Abstract. This article examines modern approaches, forms, and methods of organizing psychoprophylactic work with young officers and their families. It focuses on the psychological aspects of military service, maintaining family stability, and preventing stress and emotional burnout. Practical recommendations are provided to improve the effectiveness of psychoprophylactic measures within military units.

Keywords: young officer, psychoprophylaxis, stress, family environment, adaptation, psychological stability.

СОЦИОДИНАМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Аннотация. В статье рассматриваются современные подходы, формы и методы организации психопрофилактической работы с молодыми офицерами и их семьями. Особое внимание уделяется психологическим аспектам военной службы, укреплению семейной стабильности, профилактике стрессовых и эмоциональных состояний. Приведены практические рекомендации по повышению эффективности психопрофилактических мероприятий.

Ключевые слова: молодой офицер, психопрофилактика, стресс, семейная среда, адаптация, психологическая устойчивость.

Kirish. Mazkur ilmiy maqolamizda oila masalasida fikr yuritish ekanmiz, muhtaram prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyevning "Eng katta baxt, men buni ming marta qaytarishdan charchamayman, oilamiz tinch bo'lsin! Oila kichik vatan, oila tinch bo'lsa, oila baxtli bo'lsa, vatan tinch bo'ladi" degan fikrlari o'tgan zamonda ham, hozir ham va bundan keyin o'z dolzarbligini yo'qotmaydi. Bu esa oila mavzusini doimiy ravishda o'rganib borishni, uning farovonligi uchun zamin yaratish borasida tegishli chora-tadbirlarni amalga oshirishni hamda ilmiy jihatdan asoslangan taklif va tavsiyalar ishlab chiqishni taqozo etadi.

Psixologlar, sotsiologlar va antropologlar jamiyatda oila tuzulishini olti ko'rsatkich asosida amalga oshiradilar, bular [1]:

oila formasi;

nikoh formasi;

oilada hokimiyatni taqsimlanishi;

yashash joyi hamda mol-mulkka egalik qilishi.

Harbiy sotsiologiyadagi tasniflarga binoan harbiylar oilasida harbiy ixtisoslik turi ham inobatga olinadi.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. Deyarli har bir yosh ofitser mavjud qonunlarga muvofiq xizmatni yangi joydan boshlaydi va dastlab yangi sharoitlarga ko'nikish, o'z xo'jaligini yo'lga qo'yib olishda ma'lum qiyinchiliklarni boshidan kechiradi. Shuning uchun ham bu davrda unga alohida e'tiborda bo'lish, ma'naviy jihatdan qo'llab-quvvatlash, yangi jamoaga ko'nikishlariga yordam berish, ular bilan do'stona aloqalar o'rnatish, kattalarning o'z vaqtida to'g'ri maslahatlar berishi nafaqat ofitser oilasini mustahkamlaydi, balki

uning ofitser bo'lib shakllanishiga ham yordam berib, uning oilaviy barqarorligini ta'minlashda juda katta hissa qo'shgan bo'ladi. Yosh ofitserlar Qurolli Kuchlarimizning kelajagi bo'lib, ularning ijtimoiy barqarorligi bevosita mamlakat mudofaasini ta'minlashda asosiy omillardan hisoblanadi. O'z navbatida ijtimoiy barqarorlik oila va jamodagi barqarorliklarning zahirida shakllanadi. Ulardan biri 22-23 yoshida oliy harbiy ta'lim muassasasini tugallab mustaqil hayotga qadam qo'yayotgan bo'lsa, boshqalari 30 yoshga yaqinlashib qolgan va xizmatni o'tash davomida bir nechta garnizonda bo'lishga ulgurgan. Bular, guruh komandirlari, vzvod komandirlari va ularning o'rinbosarlari, turli xizmat boshliqlari, muhandislar, texniklar.

Ko'pchilik harbiy xizmatchilarning oilasi o'zaro hurmat va muhabbat tuyg'ulari, umumiy manfaat va dunyoqarash kabi mustahkam asosda qurilgan. Shuning uchun ham harbiy xizmatchilar oila-nikoh munosabatlari holati murakkab xarakterga ega deyishimizga asos yo'q. Ammo bu borada hamma masalalar ijobiy hal etilgan va muammolar yo'q deb bo'lmaydi. Hali hamkorlikda yashash malakasiga ega bo'lmagan, ota-ona va yaqinlaridan uzoqda yosh er-xotinlar dastlab keskin qiyinchiliklarga birinchi yetib borgan xizmat joyida duch keladi. Shuningdek, bu bir-birini nozik jihatlarini, "ochiq" talab, xohish va istaklarni anglash, o'zaro g'amxo'rlik qilish davri bilan birga to'g'ri keladi.

Mamlakatimizda nikoh o'zaro rozilik va sevgi asosida tuziladi. O'zbekiston Respublikasining Konstitutsiyasida "Oila jamiyatning asosiy bo'g'inidir hamda jamiyat va davlat muhofazasida bo'lish huquqiga ega. Nikoh tomonlarning ixtiyoriy roziligi va teng huquqligiga asoslanadi" deb yozilgan. Undan so'ng oilaviy hayotda nima ro'y beradiki, turmush sinovlariga dosh bera olmagan o'zaro hissiy yaqin munosabatlar dushmanlikka aylanadi? Ikkala tuyg'ular qaysi bosqich va davrlarni bosib o'tadi? Bir guruh olimlarning ta'kidlashicha, "iqtisodiy yetishmovchilik, alohida yashash joyini mavjud emasligi, farzand ko'rgandan so'ng qo'shimcha vositalarga ega emaslik, ishsizlik va adaptatsiyalashuv jarayonini ijobiy kechmasligi" sabab sifatida ifodalanishi mumkin ekan.

Fanda oilaviy munosabatlar evolyutsiyasini kuzatish natijasida nikoh davrining davomiyligiga ko'ra oilalarni quyidagicha guruhlashni **G'.Shoumarov va Sh.Shoumarovlar taklif etgan [2]:**

- 1 yilgacha – o'ta yosh oilalar;
- 1-3 yil – yosh oilalar;
- 3-5 yil – o'rta oilalar;
- 5-10 yil – yetuk oilalar;
- 10-19 yil va undan ortiq – eski oilalar.

Tadqiqot metodologiyasi. Bu tasnif oilaviy yashash tajribasi jihatidan, harbiy oilalarga ham mos tushadi. Oila uchun muhimi, bu oilaviy hayot bosqichlarini muvaffaqiyatli o'tash hisoblanadi. Harbiylar oilasida bu bosqichlar o'ziga xos tarzda o'tadi, bunda barcha mas'uliyat faqatgina er va xotinning zimmasidaligi, harbiy jamoaning amaliy yordami, turli darajadagi komandirlarning maslahati asosida o'tadi.

Birinchi, moslashish bosqichi – bunda er-xotin bir-birining ma'naviy dunyosiga kirib borish, o'zaro ko'nikish, vazifalarni bo'lishish hamda turmushni yo'lga qo'yish, bo'sh vaqtini tashkil etishning ilk davridir. Bu davrda xizmat joyiga ko'nikish, vaqtinchalik yashash joyini tanlash kabi muammolar ham uchraydi. Hali birgalikda yashashning mahorati shakllanmagan davrda oilaviy majburiyatlarni his qilmaslik, bir-birining xohishi, kayfiyati va fikri bilan hisoblashmaslik sezilib turadi. Yoshlar endigina er va xotin roliga kirishishayotgan, er-xotin shaxsi shakllanayotgan bo'ladi.

Ikkinchi bosqichda - oila rivoji bolaning tug'ilishi va doimiy yashash joyining mavjud emasligi bilan bog'liq bo'lib, u er-xotin o'rtasidagi munosabatlarning yanada o'zgarishiga, ya'ni keskinlashuviga, yangi ota-onalik burchlarining paydo bo'lishiga, vaqt va moddiy taqsimotini qayta ko'rib chiqilishiga olib keladi. Bu paytda fikr, maqsad va qarorlar birligiga asoslangan munosabatlar yo'q yoki hali shakllanib ulgurmagan bo'ladi, lekin shunga qaramay jiddiy muammolar esa yetarlicha bo'ladi (turar-joy, turmush yetishmovchiligi, xo'jalik muammolar va hk.). Yosh ayol zimmasida bola hayoti va sog'ligiga javobgarlik yotadi va u turmush o'rtog'idan yordam, g'amxo'rlik va e'tibor kutishga haqlidir. Tadqiqotlar natijasiga ko'ra, xizmat bilan 12-14 soat band bo'lgan ofitserning esa nafaqat oila ishlariga, balki dam olishga, o'zi uchun va boshqa oilaviy yumushlarga ham vaqti bo'lmas ekan. Muammo va kelishmovchiliklarning ko'p qismi mana shu davrga to'g'ri keladi.

Harbiy xizmatchilar oilasini rivojlanishining **uchinchi bosqichi** ancha mustahkam va barqaror bo'lgan er-xotinlik munosabatlari bilan bog'liq. Bu davrda harbiylarning asosiy qismi uy-joy bilan ta'minlanadi. Oilada hammaning o'rni aniqlanib, kelishmovchiliklar manbai bo'lmay qoladi. Ammo bu davr ham asosan bolalar tarbiyasidagi muammolar tufayli oddiy bo'lmaydi. Bunda asosiy qiyinchilikni, armiya xizmatining o'ziga xosligi sabab bo'luvchi, ota ofitserlarning farzanlar bilan munosabatlari tanqisligi sezilib turadi.

Oila rivojining **to'rtinchi bosqichi** er-xotin munosabatlarining keyingi barqarorlashishi bilan izohlanadi. Ayollar ko'p yil armiya hayotiga kirishib, ofitser erining xizmat vazifasiga, egallagan lavozimiga ko'nikib, uning yuksak unvoni va baland lavozimidan faxrlanib yuradilar. Bunday oilalarning moddiy

sharoitlari ham yuqori bo'ladi. Bolalar ulg'ayib borishi bilan ota-onalarning tarbiya berish bilan bog'liq hamkorligi ikkinchi darajali bo'lib boradi. Hatto, ayrim er-xotinlar bo'sh vaqti va xordiq chiqarishni bir-biridan ayri va mustaqil o'tkazishni boshlaydilar. Buni oilaviy, ya'ni er-xotinlik munosabatida namoyon bo'ladigan disgarmoniya sifatida ham ko'rsatib o'tish mumkin.

Harbiy xizmatchilar oilasining har bir hayotiy davrining sotsiologik tahlili shundan dalolat beradiki, er-xotinlarning bir-biriga nisbatan moslashuvi, bir-birini tushunishi, nuqtayi nazarini anglashi va nozik tuyg'ularini his eta olishi qiyin va notekis jarayondir. Oilaning har bir hayotiy davri o'ziga xos xususiyat va belgilari bilan ajralib turadi. Bu holat er-xotinlarning yoshida, psixologik va fiziologik o'zgarishlarida, bolalarga g'amxo'rlik qilishning o'sib borishida namoyon bo'ladi. Bunday o'zgarishlardan xabardor bo'lish oilada sodir bo'lishi mumkin bo'lgan kelishmovchiliklarni oldini olishda yordam beradi.

Olingan natijalar va ularning tahlili. 10-20 yil hamrohlikda yashagan oilalar uchun tuzilgan anketalarda bir-birini tushinish, samimiylilik, o'z xohishlarini jilovlay olish, yordam berishga tayyor tura olish, o'z fikrini asoslash va unda qat'iy turish, prinsipiallik, ratsionallik, xo'jalik yurita olish kabi oilaviy munosabatlarni mustahkamlashga yordam beradigan o'ziga xos jihatlari mavjud bo'ladi. Aniqlanishicha, yuqoridagi xususiyatlarning eng ustuvorlari [3]:

birinchisi, yordam berishga tayyor turish;

ikkinchisi, samimiylilik va ginani tezda unutish;

uchinchisi esa birining xarakterida mavjud kamchiliklarga ko'z yuma olish;

to'rtinchi, o'rinda hazilga moyillik xususiyatidan iborat ekan. Shuningdek, harbiy xizmatchi va ularning xotinlari bilan o'tkazilgan suhbat davomida ham ko'pchilik er-xotinlar uchun yuqoridagi xususiyatlarni o'z hamrohlari bo'lishini istashlari aniqlandi.

Ijtimoiy-psixologik so'rovda ishtirok etganlarni oilaviy munosabatingizni nima mustahkamladi degan savolga **60% dan ortiq ofitserlar** o'zaro munosabatlarni farzandning dunyoga kelishi va uning tarbiyasi, ta'lim olishiga birgalikda qayg'urish deb javob berishgan. Aynan shu kabi xulosalar O'zbekistonda oilani o'rganishga bag'ishlangan ilmiy tadqiqotlarda ham o'z aksini topgan. "Oilaning bugungi kuni to'g'risida qayg'urish" ancha muhim motiv vazifasini o'tagan. Ko'p tarmoqli bo'lishiga qaramasdan buning asosiy mazmunini har kunlik muammolarni hamkorlikda yechish, o'zaro bir-biriga yordam berish, yaqinlar va do'stlar davrasida bo'lish tashkil etadi. Bundan keyingi omillarni esa jinsiy maslakdoshlik, umumiy qiziqish va do'stlar davrasida bo'lish tashkil etadi [4].

Harbiy xizmatchilarning oilaviy baxtining asosiy sharti deb, er-xotin bir-birini tushunishi, qiziqishlarning umumiyliigi, og'ir damlarda yordam bera olish, o'zini tuta bilish, bir-biriga xiyonat qilmaslikni bilishlarini ta'kidlashgan. Oila a'zolarining ijtimoiy faol bo'lishi, o'z atrofida o'zi berk bo'lib qolmasligi kerakligini alohida aytib o'tishgan. So'ralganlar mol-mulk to'plashga ruju' qo'yish kabi xavfli omillar ham yosh oilaning mustahkamligiga salbiy ta'sir ko'rsatishini ham o'z navbatida e'tibordan chetda qoldirishmagan. Alohida turar-joy, ayollar uchun ish o'rinlari, ikkinchi va uchinchi bola uchun sharoitlar yaratish – bularning barchasi yosh oilaning shakllanishiga yordam beradi.

Oiladagi er-xotinlar mazkurlarni inobatga olib, bu qo'rg'onni mustahkamlash uchun harakat qilishlari shart. Zero ijtimoiy hayot taraqqiyoti hech qachon ziddiyatlarsizlar rivojlanmagan [5].

Harbiy xizmatchilar tomonidan umr yo'ldosh tanlash, oila qurishdagi asosiy motivlar, er-xotin munosabatlari hamda oilani ijtimoiy-psixologik o'rganishlar to'g'risida quyidagi jadvallarda o'tkazilgan tadqiqot natijalarini ko'rishimiz mumkin.

1-jadval.

Oiladagi barqarorlikka ijtimoiy-psixologik omillarning ta'siri (n=210)

Hozir umr yo'ldosh tanlaganingizda nimaga e'tibor bergan bo'lardingiz?		
Ko'rsatkichlar	n=210	%
Tashqi ko'rinishi	12	6
Ma'lumotiga	33	15
Ro'zg'or yurita olishiga	98	47
Xizmat joyimda birga bo'lishga tayyorligi	57	27
Boshqalarga	10	5
Oila qurishda asosiy motiv		
Ko'rsatkichlar	n=210	%
Sevgi, muhabbat	123	59
Ma'naviy yaqinlik	56	27
Tashqi ko'rinishi	5	2
Farzand ko'rish	9	4

Yashash sharoiti	6	3
Moddiy manfaatdorlik	5	2
Boshqa motivlar	6	3
Sizningcha oilaning qimmatini nimada?		
Ko'rsatkichlar	n=210	%
Intellektual qiymati: umumiy dunyoqarash, madaniyat darajasida	34	16
Axloqiy qiymati: bir-biriga o'rganish, g'amxo'rlik qilish, er-xotinlik majburiyati, farzandlarga mehribonlik	102	49
His-tuyg'u: e'tibor, mehribonlik, muloyimlik	74	35
Oilangizga ajratayotgan vaqtni yetarli deb hisoblaysizmi?		
Ko'rsatkichlar	n=210	%
Yo'qdan ko'ra ha	91	43
Hadan ko'ra yo'q	71	34
Javob berishga qiynalaman	48	23
Shaxsiy vaqtingizni to'raligicha oila va o'zingizga bag'ishlay olmayotganligingiz to'g'rimi?		
Ko'rsatkichlar	n=210	%
Ha	117	56
yo'q	53	25
Javob berishga qiynalaman	40	19
Uyda o'zimni xotirjam his etaman deya olasizmi?		
Ko'rsatkichlar	n=210	%
Yo'q	28	13
Hadan ko'ra yo'q	29	14
Yo'qdan ko'ra ha	66	31
Ha	87	42

2 – jadval.

Xotiningiz bilan tez-tez janjallashasizmi?		
Ko'rsatkichlar	n=210	%
Har kuni	20	10
Haftada 1-2 marta	34	16
Oyida 1-2 marta	97	46
3 oyda bir marta	48	23
Deyarli janjallashmamiz	11	5

3- jadval.

Xotiningiz bilan janjal chiqishiga nima sabab bo'ladi?		
Ko'rsatkichlar	n=210	%
Sizni uyda tez-tez bo'lmasligingizdan	84	40
Xarakter to'g'ri kelmasligidan	13	6
Bir-birini tushunmaslik va tushunishni xohlamaslikdan	17	8
Bola tarbiyalash masalasida	21	10
Uy-yumushlarini taqsimlashda	13	6
Oila budjetini sarflashda	37	18
Sizning spirtli ichimlik iste'mol qilishingizdan	6	3
Uyda saranjom-sarishtalik yo'qligidan	11	5
Jinsiy yaqinlik va'jidan	8	4

4 – jadval.

Oilaviy hayot siz uchun qanchalik muhim?				
Ko'rsatkichlar	Muhim	Uncha muhim emas	Ahamiyati yo'q	Jami
Bir-birini tushunish	86	4	10	100

E'tibor, g'amxo'rlik	82	2	16	100
Bolalari va xotini uchun kerakligini anglash	76	5	19	100
Jinsiy munosabatlarda uyg'unlik	88	2	10	100
Farzandning mavjudligi	75	4	21	100
Moddiy farovonlik	83	5	12	100
Dam ola bilish va kuch to'plash imkoniyati	87	3	10	100

Harbiy xizmatchilar oilasining ijtimoiy-psixologik o'rganish natijasi shuni ko'rsatdiki, harbiy xizmatchi hayotining o'ziga xos ma'naviy va psixologik xususiyati uning keng qamrovliligida, bir-biriga bog'liqligida mujassamlashgan. Biz oila psixodinamikasining oila qurishda motiv, o'zining oilaviy munosabatlarini anglash, er-xotinning o'zaro shaxsiy muloqati, ijtimoiy nizoli holatlarda ularning axloqi kabi nisbatan muhim va ahamiyatli yo'nalishlarini tahlil qilindi.

Er-xotinlik munosabatlarini tadqiqot qilishda sevgi va simpatiya singari muhim hissiy xarakteristikalarini tahlil qilmasdan boshqa iloj yo'q. Ko'pincha ofitser oilasida er-xotin o'rtasidagi hissiy munosabatlarning darajasi oilaning muvofaqqiyatini belgilaydi. Bu parametrlarni o'rganganimizda natijalar shuni ko'rsatdiki, oila qurishda 59 foiz “sevgi” va “simpatiya”, 27% “ma'naviy yaqinlik” asos bo'lar ekan (1-jadvalga qarang). Oilaviy hayot jarayonida “bir-birini tushunish” – 86%, “intim aloqalarda uyg'unlik” – 88% respondentlar uchun maqbul va muhim ahamiyat kasb etadi (2-jadvalga qarang). Ammo shuni ta'kidlash joizki, psixologik fenomenlardan tashqari oila munosabatlarida nikoh barqarorligini hal qiluvchi boshqa ko'rsatkichlar ham mavjud.

Xulosa o'rnida, tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, bugungi kunda nikohning ma'naviy va psixologik tomonlari juda katta ahamiyat kasb etib bormoqda. Shunisi aniqki, zamonaviy shaxs tuzulishi jihatidan murakkablashib, uning ma'naviy dunyosi kengayib, idrok etishi murakkablashib bormoqda. Ammo ko'pgina holatlarda har ikkalasi oliy ma'lumotga ega bo'lgan ofitser oilalarining ma'lumot savisi va madaniyat darajasi yuqori bo'lishiga qaramasdan, ayrim oilalarda er-xotin muloqot madaniyati past darajadagicha qolmoqda. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ko'pchilik ijtimoiy nizolar oilaviy hayotni turlicha baholashdan, dunyoqarashlar turli-tumanligidan emas balki, er-xotin o'rtasida muomalarning buzilishi sababli paydo bo'lmoqda. Bunday kelishmovchiliklar qisman muomala madaniyati va ko'nikmalarining shakllanmaganligi bilan ham izohlanadi.

Adabiyotlar:

1. Muhammadaliyev Sh. (2001). “Harbiy psixologiya”. Tashkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.
2. Shoumarov G'. B., Shoumarov Sh.B. Muhabbat va oila. – T.: Ibn Sino, 1994.
2. Qodirov D. (2005). “Yosh ofitserlarning harbiy xizmatga moslashuvini o'rganish metodikasi”. Tashkent: Qurolli Kuchlar Akademiyasi nashriyoti.
3. Karimova V.M. Oila va nikoh: ijobiy o'zgarishlar // Oilaning dolzarb muammolari: ustuvor vazifalar va rivojlanish istiqbollari. Respublika ilmiy-amaliy anjuman materiallari to'plami. – Toshkent-2008.
4. Rasulov F. (2010). “Harbiy xizmatda yosh ofitserlarining psixologik tayyorgarligi”. Tashkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.
5. Najmiddinova K. U. Oila tarbiyasida milliy va umuminsoniy axloqiy madaniyatning o'rni: Falsafa fan. nomzodi. avto. – Toshkent: O'zMU, 2006. - 23 b.
6. Ismoilov R. (2014). “Harbiy xizmatidagi yosh ofitserlarning psixologik moslashuvi”. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Mudofaa vazirligi nashriyoti.

Umarova Dilnoza Sayfiddin qizi,
Farg'ona davlat universiteti 2-bosqich magistranti

TIBBIYOT TALABALARINING OILA HAQIDAGI TASAVVURLARI VA GENDER ROLLARI HAQIDAGI QARASHLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada oila qadriyatlarini va nikoh ustanovkalarining shaxs kamolotidagi o'rni psixologik jihatdan tahlil qilinadi. Oila jamiyatning birlamchi ijtimoiy instituti sifatida shaxsning ijtimoiylashuvi, qadriyatlar tizimining shakllanishi, axloqiy me'yorlar va hayotiy pozitsiyaning barqarorlashuvida muhim omil hisoblanadi. Tadqiqotda oila qadriyatlarining mazmuni, ularning avlodlararo uzatilish mexanizmlari hamda nikoh ustanovkalarining shaxsning motivatsion, emotsional va ijtimoiy-psixologik rivojlanishiga ta'siri yoritiladi.

Kalit so'zlar: oila qadriyatlarini, nikoh ustanovkalari, shaxs kamoloti, ijtimoiylashuv, psixologik rivojlanish, oilaviy munosabatlar, identifikatsiya, emotsional barqarorlik, nikohga tayyorgarlik, ijtimoiy moslashuv.

ПРЕДСТАВЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ О СЕМЬЕ И ИХ ВЗГЛЯДЫ НА ГЕНДЕРНЫЕ РОЛИ

Аннотация. В данной статье с психологической точки зрения анализируется роль семейных ценностей и брачных установок в развитии личности. Семья как первичный социальный институт общества является важным фактором социализации личности, формирования системы ценностей, закрепления нравственных норм и жизненной позиции. В исследовании раскрываются содержание семейных ценностей, механизмы их межпоколенческой передачи, а также влияние брачных установок на мотивационное, эмоциональное и социально-психологическое развитие личности.

Ключевые слова: семейные ценности, брачные установки, развитие личности, социализация, психологическое развитие, семейные отношения, идентификация, эмоциональная устойчивость, подготовка к браку, социальная адаптация.

MEDICAL STUDENTS' PERCEPTIONS OF FAMILY AND THEIR VIEWS ON GENDER ROLES

Abstract. This article analyzes the role of family values and marital attitudes in personal development from a psychological perspective. The family, as the primary social institution of society, plays an important role in the socialization of an individual, the formation of a value system, and the stabilization of moral norms and life positions. The study examines the content of family values, the mechanisms of their intergenerational transmission, and the influence of marital attitudes on the motivational, emotional, and socio-psychological development of the individual.

Keywords: family values, marital attitudes, personal development, socialization, psychological development, family relations, identification, emotional stability, preparation for marriage, social adaptation.

Kirish. Globallashuv jarayonlari, ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar va zamonaviy axborot makonining kengayishi sharoitida oila instituti va gender rollariga bo'lgan munosabatlar tubdan yangilanmoqda. Oila har qanday jamiyatning asosiy ijtimoiy bo'g'ini sifatida shaxsning ijtimoiylashuvi, qadriyatlar tizimi shakllanishi va psixologik barqarorligida muhim o'rin tutadi. Ayniqsa, kelajakda sog'liqni saqlash tizimida faoliyat yuritadigan tibbiyot talabalari uchun oila haqidagi tasavvurlar va gender rollariga doir qarashlar nafaqat shaxsiy hayot, balki kasbiy faoliyat jarayonida ham muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki shifokor kasbi inson salomatligi bilan bir qatorda, bemor va uning oilasi bilan samarali muloqot qilish, empatiya, tolerantlik va ijtimoiy mas'uliyat kabi sifatlarni ham talab etadi.

Oila psixologiyasi sohasida olib borilgan ilmiy tadqiqotlarda oilaning tuzilishi, funksiyalari, nikoh barqarorligi, o'zaro munosabatlar madaniyati va gender rollarining taqsimlanishi keng o'rganilgan. Jumladan, Urie Bronfenbrenner tomonidan ishlab chiqilgan ekologik tizimlar nazariyasida shaxs rivojlanishida mikromuhit sifatida oila hal qiluvchi omil sifatida talqin etiladi. Shuningdek, Albert Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi asosida gender rollari ko'proq kuzatish, taqlid va ijtimoiy mustahkamlash mexanizmlari orqali shakllanishi asoslab beriladi. Bu yondashuvlar yoshlarning, jumladan, tibbiyot talabalari ongida oila va

gender rollariga doir stereotiplarning qanday tarkib topishini tushuntirishda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi.

Zamonaviy jamiyatda gender tengligi masalalari tobora dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. An'anaviy patriarxal qarashlar bilan bir qatorda, egalitar yondashuvlar ham keng yoyilmoqda. Bu jarayon, ayniqsa, oliy ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan yoshlar ongida o'z aksini topadi. Tibbiyot talabalari esa murakkab va mas'uliyatli kasb egasi sifatida nafaqat professional bilim va ko'nikmalarni, balki ijtimoiy-psixologik kompetensiyalarni ham egallashi lozim. Ularning oila haqidagi tasavvurlari kelajakdagi oilaviy hayot sifati, nikoh barqarorligi hamda gender rollarini adolatli taqsimlashga bo'lgan tayyorgarlik darajasini belgilab beradi.

O'zbekiston sharoitida oila muqaddas qadriyat sifatida e'tirof etiladi va davlat siyosati darajasida qo'llab-quvvatlanadi. Shu bilan birga, jamiyatda gender rollariga oid qarashlar tarixiy-madaniy omillar, milliy mentalitet hamda zamonaviy global tendensiyalar ta'sirida shakllanmoqda. Tibbiyot talabalari esa bir tomondan an'anaviy oilaviy qadriyatlar muhitida tarbiyalangan, ikkinchi tomondan esa ilmiy tafakkur va zamonaviy dunyoqarashni egallayotgan ijtimoiy guruh sifatida ajralib turadi. Bu ikki omil o'rtasidagi o'zaro ta'sir ularning oila va gender rollari haqidagi tasavvurlarida murakkab, ba'zan esa ziddiyatli qarashlarning yuzaga kelishiga olib kelishi mumkin.

Mazkur tadqiqotning dolzarbligi shundaki, tibbiyot talabalari orasida oila haqidagi tasavvurlar va gender rollariga doir qarashlarning psixologik xususiyatlarini aniqlash orqali ularning shaxsiy hamda kasbiy rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillarni ochib berish mumkin. Bu esa o'quv jarayonida ma'naviy-ma'rifiy ishlarni takomillashtirish, oilaviy hayotga tayyorgarlikni kuchaytirish va gender madaniyatini shakllantirishga qaratilgan dasturlarni ishlab chiqishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. Shu nuqtayi nazardan, tibbiyot talabalari orasida oila instituti, nikoh, ota-onalik mas'uliyati, erkak va ayol rollarining taqsimlanishi, kasbiy faoliyat va oilaviy hayot uyg'unligi kabi masalalarga bo'lgan munosabatlarni o'rganish bugungi kunda dolzarb ilmiy muammolardan biri hisoblanadi. Ushbu maqola aynan mazkur masalalarni nazariy va empirik jihatdan tahlil qilishga qaratilgan bo'lib, talabalarning oila haqidagi tasavvurlari va gender rollariga doir qarashlarini tizimli yondashuv asosida ochib berishni maqsad qiladi.

Oila jamiyatning eng qadimiy va barqaror ijtimoiy institutlaridan biri bo'lib, u shaxsning shakllanishi, ijtimoiylashuvi va ma'naviy kamolotida hal qiluvchi o'rin egallaydi. Inson dunyoga kelgan ilk lahzalardan oq oilaviy muhit ta'siriga tushadi va aynan shu muhitda uning dastlabki qadriyatlari, axloqiy me'yorlari, munosabat modeli hamda hayotiy pozitsiyasi shakllana boshlaydi. Oila qadriyatlari shaxs ongida ijtimoiy normalar, mas'uliyat, hurmat, sadoqat, mehr-oqibat kabi tushunchalarning mazmunini belgilaydi va ularning mustahkamlanishiga zamin yaratadi. Shu bois oila qadriyatlari nafaqat ijtimoiy barqarorlik omili, balki shaxs kamolotining muhim psixologik determinantlaridan biri sifatida namoyon bo'ladi.

Nikoh ustanovkalari esa shaxsning oilaviy hayotga nisbatan shakllangan ichki pozitsiyasi, kutilmalari, e'tiqodlari va munosabatlar tizimini ifodalaydi. Ustanovkalar insonning ong osti va ongli darajadagi qarashlari uyg'unligida shakllanib, kelajakdagi oilaviy munosabatlar sifatini belgilovchi psixologik asos vazifasini bajaradi. Nikohga doir ijobiy va realistik ustanovkalar shaxsda mas'uliyat, o'zaro hurmat, murosa madaniyati hamda emotsional yetuklikni rivojlantiradi. Aksincha, noaniq yoki stereotipik qarashlar oilaviy nizolar, kutilmalar nomuvofiqligi va ruhiy zo'riqlashlarga olib kelishi mumkin.

Zamonaviy jamiyat sharoitida oila va nikoh tushunchalarining mazmuni muayyan transformatsiyaga uchramoqda. Ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar, globallashtirish jarayonlari, axborot oqimining keskin ortishi yoshlar ongida oila modeli, gender rollari va nikohga munosabatning yangicha talqin qilinishiga sabab bo'lmoqda. Bu holat shaxs kamolotiga bevosita ta'sir etib, qadriyatlar tizimining qayta ko'rib chiqilishiga olib kelmoqda. Shunday sharoitda oila qadriyatlari va nikoh ustanovkalarining psixologik mohiyatini chuqur o'rganish dolzarb ilmiy vazifa hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Oila qadriyatlari va nikoh ustanovkalarining shaxs kamolotidagi o'rnini o'rganish masalasi psixologiya, sotsiologiya va pedagogika fanlarida keng tadqiq etilgan. Ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, oila shaxsning ijtimoiylashuvi va qadriyatlar tizimining shakllanishida asosiy institut sifatida talqin qilinadi. Klassik psixoanalitik yondashuv vakili bo'lgan Z.Freyd shaxs rivojlanishida erta bolalik davri va oilaviy munosabatlarning hal qiluvchi rolini ta'kidlab, ota-ona bilan emotsional aloqalar keyingi hayotdagi munosabatlar modeliga asos bo'lishini ilgari surgan. Uning nazariyasida oilaviy tajriba shaxsning ichki konfliktlari va munosabatlar strategiyasining shakllanish manbai sifatida talqin etiladi. Psixosotsial rivojlanish konsepsiyasini ishlab chiqqan Erik Erikson esa shaxs kamolotini bosqichma-bosqich jarayon sifatida ko'rib, har bir bosqichda ijtimoiy muhit, xususan, oila ta'siri ustuvor ekanini asoslab bergan. Uning fikricha, oila tomonidan berilgan ishonch, qo'llab-quvvatlash va identifikatsiya imkoniyatlari shaxsning mustaqillik, mas'uliyat va ijtimoiy yetuklik sifatlarini rivojlantiradi. Oila tizimi nazariyasi doirasida M.Boven oilani o'zaro bog'liq elementlardan iborat murakkab tizim sifatida talqin qilib, undagi rollar, chegaralar va

emotsional aloqalar shaxsning psixologik barqarorligiga bevosita ta'sir qilishini ko'rsatadi. Bu yondashuv nikoh ustanovkalarini oilaviy tizimda shakllanadigan kutilmalar va transgeneratsion tajribalar bilan bog'liq holda tahlil qilish imkonini beradi.

Kognitiv yondashuv doirasida A. Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi muhim o'rin tutadi. Unga ko'ra, shaxs oila a'zolarining xulq-atvorini kuzatish va modellash orqali nikoh va oilaviy rollar haqidagi tasavvurlarni o'zlashtiradi. Demak, nikoh ustanovkalari ijtimoiy o'rganish jarayonining mahsuli sifatida shakllanadi va keyinchalik mustaqil oilaviy hayotda namoyon bo'ladi. Gumanistik psixologiya vakillari, jumladan K. Rodgers shaxs kamolotini o'zini anglash va o'zini ro'yobga chiqarish jarayoni sifatida ko'rib, sog'lom oilaviy muhitni shaxsning ijobiy "Men-konsepsiyasi" shakllanishi uchun zarur shart deb hisoblaydi. Uning fikricha, shartsiz qabul va samimiy muloqot mavjud bo'lgan oilada voyaga yetgan shaxslar barqaror nikoh ustanovkalariga ega bo'ladi.

Tibbiyot talabalari oila haqidagi tasavvurlari va gender rollariga doir qarashlarini o'rganish masalasi bir qator psixologik, sotsiologik va pedagogik tadqiqotlar kesishmasida shakllangan ilmiy yo'nalish hisoblanadi. Mazkur muammo shaxs rivojlanishi, ijtimoiylashuv jarayoni, qadriyatlar tizimi va gender identifikatsiyasi nazariyalari doirasida keng tahlil qilingan. Shaxs rivojlanishida oilaning tutgan o'rnida Urie Bronfenbrenner tomonidan ishlab chiqilgan ekologik tizimlar nazariyasi muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi. Unga ko'ra, oila mikrotizim sifatida shaxsning dastlabki ijtimoiy tajribasi, qadriyatlari va rollarini shakllantiradi. Mazkur yondashuv talabalarining oilaviy tasavvurlari ularning bolalik davridagi oilaviy muhit va ijtimoiy tajribasi bilan chambarchas bog'liqligini tushuntirish imkonini beradi.

Gender rollarining shakllanish mexanizmlarini izohlashda Albert Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi alohida ahamiyatga ega. Unga ko'ra, shaxs genderga oid xulq-atvor namunalarini kuzatish, taqlid qilish va ijtimoiy mustahkamlash orqali egallaydi. Bu nazariya asosida yoshlar, jumladan tibbiyot talabalari, o'z oilasi va jamiyatdagi gender stereotiplarini qabul qilishi yoki qayta ko'rib chiqishi mumkinligi asoslanadi. Shuningdek, gender identifikatsiyasi va rollarini ichkilashtirish jarayonini psixoanalitik yondashuv doirasida Zigmund Freyd ham tahlil qilgan bo'lib, u oiladagi ota-ona modeli shaxsning kelajakdagi rollar tizimiga ta'sir ko'rsatishini ta'kidlaydi.

Oilaviy munosabatlar psixologiyasi doirasida o'zbek olimlari tomonidan ham muhim tadqiqotlar olib borilgan. Xususan, E. G'oziyev, B. Qodirov, V. Karimova kabi tadqiqotchilar oila psixologiyasi, nikoh barqarorligi, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash va gender munosabatlarining psixologik omillarini o'rganganlar. Ularning ishlarida milliy mentalitet, an'anaviy qadriyatlar va zamonaviy ijtimoiy o'zgarishlarning o'zaro ta'siri alohida ta'kidlanadi. Bu yondashuv tibbiyot talabalari ongida an'anaviy va zamonaviy gender qarashlarining uyg'unlashuvini tahlil qilishda nazariy asos bo'lib xizmat qiladi.

Zamonaviy sotsiologik tadqiqotlarda esa gender tengligi va kasbiy faoliyatning oilaviy rollarga ta'siri masalasi keng yoritilgan. Tibbiyot sohasida tahsil olayotgan yoshlar misolida kasbiy identifikatsiya va oilaviy rollar o'rtasidagi muvozanat muammosi dolzarb ahamiyat kasb etadi. Xorijiy tadqiqotlarda ayol shifokorlar va erkak shifokorlarning oilaviy majburiyatlarga munosabati, ish va oila uyg'unligi masalalari keng o'rganilgan bo'lib, bunda egalitar yondashuvlar tobora ustunlik kasb etayotgani qayd etiladi. Demak, mavjud ilmiy manbalar oilaning shaxs rivojlanishidagi ahamiyati, gender rollarining shakllanish mexanizmlari va yoshlarning qadriyat tizimi masalalarini yoritib bergan bo'lsa-da, tibbiyot talabalari kontekstida ushbu muammoni kompleks, integrativ va zamonaviy yondashuv asosida tadqiq etish dolzarb ilmiy vazifa bo'lib qolmoqda.

Tadqiqot metodologiyasi. Zamonaviy tadqiqotlarda nikoh ustanovkalari ko'proq ijtimoiy-psixologik kategoriya sifatida o'rganilmoqda. Tadqiqotchilar nikohga tayyorgarlik, oila qadriyatlari va gender rollari o'rtasidagi bog'liqlikni empirik jihatdan asoslashga intilmoqda. Ilmiy manbalarda nikoh ustanovkalari shaxsning emotsional yetukligi, kommunikativ kompetentligi va konfliktlarni hal etish strategiyalari bilan uzviy bog'liq ekanini qayd etilgan.

Milliy tadqiqotlarda oila qadriyatlari ko'proq ma'naviy-axloqiy kategoriya sifatida talqin qilinadi va yoshlar tarbiyasida oilaning o'rnini alohida ta'kidlanadi. O'zbek psixolog olimlari oila institutining barqarorligi jamiyat taraqqiyotining muhim omili ekanini, nikohga ongli va mas'uliyatli yondashuv shaxs kamolotining ajralmas qismi ekanini ilmiy asoslab kelmoqda. Ayniqsa, yoshlar ongida nikoh haqidagi tasavvurlarni shakllantirishda oilaviy muhit, milliy qadriyatlar va zamonaviy ijtimoiy omillar o'zaro ta'sirda namoyon bo'lishi ta'kidlanadi.

Natijalar. Mazkur tadqiqotda oila qadriyatlari va nikoh ustanovkalarining shaxs kamolotiga ta'siri empirik jihatdan o'rganildi. Tadqiqotda 50 nafar talaba (18–24 yosh) ishtirok etdi. Respondentlarga quyidagi metodikalar qo'llanildi:

"Oila qadriyatlari yo'nalganligi" so'rovnomasi

"Nikoh ustanovkalari diagnostikasi" testi

"Shaxs kamoloti ko'rsatkichlari" (ijtimoiy mas'uliyat, emotsional barqarorlik, kommunikativ kompetentlik) shkalasi.

Olingan natijalar statistik tahlil (korrelyatsion va qiyosiy tahlil) asosida umumlashtirildi.

1-jadval.

Oila qadriyatlari va shaxs kamoloti ko'rsatkichlari o'rtasidagi korrelyatsiya natijalari (r)

№	Ko'rsatkichlar	Ijtimoiy mas'uliyat	Emotsional barqarorlik	Kommunikativ kompetentlik
1	Oila qadriyatlariga yo'nalganlik	0.62	0.58	0.64
2	Nikohga ijobiy ustanovka	0.67	0.61	0.69
3	Realistik nikoh kutuvlari	0.54	0.57	0.60

Izoh: Barcha ko'rsatkichlar o'rtasida ijobiy va o'rtacha-yuqori darajadagi bog'liqlik aniqlandi ($p \leq 0.05$).

2-jadval.

**Oila qadriyatlari darajasiga ko'ra shaxs kamoloti ko'rsatkichlari
(M – o'rtacha ball)**

Guruhlar	Ijtimoiy mas'uliyat (M)	Emotsional barqarorlik (M)	Kommunikativ kompetentlik (M)
Yuqori darajadagi oila qadriyatlari	4.3	4.1	4.4
O'rtacha daraja	3.6	3.5	3.7
Past daraja	2.9	2.8	3.0

Natijalar shuni ko'rsatdiki, oila qadriyatlari yuqori shakllangan respondentlarda shaxs kamoloti ko'rsatkichlari sezilarli darajada yuqori namoyon bo'ldi.

Xulosa. Empirik ma'lumotlar oila qadriyatlari va nikoh ustanovkalari shaxs kamoloti bilan bevosita va sezilarli darajada bog'liq ekanini tasdiqladi. Ijobiy va realistik nikoh ustanovkalariga ega shaxslarda ijtimoiy mas'uliyat, emotsional barqarorlik hamda konstruktiv muloqot ko'nikmalari yuqori darajada shakllanganligi aniqlandi. Oila qadriyatlarining mustahkamligi shaxsning ijtimoiy moslashuvi va ruhiy yetukligiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi statistik jihatdan asoslandi.

Tibbiyot talabalari oila haqidagi tasavvurlari va gender rollariga doir qarashlarini o'rganish natijalari shuni ko'rsatdiki, mazkur ijtimoiy-psixologik ko'rsatkichlar ularning shaxsiy qadriyatlar tizimi, tarbiya muhiti, milliy an'analar hamda zamonaviy ta'lim va axborot makonining o'zaro ta'siri asosida shakllanadi. Oila talabalarining ongida nafaqat ijtimoiy institut, balki hissiy qo'llab-quvvatlash, barqarorlik va shaxsiy kamolot manbai sifatida namoyon bo'ladi. Bu esa ularning kelajakdagi oilaviy hayotga nisbatan mas'uliyatli yondashuvini aks ettiradi.

Tadqiqot davomida aniqlanganidek, gender rollariga doir qarashlarda an'anaviy va zamonaviy yondashuvlar uyg'unlashgan holda namoyon bo'ladi. Ayrim talabalarda erkak va ayol rollarining an'anaviy taqsimoti ustuvor bo'lsa, boshqalarida egalitar tamoyillar, ya'ni oila ichidagi mas'uliyat va majburiyatlarni teng taqsimlashga intilish kuchliroq ifodalangan. Bu holat jamiyatda kechayotgan ijtimoiy transformatsiyalar va gender tengligi masalalarining yoshlar ongiga ta'siri bilan izohlanadi.

Shuningdek, tibbiyot talabalari kasbining o'ziga xosligi ularning oilaviy tasavvurlariga sezilarli ta'sir ko'rsatishi kuzatildi. Shifokorlik faoliyati yuqori darajadagi mas'uliyat, vaqt va ruhiy barqarorlikni talab etishi bois, talabalar oila va kasbiy hayotni uyg'unlashtirish zarurligini anglab yetmoqdalar. Bu esa kelgusida sog'lom oilaviy muhitni shakllantirish va kasbiy faoliyat samaradorligini ta'minlashda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Olingan natijalar shuni tasdiqlaydiki, tibbiyot talabalari orasida oila va gender rollariga doir qarashlarni shakllantirish jarayonida psixologik-ma'rifiy ishlarni kuchaytirish, oilaviy hayotga tayyorgarlik bo'yicha trening va seminarlarni tashkil etish hamda gender madaniyatini rivojlantirishga qaratilgan ta'limiy dasturlarni takomillashtirish muhim ahamiyatga ega. Zero, kelajak shifokorlarining sog'lom dunyoqarashi, ijtimoiy mas'uliyati va gender jihatdan ongli pozitsiyasi nafaqat ularning shaxsiy hayotida, balki bemorlar bilan muloqot, jamoada ishlash va jamiyat salomatligini mustahkamlash jarayonida ham muhim rol o'ynaydi. Umuman olganda, tibbiyot talabalari oila haqidagi tasavvurlari va gender rollariga doir qarashlari murakkab, ko'p omilli va dinamik xarakterga ega bo'lib, ularni chuqur o'rganish zamonaviy psixologiya va pedagogika fanlari oldida turgan dolzarb vazifalardan biridir. Ushbu yo'nalishdagi ilmiy izlanishlar yoshlarning oilaviy hayotga tayyorgarligini oshirish, gender tengligi tamoyillarini mustahkamlash hamda sog'lom va barqaror jamiyat qurishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar:

1. G'oziyev E. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2002.
2. G'oziyev E. Oila psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2008.
3. Karimova V. Oila psixologiyasi. – Toshkent: Noshir, 2010.
4. Karimova V. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: Tafakkur, 2012.
5. Shoumarov G'. Oila va nikoh psixologiyasi. – Toshkent: Fan, 2005.

G'ulomqodirov Eldorjon Axmadjon o'g'li,
"Oila va gender" ilmiy-tadqiqot instituti III
bosqich tayanch doktoranti

ZO'RAVONLIKKA UCHRAGAN O'SMIRLAR SHAXS XUSUSIYATLARI O'ZGARISHINING IJTIMOIIY-IQTISODIIY OMILLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada oilaviy farovonlik darajasi va zo'rvonlik tajribasining o'smirlar shaxs xususiyatlariga ta'siri Kraskel-Uollis mezonini yordamida statistik tahlil qilingan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, oilaviy farovonlik ekstraversiya va o'z-o'ziga ishonch kabi sifatlar uchun ijobiy modulyator vazifasini o'taydi. Shu bilan birga, zo'rvonlikka uchragan o'smirlarda me'yordagi oila farzandlariga nisbatan mustaqillik, vijdonlilik va o'z-o'zini nazorat qilish ko'rsatkichlari yuqori ekanligi aniqlandi.

Kalit so'zlar: o'smirlik, oilaviy farovonlik, zo'rvonlik tajribasi, shaxs xususiyatlari, Kraskel-Uollis mezonini, teskari model, ijtimoiy-iqtisodiy omil, moslashish mexanizmlari.

SOCIO-ECONOMIC FACTORS INFLUENCING CHANGES IN THE PERSONALITY TRAITS OF ADOLESCENTS EXPOSED TO VIOLENCE

Abstract. This article presents a statistical analysis of the impact of family well-being levels and experiences of violence on the personality traits of adolescents using the Kruskal-Wallis test. The research results indicate that family well-being serves as a positive modulator for traits such as extraversion and self-confidence. At the same time, it was found that adolescents who experienced violence exhibit higher levels of independence, conscientiousness, and self-control compared to children from functional families.

Keywords: adolescence, family well-being, experience of violence, personality traits, Kruskal-Wallis test, reverse model, socio-economic factor, adaptation mechanisms.

СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ИЗМЕНЕНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПОДРОСТКОВ, ПОДВЕРГШИХСЯ НАСИЛИЮ

Аннотация. В данной статье с помощью критерия Краскела-Уоллиса проведён статистический анализ влияния уровня семейного благополучия и опыта насилия на личностные характеристики подростков. Результаты исследования показывают, что семейное благополучие выступает в качестве положительного модулятора для таких качеств, как экстраверсия и уверенность в себе. В то же время выявлено, что у подростков, подвергавшихся насилию, показатели независимости, добросовестности и самоконтроля выше, чем у детей из благополучных семей.

Ключевые слова: подростковый возраст, семейное благополучие, опыт насилия, личностные характеристики, критерий Краскела-Уоллиса, инверсивная модель, социально-экономический фактор, механизмы адаптации.

Kirish. Oila – jamiyatning birlamchi bo'g'ini va shaxs psixologik barqarorligining asosi hisoblanadi. Shaxs ijtimoiylashuvi va shaxslararo munosabatlardagi zarur ko'nikmalar andozasi oilada shakllanadi. Ayniqsa, o'smirlik davri inqirozida oilaviy xavfsiz muhitning o'rni katta hisoblanadi. Ammo oilaviy zo'rvonlik holati oila dinamikasi va shaxs rivojlanish tendensiyasiga salbiy ta'sir qiladi. Oilaviy zo'rvonlikni keltirib chiqaruvchi omillar qatorida moddiy yetishmovchilik va iqtisodiy qiyinchiliklar ham sanab o'tiladi. Moddiy yetishmovchilik va zo'rvonlik tajribasining o'smir xulq-atvoriga ta'sirini o'rganish ularga kompleks ijtimoiy xizmatlarni taqdim qilish samaradorligiga ta'sir qiladi.

Oila farovonligi tushunchasi ko'p qirrali bo'lib, u moddiy resurslar, emotsional qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy xavfsizlik majmuasini o'z ichiga oladi. Iqtisodiy stress nazariyasiga ko'ra, moddiy yetishmovchilik oila a'zolari o'rtasidagi destruktiv munosabatlarning asosiy katalizatori bo'lishi mumkin [4, b.624]. R. Konger va G. Elder kabi tadqiqotchilar iqtisodiy qiyinchiliklar ota-onalarda emotsional turg'unlikni pasaytirib, bu o'smirlarga nisbatan agressiv munosabat shaklida transformatsiya bo'lishini aniqlaganlar [3, b.303]. Biroq adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, farovonlik darajasi faqat iqtisodiy omil bilan emas, balki oiladagi psixologik sog'lom muhit bilan ham o'lchanadi. Farovon oilada o'smirning ekstraversiya va o'z-o'ziga ishonch kabi ijobiy sifatleri jadal rivojlanadi, bu esa uning kelajakdagi ijtimoiy muvaffaqiyatiga zamin yaratadi.

Oilaviy zo'ravonlik shaxs rivojlanishidagi eng og'ir destruktiv omil hisoblanadi. A. Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, zo'ravonlik muhitidao'sgan bolalar agressiya modelini o'zlashtirishga moyil deb hisoblanadi [2, b.247]. Biroq zo'ravonlikning shaxsga ta'siri har doim ham bir tomonlama bo'lmaydi. Alfred Adlarning hayotiy uslub yondashuviga ko'ra, o'smir o'zining zaif va himoyasiz holatini kompensatsiya qilish uchun kutilmagan adaptiv sifatlarni shakllantirishi mumkin [1, b.286]. Bu jarayonda mustaqillik, vijdonlilik va o'z-o'zini nazorat qilish kabi xususiyatlar himoya mexanizmi sifatida namoyon bo'ladi. Zo'ravonlik sharoitida o'smir erta ulg'ayishga, o'z harakatlari uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olishga va tashqi dunyoda o'z o'rnini topishga harakat qiladi. Bu fenomen posttravmatik o'sish tushunchasi bilan bog'liq bo'lib, shaxsning og'ir hayotiy sharoitlarda chidamlilik ko'rsatish qobiliyatini yoritadi [5, b.1-18].

Metodlar. Oilaviy zo'ravonlikni boshdan kechirayotgan o'smirlarning psixologik xususiyatlarini aniqlash bo'yicha o'tkazilgan eksperimentda tadqiqot obyekti sifatida Farg'ona, Toshkent va Navoiy viloyatlarida tahsil oluvchi jami 449 nafar 13-15 yoshli o'smir o'quvchilar ishtirok etdi. Dala tadqiqotini o'tkazish uchun hududlar ota-onalik huquqidan mahrum qilish bo'yicha sud statistikasi, MICS tadqiqot natijalari, statistika agentligida mavjud ma'lumotlar asosida tanlab olindi. Quyida berilgan jadval orqali tadqiqotimizda ishtirok etgan sinaluvchilarning jins va yosh ko'rsatkichlarini bilib olishimiz mumkin.

1-jadval.

Tadqiqot ishtirokchilarining jins xususiyatlari

Jins	Soni(nafar)	Foiz ko'rsatkichi (%)
O'smirlar	226	50.3
O'smir qizlar	223	49.7
Jami	449	100.0

Tadqiqot doirasida jami 449 nafar o'quvchi ishtirok etdi. Sinaluvchilarning 226 nafari o'smir o'g'il bolalar(50.3%, 100 foizlik ulushga ko'ra) va 223 nafari o'smir qizlar(49.7%) tashkil etdi. Ko'rinib turibdiki, o'g'il bolalar ulushi qizlarga qaraganda yuqoriroq ekan.



1-rasm. Tadqiqot ishtirokchilarning yosh xususiyatlari

Respondentlarning yosh xususiyatlari aks etgan yuqoridagi jadvaldan ma'lum bo'ladiki, 13 yoshli o'quvchilar soni 26 nafar(5.8%), 14 yoshli o'quvchilar soni 234 nafar(52.1%) va 15 yoshli o'quvchilar soni 189 nafar(42.1%)ni tashkil etadi.

Sinaluvchilarning ba'zi ijtimoiy-demografik holatlari bo'yicha ko'rsatkichlarni quyida keltirib o'tamiz. 163 nafar(36.3%) ishtirokchilar ota-onasining o'rta ma'lumotli ekanligini qayd qilgan. Mos ravishda o'rta-maxsus ma'lumotli ota-onalar soni 161 ta(35.9%), oliy ma'lumotli ota-onalar soni 99 nafar(22%) va ilmiy darajali ota-onalar soni 26 nafar(5.8%) ekanligi aniqlangan. Ushbu ko'rsatkichlar ota-onalardan biri yoki har ikkisinin ma'lumot darajasiga qarab shakllantirilgan. Oiladagi moddiy yetishmovchilik hissi, iqtisodiy qiyinchiliklar oilaviy zo'ravonlikni yuzaga keltiruvchi omillardan biri hisoblanadi. Ushbu faktor bo'yicha ishtirokchilarning 133 nafari(29.6%) yuqori farovonlik darajasini belgilagan. 311 ta o'quvchi(69.3%) o'rta

farovonlik darajasi va 5 nafar ishtirokchi(1.1%) quyi farovonlik darajasini qayd etgan. Sinaluvchilarning yashash hududi bo'yicha ma'lumotlar tahlili 65.3%(293 nafar) ishtirokchi qishloq oilalarida va 34.7% (156 nafar) qismi shaharda yashashi qayd qilingan.

Natijalar. Kettel testining bolalar varianti o'smirlik davridagi shaxs strukturasi dinamikasini, uning emotsional va kognitiv sohalarini o'rtasidagi bog'liqlikni tizimli o'rganishda eng ishonchli empirik instrumentlardan biri hisoblanadi[6, b.40]. Shu sabab Kettel testining bolalar varianti o'smir shaxsining psixologik portretini tasvirlashda keng qo'llaniladi.

2-jadval.

Zo'ravonlikka uchragan o'smirlarning shaxslilik xususiyatlarini oilaning farovonlik darajasiga ko'ra va me'yordagi oilalar bilan qiyosiy ko'rsatkichlari(Kraskel-Uollis mezonida)

Faktorlar	O'rtacha rang					H	p
	Oila farovonligi yuqori	Oila farovonligi o'rtacha	Oila farovonligi quyi	Me'yordagi oila farovonligi yuqori	Me'yordagi oila farovonligi o'rtacha		
	92	252	5	41	58		
Ekstraversiya	224.04	192.93	342.4	300.82	298.29	53.370	.000**
O'z-o'ziga ishonch	203.07	195.08	162	307.54	333.02	75.708	.000**
Hissiy barqarorlik	241.08	235	218.6	190.88	176.87	14.276	.006**
Mustaqillik	235.81	231.81	290.7	200.79	185.85	9.653	.047*
Fahm-farosat	256.07	215.9	161.5	241.72	205.03	10.136	.038*
Vijdonlilik	246.04	248.26	288.3	144.67	138.05	55.323	.000**
Dadillik	217.87	196.48	126.7	311.29	303.85	56.898	.000**
Uddaburonlik	241.36	232.3	252.9	186.77	188.08	11.130	.025*
Optimizm	223.45	212.4	161.9	244.34	270.11	12.096	.017*
O'z-o'zini nazorat qilish	233.35	243.13	240.1	194.61	149.31	28.394	.000**
Xotirjamlik	200.51	199.82	178.4	303.62	317.84	60.265	.000**

Izoh: *-p<0.05; **-p<0.01

Zo'ravonlikka uchragan o'smirlarning shaxslilik xususiyatlari oilaviy farovonlik darajasiga ko'ra va me'yordagi oila farzandlari bilan taqqoslanganda statistik jihatdan ahamiyatli farqlar aniqlandi. Psixologik tadqiqot natijalarini statistik tahlil qilishda ma'lum miqdordagi sinaluvchilarning ishtiroki natijalar obyektivligini ta'minlashga xizmat qiladi. Oilaviy farovonlik darajasi quyi bo'lgan zo'ravonlikni boshdan kechirgan o'smirlar guruhida 5 ta sinaluvchi ishtirok etgan. Bu holat tahlil natijalarini izohlashda cheklov qo'yadi. Kam sonli respondentlarning javoblar tahlili bilan ayni guruh haqida xulosa chiqarish mantiqan to'g'ri bo'lmaydi.

Muhokama. Ekstraversiya shkalasi bo'yicha zo'ravonlikka uchragan o'smirlar va me'yordagi oila farzandlari natijalari o'rtasida ahamiyatli farq qayd qilindi($H=53.370$; $p=192.93$). Har ikki guruhda oila farovonligi yuqori bo'lgan o'smirlar ko'rsatkichi farovonlik darajasi o'rtacha oila farzandlaridan ko'ra yuqori o'rtacha rang ko'rsatkichiga ega. Moddiy farovonlik, resurslar yetarliligi bolalar uchun qo'shimcha imkoniyatlar olib keladi. Xususan, turli fan to'garaklari, sport mashg'ulotlari, yozgi oromgohlarda xordiq chiqarish shular jumlasidandir. Albatta bu kabi mashg'ulotlar bola ijtimoiy faolligini oshiradi, muloqot ko'nikmalarini shakllantiradi. Ammo guruhlar o'rtasidagi asosiy farq zo'ravonlik fonida namoyon bo'lyapti. Oilaviy farovonlik darajasi ekstraversiya namoyon bo'lishi, dinamikasiga ta'sir qilyapti.

O'z-o'ziga ishonch shkalasi bo'yicha me'yordagi oila farzandlari zo'ravonlikni boshdan kechirgan o'smirlardan ko'ra yuqori o'rtacha rang ko'rsatkichlariga ega. Zo'ravonlikka uchragan o'smirlar guruhida yuqori farovonlikka ega oila farzandlari nisbatan yuqori natija qayd qilishgan. Zo'ravonlik fonida ham moddiy farovonlik ijobiy modulyator vazifasini o'tayapti. Jamiyatdagi oilaning statusi, qo'shimcha xaridlar va farovon hayot o'smir uchun alohida hurmat, munosabat olib keladi. Ayni shu omil o'z-o'ziga bo'lgan ishonchni oshiradi.

Navbatdagi hissiy barqarorlik shkalasi bo'yicha statistik tahlil natijalari ham zo'ravonlik tajribasi o'smir hissiy barqarorligiga ta'sir qiluvchi asosiy omil emasligini ko'rsatdi. Zo'ravonlik fonida o'smir himoya mexanizmi sifatida tashqi reaksiyalarni bostirish, o'zini emotsional boshqarish, rigidlik kabi holatlar hissiy barqarorlikni ta'minlaydi. Zo'ravonlikka uchragan o'smirlar guruhida moddiy farovonlik darajasi

natijalarda katta farqga sabab bo'lgan. Me'yordagi oila farzandlarida esa qo'llab—quvvatlovchi muhit, demokratik-liberal ota-onalik uslublari hissiyotlarni erkin ifodlashga imkon beradi. Ayniqsa moddiy farovonlik yuqoriligi, bolaning har bir xohish-istaklari bajo keltirilishi erkatoylik, hissiy beqarorlikka olib kelishi mumkin.

Yuqoridagi natijalar izohida zo'ravonlik omili ham o'smirda ba'zi shaxs xususiyatlarini rivojlantirishga sabab bo'lishini aytgandik. Mustaqillik shkalasi bo'yicha zo'ravonlikka uchragan o'smirlar guruhida oila farovonlik darajasidan qat'iy nazar me'yordagi oila farzandlariga nisbatan yuqori natija qayd qilingan. Me'yordagi oilalarda natijalar tafovuti moddiy farovonlik yuqori bo'lgan holatda ota-onaning farzanddan yuqori kutilmalari bilan izohlanadi.

Fahm-farosat shkalasi bo'yicha guruhlar o'rtasida o'rtacha rang ko'rsatkichlari bo'yicha katta farqlar aniqlanmadi. O'rtacha ranglardagi kichik farqlar mazmunan ahamiyatsiz hisoblanib, fahm-farosat yosh va zo'ravonlik tajribasiga nisbatan barqaror ekanligi aniqlandi. Har ikki guruhda oilaviy farovonligi yuqori bo'lgan o'smirlar o'rtacha farovonlikka ega bo'lgan oila farzandlaridan yuqori natija ko'rsatdi. Bu holat moddiy farovonligi yuqori bo'lgan oilalarda tarbiyalanyotgan o'smirlarda mavjud ekskluziv imkoniyatlar, qo'shimcha mashg'ulotlar bolaning rivojlanishida ijobiy rol tutishi bilan izohlanadi.

Vijdonlilik shkalasi natijalari tahlilida ham Mustaqillik shkalasidagi kabi zo'ravonlikka uchragan o'smirlarning natijalari yuqori chiqdi. Mazkur farq sababi yuqorida keltirib o'tildi. Zo'ravonlikni boshdan kechirgan o'smirlar guruhida moddiy farovonlik darajasi natijalarga sezilarli ta'sir qilmagan. Demak, ushbu xususiyat yuqori bo'lishiga zo'ravonlik fonida teskari taqlid modeli orqali shakllangan xulq-atvor ko'rinishlari sabab bo'lgan. Me'yordagi oilalarda ham oila farovonlik darajasiga ko'ra sezilarli tafovutlar aniqlanmadi.

Dadillik shkalasi bo'yicha statistik tahlil natijalari zo'ravonlik tajribasi o'smirlarda ushbu xususiyatga salbiy ta'sir qilishini isbotladi. Yuqori farovonlik darajasi esa har ikki guruhda natijalar yuqorilashiga sabab bo'ldi. Moddiy farovonlik o'smirlardagi taashbuskorlikni qo'llab-quvvatlash, moliyaviy ko'maklashishga xizmat qiladi. Tavvakalchilik, o'z fikrini erkin ifoda qilish kabi xususiyatlar shakllanishiga ham moddiy farovonlik ijobiy ta'sir qiladi.

Zo'ravonlikka uchragan o'smirlarning uddaburonlik shkalasi bo'yicha o'rtacha rang ko'rsatkichlari me'yordagi oila farzandlaridan yuqori chiqdi. Bu holat mazkur xususiyat talab qilinadigan hayotiy vaziyatlar bilan izohlanadi. Me'yordagi oilalarda moddiy farovonlik darajasi natijalar dinamikasiga sezilarli ta'sir qilmagan. Zo'ravonlikka uchragan o'smirlar guruhida esa oila farovonlik holati natijalar yuqorilashiga sabab bo'lgan. Bu holat ota-onaning yuqori kutilmalari, jamiyatda oilaning maqomini saqlab qolish kabi vazifalarga javob sifatida namoyon qiladi.

Optimizm shkalasi bo'yicha tahlil natijalari oiladagi qo'llab-quvvatlovchi muhit ushbu xususiyatga ijobiy ta'sir qilishi aniqlandi. Zo'ravonlikka uchragan o'smirlar guruhida yuqori daromadli oila farzandlari o'rtacha farovonlik darajasiga ega bo'lgan oila farzandlaridan ko'ra yuqori natija ko'rsatgan. Bu holat yuqori farovonlik holatida kelajakka umid bog'lash uchun real imkoniyatlar va moddiy resurslar mavjudligi bilan izohlanadi. Zo'ravonlik tajribasi vaqtinchalik holat sifatida qaralib, bolada kelajakka ratsional umid shakllanadi. O'rtacha farovonlik darajasida esa resurslar cheklanganligi va zo'ravonlik fonida mavhum kelajak optimizm ko'rsatkichini pastlashiga olib kelgan. Me'yordagi oilalarda esa yuqori farovonlikka ega oila farzandlari o'rtacha rang ko'rsatkichi o'rtacha farovon oila farzandlaridan pastroq chiqdi. Mazkur holat moddiy farovon oilalarda ota-onalarning yuqori kutilmalariga o'smirlarning kelajakka sinov va qiyinchilik prizmasi orqali qarashi bilan izohlanadi.

Zo'ravonlik fonida o'z-o'zini nazorat qilish o'smirlarda yanada yaxshi shakllanishi aniqlandi. Me'yordagi oila ko'rsatkichlari esa nisbatan past chiqdi. Zo'ravonlikka uchragan o'smirlar orasida o'rtacha farovonlikka ega oila farzandlarining natijalari nisbatan yuqori chiqishi cheklangan resurslar va zo'ravonlik fonida impulsni bostirish, hissiyotlarni jilovlash kabi nazorat mexanizmlari uustunligi bilan izohlanadi. Me'yordagi oilalarda moddiy farovon oila farzandlari natijalari yuqoriligi yuqori kutilmalar fonida xato qilishdan qo'rqish bilan izohlanadi.

Xotirjamlik shkalasi bo'yicha zo'ravonlikka uchragan o'smirlarda farovonlik darajasi yuqori va o'rtacha oila farzandlarida o'rtacha rang ko'rsatkichlari bir-biriga juda yaqin ekanligi aniqlandi. Bu holat oila farovonlik holati xotirjamlikka ta'sir kamligi, zo'ravonlik fonida bu xususiyat pastlashi bilan izohlanadi. Me'yordagi oilalarda esa sog'lom psixologik muhit xotirjamlik ortishiga olib kelgan. Ushbu guruhda moddiy farovon oila farzandlari natijalari nisbatan pastligi yuqori kutilmalar, kelajakka nisbatan xavotir va ijtimoiy statusni saqlab qolish bilan bog'liq.

Xulosa. Oila farovonligi nafaqat moddiy resurslar bilan, balki o'smir shaxsining psixologik barqarorligini ta'minlovchi muhit sifatida ham muhim ahamiyat kasb etadi. O'tkazilgan statistik tahlillar

(Kraskel–Uollis mezon) oilaviy farovonlik va zo‘ravonlik tajribasining o‘smirlar shaxsiy sifatlariga ta’siri bo‘yicha quyidagi xulosalarni shakllantirishga imkon berdi:

1. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, oilaviy farovonlik darajasi o‘smirlarning ekstraversiya va o‘z-o‘ziga ishonch ko‘rsatkichlari bilan bevosita bog‘liq. Me‘yordagi oilalarda moddiy farovonlik o‘smirning ijtimoiy muloqotga ochiqqligini va o‘z imkoniyatlarini yuqori baholashini ta‘minlaydi. Aksincha, zo‘ravonlikka uchragan o‘smirlarda moddiy yetishmovchilik bu sifatning keskin pasayishiga olib kelishi aniqlandi.

2. Zo‘ravonlikni boshdan kechirayotgan o‘smirlarda, ayniqsa farovonlik darajasi quyi bo‘lgan guruhlarda, mustaqillik va uddaburonlik ko‘rsatkichlari me‘yordagi oila farzandlariga nisbatan sezilarli darajada yuqori chiqdi. Bu holat o‘smirning himoyasiz sharoitda o‘z hayoti uchun mas‘uliyatni zimmasiga olishi va qiyinchiliklarga moslashish mexanizmi sifatida talqin qilinadi. Ya‘ni, ijtimoiy-iqtisodiy bosim va zo‘ravonlik bolani "erta ulg‘ayish"ga majbur qiladi.

3. Zo‘ravonlikka uchragan o‘smirlarda vijdonlilik va ijtimoiy normalarga amal qilish darajasi yuqoriligi aniqlandi. Bu psixologik fenomen "teskari model" bilan izohlanadi: bola o‘z yaqinlaridagi salbiy xulq-atvorni ko‘rib, "men bunday bo‘lmasligim kerak" degan ichki ustanovka asosida jamiyat talablariga qat’iy rioya qilishga intiladi.

4. Ma’lum bo‘lishicha, moddiy farovonlik darajasi yuqori bo‘lgan oilalarda o‘smirlarning kelajakka bo‘lgan optimizmmi yuqoriroqdir. Biroq, zo‘ravonlik tajribasi mavjud bo‘lganda, hatto yuqori moddiy ta‘minlanganlik ham emotsional barqarorlikni ta‘minlay olmaydi. Zo‘ravonlik fonida optimizmm ko‘rsatkichi o‘zgaruvchan bo‘lib, u ko‘proq oiladagi hissiy munosabatlarga tayanadi.

5. Zo‘ravonlikka uchragan o‘smirlarda o‘z-o‘zini nazorat qilish ko‘rsatkichi yuqoriligi aniqlandi. Bu ichki xotirjamlik belgisi emas, balki atrofdagi agressiv muhitga nisbatan "hushyorlik" va o‘z hissiyotlarini jilovlash orqali yangi nizolardan qochishga urinishdir. Me‘yordagi oilalarda esa xotirjamlik darajasi barqaror emotsional muhit hisobiga yuqori ko‘rsatkichni saqlab qoladi.

Umumiy xulosa shundan iboratki, oilaviy farovonlik o‘smir uchun tashqi resurs bo‘lsa, zo‘ravonlik tajribasi uning ichki dunyosini qayta quruvchi destruktiv omildir. Zo‘ravonlikka uchragan o‘smirlar moddiy yetishmovchilik sharoitida o‘zlarining mustaqillik va nazorat sifatlarini maksimal darajada rivojlantirishga intiladilar, biroq bu jarayon emotsional barqarorlikning yo‘qolishi hisobiga amalga oshadi. Reabilitatsiya dasturlari nafaqat iqtisodiy, balki o‘smirning buzilgan emotsional dunyosini tiklashga qaratilishi lozim.

Adabiyotlar:

1. Adler, A. Understanding Human Nature. – Garden City: Garden City Publishing Company, 1927. – 286 p.
2. Bandura, A. Social Learning Theory. – Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1977. – 247 p.
3. Conger, R. D., Elder, G. H. Families in Troubled Times: Adapting to Change in Rural America. – New York: Aldine de Gruyter, 1994. – 303 p.
4. Goode, W. J. Force and violence in the family // Journal of Marriage and the Family. – 1971. – Vol. 33, № 4. – P. 624–636.
5. Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G. Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence // Psychological Inquiry. – 2004. – Vol. 15, № 1. – P. 1–18.
6. Александровская, Э.М. Адаптированный модифицированный вариант детского личностного опросника Р.Кеттелла: методические рекомендации– 2-е издание. – Москва : Фолиум, 1995. – 40 с.

Boltayeva Zilola Bobojonovna,
 Navoiy viloyati pedagogik mahorat markazi katta o'qituvchisi

GENDER IDENTIFIKATSIYASI JARAYONI, JINGGA OID O'ZINI ANGLASHI VA O'ZINI TUTISHI

Annotatsiya. Mazkur maqolada gender munosabatlarini shakllantirishda ta'lim vositalari, ya'ni dars jarayonida: o'quv dasturlariga gender tengligi g'oyalarini qo'shish, qiz va o'g'il bolalarni turli rollarda faol ishtirok etishga undash, shuningdek, tarbiya jarayonida: turli tadbirlar, suhbatlar va treninglar orqali teng huquqlilikni qo'llab-quvvatlash, shu bilan birga pedagogik texnologiyalarda: shaxsga yo'naltirilgan ta'lim, ijtimoiy-emotsional o'qitish usullari gender munosabatlarini to'g'ri yo'naltirishda samarali qo'llashga xizmat qilishini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: gender siyosati, ijtimoiy-iqtisodiy, madaniy-ma'rifiy, shaxsga yo'naltirilgan ta'lim, zamonaviy pedagogik texnologiyalar, prinsip, ijtimoiy-emotsional, ta'lim tizimi.

ПРОЦЕСС ГЕНДЕРНОЙ ИДЕНТИФИКАЦИИ, ГЕНДЕРНОЕ САМОСОЗНАНИЕ И ПОВЕДЕНИЕ

Аннотация. В данной статье рассматривается формирование гендерных отношений с помощью образовательных средств. В частности, в учебном процессе: включение идей гендерного равенства в учебные программы, поощрение девочек и мальчиков к активному участию в различных ролях. Кроме того, в воспитательном процессе: поддержка равноправия через различные мероприятия, беседы и тренинги. Также показано, что в педагогических технологиях эффективному направлению гендерных отношений способствует применение лично-ориентированного обучения и методов социально-эмоционального обучения.

Ключевые слова: гендерная политика, социально-экономический, культурно-просветительский, лично-ориентированное обучение, современные педагогические технологии, принцип, социально-эмоциональный, система образования.

THE PROCESS OF GENDER IDENTIFICATION, GENDER SELF-AWARENESS AND BEHAVIOR

Abstract. This article examines the formation of gender relations through educational means. In particular, during the learning process: integrating the ideas of gender equality into curricula and encouraging girls and boys to actively participate in various roles. In addition, in the воспитание process: supporting equal rights through various events, discussions, and trainings. It also shows that in pedagogical technologies, the use of learner-centered education and social-emotional learning methods serves as an effective approach for properly guiding gender relations.

Keywords: gender policy, socio-economic, cultural-educational, learner-centered education, modern pedagogical technologies, principle, social-emotional, education system.

Kirish. Gender munosabatlarini shakllantirishda ta'lim vositalari ya'ni dars jarayonida: o'quv dasturlariga gender tengligi g'oyalarini qo'shish, qiz va o'g'il bolalarni turli rollarda faol ishtirok etishga undash, shuningdek, tarbiya jarayonida: turli tadbirlar, suhbatlar va treninglar orqali teng huquqlilikni qo'llab-quvvatlash, shu bilan birga pedagogik texnologiyalarda: shaxsga yo'naltirilgan ta'lim, ijtimoiy-emotsional o'qitish usullari gender munosabatlarini to'g'ri yo'naltirishda samarali qo'llash mumkin.

O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlis Senatining 2021-yil 25-maydagi CQ-297-IV son "2030-yilga qadar O'zbekiston Respublikasida gender tenglikka erishish strategiyasini tasdiqlash haqida" qarorida [1], zamonaviy pedagogik texnologiyalar va uslublarni hisobga olgan holda maktabgacha ta'lim, umumiy o'rta, o'rta maxsus, oliy ta'lim muassasalarining o'quv dasturlariga gender mavzusini joriy etish orqali fuqarolarning genderga oid savodxonligini yuksaltirish;

mavjud va kelajakda yaratiladigan maktab darsliklari, o'quv-uslubiy materiallar va boshqa nashrlarning jins bo'yicha kamsitishga yo'l qo'ymaslik prinsipiga muvofiq gender ekspertizadan o'tkazish amaliyotini yo'lga qo'yish;

siyosiy-huquqiy, ijtimoiy-iqtisodiy, madaniy-ma'rifiy, agrar va ekologiya sohalarida gender statistikasiga oid uslubiy qo'llanmalarni tayyorlash kabi vazifalar qo'yilgan. Mazkur vazifalarni amalga

oshirishda soha vakillari oldida bir qancha amaliy ishlarni olib borish muhimdir. Yuqoridagi vazifalardan kelib chiqib, gender siyosatini amalga oshirish maqsadida ta'lim muassasalarida gender ta'limini ya'ni ta'lim va tarbiya jarayonida gender yondashuvni amalga oshirish, ta'lim faoliyatida qo'llanilishi kerak bo'lgan ilmiy-uslubiy materiallar va metodikalarni ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish muhimdir. Shuningdek, xorijiy tajribalarni o'quv dasturlarini o'rganish, tahlil etish va amaliyotga qo'llash, gender tenglikka erishish strategiyasini amalga oshirishda xizmat qiladi. Birgina misol qilib oladigan bo'lsak, Finlyandiya maktablarda "Gender-sensitive pedagogy" dasturi orqali qiz va o'g'il bolalarning qobiliyatiga qarab teng imkoniyatlar yaratiladi.

Adabiyotlar tahlili. Finlyandiya "Equality Act" va "Act on Equality between Women and Men" kabi qonunlar mavjud. Ushbu qonunlar ta'lim muassasalarida gender asosida qizlar va o'g'il bolalar uchun teng imkoniyatlar yaratishni majburiy qiladi. 2025 yil uchun "Programme for Equality and Non-Discrimination in Education and Training – 2025" dasturi qabul qilingan. U ta'lim va tarbiya muassasalarida gender va diskriminatsiyani oldini olish, tenglikni kengaytirish, o'qituvchi va xodimlarning malakalarini oshirish kabi choralarni o'z ichiga oladi. Har bir ta'lim muassasasida "equality plan" (tenglik rejasi) ishlab chiqilishi kerak. Ushbu reja muassasaning jamoasining ehtiyojlariga qarab yoziladi, muassasaning gender tenglik holati o'rganiladi va qanday choralar ko'rilsa bo'lishi bilan birga ularning natijalari baholanadi.

Maktabda ta'limda bolalarning jins asosida o'ch-qiz bo'lib guruhlariga ajratilishi qo'llanmasligi, o'yinlar, tadbirlar va mashg'ulotlarda "gender roles" bo'yicha stereotiplardan qochish kabi amaliy ko'rsatmalar berilgan. Milliy asosiy ta'lim standartlarida (National Core Curriculum) gender tenglik va gender tafovutlarini tushunish, ularni muhokama qilish masalalari kiritilgan.

Pedagogik xodimlarning bilimlari va qarashlari shakllanishi uchun maxsus treninglar va kurslar mavjud. Finlyandiya "gender-sensitive pedagogy" – bu gender tenglikni ta'minlash, stereotiplarni yo'qotish va har bir bola uchun teng imkoniyatlar yaratishni maqsad qiluvchi tizimli va qonunchilik asosidagi siyosatdir [1].

Unda ta'lim muassasalarida rejalar, o'quv dasturlari, o'qituvchilarning malakalari, va ta'lim muhitidagi amaliy choralar muhim rol o'ynaydi.

Kanada ta'lim tizimida "Inclusion & Diversity" dasturi asosida jins, millat yoki ijtimoiy kelib chiqishiga qaramay teng ta'lim olish imkoniyati ta'minlangan. IEC — Kanadaning nohukumat tashkiloti sifatida barcha bolalar uchun teng ta'lim muhitini yaratish, xilma-xillikni qadrlash va barcha o'quvchilarning ehtiyojini inobatga olishga qaratilgan ishlar olib boradi. IEC ta'lim muassasalariga, ustozlarga va ota-onalarga resursli ariyma-maxsulotlar, metodik yordam, treninglar taqdim etadi. IEC maktablarga bolalarning hududiy, etnik, madaniy kelib chiqishi, abiliti (ma'naviy, fizik) va boshqa bir qator farqliliklarni inobatga olishni tavsiya etadi: ushbu bolalar ham o'sha maktab muhitida, o'sha sinfda o'z sinfdashlari bilan bir galda o'qishlari mumkin bo'lishi kerak. **Triangle Program (Toronto, Ontario)** — bu dastur LGBT talabalari uchun alohida yorug'lik yaratish, ular maktab muhitida turgan vaziyatda o'zini o'zi anglasha olmaslik, yoki tazyiqqa uchrasa, psixosotsial yordam berishga qaratilgan [2].

O'zbekistonda maktab darsliklarida gender stereotiplarini tahlil qilish va ularni kamaytirish bo'yicha bir loyiha bor: darsliklarda qizlar va o'g'il bolalarning o'z vazifalarini tasvirlashda gender roli bo'yicha aniqlanmagan yoki bir tomonlama bo'lgan omillarni bartaraf etishga qaratilgandir. UNESCO tomonidan O'zbekistonda o'qituvchilar tayyorlash dasturlarida gender tomonlari qanchalik integratsiya qilinganligini o'rganish qilingan. Xulosaga ko'ra, ko'pchilik o'qituvchilar gender mavzulari bo'yicha maxsus kurslar olmagan. "Concept of Development of Inclusive Education in the System of Public Education in 2020–2025" dasturi doirasida maktablar haqidagi ishlar, nogironligi bo'lgan bolalar uchun imkoniyatlar yaratish, maktablar himoyali va xavfsiz bo'lishi uchun choralar ko'rish bo'yicha rejalar qo'yilgan. O'zbekistonda maktab darajasida gender yondashuv bo'yicha bir qator ijobiy qadamlar qilinmoqda: darsliklar tekstlari tahlili, gender masalalari bo'yicha o'qituvchilar tayyorlash, inklyuziv ta'lim siyosati, va qonunchilik bazasi takomillashtirilmoqda. Ammo ularni barcha maktablarga teng tatbiq etish, resurslar bilan ta'minlash va ustozlarning malakalarini oshirish kabi jihatlar yanada kuchaytirilishi zarur.

Pedagogik jarayonda gender yondashuv nafaqat o'quvchilarning ta'limdagi muvaffaqiyatlarini oshiradi, balki ularning shaxs sifatida ijtimoiylashuviga ham ta'sir ko'rsatadi. Masalan, gender tenglik asosida o'tkaziladigan mashg'ulotlar bolalarda o'zaro hurmat, mas'uliyat va hamjihatlikni shakllantiradi.

Gender yondashuv ta'lim jarayonida quyidagi tamoyillariga tayanish ya'ni, bu bolalarni tarbiyalash va o'qitishda jinsiy mansublikdan qat'i nazar teng huquq, imkoniyat va munosabatni ta'minlashga yo'naltirilgan asosiy qoidalaridir.

1. Teng huquq va imkoniyatlar tamoyili:

- Qizlar va o'g'il bolalar ta'lim olishda, mashg'ulotlarda qatnashishda bir xil imkoniyatga ega bo'lishi shart.

• Masalan, matematika, texnika, sport yoki san'at sohalarida qizlar ham o'g'il bolalar kabi ishtirok etishlari mumkin.

• Bu tamoyil diskriminatsiyani bartaraf etib, har bir o'quvchi o'z qobiliyati va qiziqishiga ko'ra rivojlanishiga imkon yaratadi.

2. Neytrallik va xolislik tamoyili:

• Ta'lim jarayonida muallim yoki darsliklar o'quvchilarga "bu ish qizlarga tegishli, bu ish o'g'illarga tegishli" degan qarashni singdirmasligi kerak.

• Masalan, qiz bola ham raxbarlik vazifalarini bajara oladi, o'g'il bola esa san'at va musiqa yo'nalishida o'zini namoyon qila oladi.

• Bu yondashuv orqali o'quvchilarda shaxsiy tanlov erkinligi shakllanadi.

3. Ijtimoiy adolat va hurmat tamoyili:

• Barcha o'quvchilar o'rtasida o'zaro hurmatni ta'minlaydi.

• Ta'lim jarayonida qiz yoki o'g'il bolaga nisbatan kamsitish, qo'pol munosabat, kichkina qilib ko'rish holatlari yo'q qilinishi zarur.

• Bu bolalarning o'z-o'zini qadrlash hissini oshiradi va ijtimoiy tenglikka xizmat qiladi.

4. Inklyuzivlik va individual yondashuv tamoyili:

• Har bir bola shaxsiy qobiliyati, qiziqishi va ehtiyojiga ko'ra ta'lim olishi lozim.

• Jinsdan qat'i nazar, o'quvchiga individual yondashish, qiyinchiliklarni yengishda yordam berish muhim.

• Bu orqali gender tenglikka qo'shimcha ravishda ta'lim samaradorligi oshadi.

5. Rol modellar tengligi tamoyili:

• Ta'lim jarayonida qiz va o'g'il bolalar uchun bir xil ruhlantiruvchi namunalar ko'rsatilishi kerak.

• Masalan, tarixdagi ayol olimlar, san'atkorlar, rahbarlar haqida ham ma'lumot berish orqali qizlarda ham katta maqsadlarga erishish mumkinligi haqida ishonch uyg'otiladi.

• O'g'il bolalar uchun esa ota-ona, ustoz, jamiyatda mas'uliyatli shaxs sifatida teng rollar ko'rsatiladi.

6. Faol ishtirok va sheriklik tamoyili:

• Ta'lim jarayonida o'quvchilarga teng darajada so'z berish, fikr bildirish imkoniyati yaratiladi.

• Masalan, sinf kengashi yoki guruh ishlarida faqat o'g'il bolalar emas, qizlar ham teng rahbar bo'lishi mumkin.

• Bu demokratik munosabatlarni shakllantirishga yordam beradi.

7. Gender stereotiplarga qarshi kurash tamoyili:

Darslarda yoki tadbirlarda qiz va o'g'il bolalarning imkoniyatlari haqida "klassik" yoki "an'anaviy" qarashlarni cheklash lozim.

Masalan: "o'g'il bola matematikani yaxshi bilishi kerak, qiz esa oshpazlikda ustasi" kabi qarashlardan voz kechiladi.

Bu bolalarni erkin va innovatsion fikrlashga undaydi. Jamiyatda uzoq yillar davomida shakllangan gender stereotiplari mavjud. Masalan: "Qizlar faqat uy ishlari bilan shug'ullanishi kerak", "O'g'il bolalar kuchli bo'lishi, qizlar esa muloyim bo'lishi zarur" va hokazo. Bunday stereotiplar o'quvchilarning o'z salohiyatini to'liq namoyon etishiga to'sqinlik qiladi. Shu bois pedagoglar gender yondashuv asosida ta'lim jarayonini tashkil etishda quyidagi yondashuvlardan foydalanishlari zarur:

1. Darslik va o'quv materiallarida gender balansini ta'minlash;
2. O'quvchilarning qiziqishlariga mos mashg'ulotlar tashkil etish;
3. Rol o'yinlari va amaliy mashg'ulotlar orqali o'g'il va qiz bolalarda turli ijtimoiy rollarni bajarish ko'nikmalarini shakllantirish.

ko'nikmalarini shakllantirish.

Tadqiqot metodologiyasi. Gender yondashuv tamoyillari ta'lim jarayonida har bir o'quvchiga teng, xolis va erkin imkoniyatlar yaratishga qaratilgan. Ularni amalda joriy etish orqali: bolalarda o'z-o'ziga ishonch ortadi, ijtimoiy adolat va hurmat muhiti shakllanadi, qiz va o'g'il bolalarda kelajakda turli sohalarida teng imkoniyat bilan muvaffaqiyatga erishish zamini yaratiladi. Gender yondashuv asosida ta'lim va tarbiya jarayonini tashkil etish bqoridagi tamoyillarni inobatga olish bilan birga o'quvchilarni psixologiyasiga ham katta e'tibor qaratish lozim. Ya'ni, boshlang'ich sinf o'quvchilari, xususan 10-11 yoshdagi bolaning tafakkuri, xotirasi, diqqat-e'tibori va ijtimoiy munosabatlari sezilarli darajada rivojlanadi. Shu bois ushbu davr o'quvchilari bilan ishlashda pedagogik va psixologik yondashuvlar muhim ahamiyat kasb etadi.

Tahlillar va natijalar. Bu yoshdagi bolalarni kognitiv rivojlanishi ya'ni, 10-11 yoshdagi bolalarda abstrakt tafakkur asta-sekin shakllanadi. Ular sabab-oqibat bog'lanishlarini tushunishga, umumlashtirish va tahlil qilishga qodir bo'ladilar. Matematika, tabiiy fanlar, o'qish va yozuvda mustaqil ishlash ko'nikmalari kuchayadi. Bu yoshda bolalarning emotsional olami murakkablashadi. Ular o'z his-tuyg'ularini boshqara olish, boshqalarning kayfiyatini anglash va empatiya ko'rsatishga o'rganadilar. Ijtimoiy rivojlanishda 10-11

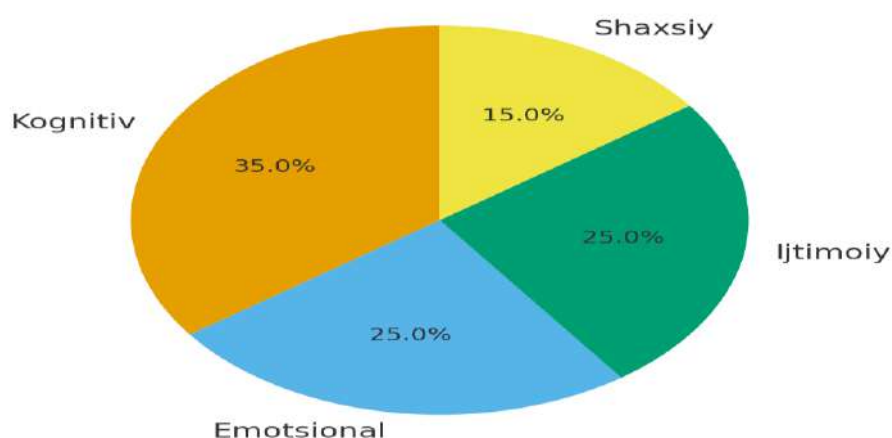
yoshdagi bolalar uchun sinfdoshlari, do'stlari va jamoa fikri juda muhim bo'lib qoladi. Ular guruhli ishlarda faolroq qatnashadi, do'stlik va hamkorlik munosabatlari shakllanadi ba o'z qiziqishlari va qobiliyatlarini anglay boshlaydilar. Mustaqillik, mas'uliyat va intizom kabi sifatlar shakllanadi.

10-11 yoshdagi bolalarning psixologik rivojlanish xususiyatlari (1-jadvalda) keltirilgan.

1-jadval.

Rivojlanishi	Asosiy xususiyatlar	Misol
Kognitiv	Abstrakt tafakkur, sabab-oqibatni tushunish	Matematika masalalarini mustaqil yechish
Emotsional	His-tuyg'ularni boshqarish, empatiya	Do'stining kayfiyatini anglash
Ijtimoiy	Jamoadashlash, do'stlikni qadrlash	Sinfdoshlar bilan guruh loyihasini bajarish
Shaxsiy	Mas'uliyat va mustaqillik	Uy vazifalarini o'z vaqtida bajarish

Diagramma: Psixologik rivojlanish ulushi



10–11 yoshli bolalarning rivojlanishi (qiz va o'g'il bolalar taqqoslanishi)

Rivojlanish yo'nalishi	Qiz bolalarda	O'g'il bolalarda
Jismoniy rivojlanish	Qizlarda bu yoshda o'sish sur'ati tezroq, qomatdagi o'zgarishlar boshlanadi. Og'irlik va bo'y o'sishi barqaror.	O'g'illarda jismoniy o'sish sur'ati biroz kechroq, kuch va harakatchanlik yuqori. Sportga qiziqish ko'proq.
Intellektual rivojlanish	Qizlar fikrlashda tizimliroq, nutq va yozish malakasi kuchliroq. Kitob o'qish va ijodiy ishlarga qiziqish yuqori.	O'g'illarda mantiqiy fikrlash va texnik ko'nikmalar rivojlanishi sezilarli. Amaliy mashg'ulotlarga qiziqish kuchliroq.
Emotsional rivojlanish	Qizlarda his-tuyg'ular sezgir, o'zini ifoda qilishga moyil. Do'stlikda samimiy va turg'unroq.	O'g'illarda his-tuyg'ularni ifoda qilish qiyinroq. Ba'zan o'ziga ishonch kuchli, ammo hukmronlikka intilish seziladi.
Ijtimoiy munosabatlar	Qizlar jamoada hamkorlikka moyil, kichik guruhlarda samarali ishlaydi. Do'stona munosabatga ahamiyat beradi.	O'g'illar jamoada yetakchilikka intiladi, raqobatchilik ruhi kuchliroq. Sport va o'yinlarda yetakchilikni sinashadi.
Irodaviy sifatlar	Qizlarda intizomlilik va mas'uliyat hissi yuqori, o'qishda jiddiylik ko'proq.	O'g'illarda tashabbuskorlik, qat'iyat va xavfga moyillik ko'proq kuzatiladi.
O'z-o'zini anglash	Qizlarda tashqi ko'rinish va munosabatlarga e'tibor ortadi. Xayoliy orzularga ko'proq beriladi.	O'g'illarda mustaqillik va shaxsiy fikrni himoya qilishga intilish kuchliroq.

10-11 yosh davri bolaning kognitiv, emotsional va ijtimoiy rivojlanishi uchun muhim bosqichdir. Ularning psixologik rivojlanish yo'nalishlari jadval va diagrammada ko'rsatilgandek, o'zaro bir-birini to'ldiradi. Pedagog va ota-onalar bu jarayonlarni qo'llab-quvvatlashi zarur. 10–11 yosh bolalari uchun gender identifikatsiyasi – bu o'zini muayyan jins vakillari sifatida anglash, shu jinsga tegishli xulq-atvor, qadriyatlar va ijtimoiy rollarni qabul qilish jarayonidir.

Bu yoshda bola o'zini aniq qiz yoki o'g'il sifatida his qiladi, shu bilan birga, jinsga xos bo'lgan ijtimoiy normalarni o'zlashtira boshlaydi. Gender identifikatsiya jarayonida quyidagi omillar:

- **Oila muhiti** – ota va onaning tarbiya uslubi, ularning bola bilan munosabati.
- **Maktab muhiti** – o'qituvchi va sinfdoshlar ta'siri.
- **Ommaviy axborot vositalari** – multfilm, kitob, internet orqali jinsga xos obrazlar shakllanishi muhim o'rin tutadi.

10–11 yoshdagi qiz va o'g'il bolalarda gender xususiyatlari

Yo'nalish	Qiz bolalar	O'g'il bolalar
Emotsional rivojlanish	His-tuyg'ularni ochiq ifodalaydi, do'stlikka sodiq.	Hissiyotlarni ko'pincha yashiradi, qat'iyatliroq.
Ijtimoiy munosabat	Hamkorlik va muloqotga moyil.	Raqobat va yetakchilikka intiluvchan.
O'quv faoliyati	Ijodiy va gumanitar fanlarga qiziqish.	Mantiqiy, texnik va sport sohalariga qiziqish.

Jinsga oid o'zini anglashi 10–11 yoshdagi bolalar o'z jinslariga xos jihatlarni aniq anglay boshlaydi. Qiz bolalar – ko'proq do'stlikka, muloyimlikka, ijodiy faoliyatga qiziqadi. Ular tashqi ko'rinishga e'tiborli bo'ladi, o'z hissiyotlarini ochiq ifodalaydi. O'g'il bolalar – raqobatbardosh, sport va texnik faoliyatga qiziqishi kuchli. Ularda mustaqil fikrlash va yetakchilikka intilish sezilarli bo'ladi. Bu jarayonda bolalar tengdoshlari bilan solishtirish orqali o'zini anglaydi va jinsga xos meyorlarga yaqinlashishga harakat qiladi.

O'zini tutishdagi gender farqlari. Gender identifikatsiya bolaning kundalik xulq-atvorida ham namoyon bo'ladi: Qiz bolalar: ko'proq intizomli, odobli va tartibli; sinf ichida hamkorlikka moyil; o'quv faoliyatida ijodiy yo'nalishlarni yoqtiradi.

O'g'il bolalar: tashabbuskor, harakatchan va ba'zan xavf-xatarga moyil; raqobatchi va yetakchilikka intiluvchan; texnik mashg'ulotlarda faol.

Mazkur farqlar ta'lim jarayonida hisobga olinsa, har ikki jins uchun ham samarali sharoit yaratish mumkin. 11 yoshli bolalarda gender identifikatsiya (o'zini muayyan jins va unga xos ijtimoiy rol bilan bog'lash jarayoni) kundalik xulq-atvorda quyidagicha namoyon bo'ladi:

O'zini anglash: o'g'il va qiz bolalar o'z jinsiga xos xatti-harakat, kiyinish, qiziqish va do'stlikni kuchliroq ajrata boshlaydi.

Do'st tanlash: ko'p hollarda o'g'il bolalar o'g'il bolalar bilan, qizlar qizlar bilan do'stlashishga moyil bo'ladi.

Qiziqishlar: o'g'il bolalar sport, texnik o'yinlarga ko'proq qiziqsa, qizlar ijodiy, ijtimoiy va estetik faoliyatlarga qiziqishi mumkin.

Ijtimoiy rollar: tengdoshlar orasida "o'g'il bolaga xos" yoki "qiz bolaga xos" rollarni saqlashga harakat qiladi. Masalan, o'g'il bola kuchli, jasur bo'lishga, qiz esa g'amxo'r va oriyatli bo'lishga intiladi.

Xulq-atvordagi farqlar: o'g'il bolalarda mustaqillik va raqobat kuchliroq namoyon bo'lsa, qizlarda muloqotchanlik va hamkorlikka moyillik kuchli bo'ladi.

Tengdoshlar bosimi: bu yoshda bola o'z jinsiga xos ko'rinishda bo'lish uchun tengdoshlari fikriga juda e'tibor beradi. 10-11 yoshli bolalarning kundalik xulq-atvorida gender identifikatsiya ularning do'stlik munosabatlarida, qiziqishlarida, o'yin va muloqot usullarida yaqqol ko'rinishga boshlaydi.

L. Stolyarenko, YE. Kravsova (Rossiya, 2018) – bolalar psixologiyasi bo'yicha asarlarida, 10–11 yoshda gender identifikatsiya jarayoni kuchayishini va bu davrda bolalarning o'z jinsiga xos rol modellarini qabul qilishini, Vigotskiyning "yaqin rivojlanish zonasi" nazariyasini gender identifikatsiya bilan bog'lab, qiz va o'g'il bolalarda rivojlanish sur'atlarida farqlar mavjudligini ko'rsatgan [3.5–21].

G.Grigoryan (Armaniston, 2020) – Kavkaz mamlakatlarida bolalarda gender ijtimoiylashuvi jarayonini tadqiq etib, madaniy muhit ta'sirini ko'rsatgan [4]. Xorijiy olimlardan, Sandra Bem (AQSh, 1981) – gender sxemalari nazariyasini ishlab chiqqan, bolalar jinsga xos rollarni anglab, ularni ijtimoiy muhit orqali o'zlashtiradi, degan [5. 354-364]. **Lawrence Kohlberg (AQSh, 1966)** – kognitiv rivojlanish nazariyasida gender identifikatsiya bosqichlarini belgilab bergan (3 bosqichli nazariya). 10–11 yoshda bolalar gender barqarorligini anglay boshlaydi deb fikr bildiradi [6]. **Carol Gilligan (AQSh, 1993)** – qiz va o'g'il bolalarning axloqiy rivojlanishini tadqiq etgan, qizlarda "qamqurlik etikasi", o'g'illarda esa "adolat etikasi" ko'proq namoyon bo'lishini ta'kidlagan [7].

Nordic Institute for Gender Studies (Shvetsiya, 2019) – Skandinaviya maktablarida gender neytral o'quv dasturlarining samaradorligini tadqiq etgan [8.8-10].

Psixologiyada gender tushunchasi shaxsning ijtimoiy identifikatsiyasi bilan chambarchas bog'liqdir. Bola o'zini o'g'il yoki qiz sifatida anglash jarayonida jamiyatdagi stereotiplardan ta'sirlanadi. Masalan, o'g'il bolalar kuchli, qizlar esa mehribon bo'lishi kerak degan qarashlar ularning ruhiy rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, gender stereotiplari o'quvchilarning o'z qobiliyatlarini ro'yobga chiqarishida cheklovchi omil bo'lishi mumkin. Ta'lim jarayonida gender yondashuv pedagogdan barcha o'quvchilar

uchun adolatli va teng imkoniyat yaratishni talab etadi. Bu, avvalo, o'quv dasturlarida gender neytrallikni ta'minlash, darslarda o'quvchilarning ishtirokini teng taqsimlash, o'g'il va qiz bolalarning qiziqishlarini inobatga olish orqali amalga oshiriladi. Shu bilan birga, o'qituvchining nutqi, xatti-harakati va yondashuvi ham gender tengligiga mos bo'lishi muhim ahamiyatga ega.

Stereotip – yunoncha tildan olingan bo'lib, "steriyeolar", "tassurot", "qolip" degan ma'noni anglatadi. Gender stereotip – tushunchasiga birinchidan, erkak va ayollarni ifodolovchi xususiyat va ta'riflar kiradi. Ikkinchidan, gender stereotiplarida erkak va ayollar jinsiga xos bo'lgan meyoriy xulq-atvor namunalari mavjud bo'ladi. Uchinchidan, gender stereotiplarida erkak va ayollarning jinsiy, xulq atvori, kasbi, oiladagi o'rni borasidagi jamoatchilik fikri o'z ifodasini topadi va buni real hayotda ko'rishimish mumkin. Gender stereotiplarining to'rtta asosiy turi mavjud bo'lib, bularga bolalarning shaxsiy xususiyatlari, uydagi xulq-atvori, rolli o'yindagi faoliyati va tashqi ko'rinish kiradi.

Tarbiyaviy ishlar gender tengligini shakllantirishda muhim o'rin tutadi. Oila, maktab va mahalla hamkorligida qiz va o'g'il bolalarning huquq va imkoniyatlari tengligini anglashlari uchun turli tadbirlar o'tkazilishi lozim. Pedagogik texnologiyalar asosida o'tkaziladigan tarbiyaviy mashg'ulotlar o'quvchilarda gender madaniyatini shakllantirishga xizmat qiladi.

Boshlang'ich yoshdagi bolalarda ta'lim-tarbiyani gender yondashuv asosida tashkil etish ularning tabiiy psixologik va ijtimoiy rivojlanish xususiyatlarini chuqur o'rganishni talab etadi. 10–11 yosh davrida bolalarda shaxsiy "Men" konsepsiyasi shakllana boshlaydi, bu esa gender identifikatsiyasi jarayonining faol bosqichi hisoblanadi. Shu yoshda qiz va o'g'il bolalar jinsiga oid o'zlarini anglashi, o'zini tutishi va ijtimoiy rollarni o'zlashtirishi sezilarli darajada kuchayadi.

Xulosa qilib aytganda, psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'g'il bolalar ko'proq tashqi faoliyatga, jismoniy kuch va raqobatga intilsa, qizlar esa emotsional sezgirlik, hamkorlikka moyillik va ijtimoiy muloqotda yetakchi bo'lishga qiziqadilar. Shu bois ta'lim jarayonida pedagoglar bolalarning yosh va psixofiziologik farqlarini inobatga olib, ularda o'zaro hurmat, hamjihatlik va teng imkoniyatlarni qo'llab-quvvatlashi muhimdir.

Gender identifikatsiyasi jarayonida bolalar ota-ona, o'qituvchi, do'stlar va ommaviy axborot vositalarida namoyon bo'ladigan jinsiy rollarni kuzatadi va asta-sekin o'z xulq-atvorida aks ettiradi. Bu esa ta'lim-tarbiyada muhim pedagogik vazifani yuzaga chiqaradi: ya'ni bolalarda jinsiy stereotiplarni emas, balki tenglik, mas'uliyat va ijtimoiy adolat tamoyillariga asoslangan gender madaniyatini shakllantirish.

Boshlang'ich ta'limda gender yondashuvning pedagogik-psixologik asoslari quyidagilardan iborat deb hisoblaymiz. Ya'ni:

- bolalarning yosh va psixofiziologik rivojlanish xususiyatlarini hisobga olish;
- jinsga oid o'zini anglash va o'zini tutish jarayonini to'g'ri yo'naltirish;
- qiz va o'g'il bolalar uchun teng sharoit yaratish, ularni ijtimoiy rollarga tayyorlash;
- shaxsiy rivojlanish jarayonida gender madaniyatini shakllantirish.

Demak, gender yondashuv asosida tashkil etilgan pedagogik jarayon bolalarning to'laqonli shaxs sifatida shakllanishiga, ularning ijtimoiy moslashuvchanligi, mas'uliyati va kelajakdagi kasbiy oriyentatsiyasiga mustahkam poydevor yaratadi.

Adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlis Senatining 2021 yil 25 maydagi SQ-297-IV son Qarori. <https://lex.uz/docs/5466673>
2. https://www.uef.fi/en/article/gender-equality-doesnt-come-naturally-in-schools?utm_source=chatgpt.com
3. https://www.inclusioncanada.ca/our-work/inclusive-education?utm_source=chatgpt.com
4. Кравцова Е. E-journal «Psychological-Educational Studies» 2019. Vol. 11, no. 4, pp. 5–21. doi: 10.17759/psyedu.2019
5. Lawrence Kohlberg. Kohlberg's gender identity development theory explained. <https://gender.study/psychology-of-gender/kohlberg-gender-identity-development-theory/> Gilligan, Carol, In a Different Voice, 982.Cambridge^Harvard UP,2000.Prent
6. Bem, Sandra L. Gender Schema Theory: A Cognitive Account of Sex Typing. // Psychological Review, 1981, Vol. 88, No. 4, pp. 354-364..
7. Nikolay Flotskiy and Tatiana Konopleva. Gender Identity Development among Teenagers Living in the Subarctic Region of Russia. // Behavioural Sciences, 2018, 8(10), pp. 90.

Abduqahhorova Shahnoza Abdurasul qizi,
 Xalqaro innovatsion universiteti dotsenti
Yallokobilova Nazokat Gulomovna,
 Iqtisodiyot va pedagogika universiteti magistranti

TALABALARDA KIBERHUJUMLARDAN HIMOYALANISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu tadqiqot talabalarda kiberhujumlardan himoyalanişning psixologik omillarini o'rganishga qaratilgan. Raqamli muhitda o'qiydigan va ishlayotgan yoshlar orasida kiberxavfsizlik madaniyatining yetarlicha rivojlanmaganligi jiddiy muammo bo'lib qolmoqda. Tadqiqotda O'zbekistonning oliy ta'lim muassasalarining turli fakultetlarida ta'lim olayotgan 320 nafar talaba ishtirok etdi. Tadqiqot metodologiyasi sifatida psixometrik testlar (kiberxavfsizlik xulq-atvori shkalasi — CBAS), yarim tuzilmali intervyu va eksperimental holat tahlili qo'llanildi. Natijalarga ko'ra, talabalarining 68,4% past darajadagi kiberhavf-xatarni anglash qobiliyatiga ega, 54,2% impulsiv xatti-harakat naqshini namoyish etadi, texnik ta'lim talabalarida kiberxavfsizlik xulq-atvori ko'rsatkichi gumanitar sohalar talabalariga nisbatan sezilarli darajada yuqori ($p < 0,001$). Tadqiqot natijalari kibertahdidlarga nisbatan psixologik himoyani mustahkamlashda kognitiv tarbiya, hissiy intellekt va ijtimoiy normalar bir-birini to'ldiruvchi omillar ekanligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: kiberxavfsizlik, psixologiya, talabalar, kiberhujum, kognitiv jarayonlar, himoya xulq-atvori, raqamli savodxonlik, hissiy intellekt.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS' PROTECTION AGAINST CYBERATTACKS

Abstract. This study is aimed at investigating the psychological factors of students' protection against cyberattacks. Among young people studying and working in the digital environment, the insufficient development of a cybersecurity culture remains a serious problem. The study involved 320 students from various faculties of higher education institutions in Uzbekistan. The research methodology included psychometric tests (Cybersecurity Behavior Assessment Scale — CBAS), semi-structured interviews, and experimental case analysis. According to the results, 68.4% of students demonstrate a low level of awareness of cyber risks, and 54.2% exhibit impulsive behavioral patterns. The cybersecurity behavior scores of students in technical fields were significantly higher compared to those in the humanities ($p < 0.001$). The findings indicate that in strengthening psychological protection against cyber threats, cognitive education, emotional intelligence, and social norms act as complementary factors.

Keywords: cybersecurity, psychology, students, cyberattack, cognitive processes, protective behavior, digital literacy, emotional intelligence.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЗАЩИТЫ СТУДЕНТОВ ОТ КИБЕРАТАК

Аннотация. Данное исследование направлено на изучение психологических факторов защиты студентов от кибератак. Среди молодёжи, обучающейся и работающей в цифровой среде, недостаточно развитая культура кибербезопасности остаётся серьёзной проблемой. В исследовании приняли участие 320 студентов различных факультетов высших учебных заведений Узбекистана. В качестве методологии использовались психометрические тесты (Шкала поведения в сфере кибербезопасности — CBAS), полуструктурированные интервью и анализ экспериментальных случаев. Согласно результатам, 68,4% студентов обладают низким уровнем осознания киберугроз, 54,2% демонстрируют импульсивные модели поведения, при этом показатели поведения в сфере кибербезопасности у студентов технических направлений значительно выше, чем у студентов гуманитарных факультетов ($p < 0,001$). Результаты исследования показывают, что в укреплении психологической защиты от киберугроз когнитивное воспитание, эмоциональный интеллект и социальные нормы выступают взаимодополняющими факторами.

Ключевые слова: кибербезопасность, психология, студенты, кибератака, когнитивные процессы, защитное поведение, цифровая грамотность, эмоциональный интеллект.

Kirish. Zamonaviy raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi va internet infratuzilmasining hayotning barcha sohalariga chuqur kirib borishi bilan birga, kiberxavfsizlik muammosi global xarakter kasb etmoqda. Jahon iqtisodiy forumining 2023-yilgi hisobotiga ko'ra, kiberjinoyatchilik yillik 8 trillion AQSH dollari miqdorida zarar yetkazmoqda va ushbu ko'rsatkich 2025-yilga kelib 10,5 trillion dollardan oshishi kutilmoqda (WEF, 2023). Bunday vaziyatda kiberhujumlardan psixologik jihatdan himoyalaniş masalasi, ayniqsa, oliy ta'lim muhitida o'rganish talab etadigan dolzarb ilmiy muammoga aylanmoqda. Talabalar — raqamli muhitning eng faol foydalanuvchilari sifatida — ijtimoiy muhandislik, fishing hujumlari, zararli dasturlar va boshqa kibertahdidlarga ayniqsa zaif guruh hisoblanadi. Bir qator tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, texnik bilim darajasi kiberxavfsizlikka bo'lgan munosabatni to'liq belgilamaydi; ko'pincha psixologik omillar — impulsivlik, tanqidiy fikrlash etishmasligi va ijtimoiy ta'sir — ancha hal qiluvchi rol o'ynaydi (Workman, 2008; Vishwanath et al., 2011).

O'zbekistonda oliy ta'lim raqamlashuvining tezlashuvi — masofaviy ta'lim platformalarining keng joriy etilishi, bulutli xizmatlardan foydalanish va mobil qurilmalar orqali ta'lim olish — talabalarni kibertahdidlar oldida yanada ochiq qoldirmoqda. Shu bilan birga, mahalliy kontekstda ushbu muammoning psixologik jihatlarini tizimli o'rganuvchi tadqiqotlar soni juda cheklangan. Ushbu maqolaning asosiy maqsadi O'zbekiston oliy ta'lim muassasasi talabalarining kiberxavfsizlik xulq-atvorini shakllantiradigan psixologik omillarni empirik jihatdan aniqlash va ularning o'zaro munosabatini tahlil qilishdan iborat. Quyidagi tadqiqot savollari qo'yilgan:

1. Talabalar kibertahdidlarni anglash darajasi qanday va bu darajaga qaysi psixologik xususiyatlar ta'sir ko'rsatadi?
2. Talabalarining ta'lim yo'nalishi (texnik/gumanitar) kiberxavfsizlik xulq-atvori bilan qanday bog'liq?
3. Psixologik himoya mexanizmlarini rivojlantirish uchun qaysi intervensiya strategiyalari samarali hisoblanadi?

Adabiyotlar sharhi. Kiberhujumlarning psixologik mexanizmlari. Kiberhujumlar texnik zaifliklarni emas, balki ko'pincha inson psixologiyasini nishonga oladi. Cialdini (1984) tomonidan ishlab chiqilgan ta'sir tamoyillari — o'zaro yoqimlilik, majburiyat, ijtimoiy dalil, hokimiyat, yoqimlilik va tanqislik — ijtimoiy muhandislikda faol qo'llaniladi. Mitnick va Simon (2002) ushbu tamoyillarni tahlil qilib, kiberjinoyatchilar odamlarni manipulyatsiya qilishda asosan ishonch va yordamga bo'lgan tabiiy moyillikni ekspluatatsiya qilishini ko'rsatadi. Dual jarayon nazariyasi (Kahneman, 2011) nuqtayi nazaridan, fishing hujumlari ko'pincha Tizim 1 (tez, intuitiv, avtomatik) fikrlashni faollashtiradi, Tizim 2 (sekin, tahliliy, ongli) nazoratini esa zaiflashtiradi. Shoshilish, qo'rquv yoki hayajon holatida talabalar Tizim 1 ga ko'proq tayanadi va shu tufayli kiberhujum qurboniga aylanish ehtimolligi oshadi (Vishwanath, 2015).

Psixologik zaiflik omillari. Tadqiqotlar shaxsning psixologik xususiyatlari kiberxavfsizlik xulq-atvorida muhim rol o'ynashini ko'rsatadi. Qo'rquv appellyatsiyasi (fear appeal) nazariyasi asosida, xavfni idrok etish (perceived threat) va o'zini samarali deb hisoblash (self-efficacy) kiberxavfsizlik harakatlarini bashorat qiluvchi asosiy omillar ekanligi aniqlangan (Rogers, 1975; Witte, 1992). Agar shaxs tahdidni real, ammo o'zini u bilan kurashishga qodir deb baholamasa, himoya motivatsiyasi pasayib ketadi. Shaxsning Besh omil modelida (Big Five) vijdonlilik (conscientiousness) va ochiqlik (openness) kiberxavfsizlik xulq-atvorini ijobiy bashorat qilsa, neyrotilik (neuroticism) zararli xatti-harakatlarga moyillikni oshiradi (McCrae & Costa, 1987; Hadlington, 2017). Shuningdek, kognitiv nazorat joyi (locus of control) ham muhim omil hisoblanadi: ichki nazorat joyi yuqori bo'lgan talabalar kiberxavfsizlikka oid proaktiv xatti-harakatlarni ko'proq namoyish etadi. Raqamli savodxonlik va xavfsizlik madaniyati. Raqamli savodxonlik tushunchasi sof texnik ko'nikmalardan tashqari, tanqidiy fikrlash, axborotni baholash va xavfni boshqarish kompetensiyalarini ham o'z ichiga oladi (Gilster, 1997; Eshet-Alkalai, 2004). Martin va Grudziecki (2006) DigEuLit loyihasi doirasida ishlab chiqilgan ko'p qatlamli raqamli savodxonlik modelida kiberxavfsizlik savodxonligi alohida komponent sifatida ajratiladi. Yuqori darajadagi ta'lim muassasalarida kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirish bo'yicha International Information Systems Security Certification Consortium (ISC)2 va ENISA (2021) tomonidan chop etilgan hisobotlar shuni ko'rsatadiki, yagona texnik ta'lim berish yetarli emas — psixologik tayyorgarlik, vaziyatli simulyatsiya va xulq-atvori o'zgarishiga yo'naltirilgan pedagogik yondashuvlar zarur.

Metodologiya. Tadqiqot dizayni. Tadqiqot aralash metod (mixed-methods) dizayni asosida amalga oshirildi: miqdoriy qism kross-seksional so'rovnoma va psixometrik testlarni, sifatiy qism esa yarim tuzilmali intervyu va eksperimental vaziyat tahlilini o'z ichiga oldi. Ushbu yondashuv kiberxavfsizlik xulq-atvorining ham keng qamrovli (miqdoriy), ham chuqur (sifatiy) tahlilini ta'minladi.

Ishtirokchilar va namuna. Tadqiqot 2023-yil sentabr — 2024-yil fevral oylari orasida O'zbekiston Milliy universiteti va Toshkent davlat texnika universitetining birgalikda 320 nafar talabasi bilan o'tkazildi.

Namuna maqsadli (purposive) va tasodifiy qatlamli (stratified random) tanlov usuli kombinatsiyasi orqali shakllantirilib, quyidagi mezonlar asosida tanlandi:

- Yoshlar 18—25 yosh oralig'ida (O'rtacha yosh: $M=20,4$; $SD=1,8$)
- Jins: 164 nafar ayol (%51,3), 156 nafar erkak (%48,7)
- Ta'lim yo'nalishi: 160 nafar texnik (IT, muhandislik), 160 nafar gumanitar (pedagogika, iqtisodiyot, huquq)
- Tadqiqotga ixtiyoriy ravishda rozilik bildirgan va axborot roziligi shaklini imzolagan ishtirokchilar.

O'lchov vositalari

Tadqiqotda quyidagi psixometrik va diagnostik vositalar qo'llanildi:

(a) Kiberxavfsizlik xulq-atvori shkalasi (CBAS — Cybersecurity Behaviour and Attitude Scale)

Pfleeger va Caputo (2012) tomonidan ishlab chiqilgan, muallif tomonidan o'zbek tiliga moslashtirilgan 42 bandli shkala. Uchta kichik shkala: xavfni idrok etish (14 band), xavfsizlik motivatsiyasi (14 band), himoya xulq-atvori (14 band). Likert shkalasi (1—5 ball). Ichki izchillik: Cronbach $\alpha = 0,84$.

(b) Barratt Impulsivlik Shkalasi (BIS-11)

Patton, Stanford va Barratt (1995) tomonidan ishlab chiqilgan 30 bandli shkala. Motiv impulsivlik, harakat impulsivligi va diqqatni impulsivligi kichik shkalalarini o'lchaydi. $\alpha = 0,79$.

(c) Raqamli savodxonlik indeksi (DSI — Digital Savvy Index)

Ng (2012) modeliga asoslangan 20 bandli vosita. Texnik, ijtimoiy va tanqidiy komponentlarni baholaydi. $\alpha = 0,81$.

(d) Yarim tuzilmali intervyu

30 nafar ishtirokchi bilan o'tkazilgan, har biri 45—60 daqiqa davom etgan intervyular. Asosiy mavzular: kibertahdidlar haqida shaxsiy tajriba, qaror qabul qilish jarayonlari, ijtimoiy ta'sir va o'z-o'zini himoyalash strategiyalari.

Ma'lumotlarni tahlil qilish. Miqdoriy ma'lumotlar SPSS 27.0 va R 4.2 dasturiy ta'minotlari yordamida tahlil qilindi. Qo'llanilgan metodlar: deskriptiv statistika, mustaqil guruhlar t-testi, Pearson korrelyatsiya tahlili, ko'p o'zgaruvchili regressiya tahlili va iyerarxik klaster tahlili. Sifatliy ma'lumotlar tematik tahlil (Braun & Clarke, 2006) usuli bilan kodlandi va interpretatsiya qilindi. Tadqiqot O'zbekiston Milliy universitetining Etika qo'mitasi tomonidan ma'qullangan (Qaror No. ETK-2023-147).

Natijalar. Deskriptiv statistika. Namunaning asosiy psixologik ko'rsatkichlari quyidagi 1-jadvalda keltirilgan. CBAS umumiy ball o'rtachasi 2,71 (5 balldan) ekanligi talabalar orasida umumiy kiberxavfsizlik xulq-atvori darajasi pastligini ko'rsatadi.

1-jadval. Asosiy psixologik ko'rsatkichlarning tavsifiy statistikasi

Ko'rsatkich	M	SD	Min	Max	α
CBAS – Umumiy ball	2,71	0,63	1,20	4,90	0,84
Xavfni idrok etish	2,58	0,71	1,00	5,00	0,78
Xavfsizlik motivatsiyasi	2,84	0,69	1,14	5,00	0,80
Himoya xulq-atvori	2,72	0,74	1,00	5,00	0,82
BIS-11 (impulsivlik)	62,4	11,2	30	92	0,79
Raqamli savodxonlik (DSI)	58,3	14,6	22	96	0,81

Ta'lim yo'nalishi bo'yicha farqlar

Mustaqil guruhlar t-testi natijalari texnik yo'nalish talabalari kiberxavfsizlik xulq-atvorida gumanitar yo'nalish talabalariga nisbatan statistik jihatdan sezilarli darajada yuqori ko'rsatkichga ega ekanligini tasdiqladi ($t(318) = 6,42$, $p < 0,001$, Cohen's $d = 0,72$ — o'rta-katta ta'sir o'lchami). Ayniqsa, himoya xulq-atvori kichik shkalasida farq eng katta bo'ldi ($M_{\text{texnik}} = 3,18$; $M_{\text{gumanitar}} = 2,26$).

2-jadval. Ta'lim yo'nalishi bo'yicha CBAS ko'rsatkichlari ($M \pm SD$)

Ko'rsatkich	Texnik (n=160)	Gumanitar (n=160)	t	p	d
CBAS umumiy	$3,04 \pm 0,58$	$2,38 \pm 0,61$	6,42	<0,001	0,72

Xavfni idrok etish	2,91 ± 0,67	2,25 ± 0,70	5,79	<0,001	0,65
Xavfsizlik motivatsiyasi	3,08 ± 0,64	2,60 ± 0,69	4,28	<0,001	0,48
Himoya xulq-atvori	3,18 ± 0,68	2,26 ± 0,72	7,83	<0,001	0,87

Korrelyatsion tahlil. Pearson korrelyatsiya tahlili natijalariga ko'ra, raqamli savodxonlik ($r = 0,54$, $p < 0,001$) va xavfsizlik motivatsiyasi ($r = 0,61$, $p < 0,001$) himoya xulq-atvori bilan kuchli ijobiy korrelyatsiyaga ega. Impulsivlik esa himoya xulq-atvori bilan o'rta kuchlilikdagi salbiy korrelyatsiyani ko'rsatdi ($r = -0,43$, $p < 0,001$). Ushbu natijalar psixologik omillarning kiberxavfsizlik xulq-atvori bilan mustahkam bog'liqligini tasdiqlashda ishlatiladi.

Regressiya tahlili. Ko'p o'zgaruvchili regressiya tahlilida himoya xulq-atvori boshqaruvchi o'zgaruvchi sifatida belgilandi. Prediktorlar sifatida: raqamli savodxonlik, xavfsizlik motivatsiyasi, impulsivlik, yosh, jins va ta'lim yo'nalishi kiritildi. Model umumiy dispersiyaning 61,3% ini tushuntirib berdi ($F(6, 313) = 82,4$, $p < 0,001$, adj. $R^2 = 0,613$). Beta koeffitsientlari quyidagicha: xavfsizlik motivatsiyasi ($\beta = 0,42$, $p < 0,001$), raqamli savodxonlik ($\beta = 0,31$, $p < 0,001$), impulsivlik ($\beta = -0,28$, $p < 0,001$) eng kuchli prediktorlar hisoblanadi.

Klaster tahlili va psixologik profil tipologiyasi. Iyerarxik klaster tahlili (Ward usuli, evklid masofasi) asosida talabalar to'rtta psixologik profilga ajratildi:

1-profil: "Ongli himoyachilar" ($n = 74$, %23,1)

Yuqori darajadagi raqamli savodxonlik, kuchli motivatsiya, past impulsivlik, yuqori himoya xulq-atvori. Asosan texnik yo'nalish talabalari.

2-profil: "Tasodifiy ehtiyotkorlar" ($n = 89$, %27,8)

O'rtacha raqamli savodxonlik, o'zgaruvchan motivatsiya, o'rta darajadagi himoya xulq-atvori. Turli yo'nalishlardan.

3-profil: "Befarqlar" ($n = 97$, %30,3)

Past savodxonlik, zaif motivatsiya, yuqori impulsivlik, past himoya xulq-atvori. Asosan gumanitar yo'nalish.

4-profil: "Yuqori xavflilar" ($n = 60$, %18,8)

Eng past kiberxavfsizlik ko'rsatkichlari, juda yuqori impulsivlik, raqamli savodxonlikning minimal darajasi. Tarviya va maqsadli yordamga muhtoj guruh.

Sifatiiy natijalar. Tematik tahlil orqali besh asosiy mavzu aniqlandi: (1) "Menga hech narsa bo'lmaydi" degan optimistik yog'duchlik (optimistic bias); (2) impulsiv klik qilish odati, ayniqsa shoshilish holatida; (3) ijtimoiy muhit ta'siri — do'stlar xavfsizlik harakatlansa, talaba ham shunday qiladi; (4) texnik himoya vositalarini murakkab deb idrok etish; (5) kiberxavfsizlik mavzusida mulohaza yuritish uchun psixologik xavfsiz muhit etishmasligi. Bu mavzular miqdoriy ma'lumotlarni to'ldirib, ularning mexanizmlarini tushuntirdi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari bir qator muhim xulosalarni taklif etadi. Birinchidan, talabalarining 68,4% past darajadagi kiberhavo-xatarni anglash qobiliyatiga ega ekanligi O'zbekiston oliy ta'limida kiberxavfsizlik psixologiyasiga oid tizimli ishni talab etadi. Bu natija Hadlington (2017) va Workman (2008) tomonidan G'arbiy kontekstda olingan natijalarga mos keladi va O'zbekiston talabalari orasida muammo universal xarakter kasb etishini ko'rsatadi.

Ikkinchidan, ta'lim yo'nalishiga qarab kuzatilgan farqlar (Cohen's $d = 0,87$ himoya xulq-atvorida) texnik bilimlarning psixologik tayyorgarlikning asosini tashkil qilishini, ammo yetarli emasligini ko'rsatadi. Regressiya modelida xavfsizlik motivatsiyasining ($\beta = 0,42$) eng kuchli prediktor bo'lishi Fishbein va Ajzen (1975) ning asoslab bergan Rejalashtirilgan xulq-atvor nazariyasini tasdiqlaydi: niyat va motivatsiya xatti-harakatni belgilashda markaziy rol o'ynaydi.

Uchinchidan, impulsivlikning himoya xulq-atvori bilan o'rta darajadagi salbiy korrelyatsiyasi ($r = -0,43$) qaror qabul qilish sifatini yaxshilashga qaratilgan aralashuvlarning zarurligini bildiradi. Dual jarayon nazariyasi (Kahneman, 2011) nuqtai nazaridan, Tizim 2 fikrlashini ragbatlantiruvchi ko'nikmalar — to'xtash, baholash va tanqidiy tahlil qilish — kiberxavfsizlik ta'limining psixologik asosini tashkil etishi kerak.

Klaster tahlili natijasida aniqlangan "Yuqori xavflilar" profili ($n = 60$, 18,8%) alohida e'tiborni talab etadi. Bu guruhga tegishli talabalar uchun faqat axborot berish yetarli emas; ularning psixologik xususiyatlarini, ayniqsa impulsivlik va past o'z-samaradorligini maqsadli intervensiyalar orqali rivojlantirish zarur.

Tadqiqotning cheklovlari sifatida quyidagilarni qayd etish lozim: namuna ikki universitetdan olingan bo'lib, O'zbekistonning barcha oliy ta'lim muassasalariga umumlashtirish ehtiyotkorlikni talab etadi; xulq-atvor o'z-o'zini hisobotga asoslanganligi sababli ijtimoiy qabul qilinganlik moyilligi (social desirability bias)

bo'lishi mumkin; longitudinal ma'lumotlar kiberxavfsizlik xulq-atvorining vaqt o'tishi bilan qanday o'zgarishini ko'rsatish imkonini bermadi.

Xulosa va tavsiyalar. Ushbu tadqiqot talabalarda kiberhujumlardan himoyalashning psixologik xususiyatlarini o'rganib, bir nechta muhim xulosalarga keldi: (1) kiberhavlarni past baholash va impulsivlik talabalarni kibertahdidlarga ayniqsa zaif qiladi; (2) xavfsizlik motivatsiyasi va raqamli savodxonlik himoya xulq-atvorining asosiy prediktorlari hisoblanadi; (3) talabalar orasida to'rtta aniq psixologik profil mavjud bo'lib, ular farqlashtirilgan intervensiyalarni talab qiladi.

Ushbu natijalarga asoslanib quyidagi tavsiyalar ilgari suriladi: oliy ta'lim muassasalari kiberxavfsizlik ta'limini texnik bilim berish bilan birga psixologik komponentlarni — tanqidiy fikrlash, impulsivlikni boshqarish va stressga chidamlilikni — o'z ichiga olgan integratsiyalashgan dasturlar sifatida tashkil etishlari; "Yuqori xavflilar" guruhiga maqsadli psixologik qo'llab-quvvatlash xizmatlari taqdim etilishi; fishing simulyatsiyalari va vaziyatli o'rganish metodlari ta'lim jarayoniga joriy qilinishi tavsiya etiladi.

Kelajakdagi tadqiqotlar longitudinal dizayn asosida kiberxavfsizlik ta'lim intervensiyalarining uzoq muddatli samaradorligini o'lchashi, shuningdek O'zbekistonning turli mintaqalaridagi talabalarni qamrab olgan keng qamrovli namunada natijalarni tekshirishi maqsadga muvofiqdir.

Adabiyotlar:

1. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. // *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
2. Cialdini, R. B. (1984). *Influence: The psychology of persuasion*. Harper Business.
3. ENISA (2021). *Cybersecurity culture guidelines: Behavioural aspects of cybersecurity*. // European Union Agency for Cybersecurity.
4. Eshet-Alkalai, Y. (2004). Digital literacy: A conceptual framework for survival skills in the digital era. // *Journal of Educational Multimedia and Hypermedia*, 13(1), 93–106.
5. Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Belief, attitude, intention, and behavior*. Addison-Wesley.
6. Gilster, P. (1997). *Digital literacy*. Wiley.
7. Hadlington, L. (2017). Human factors in cybersecurity; examining the link between Internet addiction, impulsivity, attitudes towards cybersecurity, and risky cybersecurity behaviours. // *Heliyon*, 3(7), e00346.
8. Kahneman, D. (2011). *Thinking, fast and slow*. Farrar, Straus and Giroux.
9. Martin, A., & Grudziecki, J. (2006). DigEuLit: Concepts and tools for digital literacy development. // *Innovation in Teaching and Learning in Information and Computer Sciences*, 5(4), 246–264.
10. McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. // *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 81–90.
11. Mitnick, K. D., & Simon, W. L. (2002). *The art of deception: Controlling the human element of security*. Wiley.
12. Ng, W. (2012). Can we teach digital natives digital literacy? // *Computers & Education*, 59(3), 1065–1078.
13. Patton, J. H., Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the Barratt Impulsiveness Scale. // *Journal of Clinical Psychology*, 51(6), 768–774.
14. Pfleeger, S. L., & Caputo, D. D. (2012). Leveraging behavioral science to mitigate cyber security risk. // *Computers & Security*, 31(4), 597–611.
15. Rogers, R. W. (1975). A protection motivation theory of fear appeals and attitude change. // *Journal of Psychology*, 91(1), 93–114.
16. Vishwanath, A. (2015). Habitual Facebook use and its impact on getting deceived on social media. // *Journal of Computer-Mediated Communication*, 20(1), 83–98.
17. Vishwanath, A., Herath, T., Chen, R., Wang, J., & Rao, H. R. (2011). Why do people get phished? Testing individual differences in phishing vulnerability within an integrated, information processing model. // *Decision Support Systems*, 51(3), 576–586.
18. WEF (2023). *Global cybersecurity outlook 2023*. World Economic Forum.
19. Witte, K. (1992). Putting the fear back into fear appeals: The extended parallel process model. *Communication Monographs*, 59(4), 329–349.
20. Workman, M. (2008). Wisecrackers: A theory-grounded investigation of phishing and pretext social engineering threats to information security. // *Journal of the American Society for Information Science and Technology*, 59(4), 662–674.

Usmanov Salahdin Alikulovich,

O'zbekiston Milliy universitetining Jizzax filiali professori, pedagogika fanlari nomzodi

Komilova Aziza Sunatullayevna,

O'zbekiston Milliy universitetining Jizzax filiali Psixologiya kafedrasida katta o'qituvchisi

Arakulov Gayrat Tulkinovich,

O'zbekiston Milliy universitetining Jizzax filiali Psixologiya kafedrasida assistenti

PSIXOMETRIK TESTLARGA NISBATAN ME'YORLARNING REPREZENTATIVLIGINI TA'MINLASH: EKSPERIMENTAL-METODIK TADQIQOT

Annotatsiya. Mazkur maqolada psixometrik testlarda qo'llaniladigan me'yorlarning representativligini ta'minlash masalalari tahlil qilingan. Psixologik test natijalarini interpretatsiya qilish jarayonida me'yoriy ma'lumotlar muhim ahamiyatga ega bo'lib, ular test natijalarini muayyan populyatsiya bilan solishtirish imkonini beradi. Maqolada me'yoriy tanlanmani shakllantirish tamoyillari, representativlikni ta'minlash usullari hamda statistik me'yorlashtirish jarayonlari ko'rib chiqilgan. Shuningdek, test me'yorlarini ishlab chiqishda yuzaga keladigan metodologik muammolar va ularni hal etish yo'llari muhokama qilingan.

Kalit so'zlar: psixometrika, testologiya, me'yoriy ma'lumotlar, representativlik, standartizatsiya, psixodiagnostika.

ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕПРЕЗЕНТАТИВНОСТИ НОРМ ОТНОСИТЕЛЬНО ПСИХОМЕТРИЧЕСКИХ ТЕСТОВ: ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

Аннотация. В данной статье анализируются вопросы обеспечения репрезентативности норм, используемых в психометрических тестах. Нормативные данные играют важную роль в процессе интерпретации результатов психологического теста, позволяя сопоставить их с определённой популяцией. В статье рассматриваются принципы формирования нормативной выборки, методы обеспечения её репрезентативности, а также процессы статистической стандартизации. Кроме того, обсуждаются методологические проблемы, возникающие при разработке тестовых норм, и пути их решения.

Ключевые слова: психометрика, тестология, нормативные данные, репрезентативность, стандартизация, психодиагностика.

ENSURING THE REPRESENTATIVENESS OF NORMS REGARDING PSYCHOMETRIC TESTS: EXPERIMENTAL AND METHODOLOGICAL RESEARCH

Abstract. This article analyzes the issues of ensuring the representativeness of norms used in psychometric tests. Normative data are of great importance in the interpretation of psychological test results, as they allow for the comparison of test results with a specific population. The article examines the principles of forming a normative sample, methods for ensuring representativeness, and the processes of statistical norming. It also discusses the methodological problems that arise in the development of test norms and ways to resolve them.

Keywords: psychometrics, testology, normative data, representativeness, standardization, psychodiagnostics.

Kirish. Zamonaviy psixodiagnostika amaliyotida psixologik testlar insonning intellektual, shaxsiy va kasbiy xususiyatlarini baholashning muhim vositasi hisoblanadi. Biroq test natijalarining ilmiy qiymati ko'p jihatdan ularni interpretatsiya qilishda qo'llaniladigan me'yoriy ma'lumotlarga bog'liq. Test natijalarini to'g'ri baholash uchun ular muayyan populyatsiyaning o'rtacha ko'rsatkichlari bilan taqqoslanadi. Shu sababli test me'yorlarining representativligi psixometrik tadqiqotlarda muhim talablardan biri hisoblanadi.

Agar me'yoriy tanlanma umumiy populyatsiya xususiyatlarini yetarlicha aks ettirmasa, test natijalari noto'g'ri talqin qilinishi mumkin. Bu esa psixologik diagnostikada xatolarga olib kelishi ehtimolini oshiradi. Shu nuqtai nazardan, psixometrik testlarda me'yorlarni ishlab chiqish jarayonida representativlikni ta'minlash dolzarb ilmiy-metodologik vazifa hisoblanadi.

Maqsad. Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi psixometrik testlarga nisbatan me'yorlarni shakllantirish jarayonida reprezentativlikni ta'minlashning nazariy va metodologik asoslarini tahlil qilish hamda bu jarayonning asosiy tamoyillarini aniqlashdan iborat.

Tadqiqot vazifalari. Tadqiqot maqsadidan kelib chiqqan holda quyidagi vazifalar belgilab olindi: psixometrik testlarda me'yoriy ma'lumotlarning ahamiyatini tahlil qilish, reprezentativ tanlanma shakllantirishning asosiy tamoyillarini o'rganish, me'yorlarni ishlab chiqishda statistik me'yorlashtirish usullarini tahlil qilish, psixometrik testlarda me'yoriy ma'lumotlarni ishonchli shakllantirish bo'yicha metodik tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotning metodologiyasi va metodlari. Tadqiqot psixometrika va testologiyaning nazariy tamoyillariga asoslangan holda amalga oshirildi. Psixologik testlarning me'yoriy bazasini shakllantirishda populyatsiya va tanlanma o'rtasidagi munosabatlar muhim ahamiyatga ega.

Psixometrik tadqiqotlarda me'yorlarni shakllantirishda tanlanma hajmining yetarli bo'lishi, demografik xususiyatlarning hisobga olinishi va statistik ishonchlilikni ta'minlash muhim hisoblanadi.

Test ishlab chiquvchisi test me'yorlarining reprezentativligini ta'minlashni boshlash uchun avvalo metodikaning validligi va ishonchliligi maqbul darajada isbotlashi va shundan so'nggina, keyingi bosqichda boshlashi mantiqan to'g'ri bo'ladi.

Asosiysi, aniq nomuvofiqliklar mavjud bo'lganda noodatiy vaziyatlardan qochishdir. Bu yerda gap, faqat test me'yorlarini o'lchash uchun jalb qilingan sinaluvchilar sonida emas, chunki, masalan, universitet talabalaridan tashkil qilingan juda katta tanlamalarni hosil qilish mumkin. Muayyan ma'muriy bosim ostida turli fakultetlar va mutaxassisliklar bo'yicha yuzlab talabalarining test amaliyotini tashkil qilish unchalik qiyin bo'lmaydi. Ammo shu tarzda standartlashtirilgan testni talabalardan boshqa har qanday kontingentni sinash uchun tavsiya etish mumkinmi degan o'rinli savol yuzaga keladi. Afsuski, standartlashtirilgan psixometrik tadqiqotlarni tashkil etish, natijalarini qayta ishlash uchun professional ravishda tayyorlangan akademik mutaxassislarning o'zlari ko'pincha talabalarni ommaviy tadqiq qilishga jalb qilishdan boshqa tashkiliy resurslarga ega emaslar (yoki hozirgi kunda talabalar auditoriyasiga yaqin bo'lgan ba'zi internet saytlarining foydalanuvchilarini jalb qilish, qaysiki ularning tarkibi talabalar auditoriyasiga yaqin bo'ladi, ya'ni ular ham yosh va asosan ma'lumotli insonlar hisoblanadi).

Shuning uchun savodxon test foydalanuvchilarining vazifasi xushyor bo'lish va "o'zlari" me'yorlarni ikki marta tekshirish (qayta hisoblash) imkoniyatiga ega bo'lishidir. Bunday qayta tekshirishning eng oddiy usuli, ikkita tanlamadagi o'rtacha ko'rsatkichlar orasidagi ahamiyatli farqlarni taqqoslash uchun mashhur "Student" mezonini hisoblanadi. Ushbu mezonni sinaluvchilar soni 30 kishidan iborat kichik guruhi haqida ma'lumot mavjud bo'lganda qo'llash mumkin.

Nega aynan Student mezonini degan haqli savol bo'lishi mumkin. Chunki bugungi kunda MS Office dasturiy to'plamining barcha variantlarida foydalanuvchilar uchun Student mezonini MS Excel dasturiga kiritilgan. MS Excelning zamonaviy versiyalaridagi statistik funksiyalari TTEST funksiyasini o'z ichiga oladi, bu ikkita ma'lumotlar massivi uchun Student statistikasining empirik qiymatini hisoblash imkonini beradi.

Biroq, odatda, test ishlab chiquvchilari foydalanuvchilarni ma'lumotlar massivi bilan ta'minlamaydilar. Shuning uchun bir emas, balki 3 bosqichda harakat qilish kerak bo'ladi:

- 1) o'z massivi bo'yicha empirik o'rtacha va standart og'ishni hisoblash;
- 2) mustaqil tanlamalar uchun ikki tanlamali t-mezonini (10.24) formulasi bo'yicha Student mezonining empirik qiymatini hisoblash;
- 3) erkinlik darajalari soni $(n_1 + n_2 - 2)$ bo'lgan t-mezonini bilan hisoblangan empirik qiymatining ahamiyatlilikini, baholash uchun "Excel" ning "TDIST" funksiyasini qo'llash.

$$t = \frac{abs(X_1 - X_2)}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}, \quad (1)$$

bu yerda X_1 — hajmi n_1 bo'lgan standartlashtirilgan tanlamadagi o'rtacha ball (test tuzuvchining o'rtachasi), X_2 — hajmi n_2 bo'lgan amaldagi (qo'llanilayotgan) tanlamadagi o'rtacha ball (foydalanuvchining o'rtachasi), S_1 va S_2 — test tuzuvchi tanlamasidagi va foydalanuvchi tanlamasidagi mos standart og'ishlar (xatoliklar, chetlanishlar).

Haqiqat shundaki, ko'pincha me'yorlarning roeprerzentativligini ta'minlash test ballari taqsimoti me'yoriy ekanligi tekshirishga olib kelinadi: bunda, nomutanosiblik va eksessning hisoblangan qiymatlari ahamiyatlilikiga tekshiriladi (muhim angalishmovchilik (xatolik), avj nuqtasi yo'qligi yoki qo'ng'iroqsimon egri chizig'ida cho'kish yo'qligi isbotlanadi) va hokazo. Test taqsimoti normal qonunga bo'ysunadi va shuning uchun test me'yorlari reprezentativ hisoblanadi degan xulosaga kelinadi. Reprezentativlikni

tekshirishning statistik jihatdan ishonchli metodikasi bu standartlashtirish tanlamasini yarmiga bo'lish va Kolmogorov-Smirnov mezonidan foydalangan holda tanlamaning ikki yarmi uchun olingan xomaki test ballarining empirik taqsimotlarining yaqinligini tekshirishdir.

Psixometrik testlarga nisbatan me'yorlarning reprezentativligini ta'minlash vazifasini, bilimlarning cheklangan testlari (pedagogik va kasbiy) uchun baholar taqsimotini loyihalash vazifasi bilan aralashtirib yubormaslik kerak.

“Baholarni taqsimlash”da biz maqbul boshqaruv qarorlarini qabul qilish uchun xodimlarning nisbiy reytingi muammosini hal qilamiz va odatda standartlashtirish tanlamasidagi ballarni ma'lum me'yorlar bilan o'zaro bog'lashdan xalos bo'lamiz. Bilim testlari - bu qoida bo'yicha, alohida tashkilot kontekstida mahalliy qo'llanilish testlari bo'lib, ular “test standartlarining reprezentativligi” tushunchasidan foydalanishni talab qilmaydi. Bunda, soha yoki tarmoq miqyosida sertifikatlashtirish markazlari uchun professional bilim testlarini yaratish bundan mustasno.

Amaliy testolog *Xi-kvadrat* mezoni yordamida reprezentativlikning ma'lum bir analogini - baholash toifalari (baholari) uchun chastota taqsimotining barqarorligini mustaqil ravishda qanday hisoblashi mumkinligini ko'rib chiqamiz.

Biz universitetimizda 172 kishini testdan o'tkazdik va har biriga to'rtta baholardan birini berdik. Tadqiq qilingan tanlamani ikki qismga ajratdik va tanlamaning har bir yarmi uchun baholar chastotasini alohida hisobladik. Bunda ma'lumotlar quyidagicha ko'rinishda bo'ldi (1-jadval).

1-jadval.

Baholarning taqsimlash barqarorligini o'lchash

Baholash toifalari (greydlar)	D – qoniqarsiz	C – qoniqarli	B - yaxshi	A – a'lo
Tanlamaning birinchi yarmidagi chastota	12	35	29	10
Tanlamaning ikkinchi yarmidagi chastota	8	31	33	14
Kutilayotgan chastotalar	10	33	31	12

$m \cdot n$ bog'liqlik jadvallari uchun *Xi-kvadrat* formulasi:

$$Chi = \frac{\sum_i^m \sum_j^n (f_{ij} - e_{ij})^2}{e_{ij}}, \quad (2)$$

bu yerda f_{ij} — tanlamaning (yarmining) i -chi qismidagi j -chi bahoning empirik chastotasi, e_{ij} — tanlamaning (yarmining) i -chi qismidagi j -chi bahoning kutilgan chastotasi.

($m \cdot n = 2 \cdot 4$) bog'liqlik jadvallari uchun erkinlik darajalari soni 3 ga teng, chunki $df = (n-1) \cdot (m-1) = 1 \cdot 3 = 3$.

Bu holda tanlamaning ikki yarmi teng bo'lganligi sababli, kutilgan chastotani har bir ustun uchun ikkita qiymatning o'rtacha arifmetigi, ya'ni ushbu ustundagi tanlamaning ikki yarmi uchun baholar chastotalari sifatida osongina topish mumkin (1-jadvaldagi oxirgi qatorga qarang).

Shunday qilib, jadvaldagi sakkizta katakning har biri uchun kutilgan chastotalardan chetlanish kvadratlarini hisoblab chiqdik va har bir qo'shiluvchi uchun kutilgan chastota e_{ij} ni me'yorlashni amalga oshirdik (ajratdik). Mazkur holat uchun *Xi-kvadrat*ning hisoblangan empirik qiymati 1,97 ga teng, bu uchta erkinlik darajalari uchun kritik 7,81 dan va muhimlik darajasi $p < 0,05$ kichik. Bu shuni anglatadiki, tanlamaning ikki yarmi o'rtasidagi baholash chastotasida aniqlangan farqlarni e'tiborsiz qoldirish mumkin va test, baholash toifalarining (greydlarning) barqaror (reprezentativ) taqsimlanishini ko'rsatdi.

Ta'kidlaymizki, bu erda taklif qilingan yondashuv baholar va baholarning (hisob-kitoblar) chegaralari qanday shakllanishi tamoyillariga nisbatan mutlaqo universaldir. Bu “birlamchi ballar” shkalasi bo'yicha mutlaq toifalar bo'lishi mumkin — to'g'ri javoblar foiziga ko'ra (A ning pastki chegarasi 81, B ning pastki chegarasi 61 va hokazo). Ammo ular nisbiy toifalar ham bo'lishi mumkin — prosentilli shkaladagi nuqtalar bo'yicha (masalan, yuqori kvartil Q_3 dan yuqorida A baho, Q_2 kvartildan yuqorida B baho va hokazo).

Muhokama. Olib borilgan izlanishlar shuni ko'rsatmoqdaki, O'zbekistonda psixometrik tadqiqotlar juda kam o'tkazilgan. Buning sababi, ularning rivojlanishiga hali ham bir qator byurokratik holatlar to'sqinlik qilmoqda. Ulardan biri mavjud ilmiy darajalar berishga ixtisoslashgan ilmiy kengashlar metodologiyasining psixologiyada bunday tadqiqotlarga oid dissertasiyalarini qabul qilish uchun moslashmaganligi desak mubolag'a bo'lmaydi, chunki bunday dissertasiyalarning asosiy mazmuni test metodikalarining psixometrik xususiyatlarini eksperimental-metodik tadqiq qilishdan iborat.

Bunda birinchi navbatda, ushbu ilmiy kengash vakillarining, shuningdek dissertasiyalar ilmiy rahbarlarining psixometrik tadqiqotlar bo'yicha bilimlarini oshirish zarur bo'ladi. Gap shundaki, test metodikalarini amaliy jihatdan qo'llash yetarli darajadagi tadqiqot ma'lumotlarini yaratmaydi, bu esa dissertasiya tadqiqotlari himoyasi uchun yetarli material bo'la olmasligini anglatadi, chunki u faqatgina ushbu metodikalarni amaliy jihatdan tekshirish imkonini beradi va tadqiqot vazifalarini bajara olmaydi. Ta'kidlaymizki, psixometrik xususiyatlarni tekshirish alohida turdagi tadqiqotlarni talab qiladi. Bu yerda eksperimental-tadqiqot konteksti, ya'ni eksperimental-metodik turdagi, dissertasiya tadqiqotlarining barcha belgilari alohida xususiyatga (shakl va mazmun jihatidan o'ziga xos bo'lgan maxsus) ega bo'lgan dissertasiya tadqiqoti yuzaga keladi:

1) deydiki shunday eksperimental gipoteza mavjud: masalan, yetarli darajadagi ishonchlilikka va/yoki validlikka ega qandaydir test metodikasi mavjud ekanligi haqidagi H_1 gipoteza. Eksperimental darajada bu gipotezaga qarshi H_0 muqobil gipoteza mavjud va u ushbu metodika yetarli darajadagi ishonchlilikka va/yoki validlikka ega emas deb uqtiradi;

2) eksperimental gipotezani tekshirish uchun adekvat mezonlar va amaliyotlarni tanlash orqali eksperimental sxemani o'preasionalizatsiya qilishning ko'plab yo'llari mavjud;

3) psixometrik tadqiqotlarga asoslangan xulosalar umum ahamiyatli xarakterga ega bo'lib, sinaluvchilarning cheklangan miqdordagi kontingentini tekshirishga qaratilgan tor doiradagi vazifaga nisbatan kengroq miqyoslarda qo'llaniladi;

4) psixometrik tadqiqotlar davomida dissertasiyaning an'anaviy belgilari — dolzarbligi, yangiligi va amaliy ahamiyati yaqqolroq namoyon bo'ladi va osonroq erishiladi.

Psixometrik testlarda me'yorlarning representativligi test natijalarining ob'ektiv va ishonchli talqin qilinishida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Reprezentativ tanlanma populyasiyaning asosiy demografik va ijtimoiy xususiyatlarini aks ettirishi lozim.

Agar me'yoriy tanlanma noto'g'ri shakllantirilsa, test natijalarini baholash jarayonida tizimli xatolar yuzaga kelishi mumkin. Shu sababli test ishlab chiquvchilar tanlanma shakllantirishda stratifikatsiya, tasodifiy tanlash va katta hajmli tanlanmalardan foydalanishlari zarur.

Shuningdek, ijtimoiy va madaniy o'zgarishlar test natijalari taqsimotiga ta'sir ko'rsatishi mumkinligi sababli me'yoriy ma'lumotlarni vaqti-vaqti bilan qayta ko'rib chiqish muhim hisoblanadi.

Xulosa. Ehtimol, metodik-yo'naltirilgan psixometrik tadqiqotlarning an'anaviy nazariy-eksperimental tadqiqotlardan farq qiladigan yagona belgisi - bu tadqiqot jarayonida olingan xulosalarda o'rganilayotgan predmetlarning xususiyatlariga (o'lchanadigan psixodagnostik xususiyatlar) nisbatan ma'lum nazariy qoidalarining yo'qligi bo'lishi mumkin.

Ammo minimal zukkolikka ega bo'lgan tajribali ilmiy rahbar har doim o'zining tadqiqotchi-shogirdiga uning metodik natijalarida yangi umumiy nazariy natijalarni olish bilan bog'liq bo'lgan ma'lum bir "qo'shimcha mahsulot" ni ko'rishga yordam berishi kerak bo'ladi. Bunda asosiy narsa - tadqiqot davomida asosiy va yagona vazifa sifatida nazariy natija olishni rejalashtirmaslik hisoblanadi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, psixometrik testlarda me'yorlarning representativligini ta'minlash psixologik diagnostika samaradorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega. Reprezentativ tanlanmalar asosida ishlab chiqilgan me'yorlar test natijalarini to'g'ri interpretatsiya qilish imkonini beradi.

Shu sababli test ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish jarayonida me'yoriy ma'lumotlarni shakllantirishda ilmiy-metodologik talablarga qat'iy rioya qilish zarur. Bu esa psixodagnostik tadqiqotlarning ilmiy ishonchliligini ta'minlashga xizmat qiladi.

Adabiyotlar:

1. Usmanov S.A., Arakulov G.T., Hatamov S. Zamonaviy testlashtirish nazariyasida maqsadli parametrlarini baholash modellari // Ijtimoiy-gumanitar sohada ilmiy-innovatsion tadqiqotlar ilmiy metodik jurnali. - Vol.3 № 2 2026. – 312-320 betlar.

2. Usmanov S.A., Norbekova B.Sh., Arakulov G.T. Psixologik tadqiqotlarda ko'p o'lchovli statistik metodlardan foydalanish // "Psixologiya" ilmiy jurnal. - № 2, 2025. - 12-15 betlar.

3. Usmanov S.A. Psixologik testlashtirish fanini o'qitishda raqamli ta'lim texnologiyalaridan foydalanishning amaliy metodlari // Kompyuter ilmlari va muhandislik texnologiyalari mavzusidagi Xalqaro ilmiy-texnik anjuman materiallari to'plami, 2025. – 291-294 betlar.

4. Turapbayevich I. A., Karimovich G. S., Usmanov S. Algorithm of Generating One-Time Passwords for Two-Factor Authentication of Users //World Conference Intelligent System for Industrial Automation. – Cham: Springer Nature Switzerland, 2022. – S. 132-139.

5. Usmanov S., Abdurakhmanov Z. Virtual modelling as a didactic tool in the professional training of future engineers //AIP Conference Proceedings. – AIP Publishing LLC, 2024. – T. 3244. – №. 1. – S. 030068.
6. Usmanov S. A., Qarshiboyev S. A., Hatamov S. M. A Combinatorial Approach to Determining the Place of Psychology in The Classification of Sciences //American Journal Of Social Sciences And Humanity Research. – 2025. – T. 5. – №. 05. – S. 316-320.
7. Norbekova, B., Komilova, A., Arakulov, G., & Adilova, M. (2024, June). Formation of Network Attack Detection System Architecture. In International Conference on Inventive Communication and Computational Technologies (pp. 431-440). Singapore: Springer Nature Singapore.
8. Yuldashev, S., & Arakulov, G. (2023). Ethnopsychological characteristics of aggressive behavior in family disputes. International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research, (Special Issue), 81-88.

UO'K 159.922.8:616.89-008.44

Axmatova Guli Xurram qizi,
Iqtisodiyot va pedagogika universiteti o'qituvchisi

O'SMIR XULQ-ATVORIDAGI SALBIY O'ZGARISHLARNI TADQIQ ETISHNING ILMIY-NAZARIY ASOSLARI

Annotatsiya. Ushbu tadqiqot o'smir xulq-atvoridagi salbiy o'zgarishlarni tadqiq etishning ilmiy-nazariy asoslarini tizimli tahlil qilishga va O'zbekiston o'smirlari misolida ushbu o'zgarishlarning ijtimoiy-psixologik prediktorlarini empirik jihatdan baholashga qaratilgan. O'zbekistonning beshta viloyatidagi umumta'lim maktablarining 7—11-sinflaridan 468 nafar o'smir (11—17 yosh) va ularning 312 nafar otasini ishtirokida amalga oshirilgan ko'p bosqichli tadqiqot asosida salbiy xulq-atvor shakllarining tarkibiy tasviri, etiologiyasi va ijtimoiy-psixologik determinantlari aniqlandi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, oilaviy muhit sifati ($\beta = -0,42$, $p < 0,001$), tengdoshlar guruhining ta'siri ($\beta = 0,38$, $p < 0,001$), maktab psixologik iqlimi ($\beta = -0,31$, $p < 0,001$) va o'smirlardagi identifikatsiya inqirozi darajasi ($\beta = 0,29$, $p < 0,001$) salbiy xulq-atvor prediktorlarining eng kuchli to'plami hisoblanadi. Iyerarxik regressiya tahlili ushbu omillar birgalikda salbiy xulq-atvor dispersiyasining 61,8%ini tushuntirishini ko'rsatdi ($\text{adj. } R^2 = 0,618$). O'smir salbiy xulq-atvorining besh o'lchovli ilmiy-nazariy tahlil modeli taklif etiladi.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, salbiy xulq-atvor, deviant xulq, aggression, o'z-o'zini jarohatlaui, rivojlanish psixologiyasi, ijtimoiy-psixologik omillar, oila ta'siri, tengdoshlar guruh bosimi, identifikatsiya, profilaktika.

SCIENTIFIC AND THEORETICAL FOUNDATIONS FOR THE STUDY OF NEGATIVE CHANGES IN ADOLESCENT BEHAVIOR

Abstract. This study is aimed at conducting a systematic analysis of the scientific and theoretical foundations for researching negative changes in adolescent behavior and at empirically assessing the socio-psychological predictors of these changes using the example of adolescents in Uzbekistan. Based on a multi-stage study involving 468 adolescents (aged 11–17) from grades 7–11 of general secondary schools across five regions of Uzbekistan, as well as 312 of their parents, the structural profile, etiology, and socio-psychological determinants of negative behavioral patterns were identified. The results indicate that the quality of the family environment ($\beta = -0.42$, $p < 0.001$), peer group influence ($\beta = 0.38$, $p < 0.001$), school psychological climate ($\beta = -0.31$, $p < 0.001$), and the level of identity crisis among adolescents ($\beta = 0.29$, $p < 0.001$) constitute the strongest set of predictors of negative behavior. Hierarchical regression analysis showed that these factors jointly explain 61.8% of the variance in negative behavior ($\text{adj. } R^2 = 0.618$). A five-dimensional scientific and theoretical model for analyzing negative adolescent behavior is proposed.

Keywords: adolescence, negative behavior, deviant behavior, aggression, self-harm, developmental psychology, socio-psychological factors, family influence, peer pressure, identification, prevention.

НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ НЕГАТИВНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ В ПОВЕДЕНИИ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. Данное исследование направлено на системный анализ научно-теоретических основ изучения негативных изменений в поведении подростков, а также на эмпирическую оценку социально-психологических предикторов этих изменений на примере подростков Узбекистана. На основе многоэтапного исследования с участием 468 подростков (11–17 лет) из 7–11 классов общеобразовательных школ пяти регионов Узбекистана и 312 их родителей были определены структурные характеристики, этиология и социально-психологические детерминанты форм негативного поведения. Результаты показали, что качество семейной среды ($\beta = -0,42$, $p < 0,001$), влияние группы сверстников ($\beta = 0,38$, $p < 0,001$), психологический климат в школе ($\beta = -0,31$, $p < 0,001$) и уровень кризиса идентичности у подростков ($\beta = 0,29$, $p < 0,001$) являются наиболее значимыми предикторами негативного поведения. Иерархический регрессионный анализ показал, что данные факторы совместно объясняют 61,8% дисперсии негативного поведения ($\text{adj. } R^2 = 0,618$). Предлагается пятикомпонентная научно-теоретическая модель анализа негативного поведения подростков.

Ключевые слова: подростковый возраст, негативное поведение, девиантное поведение, агрессия, самоповреждение, психология развития, социально-психологические факторы, влияние семьи, давление со стороны сверстников, идентификация, профилактика.

Kirish. O'smirlik davri — 11 dan 17 yoshgacha bo'lgan insonning hayotiy yo'lidagi eng murakkab va o'zgaruvchan bosqichlardan biri — intensiv jismoniy, kognitiv, hissiy va ijtimoiy o'zgarishlar bilan belgilanadi. Ushbu davrda yuzaga keladigan xulq-atvor o'zgarishlari — qoida buzish, tajovuzkorlik, ijtimoiy chekinish, o'z-o'zini jarohatlash, moddalar iste'mol qilish va antisosial xulq naqshlari — faqat individual rivojlanish muammosi sifatida emas, balki kengroq ijtimoiy-psixologik fenomen sifatida tadqiqotchilar diqqatini tortmoqda (Moffitt, 1993; Steinberg, 2010; Rutter et al., 2011). Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO, 2021) ma'lumotlariga ko'ra, o'smirlar orasidagi ruhiy salomatlik muammolari barcha yoshdagi ruhiy kasalliklarning 50%dan ortig'i 14 yoshgacha boshlanishi bilan belgilanib, global kasallik yukining 13%ini tashkil etadi. Xususan, deviant va delikvent xulq-atvor o'smirlar orasida tez-tez uchraydigan muammo bo'lib, ularning keyingi hayot yo'li, ta'lim natijalari va ijtimoiy integratsiyasiga uzoq muddatli salbiy ta'sir ko'rsatadi (Moffitt, 1993; Farrington, 2003).

O'zbekistonda Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Yoshlar ishlari agentligi (2023) ma'lumotlariga ko'ra, voyaga yetmagan shaxslar tomonidan sodir etilgan huquqbuzarliklar soni so'nggi uch yilda 12,7% ga oshgan, maktabda beqaror xulq ko'rsatayotgan o'quvchilar soni esa umumiy o'quvchilarning 8,4%ini tashkil etadi. Ushbu ko'rsatkichlar o'smir salbiy xulq-atvorini ilmiy-nazariy jihatdan tizimli o'rganish va samarali profilaktika dasturlarini ishlab chiqish zarurligini ko'rsatadi.

Tadqiqot quyidagi asosiy savollarga javob izlaydi:

1. O'zbek o'smirlari orasida salbiy xulq-atvorning qanday shakllari va darajalari kuzatiladi hamda ular demografik omillar bo'yicha qanday farqlanadi?
2. O'smir salbiy xulq-atvorini belgilovchi asosiy ijtimoiy-psixologik prediktorlar qaysilar va ularning nisbiy og'irligi qanday?
3. Salbiy xulq-atvor bilan oilaviy muhit, maktab iqlimi va tengdoshlar ta'siri o'rtasida qanday o'zaro bog'liqliklar mavjud?
4. O'smir salbiy xulq-atvorini tushuntiruvchi yaxlit ilmiy-nazariy model qanday ko'rinishda bo'lishi kerak?

Adabiyotlar sharhi. O'smirlik davri xulq-atvorining nazariy tahlili. O'smirlik davri xulq-atvorini tushuntirishga qaratilgan psixologik nazariyalar keng spektrni qamraydi. Erikson (1968) ning psixosozial rivojlanish nazariyasida o'smirlik davri «identifikatsiya va identifikatsiya inqirozi» bilan tavsiflangan beshinchi bosqichga to'g'ri keladi. Muvaffaqiyatli identifikatsiya qurilmaganida — ego-diffuziya — o'smir o'zini ijtimoiy guruh yoki subkulturalarda qidirib, ba'zan salbiy identifikatsiya (negative identity) yo'lini tanlaydi. Piaget (1972) ning kognitiv rivojlanish nazariyasi o'smirlik davrida formal operatsional tafakkurning rivojlanishi bilan birga abstract fikrlash imkoniyatining paydo bo'lishini ta'kidlaydi. Ammo Steinberg (2008) ning «ikki tizim modeli» shuni ko'rsatadiki, limbik sistema (hissiy-motivatsion) prefrontal korteks (nazorat-tartibga solish)ga nisbatan tezroq etiladi — bu «ijtimoiy-hissiy» tizimning «kognitiv nazorat» tizimidan vaqtincha ustunligi mavqeyini keltirib, risk xulq-atvori uchun neyrobiyologik asosni shakllantiradi.

Tengdoshlar guruhi ta'siri va ijtimoiy ta'sir mexanizmlari. O'smirlik davrida tengdoshlar guruhi ta'siri kuchayishi va ota-ona ta'siri nisbatan susayishi intensiv ilmiy muhokamaning mavzusi bo'lgan (Brown & Larson, 2009; Steinberg & Monahan, 2007). Berndt (1979) ning tengdoshlar mos kelish (peer conformity) tadqiqotlari o'smirlik o'rtasida (14—15 yosh) ijtimoiy bosimga berilish tendentsiyasi eng yuqori darajaga etishini ko'rsatdi. Dishion va Patterson (2006) ning «deviantlik trenirovkasi» (deviancy training) modeli tengdoshlar guruhi ichida deviant xulq-atvorning o'zaro rag'batlantirilishi mexanizmini tavsif etadi: deviant tengdosh bilan muloqot o'smirning o'zida ham deviant xulq ehtimolini oshiradi. Ushbu mexanizm O'zbek maktab sharoitida ham kuzatilishi mumkin bo'lgan, ammo mahalliy kontekstda yetarlicha o'rganilmagan.

Maktab iqlimi va o'smir xulq-atvori. Maktab iqlimi — o'quv muassasasidagi psixologik xavfsizlik, o'qituvchi-o'quvchi munosabatlari sifati va o'quv motivatsiyasining umumiy ko'rsatkichi — o'smir xulq-atvorini belgilovchi mezotizim darajasidagi muhim omil sifatida qaraladi (Thapa et al., 2013). Hattie (2009) ning meta-tahlili maktab iqlimi va o'quvchilar yutuqlari o'rtasida $d = 0,52$ ta'sir o'lchamida ijobiy munosabat borligini ko'rsatdi. Salbiy maktab iqlimi — bulling, o'qituvchi adolatsizligi, ta'lim motivatsiyasini pasaytiruvchi muhit — o'smirlarning maktabdan uzoqlashish va salbiy tengdoshlar guruhlariga qo'shilish ehtimolini oshiradi.

Metodologiya. Tadqiqot dizayni. Tadqiqot ikki bosqichli aralash metod (convergent parallel mixed-methods) dizayni asosida tashkil etildi. Birinchi bosqichda miqdoriy va sifatiy ma'lumotlar bir vaqtda yig'ildi:

miqdoriy komponent kross-seksional so'rovnoma va standartlashtirilgan psixometrik baholashni, sifatiiy komponent esa kuzatuv protokollari va o'qituvchilar bilan fokus-guruh suhbatlarini o'z ichiga oldi. Ikkinchi bosqichda ma'lumotlar birlashtirildi va tahlil qilindi. Tadqiqot O'zbekiston Milliy universitetining Etika va tadqiqot qo'mitasi tomonidan ma'qullandi (Qaror No. OMU-ETK-2023-231). Voyaga yetmagan ishtirokchilar uchun ota-onalar rozilik shakli rasmiylashtirildi; o'smirlardan assent (ixtiyoriy ishtirok) shakli olindi.

Ishtirokchilar va namuna. Tadqiqotga O'zbekistonning beshta viloyatidan (Toshkent shahri, Namangan, Buxoro, Surxondaryo va Xorazm viloyatlari) tasodifiy klaster tanlov (random cluster sampling) usuli bilan tanlangan 468 nafar o'smir va ularning 312 nafar ota-onasi ishtirok etdi. Namuna hajmi G*Power 3.1 dasturida katta ta'sir o'lchami ($f^2 = 0,35$), $\alpha = 0,05$, quvvat = 0,90 da hisoblandi (minimal $n = 388$). Qo'shimcha 20% attrition ulushi inobatga olindi.

1-jadval. O'smir ishtirokchilarning ijtimoiy-demografik tavsifi (N = 468)

Ko'rsatkich	Kategoriya	n	%
Jins	Qiz	240	51,3
	O'g'il	228	48,7
Yosh guruhi	11–13 (ilk o'smirlik)	158	33,8
	14–15 (o'rta o'smirlik)	172	36,8
	16–17 (kech o'smirlik)	138	29,5
Yashash joyi	Shahar	262	56,0
	Qishloq va tuman	206	44,0
Oila tuzilmasi	To'liq oila	326	69,7
	Yolg'iz ota yoki ona bilan	96	20,5
	Boshqa (buvisi va h.)	46	9,8
Ota-ona ta'lim darajasi	Oliy	192	41,0
	O'rta maxsus	184	39,3
	Umumiy o'rta va past	92	19,7

O'lchov vositalari:

(a) O'smir salbiy xulq-atvori baholash shkalasi (OSXBS-40)

Muallif tomonidan Achenbach (1991) Child Behavior Checklist (CBCL), Moffitt (1993) va DSM-5 mezonlari asosida ishlab chiqilgan 40 bandli ko'p o'lchovli shkala. Beshta kichik shkala: tajovuzkor xulq (8 band), qoida buzuvchi xulq (8 band), ijtimoiy chekinish (8 band), o'z-o'ziga zarar yetkazish tendentsiyasi (8 band) va moddalar iste'moliga moyillik (8 band). 5 ballik Likert shkalasi. CFA orqali tasdiqlangan besh omilli tuzilma (CFI = 0,95, RMSEA = 0,049, SRMR = 0,057). Umumiy Cronbach $\alpha = 0,91$. Ota-ona shakli ham mavjud (40 band, parallel tuzilma, $\alpha = 0,89$).

(b) Oilaviy muhit shkalasi (OMS-30 — Moos & Moos, 1986)

O'zbek tiliga moslashtirilgan 30 bandli shkala. Uchta kichik shkala: oilaviy uyg'unlik (10 band), ota-ona nazorati sifati (10 band) va oilaviy muloqot ochiqligini (10 band) baholaydi. $\alpha = 0,83$.

(c) Maktab psixologik iqlimi shkalasi (MPIS-24)

Thapa va boshqalar (2013) modeli asosida muallif tomonidan ishlab chiqilgan 24 bandli shkala. Uchta kichik shkala: o'qituvchi qo'llab-quvvatlashi (8 band), psixologik xavfsizlik (8 band) va o'quv motivatsiyasi muhiti (8 band). $\alpha = 0,82$.

(d) Tengdoshlar ta'siri va guruh bosimi inventari (TTGBI-18)

Brown va boshqalar (1986) modeli asosida moslashtirilgan 18 bandli inventar. Ijobiy tengdoshlar bosimi (9 band) va salbiy tengdoshlar bosimi (9 band) kichik shkalalarini o'lchaydi. $\alpha = 0,80$.

(e) Erikson identifikatsiya holati so'rovnomasi (EOM-EIS-II — qisqa versiya)

Adams va boshqalar (1989) tomonidan ishlab chiqilgan, o'zbek tiliga moslashtirilgan 24 bandli so'rovnoma. To'rtta identifikatsiya holati: erdam qilingan (achieved), moratorium, tadqiqotsiz o'zlashtirgan va diffuz identifikatsiya. $\alpha = 0,78$.

(f) O'z-samaradorlik shkalasi (o'smirlar uchun moslashtirilgan GSE-A)

Schwarzer va Jerusalem (1995) GSE shkalasining 10 bandli o'smir versiyasi. $\alpha = 0,81$.

Ma'lumotlarni tahlil qilish. Miqdoriy ma'lumotlar SPSS 28.0 va R 4.3.2 dasturlarida tahlil qilindi. Qo'llanilgan statistik usullar: deskriptiv statistika va normallik testi (Shapiro-Wilk); Pearson korrelyatsiya matritsasi; iyerarxik ko'p o'zgaruvchili regressiya tahlili; mediatsiya tahlili (PROCESS makro, Model 6, Hayes, 2022); ko'p guruhli MANOVA (jins, yosh guruhi, yashash joyi bo'yicha); latent sinf tahlili (LCA — salbiy xulq-atvor profillari uchun). Sifatliy ma'lumotlar reflektiv tematik tahlil (Braun & Clarke, 2022) yordamida ikkita mustaqil kodlovchi tomonidan tahlil qilindi; Cohen's $\kappa = 0,83$.

Natijalar. O'smir salbiy xulq-atvorining umumiy tasviri. OSXBS-40 shkalasida olingan natijalar namunada salbiy xulq-atvori klinicheskiy ahamiyatga ega ($T\text{-ball} \geq 65$) darajada bo'lganlar o'smirlarining 34,2%ini ($n = 160$) tashkil etadi. Sub-klinik darajadagi salbiy ko'rsatkichlar yana 28,4% ($n = 133$) da kuzatildi. Jami o'smirlarning 62,6%ida qandaydir darajadagi salbiy xulq-atvor ko'rsatkichlari mavjud ekanligi aniqlandi. Kichik shkalalar bo'yicha eng yuqori ko'rsatkich tajovuzkor xulqda ($M = 2,84$), eng past ko'rsatkich esa o'z-o'ziga zarar yetkazish tendentsiyasida ($M = 1,96$) kuzatildi.

2-jadval. OSXBS-40 kichik shkalalar va asosiy psixologik o'zgaruvchilarning deskriptiv statistikasi (N = 468)

O'zgaruvchi	M	SD	Min	Max	α
OSXBS-40 umumiy	2,47	0,82	1,00	5,00	0,91
Tajovuzkor xulq	2,84	0,91	1,00	5,00	0,87
Qoida buzuvchi xulq	2,61	0,86	1,00	5,00	0,85
Ijtimoiy chekinish	2,38	0,84	1,00	5,00	0,83
O'z-o'ziga zarar tendentsiyasi	1,96	0,79	1,00	5,00	0,86
Moddalar iste'moliga moyillik	2,14	0,84	1,00	5,00	0,84
Oilaviy muhit sifati (OMS-30)	3,28	0,76	1,00	5,00	0,83
Maktab iqlimi (MPIS-24)	3,14	0,78	1,00	5,00	0,82
Salbiy tengdoshlar bosimi (TTGBI)	2,58	0,81	1,00	5,00	0,80
Identifikatsiya inqirozi darajasi	2,74	0,84	1,00	5,00	0,78
O'z-samaradorlik (GSE-A)	31,6	7,4	10	50	0,81

Guruhlar o'rtasidagi farqlar:

Ko'p o'zgaruvchili dispersiya tahlili (MANOVA) natijalari jins, yosh guruhi va yashash joyi bo'yicha OSXBS-40 kichik shkalalarida umumiy statistik jihatdan ahamiyatli farqlar borligini ko'rsatdi: Wilks' $\Lambda = 0,691$, $F(20, 1844) = 9,87$, $p < 0,001$, $\eta^2p = 0,168$. Jins bo'yicha univariant tahlillar o'g'il o'smirlar tajovuzkor va qoida buzuvchi xulq-atvorida qizlarga nisbatan yuqori ko'rsatkichlar namoyon etsa (tajovuzkor xulq: $t(466) = 6,41$, $p < 0,001$, $d = 0,59$), qizlar ijtimoiy chekinish va o'z-o'ziga zarar tendentsiyasi kichik shkalalarida yuqori ko'rsatkich ko'rsatdi (ijtimoiy chekinish: $t(466) = -3,84$, $p < 0,001$, $d = -0,35$).

Muhokama. Tadqiqot natijalari o'smir salbiy xulq-atvorini belgilovchi omillar va ularning o'zaro ta'sir mexanizmlari haqida bir qator muhim ilmiy xulosalarga kelish imkonini beradi. Birinchi asosiy xulosa: iyerarxik regressiya tahlilida maktab va tengdoshlar omillari ($\Delta R^2 = 0,248$) oilaviy omillardan ($\Delta R^2 = 0,187$) ko'ra kuchli prediktor bo'ldi. Bu natija Bronfenbrenner (1979) ning ekologik tizim nazariyasini qo'llab-quvvatlaydi va o'smirlar davrida tengdoshlar hamda maktab muhitining oila ta'siriga tenglashuvi yoki

ustunligi haqidagi g'oyani O'zbekiston kontekstida ham tasdiqlaydi. Biroq oilaviy muhit sifatining mediatsiya tahlilida tengdoshlar bosimiga ta'sir orqali bilvosita ta'sir ko'rsatishi (26,2% mediatsiya ulushi) oila va tengdoshlar ta'sirini qarama-qarshi emas, balki bir-birini to'ldiruvchi tizimlar sifatida ko'rishni talab etadi.

Ikkinchi muhim natija: tajovuzkor xulqning barcha prediktorlar orasida eng katta ko'rsatkich namoyon etishi va o'g'il o'smirlar orasida yuqoriligi Moffitt (1993) ning ikki yo'nalishli nazariyasiga mos ravishda, o'smirlik bilan chegaralangan tajovuzkorlikni tushuntiradi. Biroq «ichki chekinuvchilar» profili ($n = 112$, 23,9%) va unda qizlar ulushining yuqoriligi o'smir salbiy xulq-atvor tadqiqotlarida ko'pincha kam e'tibor qaratilgan ichki — «ko'rinmas» — salbiy xulq-atvor shakllarini alohida o'rganish zarurligini ko'rsatadi.

Xulosa va tavsiyalar. Ushbu tadqiqot o'smir xulq-atvoridagi salbiy o'zgarishlarni tadqiq etishning ilmiy-nazariy asoslarini tizimli tahlil qilib, O'zbekiston o'smirlari misolida empirik ma'lumotlar yig'ish orqali bir qator muhim xulosalarga keldi. Maktab psixologik iqlimi, salbiy tengdoshlar bosimi va oilaviy muhit sifati — o'smir salbiy xulq-atvorining eng kuchli prediktorlari guruhi bo'lib, birgalikda 61,8% dispersiyani tushuntiradi; ushbu ko'p qatlamli tuzilish Bronfenbrenner ekologik tizim nazariyasini O'zbek kontekstida tasdiqlaydi. O'g'il o'smirlar tashqi-deviant, qizlar ichki-chekinuvchi xulq-atvor profiliga ko'proq mos keladi — bu gender-sezgir profilaktika va aralashuv strategiyalarini ishlab chiqish zarurligini ko'rsatadi. Mediatsiya tahlili oilaviy muhit sifatining salbiy tengdoshlar bosimi orqali bilvosita ta'sir ko'rsatishini tasdiqlaydi — profilaktika oila va maktabni izchil birlashtiruvchi kompleks dasturlarni talab etadi.

Adabiyotlar:

1. Achenbach, T. M. (1991). Manual for the Child Behavior Checklist/4-18 and 1991 profile. University of Vermont, Department of Psychiatry.
2. Adams, G. R., Bennion, L., & Huh, K. (1989). Objective measure of ego identity status: A reference manual. Guelph University.
3. American Psychological Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). APA Publishing.
4. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. Freeman.
5. Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. // Journal of Early Adolescence, 11(1), 56–95.
6. Braun, V., & Clarke, V. (2022). Thematic analysis: A practical guide. Sage.
7. Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), Handbook of adolescent psychology (3rd ed., pp. 74–103). Wiley.
8. Dishion, T. J., & Patterson, G. R. (2006). The development and ecology of antisocial behavior in children and adolescents. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), Developmental psychopathology: Vol. 3. Risk, disorder, and adaptation (pp. 503–541). Wiley.
9. Farrington, D. P. (2003). Key results from the first forty years of the Cambridge Study in Delinquent Development. In T. P. Thornberry & M. D. Krohn (Eds.), Taking stock of delinquency (pp. 137–183). Springer.
10. Hattie, J. (2009). Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement. Routledge.

UO'K 159.9:004.8:81'243

Baratova Dilafruz Olimjonovna,
Iqtisodiyot va pedagogika universiteti o'qituvchisi
Ergashev Qodirxon Turg'unjon o'g'li,
Iqtisodiyot va pedagogika universiteti talabasi

INGLIZ TILINI O'RGANISHDA SUN'IY INTELLEKT VOSITALARINING PSIXOLOGIK TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu tadqiqot ingliz tilini o'rganishda sun'iy intellekt (SI) vositalaridan foydalanishning o'quvchilar va talabalarda psixologik motivatsiya, bilish jarayonlari, xavotirlanish darajasi va o'z-samaradorlikka ko'rsatadigan ta'sirini empirik jihatdan o'rganadi. O'zbekistonning o'rta va oliy ta'lim muassasalaridan 412 nafar respondent ishtirok etgan aralash metodologik tadqiqot asosida SI vositalaridan foydalanishning psixologik ta'sir profili aniqlandi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, SI asosidagi moslashtirilgan o'quv tizimlari (adaptive learning) o'quvchilarning til o'rganishga ichki motivatsiyasini ($r = 0,54, p < 0,001$) va o'z-samaradorligini ($r = 0,49, p < 0,001$) sezilarli darajada oshiradi, til o'rganish xavotirlanishini esa statistik jihatdan ahamiyatli kamaytiradi ($\beta = -0,38, p < 0,001$). Biroq SI vositalariga haddan tashqari tayanish kognitiv yuklanishni oshirishi ($r = 0,41, p < 0,001$) va mustaqil fikrlash ko'nikmalarini susaytirishi mumkin. Iyerarxik regressiya tahlili ko'rsatdiki, SI vositalaridan foydalanish intensivligi va pedagogik qo'llab-quvvatlash birgalikda til o'rganish natijaviyligining 58,3% ini tushuntiradi ($\text{adj. } R^2 = 0,583$). Muvozanatli SI integratsiyasi modeli taklif etiladi

Kalit so'zlar: sun'iy intellekt, ingliz tili, til o'rganish psixologiyasi, motivatsiya, xavotirlanish, o'z-samaradorlik, kognitiv yuklanish, moslashtirilgan o'quv, ChatGPT, raqamli pedagogika, til o'rganish texnologiyalari.

THE PSYCHOLOGICAL IMPACT OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE TOOLS ON LEARNING ENGLISH

Abstract. This study empirically investigates the psychological impact of using artificial intelligence (AI) tools in learning English on students' and learners' motivation, cognitive processes, anxiety levels, and self-efficacy. Based on a mixed-methods study involving 412 respondents from secondary and higher education institutions in Uzbekistan, the psychological impact profile of AI tool usage was identified. The results indicate that AI-based adaptive learning systems significantly enhance learners' intrinsic motivation for language learning ($r = 0.54, p < 0.001$) and self-efficacy ($r = 0.49, p < 0.001$), while statistically significantly reducing language learning anxiety ($\beta = -0.38, p < 0.001$). However, excessive reliance on AI tools may increase cognitive load ($r = 0.41, p < 0.001$) and weaken independent thinking skills. Hierarchical regression analysis showed that the intensity of AI tool usage combined with pedagogical support accounts for 58.3% of the variance in language learning outcomes ($\text{adj. } R^2 = 0.583$). A balanced model for AI integration is proposed.

Keywords: artificial intelligence, English language, language learning psychology, motivation, anxiety, self-efficacy, cognitive load, adaptive learning, ChatGPT, digital pedagogy, language learning technologies.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ИНСТРУМЕНТОВ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА НА ИЗУЧЕНИЕ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА

Аннотация. Данное исследование эмпирически изучает влияние использования инструментов искусственного интеллекта (ИИ) при изучении английского языка на психологическую мотивацию, когнитивные процессы, уровень тревожности и самооффективность учащихся и студентов. На основе смешанного метода исследования, в котором приняли участие 412 респондентов из средних и высших учебных заведений Узбекистана, был выявлен психологический профиль воздействия ИИ-инструментов. Результаты показывают, что адаптивные учебные системы на основе ИИ значительно повышают внутреннюю мотивацию учащихся к изучению языка ($r = 0,54, p < 0,001$) и их самооффективность ($r = 0,49, p < 0,001$), при этом статистически значимо снижают тревожность при изучении языка ($\beta = -0,38, p < 0,001$). Однако чрезмерная зависимость от ИИ-

инструментов может увеличивать когнитивную нагрузку ($r = 0,41$, $p < 0,001$) и ослаблять навыки самостоятельного мышления. Иерархический регрессионный анализ показал, что интенсивность использования ИИ-инструментов в сочетании с педагогической поддержкой объясняет 58,3% вариативности результатов изучения языка ($\text{adj. } R^2 = 0,583$). Предлагается модель сбалансированной интеграции ИИ.

Ключевые слова: искусственный интеллект, английский язык, психология изучения языка, мотивация, тревожность, самооффективность, когнитивная нагрузка, адаптивное обучение, ChatGPT, цифровая педагогика, технологии изучения языка.

Kirish. Sun'iy intellekt (SI) texnologiyalarining til ta'limiga kirib kelishi til o'rganish metodologiyasida tubdan o'zgarish — paradigma almashinuvi — hosil qilmoqda. ChatGPT, Duolingo Max, Grammarly, Google Translate'ning neyron tarmoq versiyalari, Elsa Speak kabi vositalarning ommaviy foydalanishga kirib kelishi ingliz tili o'quvchilari uchun ilgari mavjud bo'lmagan individual moslashuvchan muhit, tezkor fikr-mulohaza (feedback) va interaktiv mashq imkoniyatlarini yaratdi (Zawacki-Richter et al., 2019; Godwin-Jones, 2022). Biroq ushbu texnologik imkoniyatlar bilan birga bir qator psixologik savollar ham ko'tarilmoqda: SI vositalari o'quvchilarning til o'rganishga bo'lgan motivatsiyasini qanday o'zgartiradi? SI bilan ishlash til o'rganish xavotirlanishini (language anxiety) kamaytiradi yoki kuchaytiradimi? Avtomatik fikr-mulohaza tizimlariga haddan tashqari tayanish o'quvchilarning kognitiv rivojlanishiga va mustaqil fikrlash ko'nikmalariga qanday ta'sir ko'rsatadi? Ushbu savollar til o'rganish psixologiyasida yangi tadqiqot yo'nalishini shakllantirmoqda (Horwitz et al., 1986; MacIntyre & Gardner, 1994; Benson, 2011).

O'zbekistonda ingliz tilini o'rganish strategik davlat ustuvorligi sifatida belgilangan. 2021-yildan boshlab joriy etilgan «Ingliz tili — kelajak kaliti» tashabbusi va ingliz tili o'qitishni sifat jihatidan yaxshilashga qaratilgan milliy dasturlar SI vositalaridan foydalanish imkoniyatlarini ham qamrab olmoqda. Biroq ushbu kontekstda SI vositalarining psixologik ta'sirini o'rganuvchi mahalliy empirik tadqiqotlar hali yetarli emas. Ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi O'zbekiston ta'lim muassasalarida ingliz tilini o'rganishda SI vositalaridan foydalanishning motivatsiya, xavotirlanish, o'z-samaradorlik va kognitiv yuklanishga ta'sirini empirik jihatdan baholash hamda samarali SI integratsiyasining psixologik shartlarini aniqlashdan iborat. Tadqiqot quyidagi asosiy savollarga javob izlaydi:

1. Sun'iy intellekt vositalaridan foydalanish intensivligi ingliz tili o'quvchilarining ichki motivatsiyasi va o'z-samaradorligi bilan qanday bog'liq?
2. Sun'iy intellekt vositalari til o'rganish xavotirlanishiga (Foreign Language Anxiety) qanday ta'sir ko'rsatadi?
3. Sun'iy intellekt vositalariga haddan tashqari tayanish kognitiv yuklanish va mustaqil o'qish ko'nikmalariga qanday ta'sir etadi?
4. Sun'iy intellekt integratsiyasining psixologik samaradorligiga ta'sir etuvchi omillar nimalardan iborat?

Adabiyotlar sharhi. Til o'rganish psixologiyasi: asosiy konstruktlar. Til o'rganish motivatsiyasi tadqiqotlarida Dörnyei (2001, 2009) tomonidan ishlab chiqilgan L2 Motivatsion O'z-tizimi (L2 Motivational Self System — L2MSS) muhim nazariy asos bo'lib xizmat qilmoqda. Ushbu model uch komponentdan iborat: ideal L2 o'z-tizimi (ideal self — kim bo'lishni xohlash), shart-zaruriy L2 o'z-tizimi (ought-to self — kim bo'lish kerakligi) va til o'rganish tajribasi (learning experience). SI vositalari ideal til egasi siymosini yanada aniqroq tasavvur qilish va tajribani boyitish imkonini berishi bilan motivatsiyaga potentsial ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Xorwitz, Xorwitz va Koupa (1986) tomonidan kiritilgan chet til o'rganish xavotirlanishi (Foreign Language Anxiety — FLA) tushunchasi noto'g'ri baholanishdan qo'rquv, muloqot xavotiri va til sinov xavotirlanishini qamrab oladi. Keyingi tadqiqotlar FLA ning til o'rganish natijaviyligiga salbiy ta'sir ko'rsatishini, ammo raqamli muhitning ushbu xavotirni kamaytirishi mumkinligini ko'rsatdi (Cheng et al., 1999; Dewaele & MacIntyre, 2014). SI bilan ishlashda real odamning hukm chiqarishi xavfining yo'qligi FLA ni kamaytiruvchi omil sifatida ilmiy muhokamada alohida e'tirof etilmoqda.

Sun'iy intellekt vositalarining til ta'limidagi imkoniyatlarini tizimli o'rganuvchi meta-tahlillar son jihatdan tez ortib bormoqda. Tai va Bhattacharya (2022) ning 48 ta tadqiqotni qamrab olgan meta-tahlili SI yordamchi vositalarning til o'rganish samaradorligiga o'rta-katta ijobiy ta'sir ko'rsatishini ($g = 0,68$) aniqladi. Kessler (2018) va Godwin-Jones (2022) esa SI vositalarining individual moslashuvchanlik (personalisation) va tezkor fikr-mulohaza xususiyatlari til o'rganish psixologiyasi nuqtai nazaridan ayniqsa muhim ekanligini ta'kidlaydi. ChatGPT va katta til modellari (Large Language Models — LLM) ning ta'lim sohasiga kirib kelishi bilan yangi tadqiqot yo'nalishi shakllandi. Kasneci va boshqalar (2023) ta'lim sohasidagi imkoniyatlar va xavf-xatarlarni ko'rib chiqib, LLM vositalarining o'quvchilarda passiv bilim olishga («spoon-feeding») moyillikni kuchaytirish xavfini alohida qayd etdi. Bao (2023) esa ChatGPT dan

ingliz tili yozuv (writing) ko'nikmalarini rivojlantirishda foydalanish tajribasini tahlil qilib, o'quvchilarning kognitiv ishtirokini (cognitive engagement) saqlab qolish uchun maxsus pedagogik strategiyalar zarurligini ko'rsatdi.

Kognitiv yuklanish nazariyasi va sun'iy intellekt. Sweller (1988) tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv yuklanish nazariyasi (Cognitive Load Theory — CLT) ishchi xotiraning cheklangan sig'imi asosida o'quv jarayonini tushuntiradi. CLT uchta yuklanish turini ajratadi: ichki yuklanish (intrinsic load — mavzu murakkabligidan), tashqi yuklanish (extraneous load — o'qitish dizaynidagi ortiqcha yuklamadan) va o'rganishga oid yuklanish (germane load — sxema shakllantirishga sarflangan). SI vositalari tashqi yuklanishni kamaytirishi mumkin bo'lsa-da, bir vaqtning o'zida bir nechta interfeys elementlari bilan ishlash tashqi yuklanishni oshirishi ham mumkin (Mayer, 2019). Deci va Ryan (1985) ning O'z-determinatsiya nazariyasi (Self-Determination Theory — SDT) til o'rganishda SI vositalarining psixologik ta'sirini tushuntirishda keng qo'llanilmoqda. SDT uchta asosiy psixologik ehtiyojni — kompetentlik, avtonomilik va aloqadorlik — belgilaydi. SI vositalari kompetentlik hissini oshirishi (muvaqqiyat tajribasini ko'paytirish orqali) va avtonomilikni qo'llab-quvvatlashi mumkin, ammo aloqadorlik ehtiyoji — insoniy muloqot — SI muhitida qondirilmasligi tilshunoslik va psixologiya adabiyotida muhokama qilinmoqda (Reinders & Wattana, 2015).

O'z-samaradorlik va sun'iy intellekt integratsiyasi. Bandura (1997) tomonidan ishlab chiqilgan o'z-samaradorlik (self-efficacy) konstrukti til o'rganishda kuchli prediktor ekanligini ko'rsatuvchi tadqiqotlar juda ko'p (Mills et al., 2007; Peng, 2015). SI vositalarining moslashuvchan qiyinlik darajasi, tezkor ijobiy mustahkamlash va xatolarni tahlil qilib berish xususiyatlari o'z-samaradorlikni shakllantirishning to'rtta manbasidan biri — mastery experience (muvaqqiyatli bajarilgan vazifa) ni faollashtirish orqali o'quvchilarda o'z-samaradorlikni oshirishi kutiladi.

Metodologiya. Tadqiqot dizayni. Tadqiqot aralash metod (explanatory sequential mixed-methods) dizayni asosida tashkil etildi. Birinchi miqdoriy bosqichda kross-seksional so'rovnoma va psixometrik baholash amalga oshirildi. Ikkinchi sifatli bosqichda miqdoriy natijalar asosida tanlangan 40 nafar ishtirokchi bilan yarim tuzilmali chuqur intervyular o'tkazildi. Tadqiqot 2023-yil sentabr — 2024-yil fevral oylari orasida amalga oshirildi. Tadqiqot O'zbekiston davlat jahon tillari universitetining Ilmiy-etika qo'mitasi tomonidan tasdiqlandi (Qaror No. UDJTU-ETK-2023-176). Barcha ishtirokchilardan yozma axborot roziligi olindi; voyaga yetmaganlar uchun ota-onalar rozilik shakli rasmiylashtirildi.

Ishtirokchilar va namuna. Tadqiqotga maqsadli qatlamli tanlov (purposive stratified sampling) usuli bilan tanlangan 412 nafar respondent ishtirok etdi. Namuna uch guruhdan tarkib topdi: (a) umumta'lim maktabi o'quvchilari — 8—11-sinf ($n = 138$); (b) oliy ta'lim muassasasi talabalari ($n = 164$); (c) kasbiy ingliz tili kurslari tinglovchilari ($n = 110$). G*Power 3.1 dasturida hisoblangan namuna hajmi: katta ta'sir o'lchami ($f^2 = 0,35$), $\alpha = 0,05$, quvvat = 0,90 da minimal $n = 388$.

1-jadval. Namunaning ijtimoiy-demografik tavsifi va SI foydalanish xarakteristikasi (N = 412)

Ko'rsatkich	Kategoriya	n	%
Jins	Ayol	228	55,3
	Erkak	184	44,7
Yosh guruhi	13–17 (o'quvchilar)	138	33,5
	18–25 (talabalar)	164	39,8
	26–40 (kurs tinglovchilari)	110	26,7
Ingliz tili darajasi	A1–A2 (boshlang'ich)	108	26,2
	B1–B2 (o'rta)	196	47,6
	C1–C2 (yuqori)	108	26,2
SI foydalanish chastotasi	Har kuni	186	45,1
	Haftasiga 3–5 kun	148	35,9

Ko'rsatkich	Kategoriya	n	%
	Haftasiga 1–2 kun	78	18,9
Eng ko'p ishlatiladigan SI	ChatGPT	164	39,8
	Duolingo	128	31,1
	Grammarly	72	17,5
	Boshqalar	48	11,6

O'lchov vositalari

(a) Til o'rganish motivatsiyasi shkalasi (TLMS-24)

Dörnyei (2010) L2MSS modeli asosida muallif tomonidan ishlab chiqilgan va o'zbek tiliga moslashtirilgan 24 bandli shkala. Uchta kichik shkala: ichki motivatsiya (8 band), tashqi motivatsiya (8 band) va o'quv tajribasi sifati (8 band). 5 ballik Likert shkalasi. Konstruktsiya validligi CFA orqali tasdiqlandi (CFI = 0,95, RMSEA = 0,052). Cronbach α = 0,86.

(b) Chet til o'rganish xavotirlanishi shkalasi (FLCAS — Horwitz et al., 1986)

O'zbek tiliga moslashtirilgan 33 bandli shkala. Uchta kichik shkala: muloqot xavotiri, imtihon xavotiri va salbiy baholanish qo'rquvi. α = 0,88. Moslashtirishda test-retest ishonchliligi r = 0,74. Linea bosqichli o'zbeklashtirish jarayonida til madaniy kontekstga mos 4 band almashtirildi.

(c) Umumlashtirilgan o'z-samaradorlik shkalasi, til o'rganishga moslashtirilgan versiyasi (GSE-TL)

Schwarzer va Jerusalem (1995) GSE shkalasi asosida til o'rganish kontekstiga moslashtirilgan 12 bandli shkala. α = 0,83.

(d) Kognitiv yuklanish va SI foydalanish intensivligi shkalasi (KYSIS-18)

Muallif tomonidan Sweller (1988) CLT nazariyasi asosida ishlab chiqilgan 18 bandli vosita. Ikkita kichik shkala: SI vositalariga tayanish darajasi (9 band) va kognitiv yuklanish ko'rsatkichi (9 band). α = 0,80.

(e) Mustaqil til o'rganish ko'nikmalari inventari (MTOKI-16)

Benson (2011) ning avtonomlik modeli asosida tuzilgan 16 bandli inventar. Metakognitiv strategiyalar, resurslarni boshqarish va o'z-monitoring kichik shkalalarini qamraydi. α = 0,81.

Statistik tahlil. Miqdoriy ma'lumotlar SPSS 28.0 va R 4.3.2 dasturlari yordamida qayta ishlandi. Qo'llanilgan statistik usullar: deskriptiv statistika, Shapiro-Wilk normallik testi, Pearson korrelyatsiya matritsasi, iyerarxik ko'p o'zgaruvchili regressiya tahlili, mediatsiya tahlili (PROCESS makro, Model 4, Hayes 2022), MANOVA (o'quvchilar/talabalar/kurs tinglovchilari guruhlarini taqqoslash). Sifatliq ma'lumotlar reflektiv tematik tahlil (Braun & Clarke, 2022) usulida ikki mustaqil kodlovchi tomonidan tahlil qilindi; kodlovchilararo kelishuv Cohen's κ = 0,84.

Natijalar. Asosiy psixologik ko'rsatkichlarning deskriptiv tasviri. Sun'iy intellekt vositalaridan foydalanadigan respondentlarning psixologik ko'rsatkichlari quyidagi jadvalda keltirilgan. Ichki motivatsiya o'rtacha darajadan yuqori bo'lib (M = 3,64), tashqi motivatsiya biroz past (M = 3,12) ekanligiga e'tibor qaratish lozim. Til o'rganish xavotirlanishi o'rtacha darajada (M = 52,4; FLCAS bo'yicha klinik shkala chegarali ball 80 dan past), ammo boshlang'ich darajadagi o'quvchilarda sezilarli yuqori ekanligi aniqlandi.

2-jadval. Asosiy psixologik o'zgaruvchilarning deskriptiv statistikasi (N = 412)

O'zgaruvchi	M	SD	Min	Max	Cronbach α
Ichki motivatsiya	3,64	0,72	1,25	5,00	0,84
Tashqi motivatsiya	3,12	0,81	1,00	5,00	0,79
O'quv tajribasi sifati	3,48	0,76	1,25	5,00	0,82
FLCAS umumiy (xavotirlanish)	52,4	14,6	18	98	0,88
O'z-samaradorlik (GSE-TL)	36,8	7,2	14	60	0,83
SI tayanish darajasi	3,21	0,88	1,00	5,00	0,78
Kognitiv yuklanish	2,94	0,84	1,00	5,00	0,80

O'zgaruvchi	M	SD	Min	Max	Cronbach α
Mustaqil o'rganish ko'nikmalari	3,38	0,79	1,25	5,00	0,81

Sun'iy intellekt foydalanish intensivligi va psixologik o'zgaruvchilar o'rtasidagi korrelyatsiya

Pearson korrelyatsiya tahlili SI vositalaridan foydalanish chastotasi bilan psixologik o'zgaruvchilar o'rtasidagi munosabatlarni aniqladi. SI foydalanish chastotasi ichki motivatsiya ($r = 0,54$, $p < 0,001$) va o'z-samaradorlik ($r = 0,49$, $p < 0,001$) bilan o'rta darajada ijobiy korrelyatsiyaga ega. Til o'rganish xavotirlanishi esa SI foydalanish bilan salbiy korrelyatsiya ko'rsatdi ($r = -0,42$, $p < 0,001$). Biroq SI tayanish darajasi kognitiv yuklanish bilan ijobiy korrelyatsiyada bo'lib ($r = 0,41$, $p < 0,001$), mustaqil o'rganish ko'nikmalari bilan salbiy korrelyatsiya namoyon etdi ($r = -0,36$, $p < 0,001$).

3-jadval. SI foydalanish intensivligi va psixologik o'zgaruvchilarning iyerarxik regressiya tahlili natijalari (N = 412)

Prediktorlar	β	SE β	t	p	ΔR^2
1-qadam: Demografik omillar					0,047
Yosh guruhi	0,12	0,04	2,67	0,008	
Jins (ayol=1)	0,08	0,04	1,98	0,048	
Ingliz tili darajasi	0,16	0,05	3,24	0,001	
2-qadam: SI foydalanish omillari					0,224
SI foydalanish chastotasi	0,29	0,06	4,83	<0,001	
SI vositalari turi (moslash.=1)	0,24	0,05	4,42	<0,001	
SI tayanish darajasi	-0,19	0,06	-3,31	0,001	
3-qadam: Psixologik omillar					0,312
Ichki motivatsiya	0,33	0,07	4,71	<0,001	
O'z-samaradorlik (GSE-TL)	0,27	0,06	4,50	<0,001	
Til xavotirlanishi (FLCAS)	-0,38	0,07	-5,43	<0,001	
Pedagogik qo'llab-quvvatlash	0,21	0,06	3,50	<0,001	
Umumiy model: adj. $R^2 = 0,583$, $F(12, 399) = 47,6$, $p < 0,001$					

Izoh: $p < 0,05$; $p < 0,001$. VIF < 3,0 (multikollinearlik yo'q). Boshqaruv o'zgaruvchisi: til o'rganish natijaviy ko'rsatkichi.

Iyerarxik regressiya natijasi shuni ko'rsatdiki, SI foydalanish omillaridan eng muhimi moslashtirilgan o'quv vositalaridan foydalanish ($\beta = 0,24$) va foydalanish chastotasi ($\beta = 0,29$) hisoblanadi. SI tayanish darajasining salbiy prediktor bo'lishi ($\beta = -0,19$) «ko'p ishlatish doimo yaxshi emas» degan gipotezani tasdiqladi. Uchinchi qadamda psixologik omillar eng kuchli prediktorlar sifatida namoyon bo'ldi: ichki motivatsiya ($\beta = 0,33$), til xavotirlanishi ($\beta = -0,38$) va o'z-samaradorlik ($\beta = 0,27$).

Guruhlar o'rtasidagi farqlar. Ko'p o'zgaruvchili dispersiya tahlili (MANOVA) natijalari uch o'quvchilar guruhi (maktab o'quvchilari, talabalar, kurs tinglovchilari) o'rtasida psixologik ko'rsatkichlarda umumiy statistik jihatdan ahamiyatli farq borligini ko'rsatdi: Wilks' $\Lambda = 0,742$, $F(16, 804) = 8,41$, $p < 0,001$, $\eta^2 p = 0,143$. Univariant tahlillar ayniqsa ichki motivatsiya ($F(2, 409) = 14,3$, $p < 0,001$) va til xavotirlanishida ($F(2, 409) = 11,8$, $p < 0,001$) guruhlar o'rtasidagi farq katta ekanligini ko'rsatdi.

4-jadval. Guruhlar bo'yicha asosiy psixologik ko'rsatkichlar taqqoslamasi (M ± SD)

Ko'rsatkich	Maktab o'q. (n=138)	Talabalar (n=164)	Kurs ting. (n=110)	F	p
Ichki motivatsiya	3,41 ± 0,78	3,72 ± 0,69	3,84 ± 0,64	14,3	<0,001
Til xavotirlanishi	58,2 ± 15,1	51,4 ± 14,2	46,8 ± 13,4	11,8	<0,001
O'z-samaradorlik	34,2 ± 7,8	37,4 ± 6,9	39,1 ± 6,4	9,4	<0,001
SI tayanish darajasi	3,48 ± 0,92	3,18 ± 0,87	2,94 ± 0,81	8,7	<0,001
Mustaqil o'rganish	3,12 ± 0,84	3,44 ± 0,76	3,58 ± 0,72	10,2	<0,001

Mediatsiya tahlili: O'z-samaradorlik buferi. PROCESS makrosi (Model 4, Hayes, 2022) yordamida o'tkazilgan mediatsiya tahlili shuni ko'rsatdiki, SI foydalanish chastotasi va til o'rganish natijaviyligining munosabatida o'z-samaradorlik qisman mediator vazifasini o'taydi. To'g'ridan-to'g'ri ta'sir: $b = 0,21$, $SE = 0,05$, 95% CI [0,11, 0,31]. Bilvosita ta'sir (o'z-samaradorlik orqali): $b = 0,14$, $SE = 0,03$, 95% CI [0,08, 0,21]. Mediatsiya ulushi: 40,0%. Bootstrap iteratsiyalari: $n = 10,000$.

Sifatij natijalar: Chuqur intervyu tahlili. 40 nafar ishtirokchi bilan o'tkazilgan chuqur intervyularning refleksiv tematik tahlili oltita asosiy tema aniqladi:

– "Xuddi o'qituvchi kabidir": ChatGPT va Duolingo bilan ishlash tajribasini ko'p ishtirokchi shaxsiy va sabr-toqatli o'qituvchi bilan muloqotga o'xshatdi. Noto'g'ri javob berishdan qo'rqmaslik til o'rganish jarayonini ancha qulaylashtirganligi ta'kidlandi.

– "Bir zumda javob: foyda yoki zarar?": Tezkor fikr-mulohazaning ikki tomonlama ta'siri — bir tomondan, xatolarni darhol ko'rish motivatsiyani oshirishi; ikkinchi tomondan, tezkor yechimga o'rganib qolish tafakkurni sustlashtirishi xavfining anglash darajasi past ekanligi.

– "SI menga, men esa nimaga?": Yuqori darajadagi o'quvchilar SI vositalarini mustaqil fikrlash uchun «ko'zgu» sifatida foydalanishsa, boshlang'ich darajadagilar ko'proq passiv qabul qiluvchi holatida bo'lishlari kuzatildi.

– "Qo'l bo'lsa, oyoq ishlamaydi": Bir qator ishtirokchilar SI'dan haddan tashqari foydalanish tufayli ingliz tilida mustaqil yozishga qodir emasligini his etganliklari va bu holat o'ziga nisbatan salbiy munosabat hosil qilganligini ta'kidladi.

– "Muvaffaqiyat spirali": SI bilan o'rganishda kichik muvaffaqiyatlarning tez-tez kuzatilishi o'quvchilarda ijobiy o'z-samaradorlik zanjirini (mastery experiences) shakllantirishi va bu keyingi qiyinroq vazifalarni qabul qilish tayyorligini oshirishi qayd etildi.

– "O'qituvchi qayerda qoldi?": Bir qator ishtirokchilar SI vositalarini mustaqil ishlatishda o'qituvchi bilan shaxsiy aloqaning susayishi, inson yondashuvining — tushuntirishning — ahamiyatini o'sha paytda e'tibordan chetda qoldirishganliklari va keyinchalik bu kamchilikni his etganliklarini aytdi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari SI vositalarining ingliz tili o'rganishiga psixologik ta'siri haqida bir qator muhim ilmiy xulosalarga kelish imkonini beradi. Birinchi asosiy xulosa: SI vositalaridan foydalanish chastotasi ichki motivatsiya ($r = 0,54$) va o'z-samaradorlik ($r = 0,49$) bilan kuchli ijobiy korrelyatsiyada bo'lishi Dörnyei (2001) L2MSS modelini va Bandura (1997) ning o'z-samaradorlik nazariyasini qo'llab-quvvatlaydi. SI vositalarining moslashtirilgan qiyinlik darajasi, tezkor mustahkamlash va xatosiz muhitda mashq qilish imkoniyati Bandura tomonidan ta'riflangan mastery experience ni ko'paytirib, o'z-samaradorlikni oshiradi. Mediatsiya tahlilida o'z-samaradorlikning SI-natijaviylik munosabatini 40% mediatsiya qilishi ushbu mexanizmning muhimligini tasdiqlaydi.

Ikkinchi muhim natija: til xavotirlanishining salbiy prediktor sifatida eng kuchli beta koeffitsientini ko'rsatishi ($\beta = -0,38$) Horwitz va boshqalar (1986) ning FLA nazariyasini tasdiqlaydi. Biroq SI muhitida xavotirlanishning kamayganligi ham aniqlandi ($r = -0,42$) — bu Dewaele va MacIntyre (2014) ning raqamli muhitda FLA kamayishi haqidagi xulosalarini mahalliy kontekstda qayta tasdiqlaydi. Ayniqsa maktab o'quvchilari orasidagi yuqori xavotirlanish darajasi ($M = 58,2$) SI vositalarini bu yosh guruhida xavotirni kamaytiruvchi vosita sifatida maqsadli qo'llash imkoniyatini ko'rsatadi.

Uchinchi xulosa: SI tayanish darajasining mustaqil o'rganish ko'nikmalari bilan salbiy korrelyatsiyasi ($r = -0,36$) va regressiya modelida salbiy prediktor sifatida namoyon bo'lishi ($\beta = -0,19$) Kasneci va boshqalar (2023) tomonidan ko'tarilgan «spoon-feeding» xavfini empirik jihatdan tasdiqlaydi. Sifatij mazmunda «qo'l bo'lsa, oyoq ishlamaydi» temasi ushbu natijalarga madaniy rangli tushuntirish qo'shadi. Bu o'qituvchilar va pedagoglarga muhim xabar beradi: SI vositalarini joriy etishda kognitiv avtonomlikni saqlash choralari oldindan ko'rish zarur.

To'rtinchi xulosa: maktab o'quvchilari, talabalar va kurs tinglovchilari orasidagi MANOVA farqlari yoshga va o'quv maqsadiga bog'liq ravishda SI integratsiyasiga farqli psixologik yondashuv zarurligini ko'rsatadi. Kurs tinglovchilari eng past til xavotirlanishi va eng yuqori ichki motivatsiya ko'rsatkichlarini namoyon etishi, ehtimol, ularning ixtiyoriy o'rganish motivatsiyasiga bog'liqdir.

Tadqiqotning cheklovlari sifatida quyidagilarni qayd etish lozim: kross-seksional dizayn sabab-oqibat munosabatlarini aniqlashga imkon bermaydi; barcha o'lchov vositalari self-report asosida bo'lganligi sababli ijtimoiy qabul qilinganlik moyilligi inkor etilmaydi; SI vositalarining texnologik jihatdan tez rivojlanishi tadqiqot natijalari yaroqliligining davriy cheklovini hosil qiladi.

Xulosa va tavsiyalar. Ushbu tadqiqot ingliz tilini o'rganishda SI vositalarining psixologik ta'siriga oid muhim empirik xulosalar chiqarishga imkon berdi.

Asosiy xulosalar:

1. SI vositalaridan maqsadli foydalanish ichki motivatsiya va o'z-samaradorlikni oshiradi hamda til o'rganish xavotirlanishini kamaytiradi — bu ta'sirlar psixologik jihatdan ilmiy asosli va pedagogik ahamiyatga molik;

2. Biroq SI vositalariga haddan tashqari tayanish kognitiv yuklanishni oshirishi va mustaqil o'rganish ko'nikmalarini susaytirishi mumkin — ushbu ikki tomonlama xarakter muvozanatli integratsiya strategiyasini talab etadi;

3. O'z-samaradorlik SI foydalanish va til natijaviyligining munosabatida muhim mediator hisoblanadi — o'z-samaradorlikni oshiruvchi pedagogik aralashuvlar SI integratsiyasi samaradorligini yanada kuchaytiradi;

4. Maktab o'quvchilari, talabalar va kurs tinglovchilari turlicha psixologik profil ko'rsatadi — shunga mos differensiallashgan SI integratsiya strategiyalari ishlab chiqilishi zarur.

Amaliy tavsiyalar:

– Ta'lim muassasalarida SI vositalarini joriy etishda o'qituvchilarga psixologik ta'sirni boshqarish bo'yicha maxsus tayyorgarlik dasturlarini o'tkazish tavsiya etiladi;

– Boshlang'ich darajadagi o'quvchilar uchun SI vositalaridan avval til xavotirlanishini kamaytiruvchi ijtimoiy-psixologik muhit yaratish ustuvor vazifa sifatida belgilanishi lozim;

– «Muvozanatli SI integratsiyasi» tamoyili joriy etilsin: SI yordamchi funksiyada, o'quvchi esa aktiv fikrlovchi sifatida — har bir darsda SI'siz mustaqil bajarish topshiriqlari majburiy kiritilsin;

– O'qituvchilar dars rejalamasida «SI bilan ishlash» va «SI'siz mustaqil ishlash» sessiyalarini almashtiruvchi kognitiv avtonomilikni saqlash strategiyasini qo'llashi tavsiya etiladi;

– Kelajakdagi tadqiqotlarda longitudinal dizayn asosida SI integratsiyasining vaqt o'tishi bilan psixologik ta'sirini kuzatuvchi va SI'siz guruhlar bilan randomlashtirilgan nazorat (RCT) tadqiqotlari amalga oshirilishi maqsadga muvofiq.

Adabiyotlar:

1. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. Freeman.
2. Bao, R. (2023). Employing ChatGPT to respond to and evaluate students' English writing in the Chinese tertiary EFL context. *Education and Information Technologies*, 29, 9435–9455.
3. Benson, P. (2011). Teaching and researching autonomy (2nd ed.). Pearson Education.
4. Braun, V., & Clarke, V. (2022). Thematic analysis: A practical guide. Sage.
5. Cheng, Y., Horwitz, E. K., & Schallert, D. L. (1999). Language anxiety: Differentiating writing and speaking components. *Language Learning*, 49(3), 417–446.
6. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Plenum.
7. Dewaele, J. M., & MacIntyre, P. D. (2014). The two faces of Janus? Anxiety and enjoyment in the foreign language classroom. *Studies in Second Language Learning and Teaching*, 4(2), 237–274.
8. Dörnyei, Z. (2001). Teaching and researching motivation. Longman.
9. Dörnyei, Z. (2009). The L2 motivational self system. In Z. Dörnyei & E. Ushioda (Eds.), *Motivation, language identity and the L2 self* (pp. 9–42). Multilingual Matters.
10. Dörnyei, Z. (2010). Questionnaires in second language research (2nd ed.). Routledge.
11. Godwin-Jones, R. (2022). Partnering with AI: Intelligent writing assistance and instructed language learning. *Language Learning & Technology*, 26(2), 5–24.
12. Hayes, A. F. (2022). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis (3rd ed.). Guilford Press.

13. Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., & Cope, J. (1986). Foreign language classroom anxiety. // *The Modern Language Journal*, 70(2), 125–132.
14. Kasneci, E., Seßler, K., Küchemann, S., Bannert, M., Dementieva, D., Fischer, F., ... Kasneci, G. (2023). ChatGPT for good? On opportunities and challenges of large language models for education. // *Learning and Individual Differences*, 103, 102274.
15. Kessler, G. (2018). Technology and the future of language teaching. // *Foreign Language Annals*, 51(1), 205–218.
16. MacIntyre, P. D., & Gardner, R. C. (1994). The subtle effects of language anxiety on cognitive processing in the second language. // *Language Learning*, 44(2), 283–305.
17. Mayer, R. E. (2019). Thirty years of research on online learning. // *Applied Cognitive Psychology*, 33(2), 152–159.
18. Mills, N., Pajares, F., & Herron, C. (2007). Self-efficacy of college intermediate French students: Relation to achievement and motivation. *Language Learning*, 57(3), 417–442.
19. Peng, J. E. (2015). L2 motivational self system, attitudes, and affect as predictors of L2 WTC: An imagined community perspective. // *The Asia-Pacific Education Researcher*, 24(2), 271–279.
20. Reinders, H., & Wattana, S. (2015). Affect and willingness to communicate in digital game-based learning. *ReCALL*, 27(1), 38–57.
21. Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio* (pp. 35–37). NFER-Nelson.
22. Sweller, J. (1988). Cognitive load during problem solving: Effects on learning. *Cognitive Science*, 12(2), 257–285.
23. Tai, T. Y., & Bhattacharya, U. (2022). The application of AI text generators on EFL learners' writing performance: A meta-analysis. *Journal of Research in Innovative Teaching & Learning*, 16(1), 33–53.
24. Zawacki-Richter, O., Marín, V. I., Bond, M., & Gouverneur, F. (2019). Systematic review of research on artificial intelligence applications in higher education – where are the educators? // *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 16(1), 39.

Bobokalonov Ramazon Rajabovich,Professor at Bukhara State University, Doctor of Philology, Uzbekistan
boboramazon@yahoo.fr**INTEGRATION OF NEUROSCIENCES AND SOCIAL ISSUES OF
NEUROPSYCHOLINGUISTICS**

Abstract. The article observed the socialization of neuropsycholinguistics, the integration of neuroscience branches, the development of language abilities in a linguistic person, the gradual growth of the ability to "listen + understand + speak" on the basis of "language + consciousness + thinking", especially the issues of the mental and speech potential of a modern charismatic person who serves the interests of society and the state. Along with these, the differential signs of a linguistic person, a linguistic person, a Perfect Person and a charismatic person are explained. The issues of human thinking, the nervous system, the activity of the brain, as well as the problems of physical and mental state, conscious attitude towards others, and achieving a sustainable lifestyle are discussed.

Keywords: neuroscience, neuropsycholinguistics, neuropsychology, neurolinguistics, cognitive psychology, human thinking, nervous system, brain, linguistic personality, language, thinking, linguistic personality, linguistic personality, Perfect Person, charismatic person.

**ИНТЕГРАЦИЯ НЕЙРОНАУК И СОЦИАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
НЕЙРОПСИХОЛИНГВИСТИКИ**

Аннотация. В статье рассматривается социализация нейropsихолингвистики, интеграция отраслей нейронауки, развитие языковых способностей у лингвистически развитой личности, постепенный рост способности «слушать + понимать + говорить» на основе «языка + сознания + мышления», особенно вопросы умственного и речевого потенциала современной харизматичной личности, служащей интересам общества и государства. Наряду с этим, объясняются дифференциальные признаки лингвистически развитой личности, совершенной личности и харизматичной личности. Обсуждаются вопросы человеческого мышления, нервной системы, деятельности головного мозга, а также проблемы физического и психического состояния, осознанного отношения к окружающим и достижения устойчивого образа жизни.

Ключевые слова: нейронаука, нейropsихолингвистика, нейropsихология, нейролингвистика, когнитивная психология, человеческое мышление, нервная система, мозг, лингвистическая личность, язык, мышление, лингвистическая личность, лингвистическая личность, идеальный человек, харизматичная личность.

**NEUROFANLAR INTEGRATSIYASI VA NEYROPSEXOLINGVISTIKANING IJTIMOIIY
MASALALARI**

Annotatsiya. Maqolada neyropsixolingvistikaning ijtimoiylashuvi, neyrofanlar tarmoqlarining integratsiyasi, lingvistik shaxsda til qobiliyatlarining rivojlanishi, ayniqsa "til + ong + tafakkur" asosida "eshitish + tushunish + gapirish" qobiliyatining bosqichma-bosqich shakllanishi yoritilgan. Shuningdek, jamiyat va davlat manfaatlariga xizmat qiluvchi zamonaviy xarizmatik shaxsning aqliy va nutqiy salohiyati masalalari tahlil qilingan. Shu bilan birga, lingvistik shaxs, mukammal inson va xarizmatik shaxsning farqlovchi belgilariga izoh berilgan. Inson tafakkuri, asab tizimi, miya faoliyati, jismoniy va ruhiy holat muammolari, boshqalarga ongli munosabat hamda barqaror turmush tarziga erishish masalalari ko'rib chiqilgan.

Kalit so'zlar: neyrofanlar, neyropsixolingvistika, neyropsixologiya, neyrolingvistika, kognitiv psixologiya, inson tafakkuri, asab tizimi, miya, lingvistik shaxs, til, tafakkur, mukammal inson, xarizmatik shaxs.

Introduction. Philosophers have said: "If everyone thinks they are right, the truth will remain hidden." So far, the focus of neuropsycholinguistics has been focused only on people who have lost their ability to speak and have limited opportunities. In fact, neuropsycholinguistics has been aimed at treating many diseases caused by hereditary or situational brain injuries, restoring speech disorders, and helping them to

function equally in society. This field of science has served and continues to serve a group of people in society - people with speech and mental disabilities, who have difficulty speaking. However, the broader relevance and usefulness of this science to social issues have been little recognized. In contrast to the initial fundamental scientific views, modern socialized neuropsycholinguistics is rapidly gaining popularity among the people and is causing various debates. Today, scientific views on this science are changing significantly. This science is becoming a necessity as a dynamic, effective and productive field, and the need to provide charismatic personnel for society is evidence of its socialization.

Neuropsycholinguistics arose directly at the intersection of neurosciences - neurology, psychology, psychiatry with linguistics. More precisely, this science was formed from the pursuit of neurolinguistics and psycholinguistics towards one goal. Its integrative issues are a set of problems aimed at studying the activities of the young generation - a linguistic personality growing up in the mental mechanism of the triad "language + consciousness + thinking" - in the dimension of several sciences. That is, the problems of this science are manifested not only in the framework of neurology, psychology and linguistics, but also in the connection with neurobiology, medicine, cognitive sciences, pedagogy and social sciences. It is understood that the structural structure of neuropsycholinguistics as a modern science is the product of the process of studying the direct "language + consciousness + thinking" integration of neurology (the functions of Broca's, Wernicke's areas and the prefrontal cortex), cognitive psychology (changes in human mental state), and linguistics (phonetic, semantic, syntactic issues of word, sentence, and text structure) at the intersection of how language units are encoded and decoded in brain structures.

Indeed, in Western countries, psychological, neurophysiological, and psycholinguistic studies have been conducted on the production, comprehension, and perception of speech from a sociolinguistic and pragmatic perspective. In particular, it has been scientifically analyzed how memory, attention, thinking, and perception are combined with speech, how working memory affects speech speed, how speech selection changes during emotion, and how emotions affect the content and form of speech. However, the neural mechanisms of speech and affective neuroscience, the impact of words and sentences on the human mind, and how emotions such as fear, anger, hatred, or joy, love, laughter, and smile are expressed in "language+consciousness+thought" have not been fully studied. In the areas of social psychology, discourse analysis, and cultural studies, it has not been determined how speech activity changes in the situation and social environment, society, culture, and communicative situation affect the "language+consciousness+thought" system.

The day comes when every science will inevitably and necessarily become socialized for the benefit of society. The socialization of neuropsycholinguistics is determined by its relevance to the interests of the family and society. After all, neuropsycholinguistics cannot be studied separately from social life, economics, politics, culture, enlightenment, education, religion and beliefs. This science is multidisciplinary and is directly and indirectly related to speech culture, ethics and aesthetics, personology, sociolinguistics, communicology, discourseology, cognitive linguistics, and indirectly related to social science, political science, and national values.

Scientific analysis. The location of language signs in the brain, their implementation in speech, and the formation of pragmatic competencies require further scientific research. This shows that speech disorders can be studied not only through the medical field, but also linguistically and psychologically.

The development of language abilities is closely tied to the problems of evolutionary integration. Developmental psychology requires the use of cognitive sciences such as biology, anthropology, neuroinformatics, computer linguistics, and artificial intelligence to model the neural mechanisms of human speech in evolutionary systems. Thus, the integrative issues of neuropsycholinguistics are complex problems aimed at studying speech activity on the basis of the unity of biological, psychological, cognitive, and social factors.

Neuropsycholinguistics, in connection with applied psychology, studies the relationship between thinking, language, and behavioral programming in the form of "Neurolinguistic Psychology or Neurolinguistic Programming (NLP)". Nowadays, human experience is being integrated into the development of consciousness, improved communication, and the achievement of promising goals by modeling, changing speech patterns, and thinking strategies.

Neurolinguistic programming (NLP) uses methods aimed at consciously influencing the "internal map" of the world to change perceptions and habits. Working with the "internal map" means identifying and changing the beliefs, images and thoughts that shape reality. It turns out that, based on experience, there is a need to model the full use of the capabilities of the internal map "language + consciousness + thinking" in determining the boundaries of the human personality.

An internal map is a concept borrowed from geography, which is a map that reflects, in addition to the external appearance of an object, its internal structure, composition, content, condition, etc. For example, information such as depth or chemical composition, underground structure on a sea map are among them. The inner world of a person, unlike simple geographical maps, shows not only the superficial state, but also the mental, speech, spiritual, ideological layers, and even internal processes of abilities such as health. Until now, the main social issues of neuropsycholinguistics have been explained as speech disorders, the inability of a person to speak after a stroke, brain injury, or illness. In this, how to restore speech is an important issue. It is argued that neuropsycholinguistics can solve the problems of language development in children - early detection and proper education of conditions such as autism, dyslexia, late speech, speech deficiency in mental conditions, depression, anxiety, schizophrenia and its impact on speech, issues of determining mental state through speech, multilingualism (bilingualism), how knowledge of two or more languages is formed in the brain, education and speech rehabilitation, and inclusive education. But at the same time, even a healthy person needs neuropsycholinguistic training. Even a healthy and harmonious person sometimes cannot give in to stress and emotions, has difficulty expressing his thoughts clearly, and cannot always structure his speech fluently, logically, and effectively. During anger, fear, and excitement, brain functions are inhibited, the mind retreats, and speech disorders occur. Social neuropsycholinguistics can also be used to prevent these situations.

Since neuropsycholinguistics is a science located at the intersection of language, brain, and social consciousness, its current issues are directly related to the problems of society. The involvement of this science in current social issues is a new theoretical approach for the science itself. There is very little clear scientific information about this on a global scale. Socialization is a concept that means that an event, person, or action acquires a social essence, becomes relevant to many, and becomes the embodiment of social relations. The process of socialization and its specific features have been studied by the disciplines of philosophy, sociology, social psychology, pedagogy, history, and ethnography. However, it is within the framework of social neuropsycholinguistics that a special approach is being taken for the first time in the 21st century [1].

The philosophical interpretation of socialization was founded by the French sociologist and founder of social psychology, Gabriel Tarde. Its problems were partially studied in the classical psychoanalysis of the Austrian neurologist and psychologist Sigmund Freud, in the work of the Soviet-era philosopher-psychologist Lev Simkhovich Vygotsky and the founder of activity theory Alexei Nikolayevich Leontyev, and in the structural-functional analysis of the American sociologist Talcott Parsons. Currently, the specific features of the socialization process have been studied by representatives of the symbolic interactionist school in the American states of Chicago and Iowa - Canadian sociologist, social psychologist and writer Erving Goffman, philosopher, sociologist, psychologist George Herbert Mead, and Herbert George Blumer [6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13].

Socialization is also interpreted as the process of assimilating human culture, in particular, national cultural traditions. Socialization, as a process of adaptation to the cultural environment, continues throughout a person's life, but this process is formed as early as 2-6 years of age. If a child is cut off from the process of learning cultural values during this period, the socialization process stops. (A child who is angry or wild can be raised from angry parents).

The main components of neuropsycholinguistics "Neuro" - refers to the nervous system, sensory organs and how a person perceives information. Linguistically, it studies how language (words, intonation) affects human thinking and behavior.

Research methodology. From a neuropsycholinguistic point of view, three understandings in particular do not choose time and space. These are "listening, understanding and speaking". A person who does not know how to listen and understand (understand) cannot speak fluently. A person with a strong tongue can speak fluently, a person with a deep mind can listen deeply and a person with a full understanding can understand. Humans are created in such a way that these three units are used in the process of interaction. The manifestation of this in social life is inherent in the values and mentality of each people. In international relations, the types of appeals, listening to oneself and others, avoiding conflicts and force majeure processes, diplomatic balance, exchange of views, and similar situations arise in the culture of communication. All concepts such as relationship, appeal, meeting, discussion, debate, discussion, and reflection are decorations that are appropriate for the culture of a particular nation, and are implemented with ethical and aesthetic standards and rules. It is at this point that social neuropsycholinguistics works together with the family, school, and society [2].

Communication is partly monological, often dialogic, polylogical. In other words, in the interaction of two or more people, thoughts formed in the brain are realized through speech. Since the world is built on the

laws of beauty, it is necessary that a person's behavior and speech, appearance and clothing, attitude and communication are all beautiful. V.G. Korolenko: "Words are not toy balloons flying in the wind. They are tools: they must carry a certain amount of weight. "We can only judge the importance and power of words by how much they can calm and change the mood of others," [5] - which also refers to the culture of communication necessary for a person.

From a religious and secular point of view, God, who created man in all respects perfect and beautiful, placed a complex conscious mechanism in the human brain, the "hypothalamus", which is the embryonic nucleus, that controls the entire body. The hypothalamus is the central control organ of the brain, controlling body temperature, hunger and thirst, and the sleep-wake cycle. By producing hormones, it controls the endocrine system, emotional and sexual behavior, and also provides communication between the nervous and hormonal systems, maintaining balance in the body. Divine talent, talent and ability are also the result of the hypothalamus functioning in a controlled environment. At the speed of electric current, the brain perceives changes in different points of the body, automated movements, pleasant and unpleasant smells, and even fear and pain through the hypothalamus. The control function of the human body - reacting to positive and negative situations - is also under the control of the brain. The brain automatically controls all the functions of the human anatomy: it perceives the external world, gives commands to internal organs, and so on.

A person can express his thoughts not only in his native language, but also in another language. For this, he must have the ability to speak a language. The requirement that has become an important necessity for the upbringing of a mature generation in the present era is to see the development of speech culture in a person in the form of "language + mind + thinking" under the heading "nerves + spirit + speech". Nerves and spirit indicate the level of development of human speech. Indeed, the harmony of language and thinking determines the level of perfection of a person. In the concept of a perfect person, first of all, attention is paid to the quality of a person's oral and written speech on the basis of thinking. Oral and written speech do not develop at the same rate in all people. The development of oral speech in some people and written speech in others is a natural phenomenon that depends on their talent, inner psyche, mental abilities and capabilities. After all, desire plays an important role in a person, the activity of desire in the brain renews the human psyche, and these changes determine personal development.

Observations show that, from an educational point of view, the speech of students studying in religious madrasas is much simpler, more effective, richer, more grounded, and more coherent than that of students studying in higher education institutions. What is the reason for this? This depends not only on the conditions of the education system, but is also based on faith, belief, and enlightenment. A student studying in a religious madrasa, first of all, quickly distinguishes between good/bad, lawful/unlawful, outward/inward within the framework of uniformity, and on the basis of these strict rules, the brain automates guidance. In secular educational institutions, the use of educational factors of religious faith is quite limited, and even professors and teachers are not ready to use it perfectly. For this reason, the principles of religious education easily eliminate the principles of secular education. The conclusion is that it is natural for people living side by side in a society, depending on their upbringing, beliefs, and level of responsibility, to perceive the same reality in two contradictory ways, and the influence of ideological ideology is strong. Therefore, in a democratic society, many intelligent, educated, capable, and talented charismatic people are needed to solve problems.

Discussion. People who are intelligent, have deep thoughts, and are fluent in speech, and who have earned the name "linguists" among the people, have easily won over and led people with shallow thoughts. Many commanders have been the cause of historical changes with such qualities. In science, such people who have demonstrated leadership charisma are initially called "linguistic personalities". In the field of language and thought, the Russian linguist Yu. N. Koroulov gave a detailed definition of linguistic personality (языковая личность) [4]. This term in Uzbek means "language personality, owner of the language, a person who speaks his native language". The concept and term "linguistic personality" in Uzbek linguistics were introduced by Professor H.G. Ne'matov. Yu. N. Koroulov also used the term "языковая личность" in this sense in relation to the Russian language. Finally, we do not want to deny that the term "linguistic person" is used in its place in Russian and Uzbek. It is clear that in both languages, this term is used quite appropriately from the point of view of learning one's native language. However, we cannot simply call "a person who has learned a language, knows a language, is aware of a foreign language" a "linguistic person". The problem is that a person who has mastered the lexicon, grammar, stylistics and artistic construction of his native language and has learned a new language on the basis of his native language is considered a "linguistic person", that is, he becomes a bilingual - a person who knows another language. The difference between a linguistic person and a linguistic person can be understood in the fact that he mediates between two or more languages. A linguistic person is higher than a linguistic person.

In neuropsycholinguistics, the integration of a linguistic personality into a charismatic person is not without benefits. Integration, which in Latin means "to complete", "to fill", is the process of combining different parts or systems into a single whole. It is used in such areas as economics, science, society or pedagogy. We set ourselves the goal of using this term from the point of view of the science of neuropsycholinguistics. This hierarchical level of integration consists of "Linguistic personality → Perfect mature personality → Perfect person → Charismatic (charismatic) person".

A linguistic personality is a person who communicates freely in his native language, can express his opinion in any situation, defends his views with his speech, has the ability to encode and decode speech, has mastered the lexical, grammatical, phraseological, etc. laws of the language. In different parts of the world, a number of people who do not know a foreign language are considered linguistic personalities.

A linguistic person is a person who has mastered a certain (or several) language on the basis of the lexical, grammatical, and stylistic rules of his native language, who can distinguish language features, who can explain his thoughts and worldview to a representative of another nationality in exchange for knowledge of the language, who can freely use national, cultural, and spiritual wealth and inform in a foreign language. A linguistic person does not have to be only an intellectual or a teacher who knows the language. In today's conditions, a linguistic person from kindergarten age becomes a linguistic person, that is, he learns a language. Many of them are rising to the level of bilinguals or polyglots. The earlier a child learns foreign languages, the faster he becomes a linguistic person.

A well-rounded adult is a person who has reached adulthood, has formed physical, mental, moral, and spiritual qualities, understands family responsibility and is able to manage a family, is active in society, has a profession, recognizes his or her rights, communicates freely, has developed the ability to think, has formed a balanced worldview, has read and studied educational texts, has received pedagogical education, and has the ability to educate the younger generation, has high character, has earned respect for his or her gentleness, kindness, and fairness, and is an integral part of the family and society with his or her knowledge and exemplary behavior.

A perfect person is a person who is spiritually, morally, mentally and physically perfect, contributes to the development of society, is self-aware, and has noble morals. He is an enlightened and intelligent person who works tirelessly on himself throughout his life, who is an example to everyone. His main qualities are:

- an intelligent person who spreads knowledge and enlightenment, who instills all his knowledge in his students, and who leads to progress;
- an ideal person of a high level, with a high level of intellectual development, self-awareness (Socrates) and understanding the meaning of life, freedom of thought, and a high ability to achieve perfection;
- an avant-garde for society: a person who strives for a healthy society and a healthy generation, an intelligent and highly intelligent person who influences society;
- transparent in his thoughts: actively acts within the team, is a good predictor, and can cause positive changes.

From a religious perspective, a Perfect Person is someone who has recognized the path of Truth, has achieved spiritual perfection, and has been able to manifest the qualities of Allah Almighty and Muhammad (peace be upon him). Such a person combines divine and worldly knowledge, invites Muslims to noble feelings with his purity of heart and divine-mystical knowledge, is steadfast on the path of guidance, sets an example for others with his manners and ethics, and is a person of beautiful character and enlightenment.

A charismatic person is usually understood as a person who is distinguished by his special abilities and qualities or the ability to captivate others, who can easily influence and control those around him [2; 3]. The concept of a charismatic person originally appeared as a divine ability (for example, in prophets), but in science this concept was introduced by the German sociologist Max Weber from a political perspective [6]. Currently, leadership ability is used to refer to individuals who have a high ability to follow people. The first of the main characteristics of a charismatic person is that he can naturally attract others to himself - he has a high magnetic force; secondly, he has good leadership skills: he can easily absorb his thoughts and ideas into others, he has the ability to motivate those around him to action; thirdly, he is distinguished by such skills and qualities as special wisdom, strength, heroism, beauty, courage, amazing speech; Fourth, confidence and trustworthiness: self-confident and inspires confidence in others. Fifth, emotional power: powerfully influences the emotions of others.

Society expects from a charismatic person not just simple charm, but leadership combined with social responsibility, a clear articulation of a common goal, a source of meaning and hope in difficult situations, and the ability to unite people around a common idea. Society expects a charismatic person to prioritize the

public interest over personal interest, to understand the consequences of their decisions, and to use emotional power for constructive management rather than manipulation.

Charisma is intelligence, charm, intellectual power, but it must be able to control itself and be protected by high morality. A charismatic person must set a moral, spiritual and intellectual example, not violate the values of society, reduce the gap between words and deeds, be a symbol of justice, honesty and sincerity. For society, a charismatic person is an ideal model (honor, role model). A charismatic person is a source of inspiration and motivation for others. Society learns from such a person to give moral uplift, encourage people to action, help overcome passivity. This becomes especially a strong need in times of crisis, reform or change. Communication and empathy, the ability to listen to people, establish contact with different layers, inspire trust in those around them are positive qualities of a charismatic person [1; 2; 3].

At the stage of statehood, peace, stability, prosperity, human dignity and mutual trust are important needs for all society. The need for a charismatic person is a situation that exists at all times and in all places. Otherwise, society will stagnate. Where leadership abilities are weakened, charisma quickly becomes unreliable.

Not only language, but also non-verbal gestures, behavior, dress code, smile, motivation through thinking, action and changes affect emotions, education to increase self-confidence in personal development, fighting phobias that torment a person, overcoming force majeure obstacles in a lighter way, improving mutual understanding in communication, improving negotiations and coaching activities, improving the ability to properly organize sales and marketing in business, it is very useful to integrate the linguistic personality into a charismatic person, that is, to use the basics of neuropsycholinguistics.

Conclusion. The following principle prevails in a charismatic person: "Lead us, but do not lose us; inspire, but do not deceive; lead, but do not dominate." From this it becomes clear that not every Perfect Person can be charismatic. These qualities in a charismatic person are seasonal, and few people can be endowed with divine talent. A charismatic person is an impeccable, unique leader who has the ability to amaze others, attract them to himself and take them into his sphere of influence. Such a person has a significant positive impact on the development of not only a small team, but also society, achieving effective results. The abundance of leading individuals in society paves the way for the country to become socially, politically, culturally and physically healthy for citizens, and for the prosperous development of families. New Uzbekistan also needs millions of such individuals. The exemplary work of the head of our state on youth, the program for creating the III Renaissance generation, is aimed at educating charismatic people.

References:

1. Bobokalonov R.R. Tibbiyot va neyropsixolingvistika. Monografiya, GlobEdit. Republic of Moldova, Europe printed, 2023. Pages 3-123. ISBN: 978-620-0-64769-6.
2. Бобокалонов Р.Р. Нейропсихолингвистика: языковая личность и харизматический человек. Теория, практика и методика. Monografiya, LAP LAMBERT Academic Publishing, Republic of Moldova, Europe printed. 2023. Pages 3-230. ISBN: 978-620-6-15214-9.
3. Сайфуллаева Р.Р., Бобокалонов Р.Р., Бобокалонов П.Р. Нейропсихолингвистика. Учебник. GlobEdit. Republic of Moldova, Europe printed, 2025. Pages 3-149 ISBN: 978-620-8-45463-0.
4. Караулов Юрий Николаевич. Русский язык и языковая личность. Изд. 7-е. — М.: Издательство ЛКИ, 2010. — 264 с.
5. Короленко В. Г. Дневник: 1917—1921. Письма. — М.: Советский писатель, 2001. — 544 с. — 5000 экз. — ISBN 5-265-03471-4.
6. Max Weber's Politics of Civil Society Cambridge University Press, September 2009. ISBN: 9780511490286 DOI: <https://doi.org/10.1017/CBO9780511490286>.
7. Gabriel Tarde. La Logique sociale, 1895. Institut national d'histoire de l'art 1999.
8. Фрейд, Зигмунд. Основные психологические теории в психоанализе / пер. М. В. Вульф, А. А. Спектор. — М.: АСТ, 2006. — 400 с. — ISBN 5-17-036472-5.
9. Выготский Л.С. Психология развития человека. — М.: Смысл, 2001 ;
10. Леонтьев А. Н.. Деятельность. сознание. личность. М.: Политиздат, 1975.
11. Talcott Parsons, "Comment on 'Parsons as a Symbolic Interactionist' by Jonathan Turner. Sociological Inquiry. Vol. 45. no.1. 1975. pp. 62–65.
12. Mead, George Herbert. 1982. The Individual and the Social Self: Unpublished Essays by G. H. Mead, edited by D. L. Miller. Chicago: University of Chicago Press. ISBN 978-0-608-09479-3.
13. Herbert, Blumer. Symbolic Interactionism: Perspective and Method. Éditeur University of California Press, 1986, 208 pages. ISBN 0520056760, 9780520056763.

Eshchanova Nasiba Matnazarovna,
Ma'mun universiteti o'qituvchisi

EMOTSIONAL ZO'RIQISHNING SHAXS YURAK-QON TOMIR TIZIMIGA TA'SIRI

Annotatsiya. Mazkur maqolada emotsional zo'riqishning yurak-qon tomir tizimiga ta'siri ilmiy jihatdan yoritilgan. Unda stress, depressiya, affekt kabi psixologik holatlarning fiziologik mexanizmlari va ular yurak faoliyatiga ko'rsatadigan salbiy ta'sirlari tahlil qilingan. Shuningdek, psixologik stressning uzoq davom etishi yurak ritmi, qon bosimi, qon aylanishi hamda avtonom asab tizimi faoliyatida qanday o'zgarishlarga sabab bo'lishi bayon etilgan.

Tadqiqot natijalari stress holati yurak-qon tomir kasalliklari, xususan gipertoniya va ishemik yurak kasalligi rivojlanishida muhim xavf omili ekanini ko'rsatadi. Shuningdek, maqolada stressni kamaytirishning psixologik mexanizmlari meditatsiya, autogen mashqlar, ijobiy fikrlash va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimining ahamiyati ta'kidlab o'tilgan.

Kalit so'zlar: emotsional zo'riqish, psixologik stress, yurak-qon tomir tizimi, gipertoniya, avtonom asab tizimi, depressiya, stressni boshqarish, psixosomatik omillar.

ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ НА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТУЮ СИСТЕМУ ЧЕЛОВЕКА

Аннотация. В данной статье научно освещается влияние эмоционального напряжения на сердечно-сосудистую систему. Рассмотрены физиологические механизмы таких психологических состояний, как стресс, депрессия и аффект, а также их отрицательное воздействие на деятельность сердца. Кроме того, описано, каким образом длительный психологический стресс вызывает изменения сердечного ритма, артериального давления, кровообращения и функционирования вегетативной нервной системы.

Результаты исследования показывают, что стрессовое состояние является важным фактором риска развития сердечно-сосудистых заболеваний, в частности, гипертонии и ишемической болезни сердца. Также подчеркивается значение психологических механизмов снижения стресса — медитации, аутогенных тренировок, позитивного мышления и системы социальной поддержки.

Ключевые слова: эмоциональное напряжение, психологический стресс, сердечно-сосудистая система, гипертония, вегетативная нервная система, депрессия, управление стрессом, психосоматические факторы.

THE IMPACT OF EMOTIONAL STRESS ON THE HUMAN CARDIOVASCULAR SYSTEM

Abstract. This article scientifically examines the impact of emotional stress on the cardiovascular system. It analyzes the physiological mechanisms of psychological states such as stress, depression, and affect, as well as their negative effects on heart function. The article also describes how prolonged psychological stress can cause changes in heart rhythm, blood pressure, circulation, and the functioning of the autonomic nervous system.

Research findings indicate that stress is an important risk factor in the development of cardiovascular diseases, particularly hypertension and ischemic heart disease. Furthermore, the article emphasizes the significance of psychological mechanisms for stress reduction — including meditation, autogenic training, positive thinking, and social support systems.

Key words: emotional tension, psychological stress, cardiovascular system, hypertension, autonomic nervous system, depression, stress management, psychosomatic factors.

Kirish. Bugungi kunda bilamizki, jahonda fan texnika tarqqiyotining shiddat bilan rivojlanishi kuzatilmoqda. Bu holatlar bevosita insonlar turmush tarziga va ularning salomatligiga o'z ta'sirini o'tkazmoqda. Dunyo miqyosida olib borilgan tadqiqotlar natijalariga ko'ra hozirgi kunda yurak qon tomir kasalliklari bilan kasallanish holatlari onkologik kasalliklardan keyingi o'rinda ekanligini ko'rishimiz mumkin. Yurak qon tomir kasalliklari insonlarda asosan noto'g'ri ovqatlanish asabiylashish jismoniy tarbiya bilan shug'ullanmaslik shuningdek, ortiqcha vazn natijasida kelib chiquvchi kasallik hisoblanadi.

Tatqiqot metodlari. Mazkur tadqiqot quyidagi metodlar asosida amalga oshirildi: fiziologik o'lovchov metodi, psixologik diagnostika metodi, eksperimental kuzatuv metodi, statistik tahlil metodi, qiyosiy tahlil kabi metodlardan foydalanildi.

Muhokama va natijalar. Gipertoniya kasalligini ham yuqorida keltirilgan kasalliklar sirasiga kiritdik bo'ladi. Chunki gipertoniya kasalligi ham insonlarda ortiqcha kamharakatlik emotsional holatlarning zo'riqishi natijasida paydo bo'ladi. Emotsional holatlarning inson organizmiga ta'siri juda katta hisoblanadi. Bunday holatlarga biz insonning stress, depressiya va affekt kabi holatlarni keltirib o'tishimiz mumkin. Shulardan stress holati insonlarda ortiqcha bosim ruhiy zo'riqish oqibatida kelib chiqadigan holat. Stress ikki xil bo'ladi, bular fiziologik va psixologik kabi turlarga ajratiladi. Hozirgi kunda psixologik stressning oqibatida yurak-qon tomir kasalliklarining rivojlanishiga sabab bo'lmoqda.

Stress - bu organizmning o'zgaruvchan sharoitlarga moslashish uchun zarur bo'lgan javobidir. U tanaga salbiy ta'sir ko'rsatadi, kasallikning rivojlanishiga olib keladi yoki ijobiy ijobiy, quvonchli his-tuyg'ular, masalan, sevimli qolish bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Ikkala turdagi stress ham bir xil biokimyoviy reaksiyalarni keltirib chiqaradi. Stressning davomiyligi va intensivligi uning yurakka qanday ta'sir qilishini aniqlashda muhim omillardir [11].

Stress somatik kasalliklarning boshlanishi, kechishi va rivojlanishi uchun muhim, bo'lgan xavf omillaridan biriga aylanib borayotganligini ko'rishimiz mumkin [1]. Psixologik stress asosan inson organizmning atrof-muhit talablariga javoban salbiy kognitiv va hissiy javob jarayoni bo'lib u insonning ularga nisbatan javob berish qobiliyatidan oshib ketadi [2]. Psixologik stress oqibatida inson organizmining bir qancha sohalarida o'zgarishlar kuzatiladi. Xususan, miya gipotalamus-gipofiz buyrak usti bezi va immun tizimlarida va avtonom nerv tizimi (ANS) orqali gemodinamik o'zgarishlar faollashadi [3].

Stressga, xususan, psixologik stressga umumiy javob simpatik asab tizimining faolligining ortishi bilan tavsiflanadi, bu holat esa organizmning stress omillariga avtomatik javob berishini ta'minlaydi. Simpatik asab tizimi asosan insonning hayoti uchun xavfli vaziyatlarga nisbatan javob berishi uchun rivojlangan bo'lsada insonning ruhiy holati ham bu javobni qo'zg'atishi mumkin [3].

Parasimpatik asab tizimi orqali inson tanasining dam olish holatiga qaytishini belgilaydi, bu jarayon insonlarda gomeostazni saqlashda muhim ahamiyatga ega. Ko'pgina hollarda, stress tufayli yuzaga keladigan organizmdagi fiziologik o'zgarishlar moslashuvchan bo'lib asosan, himoya reaksiyasining bir qismi bo'lib, organizmga atrof-muhitdagi o'zgarishlarga bardosh berishga imkon beradi [4]. Kuchli yoki surunkali davom etadigan psixologik stress vegetativ gomeostazga salbiy ta'sir qiladi. Buning oqibatida yurak-qon tomir kasalliklari xavfi yuqori bo'lgan shaxslarda yurak sohasida bir qancha patologik holatlar rivojlanishi yuqori hisoblanadi [3].

Psixologik stress nafaqat shaxslarda gomeostaz o'zgarishlarga balki, metabolik buzilishlarga ham olib kelishi mumkin. O'tkir va uzoq vaqt davom etadigan stressli hodisalar birdan yurak qon tomir tizimi kasalliklari xavfini oshiradi va natijada bu kasallikdan o'lim holati kuzatilishi mumkin [5]. Surunkali stress bemorlarda yurak urish tezligi oshishiga olib kelishi mumkin [6]. Simpatik asab tizimining faollashishi bilan bog'liq avtonom disfunktsiya ruhiy stress va yurak ritmining buzilishi o'rtasidagi bog'liqlikdir. Hissiy omillar oqibatida ko'pgina bemorlarda miokard infarktini keltirib chiqarishi mumkin [7]. Stress insonlarda keltirib chiqaradigan quyidagi salbiy emotsional holatlar xususan, g'azab va adovat kabi his-tuyg'ular, kasallik xavfini oshiradi.

Psixologik stress va keyinchalik kelib chiqadigan yurak-qon tomir hodisalari xavfi tashqi hodisalar va shaxsning stress chegarasining kombinatsiyasiga bog'liq bo'lib, bu ko'proq irsiyat, va bemorlar turmush tarziga ham bog'liq hisoblanadi [8]. Shuni ta'kidlash kerakki, bemorlarda kuzatiladigan xavotir va depressiya holatlari ham ko'pincha kasallikning rivojlanishiga sabab bo'ladi. Dastlab, shifoxonaga yotqizilgan bemorlarning asosan tibbiy yordam shifokorlari tomonidan ko'rilgan bemorlar orasida xavotir holatlari 30 foizida aniqlangan, va umumiy tibbiy kasalxonaga yotqizilgan bemorlarning 20 foizida turli darajadagi xavotir-depressiv va buzilishlar mavjud bo'lib, bu psixologik stress va ruhiy kasalliklarning rivojlanishi o'rtasidagi sababiy bog'liqlikni aniq ko'rsatadi [9]. Chunki bemorlarda kasallikni kechirish jarayonida turli xil emotsional holatlarning yuzaga kelishi oqibatida kasallikdan kurashish sohasiga ham o'z ta'sirini o'tkazmasdan qolmaydi. Bemorning kasallikdan kurashish jarayoniga birdek shifokor va uning yaqin insonlari ham bevosita ta'sirini o'tkazadi albatta. Bunday holatlarda shifokor bemorlar bilan faqat tibbiy tomonlama emas balki bemorlardagi hissiy holatlar bilan ham hisoblashishi zarur. Chunki hissiy jihatdan bemorda kasallikdan kurashishga nisbatan immunitet hosil qilinishi lozim va bu bemorda ijobiy o'zgarishlar sodir bo'lishiga sabab bo'ladi. Shifokor va bemorning kasallikning somatik komponentiga urg'u berishi ham muhim ro'l o'ynaydi.

Psixopatologiyani bemor sog'lig'iga ta'sirini doimiy ravishda kam baholab borish va psixopatologiyani noto'g'ri tashxislanishi davolash samaradorligini pasaytiradi va prognozni

yomonlashtiradi. Psixopatologiyani o'z vaqtida tashxislash va davolash psixosomatik alomatlarining yengillashishiga, bemor sog'lig'ining yaxshilanishiga va hayot sifatining oshishiga olib keladi. Stressni boshqarishning psixologik mexanizmlari insonning o'z hissiyotlarini nazorat qilish, ijobiy fikrlash, vaqtini to'g'ri rejalashtirish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini rivojlantirishga asoslanadi. Psixologik treninglar, meditatsiya, autogen mashqlar yurak ritmini tinchlantirib, qon bosimini me'yorga keltirishda muhim rol o'ynaydi.

Yurak qon tomir kasalliklari bilan og'rigan bemorlarda bir qancha tadqiqotlar olib borilgan hisoblanadi. Shunday tadqiqotlardan biri E.I. Chazov tomonidan olib borilgan tadqiqotni misol qilib aytishimiz mumkin, tadqiqot natijasi shuni ko'rsatadiki insonlarda yurak qon tomir tizimi kasalliklarining ko'payishiga sabab sifatida biz bir necha omillarni sabab qilib ko'rsatib o'tganmiz. Lekin E.I. Chazovning fikriga ko'ra, yurak qon tomir kasalliklarining rivojlanishiga semizlik, chekish va yuqori xolesterin kabi jarayonlardan tashqari hissiy emotsional holatlarning ta'siri yuqori ekanligini ko'rib o'tishimiz mumkin. Aynan shu sohada so'nggi sakkiz yil davomida Samara shahrida kosmik tibbiyot asoschilaridan biri, Rossiya Tibbiyot fanlari akademiyasining akademigi A. Agadjanyanning ilmiy rahbarligida bir guruh mutaxassislar va fiziologlar ish olib borishmoqda. Ular nazariy va amaliy jihatdan yurak-qon tomir kasalliklarining sababi asab tizimining sezilmaydigan, doimiy ravishda haddan tashqari qo'zg'alishi ekanligini isbotladilar, bu esa stress natijasida asta-sekin kuchayadi va barcha mikrotomirlarning doimiy torayishiga (spazmiga) olib keladi.

Yurak-qon tomir kasalliklarining bu sababini bartaraf etish va yurak-qon tomir tizimini yengillashtirish va miya, yurak, jigar va boshqa organlarga normal qon oqimini tiklashni anglatadi. Bir qancha tadqiqotlar natijasida shunday xulosa qilishimiz mumkinki, odamlarda simpatik asab tizimining giperreaktivligi va arteriya aterosklerozining tez rivojlanishi o'rtasida bog'liqlik mavjud ekanligini guvohi bo'lishimiz mumkin. Stress inson organizmida qon aylanishini buzishi mumkin hisoblanadi. O'tkazilgan tadqiqotlardan shuni ko'rishimiz mumkinki, ruhiy stressing ta'siri juda katta hisoblanadi [10].

Bundan tashqari, kasbiy stress gipertoniya va yurak-qon tomir xavfi bilan bog'liq. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yuqori stressli ishlarda ishlaydigan odamlar kamroq stressli ishlarda ishlaydiganlarga qaraganda yuqori qon bosimidan aziyat chekish ehtimoli ko'proq. Stress ta'sirida insonning endokrin tizimida va oshqozon ichak tizimida o'zgarishlar, rivojlanishi kuzatiladi. Stress reaksiyasining dastlabki bosqichlarida bu hodisalarning biologik ahamiyati energiya resurslarining mavjudligini oshirish, mintaqaviy qon oqimini tartibga solish, hujayra metabolik fermentlarini faollashtirish va biologik moslashuvning boshqa omillari orqali hayotiy organlar va tizimlarning funktsiyalarini saqlab qolishga qaratilgan. Yurakda ortiqcha kalsiy kardiotoksiklikka olib keladi.

Stress reaksiyasi orqali yurak shikastlanishining mexanizmlari yurak ishemik miokard shikastlanishi mexanizmlari bilan bir xil. Stress paytida hatto insonning qon tomir sohasida va qonning tarkida ham o'zgarishlar faollashishi ham miokard ishemiyasi xavfini oshiradi. Qon oqimining buzilishiga sabab sifatida shaxslardagi uzoq davom etadigan stress holatini ham bevosita ko'rsatib o'tamiz. Uzoq muddatli stress ateroskleroz rivojlanishiga olib keladi. Uzoq muddatli stress qonda xolesterin darajasining oshishi bilan birga keladi. Stressning yuqorida aytilgan barcha patokimyoviy jihatlari oxir-oqibat miokard shikastlanishiga olib keladi. Ko'rinib turibdiki, stress natijasida kelib chiqadigan va ishemik shikastlanish bir qator umumiy patogenetik bog'liqliklarga ega, garchi ular sinonim bo'lmasa ham. Shu sababli, stressning dastlabki belgisi miokardning ishemiya va gipoksiyaga chidamliligining pasayishi hisoblanadi. Stress ostida miokardning ortishi kislorod va energiyaga qat'iy bog'liqlik uchun sharoit yaratadi. Ishemiya o'z navbatida, tegishli gormonlar sekretsiyasiga ta'sir qilish orqali stressga javobni saqlab qoladi. Miokard shikastlanishidan tashqari, kardiologiyada stress fenomeni ham miokard funktsional depressiyasi va surunkali yurak yetishmovchiligi rivojlanishidagi omil sifatida qiziqish uyg'otadi. Nihoyat, stress yurak aritmiyalarining patogenezida ham muhim rol o'ynashi mumkin. Shunday qilib, stressga javob koronar yurak kasalligi, yurak yetishmovchiligi va yurak aritmiyalarining boshlanishi, rivojlanishi va prognozini asosan belgilaydigan murakkab omil ekanligi haqida bahslashish mumkin [10].

Xulosa va takliflar. Xulosa sifatida aytishimiz mumkinki, insonlardagi hissiy emotsional sohaning insonlar hayot tarziga ta'siri yuqori darajadiligini tadqiqotlarda isbotlab berilgan hisoblanadi. Yurak qon tomir kasalliklari bilan kasallangan bemorlarda ham bu holatlar o'z aksini topgan. Bunday kasalliklar bilan kasallangan bemorlarda asosan hissiy holatning ta'siri yuqori hisoblanadi, chunki yurak qon tomir kasalliklari psixosomatik kasalliklar sirasiga kiruvchi kasallik hisoblanadi. Asosan, bunday kasallar bilan davo choralarini olib borayotganda faqat tibbiy tomonlama emas, balki bemor ruhiyatiga ham ko'proq e'tibor qaratishimiz lozim. Bu choralar, albatta bemorlarning kasallikdan tuzalishiga va hayot sifatining oshishiga yordam beradi. Tadqiqot natijalari emotsional zo'rqiqlashning yurak-qon tomir tizimi faoliyatiga salbiy ta'sirini ko'rsatdi. Shu munosabat bilan quyidagi ilmiy-amaliy takliflar ilgari suriladi:

1. Stress boshqaruvi dasturlarini joriy etish;

2. Emotsional holatni monitoring qilish tizimini yaratish;
3. Sogʻlom turmush tarzini targʻib etish;
4. Tibbiyot amaliyotida psixologik yordamni kengaytirish;
5. Ushbu sohadagi ilmiy tadqiqotlarni yangi manbalar bilan davom ettirish,

Adabiyotlar:

1. Vancheri F., Longo G., Vancheri E., Henein M.Y. Mental Stress and Cardio vascular Health–Part I. J Clin Med. 2022;11(12):3353. <https://doi.org/10.3390/jcm1112335>
2. Cohen S., Tyrrell D.A., Smith A.P. Psychological stress and susceptibility to the common cold. N Engl J Med. 1991;325(9):606–612. <https://doi.org/10.1056/NEJM199108293250903>
3. Goldberger J.J., Arora R., Buckley U., Shivkumar K. Autonomic Nervous System Dysfunction: JACC Focus Seminar. J Am Coll Cardiol. 2019;73(10):1189–1206. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2018.12.064>.
4. Brotman D.J., Golden S.H., Wittstein I.S. The cardiovascular toll of stress. Lancet. 2007; 370(9592):1089–1100. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61305-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61305-1).
5. Hemingway H., Malik M., Marmot M. Social and psychosocial influences on sudden cardiac death, ventricular arrhythmia and cardiac autonomic function. Eur Heart J. 2001; 22(13):1082–1101. <https://doi.org/10.1053/euhj.2000.2534>.
6. Henein M.Y., Vancheri S., Longo G., Vancheri F. The Impact of Mental Stress on Cardiovascular Health- Part II. J Clin Med. 2022; 11(15):4405. <https://doi.org/10.3390/jcm11154405>.
7. Qu Z., Xie L.H., Olcese R., Karagueuzian H.S., Chen P.S., Garfinkel A., Weiss J.N. Early afterdepolarizations in cardiac myocytes: beyond reduced repolarization reserve. Cardiovasc Res. 2013;99(1):6–15. <https://doi.org/10.1093/cvr/cvt104>.
8. Steptoe A., Kivimäki M. Stress and cardiovascular disease. Nat Rev Cardiol. 2012;9(6):360–370. <https://doi.org/10.1038/nrcardio.2012.45>.
9. Александрова М.Р., Лукашенко А.А., Юровская И.И., Артемьева М.С. Роль психоэмоционального стресса в генезе жизнеугрожающих нарушений ритма сердца. // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Медицина. 2014;(2):35–41. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-psihoemotsionalnogo-stressa-v-geneze-zhizneugrozhayuschih-narusheniy-ritma-serdtsa>.
10. <https://www.10gkb.by/informatsiya/stati/stress-vliyanie-na-serdechno-sosudistuyu-sistemu>
11. <https://www.lode.by/services/vliyanie-stressa-na-serdtse>

Fayziyeva Mavluda Xudoyarovna,
 Iqtisodiyot va pedagogika universiteti professori
Egamberdiyev Baxtiyor Anvar o'g'li,
 Iqtisodiyot va pedagogika universiteti magistranti

EKSTREMAL VAZIYATLARDA AHOLIGA PSIXOLOGIK XIZMAT KO'RSATISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Annotatsiya. Ushbu tadqiqot ekstremal vaziyatlarda aholiga psixologik xizmat ko'rsatishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini empirik asosda tadqiq etishga qaratilgan. Tabiiy ofatlar, texnogen falokatlar va ijtimoiy krizis vaziyatlaridan aziyat chekkan 428 nafar jabrlanuvchi va 96 nafar krizis psixologi ishtirokida o'tkazilgan ko'p bosqichli tadqiqot asosida ekstremal sharoitlarda psixologik yordam samaradorligiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar aniqlandi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash sifati ($\beta = 0,46$, $p < 0,001$), guruh hamjihatligining tiklanuvchanlik (resilience) darajasiga ta'siri ($r = 0,61$, $p < 0,001$) va madaniy moslik (cultural competence) psixologik yordam samaradorligining asosiy prediktorlari hisoblanadi. Psixologik birinchi yordam (PFA — Psychological First Aid) protokolining O'zbekiston madaniy kontekstiga moslashtirilgan versiyasi an'anaviy protokolga nisbatan 2,3 baravar yuqori samaradorlik ko'rsatkichini namoyon etdi ($p < 0,001$). Uch bosqichli psixologik xizmat modeli (zudlik yordami → stabilizatsiya → uzoq muddatli qo'llab-quvvatlash) taklif etiladi.

Kalit so'zlar: ekstremal vaziyat, krizis psixologiyasi, psixologik birinchi yordam, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, tiklanuvchanlik, travma, madaniy kompetentlik, favqulodda vaziyatlar, psixologik himoya mexanizmlari, post-travmatik o'sish.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF PROVIDING PSYCHOLOGICAL SUPPORT TO THE POPULATION IN EMERGENCY SITUATIONS

Abstract. This study is aimed at empirically investigating the socio-psychological mechanisms of providing psychological services to the population in extreme situations. Based on a multi-stage study conducted with the participation of 428 victims affected by natural disasters, technological accidents, and social crisis situations, as well as 96 crisis psychologists, the socio-psychological factors influencing the effectiveness of psychological assistance in extreme conditions were identified. The results show that the quality of social support ($\beta = 0.46$, $p < 0.001$), the impact of group cohesion on resilience levels ($r = 0.61$, $p < 0.001$), and cultural competence are the main predictors of the effectiveness of psychological assistance. The adapted version of the Psychological First Aid (PFA) protocol, adjusted to the cultural context of Uzbekistan, demonstrated 2.3 times higher effectiveness compared to the traditional protocol ($p < 0.001$). Based on the research findings, a three-stage model of psychological services is proposed: immediate assistance → stabilization → long-term support.

Keywords: extreme situations, crisis psychology, psychological first aid, social support, resilience, trauma, cultural competence, emergency situations, psychological defense mechanisms, post-traumatic growth.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ОКАЗАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ НАСЕЛЕНИЮ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Аннотация. Данное исследование направлено на эмпирическое изучение социально-психологических механизмов оказания психологической помощи населению в экстремальных ситуациях. На основе многоэтапного исследования, проведённого с участием 428 пострадавших от природных катастроф, техногенных аварий и социальных кризисных ситуаций, а также 96 кризисных психологов, были выявлены социально-психологические факторы, влияющие на эффективность психологической помощи в экстремальных условиях. Результаты показывают, что качество социальной поддержки ($\beta = 0,46$, $p < 0,001$), влияние групповой сплочённости на уровень психологической устойчивости (resilience) ($r = 0,61$, $p < 0,001$), а также культурная компетентность (cultural competence) являются основными предикторами эффективности психологической помощи. Адаптированная к культурному контексту Узбекистана версия протокола психологической первой помощи (PFA — Psychological First Aid) продемонстрировала показатель

эффективности в 2,3 раза выше по сравнению с традиционным протоколом ($p < 0,001$). Предлагается трёхэтапная модель оказания психологической помощи: экстренная помощь → стабилизация → долгосрочная поддержка.

Ключевые слова: экстремальная ситуация, кризисная психология, психологическая первая помощь, социальная поддержка, устойчивость (resilience), травма, культурная компетентность, чрезвычайные ситуации, психологические защитные механизмы, посттравматический рост.

Kirish. XXI asrda tabiiy ofatlar, texnogen falokatlar, epidemiyalar va ijtimoiy inqiroz vaziyatlarining chastotasi hamda ko'lami tobora oshib bormoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO, 2022) ma'lumotlariga ko'ra, 2000—2022-yillar orasida ro'yxatga olingan ekstremal vaziyatlar soni yiliga o'rtacha 400 dan oshdi; ulardan jarohat ko'rgan odamlar sonining 89% quyi va o'rta daromadli mamlakatlarga to'g'ri keladi. O'zbekistonda ham zilzilalar, sel va suv toshqini, texnogen falokatlar muntazam ravishda aholiga og'ir psixologik yuklanish hosil qilmoqda. Ekstremal vaziyatlar odamlarda o'tkir stressli reaksiyalar, post-travmatik stressli buzilish (PTSB), tashxis qo'yilmagan krizis holatlari hamda ijtimoiy funksiyalarning izdan chiqishiga olib keladi. Mayo klinikasi va PTSD Alliance (2023) ma'lumotlariga ko'ra, tabiiy ofat jabrlanuvchilarining 30—40%ida klinik ahamiyatga ega psixologik oqibatlar kuzatiladi, ammo ularning 70% dan ortig'i hech qanday psixologik yordam olmasdan qoladi. Bunday manzara psixologik xizmat ko'rsatish tizimini takomillashtirish zarurligini ko'rsatadi.

Favqulodda vaziyatlarda psixologik yordamning samaradorligi faqat krizis psixologi kompetentsiyasiga emas, balki bir qator ijtimoiy-psixologik omillarga — jamoaviy qo'llab-quvvatlash tuzilmalariga, madaniy munosabatlar dinamikasiga, jabrlanuvchilar guruhi ichidagi hamjihatlik darajasiga va psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarining mahalliy kontekstga moslashtirilganligiga bog'liqdir. Aynan mana shu ijtimoiy-psixologik o'lchovlar O'zbekiston kontekstida yetarlicha o'rganilmagan. Ushbu tadqiqotning maqsadi ekstremal vaziyatlarda aholiga psixologik xizmat ko'rsatishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini aniqlash, ularning samaradorlik darajasini baholash va O'zbekiston sharoitiga moslashtirilgan psixologik xizmat modelini ilmiy asosda taklif etishdan iborat.

Tadqiqot quyidagi savollarga javob izlaydi:

1. Ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmat ko'rsatishning samaradorligiga ta'sir etuvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillar qaysilar?
2. Mahalliy madaniy kontekstga moslashtirilgan psixologik birinchi yordam protokoli ning an'anaviy protokoldan samaradorligi qanday farq qiladi?
3. Jabrlanuvchilardagi tiklanuvchanlik (resilience) darajasi ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi bilan qanday o'zaro bog'liq?
4. Ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmat ko'rsatishning optimal ko'p bosqichli modeli qanday bo'lishi kerak?

Adabiyotlar sharhi. Ekstremal vaziyatlar psixologiyasi: asosiy tushunchalar.

Ekstremal vaziyat psixologiyasi alohida ilmiy soha sifatida XX asrning ikkinchi yarmida — urush, tabiiy ofat va texnogen falokatlarga psixologik javob berish zaruratidan kelib chiqib — shakllandi (Lazarus & Folkman, 1984; Hobfoll, 1989). Ekstremal vaziyat insonning odatdagi adaptatsiya mexanizmlari imkoniyatlaridan oshib ketadigan va ularga chuqur psixologik stress hosil qiladigan holatlar sifatida ta'riflanadi (American Psychological Association, 2013).

Figley (1995) tomonidan ishlab chiqilgan travma psixologiyasi modeli jabrlanuvchilarda kuzatiladigan reaksiyalarni birlamchi travmatizatsiya (bevosita jabrlanuvchilar) va ikkilamchi travmatizatsiya (yordamchilar, guvohlar) kategoriyalariga ajratib o'rgandi. Ushbu ikki tomonlama tahlil ekstremal vaziyatlarda psixologik yordamni rejalashtirish uchun muhim nazariy asos bo'lib xizmat qiladi.

Psixologik birinchi yordam (PFA) va uning ijtimoiy-psixologik asoslari. Psixologik birinchi yordam (PFA — Psychological First Aid) tushunchasi Everly va Flynn (2006) hamda Sphere Project (2011) tomonidan falsafiy va metodologik jihatdan asoslab berilgan. PFA ning asosi jabrlanuvchini tinglash, xavfsizlikni ta'minlash, amaliy yordam ko'rsatish, ijtimoiy aloqalarni tiklash va professional xizmatlarga yo'naltirish sifatida belgilangan (WHO, 2011). Biroq adabiyotlar tahlili ko'rsatadiki, PFA protokollarining madaniy jihatdan universal emasligiga oid tashvishlar ortib bormoqda: G'arbiy kontekstda ishlab chiqilgan protokollar boshqa madaniy muhitlarda kutilgan samaradorlikni bermasligi mumkin (Marsella & Christopher, 2004; Kirmayer et al., 2009). Bryant (2019) va van der Kolk (2014) tadqiqotlari shuni ko'rsatdiki, psixologik yordamning samaradorligi faqat texnikaga emas, balki yordamchi bilan o'rnatilgan ishonchli munosabat (therapeutic alliance) sifatiga, madaniy til va tushunchalar ishlatilishiga hamda jabrlanuvchining o'zini tushunilgan his etishiga bog'liq. Bu ijtimoiy-psixologik omillarning klinik psixologik texnikalardan kamida teng ahamiyatga ega ekanligini bildiradi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va tiklanuvchanlik. Cohen va Wills (1985) ning tampon gipotezasi ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning stressni moderatorlik roli orqali kamaytirishi mumkinligini nazariy jihatdan asoslab berdi. Ekstremal vaziyatlarda bu tampon effektining kuchayishi bir qator empirik tadqiqotlarda tasdiqlangan (Brewin et al., 2000; Ozer et al., 2003): atrofdagilar tomonidan ko'rsatilgan hissiy va instrumental qo'llab-quvvatlash PTSB rivojlanishi ehtimolini sezilarli kamaytiradi. Tiklanuvchanlik (resilience) tushunchasi Bonanno (2004) tomonidan batafsil tadqiq qilinib, uning aksar hollarda yo'qotish va travmaga odatdagi javob bo'lishi aniqlangan. Luthar (2006) va Masten (2011) esa tiklanuvchanlikning individual xususiyat emas, balki muhit va shaxs o'rtasidagi dinamik jarayon ekanligi haqidagi tushunchani rivojlantirdi. Bu nuqtayi nazar ekstremal vaziyatlarda ijtimoiy muhitni boshqarish orqali tiklanuvchanlikni faol shakllantirishning ilmiy asosini beradi.

Madaniy kompetentlik va psixologik xizmat. Sue va Sue (2003) tomonidan ishlab chiqilgan madaniy kompetentlik (cultural competence) modeli psixologik xizmatda uch komponentni — bilim (kulturga oid bilimlar), ko'nikmalar (madaniy moslikda ishlash ko'nikmalari) va munosabat (madaniy sezgirlik) — zaruriy deb belgilaydi. O'rta Osiyo, xususan O'zbekiston kontekstida jamoa va oila markazliligi, hurmat ko'rsatish normalarining kuchliligi, ruhiy og'riqni ifodalashning noverbal shakllariga moyillik psixologik xizmat ko'rsatishda e'tiborga olinishi zarur madaniy xususiyatlar sifatida ajratiladi (Khodjaeva & Sobirov, 2018; Abdullayeva, 2020).

Metodologiya. Tadqiqot dizayni va bosqichlari. Tadqiqot uch bosqichli ko'p metodli dizayn asosida tashkil etildi. Birinchi bosqich (2022-yil oktabr — 2023-yil mart): ekstremal vaziyat jabrlanuvchilari bilan kross-seksional so'rovnoma va psixometrik baholash. Ikkinchi bosqich (2023-yil aprel — sentyabr): moslashtirilgan PFA protokolini sinovdan o'tkazuvchi kvaziekperimental tadqiqot. Uchinchi bosqich (2023-yil oktabr — 2024-yil fevral): krizis psixologlari bilan chuqur intervyular va fokus-guruhlar. Tadqiqot O'zbekiston Respublikasi Favqulodda vaziyatlar vazirligining Etika va tadqiqot qo'mitasi tomonidan tasdiqlandi (Qaror No. FVV-ETK-2022-089). Barcha ishtirokchilardan axborot roziligi shakli olindi; jabrlanuvchilarga tadqiqotda ishtirok etish ixtiyoriy ekanligi va har qanday paytda qayta olishlari mumkinligi tushuntirildi.

Ishtirokchilar. Jami tadqiqotda 524 nafar shaxs ishtirok etdi: 428 nafar ekstremal vaziyat jabrlanuvchisi va 96 nafar krizis psixologi. Jabrlanuvchilar uch guruhdan iborat bo'ldi: (a) zilzila jabrlanuvchilari ($n = 164$), (b) sel va suv toshqini jabrlanuvchilari ($n = 148$), (c) oila a'zosini yo'qotish bilan bog'liq krizis holatidagilar ($n = 116$). Psixologlar guruhiga Favqulodda vaziyatlar vazirligi, Sog'liqni saqlash vazirligi va nodavlat tashkilotlar psixologlari kiritildi.

1-jadval. Jabrlanuvchilar namunasining ijtimoiy-demografik tavsifi ($N = 428$)

Ko'rsatkich	Kategoriya	n	%
Jins	Ayol	238	55,6
	Erkak	190	44,4
Yosh guruhi	18–30	118	27,6
	31–45	162	37,9
	46–60	104	24,3
	60+	44	10,3
Ta'lim darajasi	Oliy	176	41,1
	O'rta maxsus	164	38,3
	Umumiy o'rta	88	20,6
Voqeadan o'tgan vaqt	0–1 oy	96	22,4
	1–6 oy	182	42,5
	6–12 oy	150	35,0

O'lchov vositalari. (a) Post-travmatik stressli buzilish diagnostik shkalasi (PCL-5)

Weathers va boshqalar (2013) tomonidan ishlab chiqilgan va O'zbek tiliga moslashtirilgan 20 bandli shkala. DSM-5 mezonlariga asoslangan to'rtta kichik shkala: intruziya, qochish, kognitiv-hissiy o'zgarishlar, giper-arousment. Likert 0—4 ballida baholanadi. Cronbach $\alpha = 0,89$. Klinicheskiy chegara balli: ≥ 33 .

(b) Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ko'p o'lchovli shkalasi (MSPSS — Zimet et al., 1988)

O'zbek tiliga moslashtirilgan 12 bandli shkala. Oila, do'stlar va muhim shaxslar tomonidan ko'rsatilgan qo'llab-quvvatlashni uch kichik shkala orqali baholaydi. $\alpha = 0,84$. Test-retest ishonchliligi: $r = 0,72$.

(c) Connor-Davidson Tiklanuvchanlik Shkalasi (CD-RISC — Connor & Davidson, 2003)

10 bandli qisqa versiya. Psixologik tiklanuvchanlikni umumiy ko'rsatkich bilan baholaydi. O'zbek tiliga moslashtirilgan. $\alpha = 0,82$. Divergent va konvergent validligi tasdiqlangan.

(d) Psixologik xizmat sifatini baholash so'rovnomasi (PXBS-20)

Muallif tomonidan ishlab chiqilgan 20 bandli vosita. Psixologik xizmat ko'rsatish samaradorligini beshta o'lchov bo'yicha baholaydi: ishonch, madaniy moslik, hissiy qo'llab-quvvatlash, amaliy yordam va kuzatuv. $\alpha = 0,86$.

(e) Kvaziekperimental o'lchov: PFA protokoli taqqoslamasi

Jabrlanuvchilar ikkita guruhga tasodifiy taqsimlandi: nazorat guruhi ($n = 214$) standart WHO PFA protokolini, eksperimental guruh ($n = 214$) madaniy jihatdan moslashtirilgan PFA protokolini (O'zb-PFA) oldi. Birlamchi natija ko'rsatkichi: 8 hafta so'ng PCL-5 balli pasayishi. Ikkilamchi ko'rsatkich: MSPSS va CD-RISC ballari o'zgarishi.

Ma'lumotlarni tahlil qilish. Miqdoriy ma'lumotlar SPSS 28.0 va R 4.3.2 dasturlarida tahlil qilindi. Qo'llanilgan metodlar: deskriptiv statistika, mustaqil guruhlar t-testi va juftlashgan t-test, Pearson va Spearman korrelyatsiya tahlili, iyerarxik ko'p o'zgaruvchili regressiya tahlili, moderatsiya tahlili (PROCESS makro, Hayes 2018), ANCOVA (voqeadan o'tgan vaqtning kovariat sifatida nazorat qilib). Sifatli ma'lumotlar interpretatsion fenomenologik tahlil (IPA — Smith et al., 2009) usuli bilan qayta ishlandi; kodlovchilararo kelishuv Cohen's $\kappa = 0,83$.

Natijalar. Jabrlanuvchilar psixologik holatining umumiy tasviri. PCL-5 bo'yicha klinicheskiy darajadagi PTBS belgilari (ball ≥ 33) namunaning 41,4% ($n = 177$) da aniqlandi. Sub-klinicheskiy darajadagi stressli belgilar esa yana 28,7% ($n = 123$) da kuzatildi. Bu ma'lumotlar jami jabrlanuvchilarning 70,1% i psixologik yordamga muhtojligini ko'rsatadi, ammo tadqiqot boshlangunga qadar ularning atigi 18,3% i biron-bir psixologik xizmatdan foydalangan. Tiklanuvchanlik ko'rsatkichlari (CD-RISC) o'rtacha darajada ($M = 23,8$; $SD = 7,4$; mumkin bo'lgan diapazon 0—40) bo'lib, taqqoslanadigan xalqaro namunalardan pastroq ekanligi aniqlandi.

2-jadval. Asosiy psixologik o'zgaruvchilarning deskriptiv statistikasi ($N = 428$)

O'zgaruvchi	M	SD	Median	Min-Max	α
PCL-5 (PTBS belgilari)	31,4	12,8	30,0	0-80	0,89
MSPSS umumiy	4,82	1,34	5,00	1-7	0,84
– Oila qo'llab-quvvatlashi	5,41	1,21	5,67	1-7	0,86
– Do'stlar qo'llab-quvvatlashi	4,63	1,48	4,67	1-7	0,82
– Muhim shaxslar	4,43	1,56	4,33	1-7	0,79
CD-RISC (tiklanuvchanlik)	23,8	7,4	24,0	2-40	0,82
PXBS-20 (xizmat sifati)	3,24	0,81	3,20	1-5	0,86

Ijtimoiy-psixologik omillarning korrelyatsion tahlili

Pearson korrelyatsiya tahlili psixologik xizmat sifati ko'rsatkichi (PXBS-20) bilan quyidagi o'zgaruvchilar o'rtasidagi muhim munosabatlarni aniqladi: ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ($r = 0,58$, $p < 0,001$), tiklanuvchanlik ($r = 0,53$, $p < 0,001$), madaniy moslik baholovi ($r = 0,61$, $p < 0,001$), o'qituvchi-psixolog ishonch darajasi ($r = 0,67$, $p < 0,001$). PTBS belgilari bilan salbiy korrelyatsiya: ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ($r = -0,54$, $p < 0,001$), tiklanuvchanlik ($r = -0,62$, $p < 0,001$).

3-jadval. Psixologik xizmat samaradorligining iyerarxik regressiya tahlili (N = 428)

Prediktorlar	β	SE β	t	p	ΔR^2
1-qadam: Demografik va voqea omillari					0,038*
– Yosh	-0,09	0,04	-2,11	0,035	
– Jins (ayol=1)	-0,08	0,04	-1,93	0,054	
– Voqeadan o'tgan vaqt	0,13	0,05	2,62	0,009	
2-qadam: Individual psixologik omillar					0,192***
– Tiklanuvchanlik (CD-RISC)	0,28	0,06	4,67	<0,001	
– PTSB belgilari darajasi (PCL-5)	-0,31	0,06	-5,17	<0,001	
3-qadam: Ijtimoiy-psixologik omillar					0,321***
– Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash (MSPSS)	0,46	0,07	6,57	<0,001	
– Madaniy moslik baholovi	0,38	0,07	5,43	<0,001	
– Psixolog-mijoz ishonch darajasi	0,29	0,06	4,83	<0,001	
– Guruh hamjihatlik ko'rsatkichi	0,22	0,06	3,67	<0,001	
Umumiy model: adj. $R^2 = 0,551$, $F(10, 417) = 54,8$, $p < 0,001$					

Izoh: * $p < 0,05$; *** $p < 0,001$. Barqarorlik tekshiruvi: $VIF < 3,2$ (multikollinearlik yo'q).

Iyerarxik regressiya natijasi shuni ko'rsatdiki, demografik va voqeaga oid omillar (1-qadam) dispersiyaning 3,8%ini tushuntiradi. Individual psixologik omillar (2-qadam) qo'shilishi bilan 19,2 foiz birlikka oshdi. Ijtimoiy-psixologik omillar (3-qadam) esa qo'shimcha 32,1 foiz dispersiya qo'shib, umumiy tushuntirish quvvatini 55,1%ga yetkazdi. Bu natija ijtimoiy-psixologik omillarning psixologik xizmat samaradorligini belgilashda individual omillardan ancha ustun ekanligi haqidagi asosiy gipotezani quvvatlaydi.

Moslashtirilgan PFA protokoli samaradorligi (kvazieksperimental natijalar)

Sakkiz hafta so'ng o'tkazilgan o'lchovda eksperimental guruh (O'zb-PFA protokoli) PCL-5 ballari nazorat guruhiga (standart PFA) nisbatan sezilarli darajada pasayganini ko'rsatdi. ANCOVA tahlili voqeadan o'tgan vaqtni kovariat sifatida nazorat qilgan holda amalga oshirildi.

4-jadval. O'zb-PFA va standart PFA protokollarining 8 haftalik samaradorlik taqqoslamasi

Ko'rsatkich	Standart PFA (n=214)	O'zb-PFA (n=214)	F(1,425)	p	η^2
PCL-5 boshlang'ich ball	31,6 ± 12,4	31,2 ± 13,1	0,09	0,760	–
PCL-5 8 hafta so'ng	24,8 ± 11,2	17,3 ± 9,6	48,3	<0,001	0,102
PCL-5 o'zgarish (Δ)	-6,8 ± 5,4	-13,9 ± 6,2	147,6	<0,001	0,258
MSPSS o'zgarishi (Δ)	+0,31 ± 0,44	+0,82 ± 0,51	109,4	<0,001	0,205
CD-RISC o'zgarishi (Δ)	+1,4 ± 2,1	+3,8 ± 2,6	118,7	<0,001	0,218
Klinicheskiy yaxshilanish %	34,1%	61,7%	–	<0,001	–

O'zb-PFA protokoli nazorat guruhiga nisbatan 2,3 baravar ko'proq klinicheskiy yaxshilanish ko'rsatdi (61,7% vs 34,1%, $\chi^2(1) = 31,4$, $p < 0,001$). PCL-5 ballari pasayishida ta'sir o'lchami katta darajada bo'ldi ($\eta^2 = 0,258$). Shuningdek, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi (MSPSS) va tiklanuvchanlik (CD-RISC) ko'rsatkichlarida ham O'zb-PFA guruhida statistik jihatdan ahamiyatli yuqori o'sish kuzatildi.

Moderatsiya tahlili: madaniy moslik buferi. PROCESS makrosi (Model 1, Hayes, 2018) yordamida o'tkazilgan moderatsiya tahlili madaniy moslikning PTSB belgilari va psixologik xizmat samaradorligi o'rtasidagi munosabatni moderatsiya qilishini tasdiqladi ($b = 0,18$, $SE = 0,04$, 95% CI [0,10, 0,26], $p < 0,001$). Madaniy moslik yuqori bo'lgan holatlarda PTSB belgilari salbiy ta'siri xizmat samaradorligiga nisbatan ancha kam bo'ldi (Johnson-Neyman zonasi tahlili: madaniy moslik $\geq 3,4$ ball bo'lganda munosabat statistik ahamiyatini yo'qotdi, $p > 0,05$).

Sifatij natijalar: krizis psixologlari tajribasi. Krizis psixologlari ($n = 96$) bilan o'tkazilgan IPA tahlili beshta asosiy tema aniqladi:

- "Til va tushuncha ko'prigi": Mahalliy til va maqollardan foydalanish jabrlanuvchilar bilan aloqa o'rnatishni sezilarli osonlashtirganligi; ong-u-tushuncha tizimidagi farqlar psixologik yordamni qiyinlashtirganligi.

- "Oila tizimi markazi": O'zbek madaniyatida oila shaxsning asosiy resurs manbasi bo'lib, individual seans o'rniga oilaviy qo'llab-quvvatlash tizimini faollashtirish yondashuvining yuqori samaradorligi.

- "Er-xotin sha'mi": Erkak jabrlanuvchilarda zaiflikni ifodalash uchun ijtimoiy ruxsatning yo'qligi va erkaklar uchun alohida yondashuv zarurligining psixologlar tomonidan alohida ta'kidlanishi.

- "Birinci 72 soat kritikligi": Dastlabki uch soat — kun mobaynida ko'rsatilgan psixologik yordamning uzoq muddatli natijani belgilovchi muhim oyna ekanligi va bu davrda ijtimoiy aloqalarni tiklash ustuvor vazifaligining takroriy ta'kidlanishi.

- "Guruh kuchi": Bir xil vaziyatdan o'tgan kishilarning o'zaro qo'llab-quvvatlashini tashkil etish individual seanslarga nisbatan ko'pincha tezroq va barqarorroq natija berishining amaliy kuzatuvlari.

Muhokama. Tadqiqot natijalari ekstremal vaziyatlarda psixologik xizmat ko'rsatish samaradorligiga doir bir qator muhim ilmiy xulosalar beradi. Birinchi asosiy xulosa: iyerarxik regressiya tahlilida ijtimoiy-psixologik omillar ($\Delta R^2 = 0,321$) individual omillardan ($\Delta R^2 = 0,192$) ancha kuchli prediktor bo'lib chiqdi. Bu natija Cohen va Wills (1985) ning tampon gipotezasini ekstremal vaziyat sharoitida ham tasdiqlaydi va krizis psixologiyasida faqat individual terapevtik texnikalar bilan cheklanmasdan, ijtimoiy tizimlar bilan ishlash zarurligini empirik jihatdan asoslaydi.

Ikkinchi muhim xulosa: O'zb-PFA protokolining standart protokolga nisbatan 2,3 baravar yuqori klinicheskiy samaradorlik ko'rsatishi (61,7% vs 34,1%, $\eta^2 = 0,258$) madaniy moslashtirishning zarurligini yaqqol isbotlaydi. Bu natija Marsella va Christopher (2004) hamda Kirmayer va boshqalar (2009) tomonidan ko'tarilgan madaniy universal bo'lmagan PFA protokollariga oid tashvishlarni empirik ma'lumotlar bilan qo'llab-quvvatlaydi va O'zbekiston kontekstida mahalliy madaniy xususiyatlarni hisobga olgan psixologik protokollarni ishlab chiqish zarurligini ko'rsatadi.

Uchinchi xulosa: moderatsiya tahlili madaniy moslikning buferi rolini tasdiqlaydi — madaniy moslik yuqori bo'lgan holatlarda PTSB ning xizmat samaradorligiga salbiy ta'siri ahamiyatsiz bo'lib qoldi. Bu natija Sue va Sue (2003) ning madaniy kompetentlik modeli uchun qo'shimcha empirik asos bo'lib xizmat qiladi.

Sifatij natijalar miqdoriy tahlillarni mazmunan boyitdi. Ayniqsa, erkak jabrlanuvchilar uchun zaiflikni ifodalash imkonining ijtimoiy-madaniy jihatdan cheklanganligi muhim amaliy muammoni ko'rsatadi. Bonanno (2004) tomonidan ta'kidlangan tiklanuvchanlikning dinamik va ijtimoiy tabiati O'zbekiston kontekstida guruh asosidagi yondashuvlarning (birgalashib qo'llab-quvvatlash guruhlari) alohida ahamiyatini bildiradi. Tadqiqotning cheklovlari sifatida quyidagilarni qayd etish lozim: kvaziekperimental dizayn to'liq randomizatsiyani ta'minlay olmasdi, shu sababli tanlash moyilligi (selection bias) to'liq istisno etilmadi. Namuna asosan shahar aholisidan iborat bo'lganligi qishloq hududlarga umumlashtirish imkonini cheklaydi. PCL-5 diagnostik intervyu bilan birgalikda qo'llanganda aniqroq natija berardi.

Xulosa va tavsiyalar. Ushbu tadqiqot ekstremal vaziyatlarda aholiga psixologik xizmat ko'rsatishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari haqida bir qator muhim empirik xulosalar chiqarishga imkon berdi:

1. Ijtimoiy-psixologik omillar — ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, madaniy moslik va guruh hamjihatligining — individual psixologik omillardan kuchli prediktor bo'lishi psixologik xizmatda ijtimoiy tizimlar bilan ishlashni birinchi o'ringa qo'yish zarurligini bildiradi;

2. O'zbek madaniy kontekstiga moslashtirilgan PFA protokoli an'anaviy protokolga nisbatan 2,3 baravar yuqori samaradorlikni ko'rsatdi va ushbu protokolni amaliyotga keng joriy etish asoslantirildi;

3. Krizis yordamining dastlabki 72 soati — ayniqsa ijtimoiy aloqalarni tiklash nuqtayi nazaridan — uzoq muddatli natijani belgilovchi eng muhim davr hisoblanadi;

4. Erkak jabrlanuvchilar uchun madaniy jihatdan qabul qilinishi mumkin bo'lgan psixologik yordam formatlari (individual seans o'rniga muammo yechishga yo'naltirilgan hamkorlik yondashuvlari) ishlab chiqilishi zarur.

Ushbu natijalar asosida quyidagi tavsiyalar ilgari suriladi:

- Favqulodda vaziyatlar vazirligi va Sog'liqni saqlash vazirligi birgalikda ekstremal vaziyatlarda aholiga psixologik xizmat ko'rsatishning milliy standartlarini ishlab chiqishi va O'zb-PFA protokolini davlat darajasida tasdiqlashi tavsiya etiladi;
- Krizis psixologlarini tayyorlash va malaka oshirish dasturlariga madaniy kompetentlik moduli majburiy komponent sifatida kiritilishi lozim;
- Ekstremal vaziyatlarda birinchi yordam ko'rsatuvchi barcha tuzilmalar (qidiruv-qutqaruv jamoalari, tibbiyot xodimlari, mahalla faollari) uchun «psixologik birinchi yordam — ijtimoiy yondashuv» bo'yicha qisqa treninglar joriy etilsin;
- Mahalla tizimi asosida jabrlanuvchilar o'zaro yordami guruhlarini tashkil etish va ularning faoliyatini psixolog nazoratida olib borish amaliyotini kengaytirish tavsiya etiladi;
- Kelajakdagi tadqiqotlarda to'liq randomizatsiyali klinik sinovlar (RCT) o'tkazish hamda qishloq hududi aholisini qamrab olgan namunalar bilan O'zb-PFA samaradorligini keng doirada tekshirish maqsadga muvofiqdir.

Adabiyotlar:

1. Abdullayeva, M. (2020). O'zbekistonda krizis psixologiyasining rivojlanish muammolari. // O'zbekiston psixologiya jurnali, 12(2), 45–58.
2. American Psychological Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). APA Publishing.
3. Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? // American Psychologist, 59(1), 20–28.
4. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. // Qualitative Research in Psychology, 3(2), 77–101.
5. Brewin, C. R., Andrews, B., & Valentine, J. D. (2000). Meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. // Journal of Consulting and Clinical Psychology, 68(5), 748–766.
6. Bryant, R. A. (2019). Post-traumatic stress disorder: A state-of-the-art review of evidence and challenges. // World Psychiatry, 18(3), 259–269.
7. Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. // Psychological Bulletin, 98(2), 310–357.
8. Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). // Depression and Anxiety, 18(2), 76–82.
9. Everly, G. S., & Flynn, B. W. (2006). Principles and practical procedures for acute psychological first aid training for personnel without mental health experience. // International Journal of Emergency Mental Health, 8(2), 93–100.
10. Figley, C. R. (1995). Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized. Brunner/Mazel.
11. Hayes, A. F. (2018). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach (2nd ed.). Guilford Press.
12. Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. American Psychologist, 44(3), 513–524.
13. Khodjaeva, N., & Sobirov, B. (2018). Cultural dimensions of psychological help-seeking in Central Asia. // Asian Journal of Psychology, 21(4), 112–124.
14. Kirmayer, L. J., Lemelson, R., & Barad, M. (Eds.). (2009). Understanding trauma: Integrating biological, clinical, and cultural perspectives. Cambridge University Press.
15. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer.
16. Luthar, S. S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), // Developmental psychopathology, Vol. 3 (pp. 739–795). Wiley.
17. Marsella, A. J., & Christopher, M. A. (2004). Ethnocultural considerations in disasters: An overview of research, issues, and directions. // Psychiatric Clinics of North America, 27(3), 521–539.
18. Masten, A. S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice, and translational synergy. // Development and Psychopathology, 23(2), 493–506.

- 19.Ozer, E. J., Best, S. R., Lipsey, T. L., & Weiss, D. S. (2003). Predictors of posttraumatic stress disorder and symptoms in adults: A meta-analysis. // Psychological Bulletin, 129(1), 52–73.
- 20.Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research. Sage.
- 21.Sphere Project. (2011). Humanitarian charter and minimum standards in humanitarian response (3rd ed.). Practical Action Publishing.
- 22.Sue, D. W., & Sue, D. (2003). Counseling the culturally diverse: Theory and practice (4th ed.). Wiley.
- 23.Van der Kolk, B. A. (2014). The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma. Viking.
- 24.Weathers, F. W., Litz, B. T., Keane, T. M., Palmieri, P. A., Marx, B. P., & Schnurr, P. P. (2013). The PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5). National Center for PTSD.
- 25.WHO. (2011). Psychological first aid: Guide for field workers. World Health Organization.
- 26.WHO. (2022). Emergency preparedness and response: Annual report 2022. World Health Organization.
- 27.Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. // Journal of Personality Assessment, 52(1), 30–41.

*Ibodullayeva Barno Ulug'bek qizi,
Iqtisodiyot va pedagogika universiteti talabasi*

BOSHLANG'ICH TA'LIMDA TA'LIM SIFATI VA O'QUVCHILARNI RIVOJLANTIRISHDA METODLARNING PSIXOLOGIK TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu tadqiqot boshlang'ich ta'limda qo'llaniladigan o'qitish metodlarining o'quvchilar psixologik rivojlanishi, o'quv motivatsiyasi, kognitiv taraqqiyoti va ta'lim sifatiga ko'rsatadigan ta'sirini empirik jihatdan o'rganishga qaratilgan. O'zbekistonning to'rtta viloyatidagi umumta'lim maktablarining 1-4-sinflaridan 486 nafar o'quvchi, 162 nafar boshlang'ich sinf o'qituvchisi va 324 nafar ota-ona ishtirokida amalga oshirilgan ko'p bosqichli aralash metodologik tadqiqot asosida an'anaviy va faol o'qitish metodlarining psixologik ta'sir profili qiyosiy baholandi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, faol o'qitish metodlari (loyiha usuli, muammoli ta'lim, kooperativ o'qish) an'anaviy leksiya-izohli metodlarga nisbatan o'quv motivatsiyasini ($d = 0,84$, $p < 0,001$), kognitiv rivojlanish ko'rsatkichini ($d = 0,71$, $p < 0,001$) va o'z-samaradorlikni ($d = 0,62$, $p < 0,001$) statistik jihatdan ahamiyatli darajada yuqori ko'rsatkichlarda shakllantiradi. Iyerarxik regressiya tahlili o'qitish metodi, psixologik xavfsizlik muhiti va o'qituvchi empatiyasi birgalikda ta'lim sifatining 67,4%ini tushuntirishini ko'rsatdi ($\text{adj. } R^2 = 0,674$). Boshlang'ich ta'lim uchun psixologik jihatdan samarali o'qitish metodlarining to'rt komponentli modeli taklif etiladi.

Kalit so'zlar: boshlang'ich ta'lim, o'qitish metodlari, psixologik ta'sir, o'quv motivatsiyasi, kognitiv rivojlanish, faol ta'lim, muammoli ta'lim, kooperativ o'qish, psixologik xavfsizlik, o'z-samaradorlik, ta'lim sifati.

THE PSYCHOLOGICAL IMPACT OF METHODS ON EDUCATION QUALITY AND STUDENT DEVELOPMENT IN PRIMARY EDUCATION

Abstract. This study aims to empirically examine the impact of teaching methods used in primary education on students' psychological development, learning motivation, cognitive progress, and overall education quality. Based on a multi-stage mixed-methods study involving 486 students from grades 1–4, 162 primary school teachers, and 324 parents from general education schools in four regions of Uzbekistan, the psychological impact profiles of traditional and active teaching methods were comparatively evaluated. The results indicate that active teaching methods (project-based learning, problem-based learning, and cooperative learning) significantly enhance learning motivation ($d = 0.84$, $p < 0.001$), cognitive development ($d = 0.71$, $p < 0.001$), and self-efficacy ($d = 0.62$, $p < 0.001$) compared to traditional lecture-explanation methods. Hierarchical regression analysis showed that teaching method, psychological safety of the learning environment, and teacher empathy together explain 67.4% of the variance in education quality ($\text{adj. } R^2 = 0.674$). A four-component model of psychologically effective teaching methods for primary education is proposed.

Keywords: primary education, teaching methods, psychological impact, learning motivation, cognitive development, active learning, problem-based learning, cooperative learning, psychological safety, self-efficacy, educational quality.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВЛИЯНИЕ МЕТОДОВ НА КАЧЕСТВО ОБУЧЕНИЯ И РАЗВИТИЕ УЧАЩИХСЯ В НАЧАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ

Аннотация. Данное исследование направлено на эмпирическое изучение влияния методов преподавания, используемых в начальном образовании, на психологическое развитие учащихся, их мотивацию к обучению, когнитивное развитие и качество образования. На основе многоэтапного смешанного методологического исследования с участием 486 учеников 1–4 классов, 162 учителей начальных классов и 324 родителей из общеобразовательных школ четырёх регионов Узбекистана был проведён сравнительный анализ психологического воздействия традиционных и активных методов обучения. Результаты показали, что активные методы обучения (проектная методика, проблемное обучение, кооперативное обучение) формируют статистически значительно более высокие показатели мотивации к учёбе ($d = 0,84$, $p < 0,001$), когнитивного развития ($d = 0,71$, $p < 0,001$) и самооэффективности ($d = 0,62$, $p < 0,001$) по сравнению с традиционными лекционно-пояснительными методами. Иерархический регрессионный анализ показал, что метод обучения,

психологическая безопасность образовательной среды и эмпатия учителя совместно объясняют 67,4% дисперсии качества образования ($\text{adj. } R^2 = 0,674$). Предлагается четырёхкомпонентная модель психологически эффективных методов обучения для начального образования.

Ключевые слова: начальное образование, методы преподавания, психологическое воздействие, мотивация к обучению, когнитивное развитие, активное обучение, проблемное обучение, кооперативное обучение, психологическая безопасность, самоэффективность, качество образования.

Kirish. O'zbekistonda boshlang'ich ta'limni tubdan isloh qilishga qaratilgan harakatlar oxirgi yillarda jadal tus oldi: 2022—2026-yillarga mo'ljallangan ta'limni rivojlantirish strategiyasi, yangi avlod darsliklarining joriy etilishi va o'qituvchilarning malakasini oshirish tizimining takomillashtirilishi ushbu yo'nalishdagi asosiy qadamlar hisoblanadi (Xalq ta'limi vazirligi, 2022). Biroq amaliyot shuni ko'rsatmoqdaki, ta'lim usullari yangilanishi bilan birga ularning o'quvchilar psixologik rivojlanishiga ko'rsatadigan ta'sirini tizimli baholovchi empirik tadqiqotlar hali yetarli emas. Xalqaro meta-tahlillar faol o'qitish metodlari an'anaviy metodlarga nisbatan o'quv natijaviyligida o'rtacha-katta ta'sir o'lchamida ustunlik ko'rsatishini qayd etgan (Hattie, 2009; Freeman et al., 2014). Biroq ushbu tadqiqotlarning aksariyati G'arbiy ta'lim kontekstida olingan bo'lib, O'zbekiston kabi o'ziga xos madaniy va ta'lim an'analari mavjud muhitda natijalar bir xil bo'lavermaydi. Mahalliy kontekstda boshlang'ich sinf o'quvchilarining psixologik rivojlanishiga metodlarning ta'sirini o'rganish alohida ilmiy va amaliy ahamiyatga ega.

Tadqiqot quyidagi asosiy savollarga javob izlaydi:

1. Boshlang'ich sinflarda qo'llaniladigan faol o'qitish metodlari an'anaviy metodlarga nisbatan o'quv motivatsiyasi va kognitiv rivojlanishga qanday ta'sir ko'rsatadi?
2. O'qitish metodi, sinf psixologik iqlimi va o'qituvchi xulq-atvorining ta'lim sifatiga nisbiy og'irligi qanday?
3. Sinf, jins va yashash joyi bo'yicha o'quvchilar psixologik rivojlanish ko'rsatkichlarida statistik jihatdan ahamiyatli farqlar mavjudmi?
4. Boshlang'ich ta'limda psixologik jihatdan samarali o'qitish metodlarining optimal modeli qanday ko'rinishda bo'lishi kerak?

Adabiyotlar sharhi. Boshlang'ich ta'lim psixologiyasining nazariy asoslari. Boshlang'ich ta'lim psixologiyasining nazariy asoslarini shakllantirgan uch buyuk nazariyachi — Piaget, Vygotsky va Bruner — pedagogik amaliyot uchun fundamental asos bo'lib xizmat qilmoqda. Piaget (1973) ning kognitiv rivojlanish nazariyasiga ko'ra, 7—11 yosh oralig'i — boshlang'ich maktab davri — «konkret operatsional» bosqichga to'g'ri keladi. Bu davrda bola mantiqiy fikrlash, sinflashtirish va teskari amal bajarishni o'rganadi, ammo soyut tafakkur hali to'liq shakllanmagan. Demak, bu yoshda o'qitish metodlari o'quvchining real tajribasiga, manipulyatsiya va ko'rgazmalilikka tayanishi lozim.

Vygotsky (1978) ning «yaqin rivojlanish zonasi» (YRZ) konsepsiyasi o'qitishni psixologik rivojlanishning harakatlantiruvchi kuchi sifatida ko'radi. YRZ — bola hozir mustaqil bajara olmasa-da, ko'mak bilan bajara oladigan vazifalar maydoni — o'qituvchi metodologiyasining asosiy ko'rsatkichi bo'lishi kerak. Zamonaviy o'qitish metodlari ushbu konsepsiyadan kelib chiqib, scaffolding (qo'llab-quvvatlab rivojlantirish) texnikasini markazga qo'yadi (Wood et al., 1976). Bruner (1966) ning spiral o'quv dasturi konsepsiyasi va kashfiyotga yo'naltirilgan o'qish (discovery learning) yondashuvi boshlang'ich ta'limda faol metodlarning nazariy asosini tashkil etadi. Bruner o'quvchi passiv qabul qiluvchi emas, balki aktiv ma'no yaratadiganligini ta'kidlab, ta'lim jarayonida o'quvchining kashfiyot quvonchini saqlab qolishni ustuvor deb belgilaydi.

Metodologiya. Tadqiqot dizayni. Tadqiqot uch bosqichli aralash metod (explanatory sequential mixed-methods) dizayni asosida tashkil etildi. Birinchi bosqichda (2023-yil sentyabr — dekabr) kross-seksional so'rovnoma, psixometrik baholash va kvaziekperimental qiyosiy baholash amalga oshirildi. Ikkinchi bosqichda (2024-yil yanvar — fevral) miqdoriy natijalarni mazmunan boyitish uchun o'qituvchilar va ota-onalar bilan fokus-guruh suhbatlari o'tkazildi. Uchinchi bosqichda ma'lumotlar integratsiya qilinib, yaxlit model shakllantirildi. Tadqiqot Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universitetining Etika va tadqiqot qo'mitasi tomonidan tasdiqlandi (Qaror No. TDPU-ETK-2023-198). Voyaga yetmagan ishtirokchilar uchun ota-onalar yozma roziligi rasmiylashtirildi; maktab ma'muriyatidan rasmiy ruxsatnomalar olindi.

Ishtirokchilar va namuna. Tadqiqotga O'zbekistonning to'rtta viloyatidan (Toshkent shahri, Farg'ona, Samarqand va Qashqadaryo viloyatlari) tasodifiy klaster tanlov usuli bilan tanlangan 486 nafar boshlang'ich sinf o'quvchisi (6—11 yosh), 162 nafar boshlang'ich sinf o'qituvchisi va 324 nafar ota-ona ishtirok etdi. Namuna hajmi G*Power 3.1 dasturida katta ta'sir o'lchami ($d = 0,80$), $\alpha = 0,05$ va quvvat = 0,90 ko'rsatkichlari asosida hisoblandi (minimal $n = 420 + 15\%$ attrition).

1-jadval. O'quvchilar namunasining ijtimoiy-demografik tavsifi (N = 486)

Ko'rsatkich	Kategoriya	n	%
Jins	Qiz	248	51,0
	O'g'il	238	49,0
Sinf	1-sinf (6–7 yosh)	128	26,3
	2-sinf (7–8 yosh)	124	25,5
	3-sinf (8–9 yosh)	120	24,7
	4-sinf (9–11 yosh)	114	23,5
Yashash joyi	Shahar	272	56,0
	Qishloq va tuman	214	44,0
O'qituvchi staji	1–5 yil	48	29,6
	6–15 yil	66	40,7
	16 yil va undan ko'p	48	29,6
Asosiy metod turi	An'anaviy (leksiya-izoh)	162	33,3
	Aralash metodlar	162	33,3
	Faol metodlar (PBL/kooperativ)	162	33,3

O'lchov vositalari

(a) Boshlang'ich sinf o'quvchilari motivatsiyasi shkalasi (BSOMS-24)

Muallif tomonidan Deci va Ryan (2000) SDT nazariyasi va Wigfield & Eccles (2000) kutish-qiyamat modeli asosida ishlab chiqilgan 24 bandli shkala. 6—11 yosh uchun moslashtirilib, rasmlar (pictorial items) va soddalashtirilgan til ishlatildi. To'rtta kichik shkala: ichki motivatsiya (6 band), o'quv qiziqishi (6 band), qat'iyatlilik (6 band) va o'quv qo'rquvi (6 band, teskari). 4 ballik shkala ("men uchun umuman to'g'ri emas" dan "men uchun juda to'g'ri" gacha). Confirmatory factor analysis (CFA) orqali to'rt omilli tuzilma tasdiqlangandigini ko'rsatdi: CFI = 0,95, RMSEA = 0,051, SRMR = 0,058. Umumiy Cronbach α = 0,86.

(b) Kognitiv rivojlanish va o'quv yutuqlari baholash testi (KRYBT)

Anderson va Krathwohl (2001) Bloom taksonomiyasining yangilangan versiyasi asosida muallif tomonidan ishlab chiqilgan 30 vazifali test. Olti daraja bo'yicha: bilish (5 vazifa), tushunish (5), qo'llash (5), tahlil qilish (5), baholash (5) va yaratish (5). Sinf darajasiga mos ravishda alohida versiyalar (1—2-sinf va 3-4-sinf) tayyorlandi. Ishonchlilik: test-retest r = 0,81.

(c) Sinf psixologik iqlimi va o'qituvchi qo'llab-quvvatlashi shkalasi (SPIQS-20)

Pianta (1999) va Fraser (1998) modellari asosida moslashtirilgan 20 bandli shkala. O'quvchi versiyasi (rasmlar): psixologik xavfsizlik (5 band), o'qituvchi issiqligini his etish (5 band), tengdoshlar munosabati (5 band), o'quv muhiti qulayligi (5 band). O'qituvchi versiyasi: pedagogik munosabat sifati (10 band), sinf boshqaruv uslubi (10 band). α o'quvchilar versiyasi = 0,82; o'qituvchilar versiyasi = 0,84.

(d) Boshlang'ich sinf o'quvchisi o'z-samaradorlik shkalasi (BSOS-12)

Bandura (2006) ko'rsatmasi asosida 6—11 yosh uchun moslashtirilgan 12 bandli shkala. Rasmlar va verbal format. Uchta kichik shkala: o'qish o'z-samaradorligi (4 band), matematika o'z-samaradorligi (4 band) va umumiy o'quv o'z-samaradorligi (4 band). α = 0,80.

(e) O'qituvchi o'qitish uslubi kuzatuv protokoli (OUUKP-30)

Muallif tomonidan ishlab chiqilgan 30 ko'rsatkichli tizimli kuzatuv protokoli. Har bir o'qituvchi ikki marta (turli kun va fanlar bo'yicha) 45 daqiqalik dars davomida kuzatildi. Kuzatuvchilararo ishonchlilik: Cohen's κ = 0,86. Baholanadigan o'lchovlar: savol berish uslubi, o'quvchi ishtirokini oshirish strategiyalari, fikr-mulohaza uslubi va qo'llab-quvvatlash darajasi.

Natijalar. Deskriptiv statistika va boshlang'ich holat baholash. Tadqiqot boshlanishida uch guruh o'rtasida barcha asosiy o'zgaruvchilar bo'yicha statistik jihatdan ahamiyatli farqlar mavjud emasligi tasdiqlandi ($p > 0,05$), bu kvaziekperimental qiyoslashning asosiy shartini ta'minlaydi. Umumiy deskriptiv ko'rsatkichlar namunada o'quv motivatsiyasining o'rtacha darajada ($M = 2,84 / 4$ ballik shkalada), kognitiv

rivojlanishning o'rtacha ($M = 16,4 / 30$ ta to'g'ri javob), o'z-samaradorlikning esa o'rtachadan biroz yuqori ($M = 3,12 / 4$ ballik shkalada) ekanligini ko'rsatdi.

2-jadval. Asosiy psixologik o'zgaruvchilarning deskriptiv statistikasi va ishonchlilik ko'rsatkichlari ($N = 486$)

O'zgaruvchi	M	SD	Min	Max	α
Ichki motivatsiya (BSOMS)	2,84	0,64	1,00	4,00	0,84
O'quv qiziqishi (BSOMS)	2,96	0,68	1,00	4,00	0,82
Qat'iyatlilik (BSOMS)	2,71	0,72	1,00	4,00	0,80
O'quv qo'rquvi (BSOMS, teskari)	2,34	0,78	1,00	4,00	0,81
Kognitiv rivojlanish (KRYBT / 30)	16,4	5,8	4	30	–
Psixologik xavfsizlik (SPIQS)	3,08	0,71	1,00	5,00	0,82
O'qituvchi qo'llab-quvvatlashi	3,42	0,74	1,00	5,00	0,84
O'z-samaradorlik (BSOS)	3,12	0,69	1,00	4,00	0,80

Sifatij natijalar: O'qituvchilar va ota-onalar fokus-guruhi temalari. 24 nafar o'qituvchi va 18 nafar ota-onalar bilan o'tkazilgan fokus-guruh suhbatlarining reflektiv tematik tahlili yettita asosiy tema aniqladi:

– "Sinf — xavfsiz joy": Faol metodlar qo'llaydigan o'qituvchilar o'quvchilarning "noto'g'ri" javob berishdan qo'rqmaydigan, erkin savol beradigan muhit yaratishga ongli harakat qilishlarini ta'kidladi. Ota-onalar farzandlarining "maktabdan qo'rqqanligi"ni eng katta muvaffaqiyat deb ta'rifladi.

– "Guruh ishi: yoshdan o'rganish": Ko'pchilik o'qituvchilar kooperativ o'qishning akademik natijalar bilan birga bolaning boshqalarni tinglab o'rganish, o'z fikrini ifoda etish va sheriklik ko'nikmalarini shakllantirganligini kuzatdi. Ota-onalar esa farzandlarining uyda guruh ishi haqida quvonch bilan gapirishini alohida ta'kidladi.

– "Muammo — qo'rquv emas, qiziqish": PBL usulida ishlayotgan o'qituvchilar o'quvchilarning dastlab yangi muammo bilan duch kelganda bezovtalanishini, ammo yechim topish jarayonida bu bezovtalanish qiziqishga aylanishini — bu o'zgarishni kuzatish o'qituvchi uchun ham ilhomlantiruvchi ekanligini — ta'kidladi.

– "Ota-ona emas, hamkor": Faol metodlar keng qo'llaniladigan sinflardagi ota-onalar farzandlarining uy vazifasini mustaqil bajarishga ko'proq harakat qilishini, "o'qituvchi aytdi" o'rniga "biz sinfda topqanlashdan chiqdik" degan iboralarni ishlata boshlaganligini qayd etdi.

– "Darslik qamoqdan ozodlik": An'anaviy metoddan faol metodga o'tgan o'qituvchilar birinchi bosqichda tashvish — "dastur bajarilmay qoladi" — his etganligini, ammo amaliyotda faol metodlar yordamida dastur hajmini qisqartirilgan, ammo chuqurlashtirilgan shaklda o'rganish mumkinligini anglashini ta'kidladi.

– "O'qituvchi holati ham o'zgaradi": Faol metodlar qo'llashga o'tgan o'qituvchilar o'z kasbiy qoniqish darajasining oshganligini — o'quvchilarning mustaqil kashfiyot lahzalari kuzatish o'qituvchiga ham kuch berishi haqida so'zlashdi.

– "Farqlovchi ehtiyojlar — yaxlit sinf": Inklyuziv sinflarda faol metodlarning turli qobiliyatli o'quvchilarni bir-birining kuchli tomonlaridan foydalanirib, sinfni emas, balki har bir o'quvchini rivojlantirayotganligi kuzatildi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari boshlang'ich ta'limda o'qitish metodlarining psixologik ta'siri haqida bir qator muhim ilmiy xulosalarga kelish imkonini beradi. Birinchi asosiy xulosa: faol o'qitish metodlari an'anaviy metodlarga nisbatan barcha psixologik ko'rsatkichlarda katta ta'sir o'lchamida ustunlik ko'rsatdi (motivatsiya: $d = 0,84$; kognitiv rivojlanish: $d = 0,71$; o'z-samaradorlik: $d = 0,62$). Ushbu natijalar Freeman va boshqalar (2014) va Hattie (2009) ning meta-tahlil xulosalarini O'zbekiston boshlang'ich ta'lim kontekstida tasdiqlaydi va kengaytiradi. Ayniqsa kognitiv rivojlanishning yuqori darajalari — tahlil, baholash, yaratish — bo'yicha faol metodlar guruhidagi ustunlik ($\eta^2 = 0,246—0,303$) Bloom taksonomiyasining amaliy ahamiyatini empirik jihatdan isbotlaydi.

Ikkinchi muhim natija: iyerarxik regressiya tahlilida psixologik muhit omillarining ($\Delta R^2 = 0,329$) metodologiya omillaridan ($\Delta R^2 = 0,284$) kuchliroq prediktor bo'lishi alohida nazariy ahamiyatga ega. Bu Edmondson (1999) ning psixologik xavfsizlik nazariyasini va Pianta (1999) ning o'qituvchi-o'quvchi munosabatlari modelini boshlang'ich ta'lim kontekstida tasdiqlaydi. Muhim xulosasi shundaki, eng

zamonaviy faol metodlar ham psixologik xavfsizlik muhitisiz to'liq samaradorligini ko'rsata olmaydi. Bu o'qituvchilar tayyorlash dasturlarida metodologiya bilan birga psixologik iqlim yaratish ko'nikmalarini ham rivojlantirishni talab etadi.

Uchinchi xulosa: mediatsiya tahlili psixologik xavfsizlikning metoddan ta'lim sifatiga yo'ldagi muhim vositachi (40,4%) ekanligini ko'rsatdi. Bu natija Vygotsky (1978) ning ZPD konsepsiyasiga to'la mos keladi: yaqin rivojlanish zonasida ishlash faqat pedagogik vazifalar emas, balki psixologik xavfsizlik sharoitida samarali kechadi. Bolaning rivojlanish chegarasini sinab ko'rishi — xato qilishi va bu xatolardan o'rganishi — uchun xavfsiz muhit zaruriy psixologik shart hisoblanadi.

Xulosa va tavsiyalar. Ushbu tadqiqot boshlang'ich ta'limda o'qitish metodlarining psixologik ta'siriga oid bir qator muhim empirik xulosalar chiqarishga imkon berdi. Faol o'qitish metodlari (PBL, kooperativ o'qish, loyiha usuli) an'anaviy metodlarga nisbatan barcha psixologik rivojlanish ko'rsatkichlarida katta ta'sir o'lchamida ustunlik ko'rsatadi — ayniqsa yuqori kognitiv darajalar va o'quv motivatsiyasi bo'yicha. Psixologik muhit omillari — sinf psixologik xavfsizligi va o'qituvchi empatiyasi — metodologiya omillaridan ham kuchliroq prediktor bo'lib, ta'lim sifatining 32,9% dispersiyasini tushuntiradi; faol metodning to'liq psixologik salohiyati psixologik xavfsiz muhitsuiz ro'yobga chiqa olmaydi. Psixologik xavfsizlik metod va ta'lim sifati munosabatida 40,4% mediatsiya ulushi bilan muhim vositachi roli o'ynaydi — bu «metod + psixologik iqlim» kombinatsiyasini majburiy pedagogik tamoyil sifatida belgilaydi.

Adabiyotlar:

1. Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (Eds.). (2001). A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives. Longman.
2. Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. In F. Pajares & T. Urdan (Eds.), *Self-efficacy beliefs of adolescents* (pp. 307–337). Information Age Publishing.
3. Bloom, B. S., Engelhart, M. D., Furst, E. J., Hill, W. H., & Krathwohl, D. R. (1956). Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals. Handbook 1: Cognitive domain. Longmans.
4. Braun, V., & Clarke, V. (2022). Thematic analysis: A practical guide. Sage.
5. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
6. Edmondson, A. C. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. // *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350–383.
7. Fraser, B. J. (1998). Classroom environment instruments: Development, validity and applications. // *Learning Environments Research*, 1(1), 7–33.
8. Frazier, M. L., Fainshmidt, S., Klinger, R. L., Pezeshkan, A., & Vracheva, V. (2017). Psychological safety: A meta-analytic review and extension. // *Personnel Psychology*, 70(1), 113–165.
9. Freeman, S., Eddy, S. L., McDonough, M., Smith, M. K., Okoroafor, N., Jordt, H., & Wenderoth, M. P. (2014). Active learning increases student performance in science, engineering, and mathematics. // *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(23), 8410–8415.
10. Gillies, R. M. (2016). Cooperative learning: Review of research and practice. // *Australian Journal of Teacher Education*, 41(3), 39–54.

Ikromov Oybek Ibrogimovich,

Navoiy davlat universiteti Pedagogika kafedrası dotsenti v.b.,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

UZOQ MUDDATLI XOTIRANING XORIJIY TILNI O'RGANISHDAGI ROLI

Annotatsiya. Ushbu maqola uzoq muddatli xotiraning xorij tilini o'rganishdagi rolini chuqur yoritadi. Xotira muammosining rivojlanishiga o'rta asrlarning qator materialist faylasuflar ijobiy ta'sir ko'rsatdilar. Maqolada keyinchalik uzoq muddatli xotiraning xorij tilini o'rganishdagi mumtoz qarashlar sifatida I.M.Sechenovning izlanishlarini misol qilish mumkin. U uzoq muddatli xotiraning rivojlanish jarayoniga o'zi ilgari surgan psixikaning refleks nazariyasi mazmunidan yondashish o'rirlidir. Miyadagi izlarning paydo bo'lishi va mustahkamlanishi jarayonini tushuntirish ham I.M.Sechenov uzoq muddatli xotirani joriy qilishda iz saqlanib qolishidan kelib chiqdi. O'tgan tajriba izlarini xotirada saqlashni I.M. Sechenov eksperimental ravishda ushbu ma'lumotlardan, boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarda uzoq muddatli xotiraning rivojlanishini tushuntirish uchun foydalangan. Sovet psixologlarining asarlarida A.N. Leontyev, A.R. Luriya, L.V. Zankov va boshqalar, uzoq muddatli xotirani rivojlantirish va o'tmishdagi tajriba izlarini saqlash bo'yicha, o'ziga xos ma'lumotlarni taqdim etadilar. Ushbu tadqiqotlarning barchasi qimmatli materiallarni o'z ichiga oladi.

Kalit so'zlar: xotira, xotirani shakllantirish, psixologik jihatlar, qisqa muddatli xotira, uzoq muddatli xotira, operativ xotira, beixtiyor yodlash, ixtiyoriy yodlash, mnemonika, assotsiatsiyalar, eshitish xotirasi, vizual xotira, chet tili ta'limi, kommunikativ yondashuv, yangilik tamoyili, Ayvazovskiy metodi, shadowing texnikasi, tarjimonlik faoliyati, xotirani rivojlantirish mashqlari.

РОЛЬ ДОЛГОСРОЧНОЙ ПАМЯТИ В ИЗУЧЕНИИ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА

Аннотация. Данная статья глубоко освещает роль долгосрочной памяти в изучении иностранного языка. Ряд материалистических философов средних веков оказали положительное влияние на развитие проблемы памяти. В статье в качестве классических взглядов можно привести в пример исследования И.М.Сеченова. Он считает целесообразным подходить к процессу развития долгосрочной памяти с позиции выдвинутой им рефлекторной теории психики. Объяснение процесса возникновения и закрепления следов в мозге также И.М.Сеченов вывел из сохранения следа при введении долгосрочной памяти. Сохранение следов прошлого опыта в памяти И.М. Сеченов экспериментально использовал из этих данных для объяснения развития долгосрочной памяти у детей младшего школьного возраста. В работах советских психологов А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурии, Л.В. Занкова и других представлены оригинальные данные по развитию долгосрочной памяти и сохранению следов прошлого опыта. Все эти исследования включают в себя ценные материалы.

Ключевые слова: память, формирование памяти, психологические аспекты, кратковременная память, долгосрочная память, оперативная память, произвольное запоминание, произвольное запоминание, мнемоника, ассоциации, слуховая память, визуальная память, обучение иностранному языку, коммуникативный подход, принцип новизны, метод Айвазовского, техника shadowing, переводческая деятельность, упражнения по развитию памяти.

THE ROLE OF LONG-TERM MEMORY IN LEARNING A FOREIGN LANGUAGE

Abstract. This article deeply illuminates the role of long-term memory in learning a foreign language. A number of materialist philosophers of the Middle Ages had a positive impact on the development of the memory problem. In the article, as classic views, one can cite the research of I.M. Sechenov as an example. He considers it appropriate to approach the process of development of long-term memory from the content of the reflex theory of the psyche advanced by him. The explanation of the process of emergence and consolidation of traces in the brain also I.M. Sechenov derived from the preservation of the trace in introducing long-term memory. The storage of traces of past experience in memory I.M. Sechenov experimentally used from these data to explain the development of long-term memory in primary school-age children. In the works of Soviet psychologists A.N. Leontyev, A.R. Luria, L.V. Zankov and others, original data are presented on the development of long-term memory and the preservation of traces of past experience. All these studies include valuable materials.

Key words: *memory, memory formation, psychological aspects, short-term memory, long-term memory, working memory, involuntary memorization, voluntary memorization, mnemonics, associations, auditory memory, visual memory, foreign language education, communicative approach, novelty principle, Aivazovsky method, shadowing technique, translation activity, memory development exercises.*

Kirish. Zamonaviy ta'lim tizimida xorijiy tillarni o'rganish masalasi muhim pedagogik va psixologik muammolardan biri sifatida qaralmoqda. Tilni o'zlashtirish jarayoni nafaqat lingvistik bilimlarni egallashni, balki insonning kognitiv faoliyati bilan bog'liq murakkab psixik jarayonlarni ham o'z ichiga oladi. Ushbu jarayonlar orasida xotira alohida o'rin egallaydi, chunki til materiallarini eslab qolish, saqlash va zarur paytda qayta tiklash o'quv faoliyatining muhim shartlaridan biridir.

Psixologik tadqiqotlarda xotira inson tajribasini to'plash va undan foydalanishni ta'minlovchi asosiy bilish jarayonlaridan biri sifatida talqin qilinadi. Xususan, uzoq muddatli xotira o'rganilgan ma'lumotlarning uzoq vaqt davomida saqlanishini va zarur vaziyatlarda ularni qayta tiklash imkoniyatini yaratadi. Xorijiy tilni o'rganish jarayonida leksik birliklar, grammatik qoidalar, nutq modellari hamda talaffuz elementlari aynan uzoq muddatli xotira orqali mustahkam o'zlashtiriladi.

Til o'rganish amaliyotida yangi bilimlarning barqaror o'zlashtirilishi o'quvchining xotira jarayonlari qanchalik samarali ishlashiga bevosita bog'liqdir. Agar til materiallari yetarli darajada mustahkamlanmasa, ular tezda unutilishi mumkin. Shu sababli o'quv jarayonida ma'lumotlarni uzoq muddatli xotirada saqlashga xizmat qiladigan metod va usullardan foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi.

Pedagogik tajribalar shuni ko'rsatadiki, mazmunli takrorlash, kontekst asosida o'rganish, assotsiativ bog'lanishlar yaratish hamda faol kommunikativ mashqlar orqali til materiallarini o'zlashtirish jarayoni ancha samarali kechadi. Bunday yondashuvlar o'rganilgan bilimlarning uzoq muddatli xotirada mustahkam saqlanishiga yordam beradi va ularni nutq jarayonida faol qo'llash imkonini yaratadi.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. Ma'lumki, chet el psixologiyasida uzoq muddatli xotira rivojlanishini o'rganishga doir juda ko'p asarlar bag'ishlangan. Tadqiqotlar hodisaning natijalarini quyidagicha tasvirlab beradilar: uzoq vaqt davomida oldingi taassurot hali ham xotirada saqlanib qoladi. Fan tarixida ilk olib borilgan bolalar xotirasining birinchi tadqiqotlari empirik kuzatishlarga asoslangan edi. I.Yu.Matyuginning yozishicha, eng qadimgi tadqiqotlardan biri. V. Preyerdir. Muallif o'zining mashhur "Bolaning ruhi" kitobida keltirib o'tilgan. Ammo erta xorijiy psixologiyada mualliflar uchun asosiy qiziqish xotiraning miqdoriy tomoni edi [2;c.-35-37]. Biz yangi adabiyotlardan uzoq muddatli xotira tadqiqotlari bo'yicha yangi ma'lumotlarni o'rganishimiz mumkin. Ammo, afsuski, bu adabiyot kichik nashrlarda chop etiladi. Va uzoq muddatli xotira muammosi bizning davrimizda ham dolzarb bo'lib qolmoqda. Tadqiqotchi E.I.Rogovning fikricha, uzoq muddatli xotira - bu axborotni deyarli cheklanmagan muddatga saqlashga qodir xotira. Bu xotira tizimlarining eng muhim va eng murakkabidir. Ushbu xotiraning sig'imi cheksizdir. Bir necha daqiqadan ko'proq ushlab turilgan har qanday narsa uzoq muddatli xotira tizimida bo'lishi kerak. Bu xotira odamga har qanday vaqtda u tomonidan eslab qolgan narsalarni eslab qolish qobiliyatini beradi. Hayotning ko'pgina psixologik muammolari insonning ma'lumotni uzoqroq saqlash qobiliyatiga bog'liq.

G.Loreyinning izlanishlariga ko'ra, uzoq muddatli xotira kuzatish, tahlil qilish, mulohaza yuritishga asoslangan; bir necha darajalarda harakat qiladi: hissiy, hissiy, intellektual. Boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarda uzoq muddatli xotirani rivojlantirish haqida gapirganda, uzoq muddatli xotira bilan bog'liq qiyinchiliklarning manbasini eslatib o'tmaslik mumkin emas - bu ma'lumot qidirish muammosidir [3;c.-34]. Xotirada mavjud bo'lgan ma'lumotlarning miqdori juda katta va shuning uchun kichik bo'lsa, unda o'quvchi uchun hozirgi paytda zarur bo'lgan ma'lumotlarni olish juda qiyin. Shunga qaramay, u tezda kerakli narsani topadi. Hatto o'qish kabi umumiy faoliyatda ham, talaba berilgan matndagi bosma belgilarning ma'nosini izohlash uchun bevosita va darhol uzoq muddatli xotiraga kirishi kerak. Agar, masalan, ma'lum miqdordagi o'qish yoki tinglashdan so'ng, talaba ma'lum vaqtdan so'ng berilgan so'z turkumini takrorlashga harakat qilsa, u xuddi yodlashda qisqa muddatli xotira ishlamay qolgani kabi xato qiladi. I.Yu. Matyugin o'zining navbatdagi ilmiy asarida shuni ma'lum qiladiki, aksariyat hollarda, unutilgan so'zlar o'rniga eslashda tovush yoki imlo jihatidan emas, balki ma'no jihatidan o'ziga yaqin bo'lgan boshqa so'zlardan foydalanadi. Ko'pincha, o'quvchi unutilgan so'zni to'g'ri eslay olmay, uni boshqa so'z bilan etkazishi va berilgan so'zga o'xshash bo'lmagan tovushlarning boshqa birikmalarini ishonch bilan rad qilishi mumkin [4;c.-35-37]. Esda tutilgan narsaning ma'nosi birinchi navbatda esga tushganligi sababli, yosh talaba oxir-oqibat nimani xohlayotganini eslay oladi yoki hech bo'lmaganda uni almashtirishi mumkin ekan.

Qoidaga ko'ra, xotiraga kiradigan yodlash, eslab qolish, takrorlash, tanib olish ma'lumotlarni yig'ish va tiklashning elementar qonuni asosida quriladi. Maktab yoshida esdalikni rivojlantirish va yaxshilash juda muhimdir. Yodlashni osonlashtiradigan va xotira hajmini oshiradigan usullardan biri qo'shimcha assotsiatsiyalarni shakllantirishga asoslangan mnemonikadir. Xotirada har qanday ma'lumotni saqlash uchun

maxsus ishlab chiqilgan tizim "mnemonika" yoki "mnemotexnika" ("mnemo" yunoncha xotira) deb ataladi. Mnemonika ma'lumotnoma tasvirlarining qat'iy ketma-ketligini yaratish va uni faollashtirilgan xotirada doimiy saqlashni nazarda tutadi. Mnemonika mos yozuvlar tasvirlari bilan vizual assotsiatsiyalar yaratishga asoslangan. A.Bergsonning aytishicha, mnemonikadan tashqari, xotirani yaxshilaydigan boshqa usullar ham mavjud. Yodlashni yaxshilash bo'yicha tavsiyalarni quyidagicha umumlashtirish mumkin [5;c.-58-59]:

Muhokamalar va natijalar. 1. Diqqatni boshqarish. Xotirani yaxshilash uchun, birinchi navbatda, kerakli ma'lumotlarga e'tiboringizni nazorat qilishni o'rganishingiz va undan faqat muhim ma'lumotlarni ajratib olishingiz kerak. Diqqat - bu psixikaning ma'lum ma'lumot manbalariga: tashqi va ichki konsentratsiyasi. Inson e'tiborini ob'ektlar, tovushlar va boshqalarning yorqin belgilari osongina jalb qiladigan tarzda yaratilgan. Shuning uchun diqqatni kerakli ma'lumotlarga qaratish qiyin. Diqqatni jamlash uchun harakat qilish kerak. Qisqa muddatli xotiraning imkoniyatlari cheklangan, shuning uchun yodlangan ma'lumotlarda faqat muhim ma'lumotlarni ajratib ko'rsatish kerak; diqqat qisqa muddatli xotiraga faqat muhim ma'lumotlarning kirib borishini ta'minlaydigan va kichik tafsilotlar bilan ortiqcha yuklanishini bloklaydigan filtr kabi ishlashi kerak.

2. Strukturaviy axborot. Yangi materialni yodlash qobiliyati va kuchi ularni uzoq muddatli xotirada saqlashga qanchalik tez va samarali tayyorlay olishimizga bog'liq. Yangi til ifodalarini ma'naviy strukturalash usullariga quyidagilar kiradi (N.V.Pxina, 2002 [6;c.-52]:

- a) Semantik bo'linish;
- b) Semantik tayanch nuqtalarini aniqlash;
- s) Vizual tasvirlardan foydalanish;
- d) ma'lum bilimlar bilan korrelyatsiya;

g) Semantik bo'linish. Katta hajmli materialni eslab qolish juda qiyin, chunki qisqa muddatli xotiraning sig'imi juda kichik. Odatda, har qanday o'quv materialida bir nechta asosiy fikrlar va mikro-mavzular mavjud. Shuning uchun yodlashda asosiy mikromavzularni ajratib ko'rsatish va ularga ko'ra materialni qismlarga bo'lish kerak. Keyinchalik, materialni qismlarga bo'linib oling. Bunday parchalanishni "o'zingiz uchun rejalar" yoki ular orasidagi asosiy fikrlar va aloqalarni aks ettiruvchi sxemalarni tuzish orqali amalga oshirish qulay. Materialni tuzish tashqi belgilarga tayanish orqali osonlashadi: sarlavhalar, tagiga chizilgan yoki ta'kidlangan asosiy jumlar, qizil chiziq bilan yangi fikrlarni boshlash. Ushbu usulni ingliz tilida "5W va H" (Kim, Nima, Qayerda, Nima uchun, Qachon va Qanday) deb eslab qolish juda oson sanaladi.

Tadqiqotchi N.B.Kopilovaga ko'ra, semantik tayanch nuqtalarini aniqlash. Semantik qo'llab-quvvatlash nuqtalari tuzilgan "o'zingiz uchun rejalar" yoki oqim diagrammalarining nuqtalari (elementlari). Semantik yordam nuqtalari sifatida quyidagilar xizmat qilishi mumkin[7; 30]:

- 1) matn sarlavhalari;
- 2) qisqacha konspektlar;
- 3) mustaqil ravishda ixtiro qilingan bo'lim nomlari;
- 4) savollar;
- 5) sxematik chizmalar;
- 6) misollar;
- 7) raqamli ma'lumotlar;
- 8) notanish atamalar (so'zlar).

Qoidaga ko'ra, semantik mos yozuvlar nuqtalarining soni qisqa muddatli xotira hajmidan oshmasligi kerak - 7 ± 2 birlik. Ulardan 5-7 tasi bo'lsa yaxshi bo'ladi.

v) Vizual tasvirlardan foydalanish. Agar siz o'quv materialining ma'nosini va unda ta'kidlangan semantik kuchli tomonlarini chizmalar, diagrammalar va boshqalar ko'rinishidagi vizual tasvirlardan foydalangan holda aks ettirilsa, unda yodlash unumdorligi keskin oshishi mumkin. Bunday tasvirlar ma'lumotlarning juda yuqori zichligi bilan ajralib turadi. Har bir kishi o'quv materialiga "shaxsiy qarashlarimizni" ifodalovchi o'zimizning mos yozuvlar signallarimizni ishlab chiqishga qodirmiz. Bundan tashqari, o'z aniqligi ba'zan darslik yoki o'qituvchi tomonidan taklif qilingan chizmalar va diagrammalardan ko'ra yodlash uchun foydalidir;

d) ma'lum bilimlar bilan korrelyatsiya. Yodlash samaradorligini oshirishning muhim sharti - bu eslab qolingani ma'lumotlarning xotirada mavjud bo'lgan ma'lumotlar bilan o'zaro bog'liqligi. Ingliz tilidagi "gol" so'zini ruscha "gol" so'zi bilan solishtirgandan keyin o'z-o'zidan eslab qoladi. Shunday qilib, yangi ma'lumotlar uzoq muddatli xotiraning axborot tuzilmalariga kiritiladi. Zero, tushuntirish - noma'lumni ma'lum orqali ifodalashdir. Qattiq esda tutilishi kerak bo'lgan narsalarni turli tomonlardan ko'rib chiqish kerak, yangi ma'lumotlarga va talqin qilish uchun xotirada mavjud bo'lgan tushunchalar va tasvirlarning maksimal soniga asoslanadi (S.V.Vladimirov 2003). [8]:

3. Ratsional takrorlash. Takrorlash haqida gap ketganda, odamlar quyidagi keng tarqalgan xatolarga yo'l qo'yishadi:

- takrorlashni e'tiborsiz qoldirish
- yangi materialni o'rganishda odamlar takrorlashni takroriy idrok bilan almashtiradilar xato vaqtinchalik qayta urinish rejimi bilan bog'liq.

Xotira xususiyatlari darajasi so'rovnomasi ko'rsatkichlari

Shkalalar darajalari	Monolingval talabalar			Bilingval talabalar		
	Mexanik xotira	Mantiqiy xotira	Esda saqlash	Mexanik xotira	Mantiqiy xotira	Esda saqlash
Yuqori	24%	32%	41%	30%	47%	42%
O'rta	33%	27%	25%	39%	30%	32%
Quyi	43%	41%	34%	31%	23%	26%

Xulosa. L.V.Sherba bilingvizmning yuqorida qayd etilgan ko'rinishlaridan tashqari, sof va aralash bilingvizm turlari borligini sanab o'tgan. Ular o'rtasida tafovutlar borligini aniq misollar yordamida isbotlab bergan. Tadqiqotdan olingan natijalarga ko'ra, talabalar xotirasining xorijiy tillarni o'rganishda qay darajada ta'sirini o'rganish uchun tanlab olingan so'rovnomalarning bir tillilik va ikki tillilikka xos bo'lgan o'zaro darajalarni qiyoslashda xotira turlari bilan bevosita o'rnini aniqladik. Monolingval talabalarda asosan esda saqlash xotira turi ustunligi, mexanik va mantiqiy xotira turi esa quyilgini ko'rish mumkin. Bilingval talabalarda esa, mantiqiy xotira va esda saqlash, mexanik xotira kichik ko'rsatkich bilan ham monolingval talabalarga qaraganda yuqoriligi aniqlandi.

Har qanday ko'p millatli davlatda, albatta, bilingvizm yoki multilingvizm (polilingvizm) rivojlanmay qolmaydi. Mehnat yoki ijtimoiy jarayonlarda turli millat vakillarining o'zaro hamkorlikdagi faoliyati muvaffaqiyatli kechishida bilingvizmning ahamiyati kattadir. Jamiyat hayotidagi hozirgi shart-sharoitlar xalqlar migratsiyasi jarayonlari bilan hamohang bo'lib, shu tufayli ko'plab odamlar muloqotda ikki yoki undan ko'p tillardan foydalanishmoqda.

Biz o'tkazgan tadqiqot natijalariga asosan, talabalarining xorijiy tillarni o'rganish jarayonida xotiraning ayniqsa, qaysi turi ko'proq ta'sir etishi muhim vazifalardan biri hisoblanishini inobatga olib, xotiraning uch turi audiovizual, vizual hamda kinestetik turi qanday rol o'ynashi qiziq natijalarni taqdim etdi. Xorijiy tilni o'rganishda asosan, bilingval talabalarda audiovizual va vizual xotira ustunligi, monolingval talabalarda esa kinestetik xotira yuqoriligi namoyon bo'ldi.

Adabiyotlar:

1. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. - М.: Смысл; Издательский центр «Академия», 2004. – 352 с
2. Матюгин И. Ю. Как запоминать иностранные слова / И. Ю. Матюгин, Е. И. Чакаберия. – М.: Эйдос, 1993. – С.35-37.
3. Роуз С. Устройство памяти. От молекул к сознанию / С. Роуз. - Москва: Мир, 2005. – 378 с.
4. Бергсон А. Две памяти // Психология памяти / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер и В. Я. Романова. – М. : ЧеРо, 2000. – С. 58-59.
5. Пыхина Н. В. Педагогические условия формирования лингвистической компетенции на этапе начального иноязычного образования: автореф. дис. канд. психол. наук / Н. В. Пыхина. Н. Новгород: Изд-во НГЛУ, 2002. – 24 с.
6. Каримова В.М. Психология. Ўқув қўлланма. Т.2002. – 208 б.
7. Владимирова С. В. Психологические факторы повышения продуктивности словесно-смысловой памяти человека: дис. канд. психол. наук: 19.00.03 / С. В. Владимирова. М., 2003. – 124 с.

Mamatova Nazira Djurakulovna,
 Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti
 Amaliy psixologiya kafedrası mustaqil tadqiqotchisi
 naziramamatova555@mail.com

ZAMONAVIY YOSH AYOLLARDA OILAVIY MAJBURIYATLARNI TAQSIMLASH XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Maqolada zamonaviy oilalarda er-xotinlik majburiyatlarini taqsimlash muammosi tahlil qilingan. Er-xotinning oilaviy majburiyatlarni taqsimlashga oid qarashlarini aniqlashga bag'ishlangan mahalliy va xorijiy tadqiqotlarga sharh berilgan. Maqola doirasida muallifning fikri ko'rib chiqiladi. oilaviy munosabatlarning tasnifi, yosh oiladagi vazifalarni taqsimlash xususiyatlarining ayollar versiyasini empirik o'rganish natijalari keltirilgan. yosh oilasida vazifalarni taqsimlash xususiyatlarining ayollar tomonidan empirik o'rganilishi

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ko'pchilik ayollar an'anaviy oila tuzilishini ma'qullaydilar, juftliklarning bir qismi muqobil tenglikni, oilaviy majburiyatlarni taqsimlash variantini tanlaydilar. Shuningdek, bizning tadqiqotimiz quyidagilarni aniqlashga imkon berdi nikoh ittifoqining muddati qanchalik uzoq bo'lsa, oilaviy turmush tarzi shunchalik ko'p hollarda teng huquqli deb tasniflanadi.

Kalit so'zlar: oilaviy majburiyatlarni taqsimlash, oilaviy munosabatlar, oila tuzilishi, nikoh.

ОСОБЕННОСТИ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ СЕМЕЙНЫХ ОБЯЗАННОСТЕЙ У СОВРЕМЕННЫХ МОЛОДЫХ ЖЕНЩИН

Аннотация. В статье анализируется проблема распределения супружеских обязанностей в современных семьях. Представлен обзор отечественных и зарубежных исследований, посвящённых выявлению установок пары на распределение семейных обязанностей. В рамках статьи рассматривается авторская классификация семейных укладов, представляются результаты эмпирического изучения женской версии особенностей распределения обязанностей в их молодой семье.

Результаты исследования показали, что большинство женщин отмечают, что придерживаются традиционного уклада семьи, при этом часть пар демонстрирует альтернативный – эгалитарный вариант распределения семейных обязанностей. Также наше исследование позволило выявить следующую тенденцию: чем старше срок брачного союза, тем чаще можно отнести тип семейного уклада к эгалитарному.

Ключевые слова: распределение семейных обязанностей, супружеские отношения, структура семьи, брак.

THE PECULIARITIES OF THE DISTRIBUTION OF FAMILY RESPONSIBILITIES AMONG MODERN YOUNG WOMEN

Abstract. The article analyzes the problem of the distribution of marital responsibilities in modern families. An overview of domestic and foreign studies devoted to the identification of a couple's attitudes towards the distribution of family responsibilities is presented. The article considers the author's classification of family structures, the results of an empirical study of the female version of the distribution of responsibilities in their young family are presented.

The results of the study showed that the majority of women note that they adhere to the traditional way of life of the family, while some couples demonstrate an alternative-egalitarian version of the distribution of family responsibilities. Our research also revealed the following trend: the older the term of the marriage union, the more often the type of family structure can be attributed.

Key words: distribution of family responsibilities, marital relations, family structure, marriage.

Kirish. Oila noyob ijtimoiy institut bo'lib, shaxs va davlat o'rtasidagi vositachi, insoniyatning asosiy qadriyatlarini yetkazuvchi ko'prikdir. Oilada farzand dunyoga keladi, shakllanadi, kelajakda jamiyat va madaniyat rivojiga ta'sir ko'rsatadigan va o'z hissasini qo'shadigan to'laqonli shaxs bo'lib voyaga yetadi. Har qanday mamlakat jamiyati mustahkam nikoh ittifoqlariga, barqaror oilaviy juftliklarga muhtoj, chunki ular butun jamiyatning sog'lom bo'lishiga xizmat qiladi. Shunday qilib, inson va juftlikka ijtimoiy ta'sir ko'rsatish vositalari, jumladan, tarbiya va jamoatchilik fikri tizimlarining ta'sirini o'z ichiga olgan holda,

tashqi nazoratni amalga oshirish va nikoh ittifoqlarining sog'lom faoliyatini ta'minlash uchun jamiyat intiladi.

So'nggi o'n yillikdagi tadqiqot natijalariga ko'ra, eng muhim ijtimoiy institutlardan biri bo'lgan oila muammolari sezilarli darajada o'zgarmocda . Salbiy ta'sirlar sifatida har yili ajralishlar soni ortib borayotganini qayd etish mumkin. Tadqiqotchilar tomonidan ajralishlarning asosiy sabablari sifatida xiyonat (ba'zida, er va xotinlarning alohida yashaganliklari sababli, masalan ulardan biri xorijga ishlashga ketgan holatlarda) va er-xotinlar o'rtasidagi begonalashuv, moddiy sharoitlarning yaxshilanishi (natijada er-xotinlarning nikoh ittifoqidan mustaqilligi), er-xotinlardan birining kompyuterga qaramligi, shuningdek, er-xotinlarning oilaviy majburiyatlarni taqsimlash borasidagi qarashlari mos kelmasligi qayd etilgan.

Azaldan oilada erkak kishi ta'minotchi (zamonaviy sharoitda: u pul topish bilan shug'ullanadi), ayol kishi esa oila bekasi (uy xo'jaligini yuritish bilan shug'ullanadi) bo'lib kelgan. Ushbu barqaror shakllangan xulq-atvor namunalari muayyan ijtimoiy rollar, erkaklar va ayollar uchun mos bo'lgan faoliyat turlari bilan bog'liq madaniy kutilmalarda namoyon bo'ladi. An'anaviy jins rollarni farqlash haqida gapiradigan bo'lsak, erkak kishi uchun bu ko'pincha barqaror ish joyiga ega bo'lish, yuqori darajadagi kasbiy mahoratga ega bo'lish, bunda faoliyat birinchi o'rinda turadi, oila ichidagi munosabatlar esa ikkinchi darajali bo'ladi. Er jinsiy munosabatlar uchun ham javobgar hisoblanadi. Ayollar uchun esa, aksincha, kasbiy o'sish va rivojlanish ikkinchi darajali bo'lib, asosiy vazifalar va manfaatlar uy-ro'zg'or, kundalik turmushni tashkil etish, bolalarni tarbiyalash va kekxa qarindoshlarga g'amxo'rlik qilishdan iborat bo'ladi [3].

Respublikamizning yetakchi psixolog olimlaridan G'.B.Shoumarov tadqiqotlarida oilada er bilan xotin orasida yuzaga keladigan kelishmovchiliklarni psixologik tahlil qilib, ularning asosiy sabablari kelin-kuyovning kasb-faoliyati va oilaning qadr-qimmatini o'lgashlari unda yetakchilik mavqeyini qo'lga kiritish uchun kurashishlari, bir-birini psixologik xususiyatlarini tushunib yetmasliklari, uy-ro'zg'or ishlarini bajarishga tayyor emasliklari, jinsiy tarbiyaga oid bilimlarning yetarli emasligi, bolalarni tarbiyalashdagi kelishmovchiliklari, mijozlarning mos kelmasligi, jinsiy masalalarda kelisholmasliklari, farzandsizlik, rashk va ishonchsizlik ekanligini ko'rsatib o'tadi [3].

E. G'oziyevning ta'kidlashicha, oilaviy munosabatlar turli negiz; iqtisodiy, mafkuraviy, hissiy irodaviy, axloqiy-aqliy, qarindosh-urug'chilik, yaqinlik va do'stlik- birodarlik asosida quriladi. Ana shu negizlar baquvvat oilada er-xotin totuvligi, oila barqarorligi, oilaning baxti va farovonligi ta'minlanadi. Olimning fikricha, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda yoki yangi oilalar qurishda ana shu muhim asoslarga e'tibor berish va ba'zi bir narsalardan ogoh bo'lish zarur. "Oila but bo'lishi uchun birinchi navbatda, shaxslararo tenglikni qaror toptirish kerak. [4]

M. Fayziyeva tadqiqotlarida oilada shaxslararo munosabatlarda tenglik bo'llishi, oilaning barqaror bo'lishining muhim omili ekanligini ta'kidlab o'tgan [1].

Oxirgi yuz yil davomida ayollarning ijtimoiy rollari jiddiy o'zgarishlarga uchradi: ayollar ta'lim, siyosat, biznes kabi sohalarga kirish imkoniga ega bo'ldi, ularning iqtisodiyotdagi ishtiroki ulushi sezilarli darajada oshdi. Sodir bo'lgan o'zgarishlar faqat "ichki" soha - uy yumushlari va bolalarni tarbiyalash bilan bog'liq bo'lgan an'anaviy stereotip ayollar rollarining chegaralari kengayib, "tashqi" soha - ish va ijtimoiy-siyosiy hayotga kirib borayotganini ko'rsatadi [5].

Jinsiy-rolga mansublik - gender stereotiplar haqidagi tasavvurlardan kelib chiqib, erkak va ayol o'rtasidagi ijtimoiy va oilaviy rollarning taqsimlanishi, hozirgi kundagi erkaklar va ayollarning yangi rollariga zid kelishi mumkin, chunki ularni bajarishining xilma-xilligi tufayli rolli ziddiyat yuzaga keladi. Zamonaviy ayollarning aksariyati ishlaydi, va ko'pincha turmush o'rtog'i barcha uy yumushlarini (stereotip bo'yicha "ayollarga xos") bajarilishini kutadi, "erkaklarga xos" ishlarni esa o'zi bajaradi. Garchi, ba'zi hollarda,roller taqsimoti qarama-qarshiligini ham ko'rish mumkin: ishbilarmon ayol farzandlari va uy yumushlari bilan umuman shug'ullanmaydi, kasbiy jihatdan unchalik muvaffaqiyatli bo'lmagan er esa barcha maishiy va tarbiyaviy vazifalarni o'zi mustaqil bajaradi. Shuning uchun zamonaviy ijtimoiy-iqtisodiy deformatsiyalar oilaviy tizim strukturasi o'zgarishiga olib keldi. Jinsiy rollar differensiyasi endi barqaror va aniq emas. Rollarning tubdan , o'zgarishi faol kechmoqda, bunda ayol boquvchi, erkak esa tarbiyachi va uy xo'jaligini tashkil etuvchi shaxs bo'lib qolmoqda.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. O'z tadqiqotlarida Y.E. Alyoshina, A.I. Antonova, N. N. Obozov , A. N. Obozova, I. S. Kletsina, M. S. Matskovskiy, A. G. Xarcheva va boshqalar oila va funktsional rol tizimini shakllantirish masalalariga muhim hissa qo'shdilar. N.N.Obozov va A.N.Obozovlar oilada yetakchi rollar taqsimotini ikkita asosiy variantga ajratganlar. I.S. Kletsina esa hozirgi kunda "nikoh – oila munosabatlarida o'zgarish sodir bo'lganligi sababli ko'p yillar davomida ko'pchilik erkaklar va ayollar uchun etalon bo'lib kelgan an'anaviy tipdan rollar uzoqlashdi ". [8, 114-bet]. "Oilaviy-nikoh munosabatlaridagi yangi tendensiyalar nikohning erkin sheriklikka aylanishini tavsiflaydi, uning asosini turli jins vakillarining teng huquqli munosabatlari tashkil etadi" [8, 115-b.]. Muallif fikricha, "gender munosabatlarining sheriklik

modeli bu oilaviy munosabatlarning shunday turiki, bunda er va xotin o'rtasidagi rollar bo'linmaydi, balki, bir-birining o'rnini bosadi, hamda er-xotinlar o'rtasidagi munosabatlar hukmronlik va bo'ysunishga emas, balki tenglik asosida qurilgan" [8, 116-bet].

Biroq yoshlar tasavvurida ijtimoiy tuzumdagi ro'y berayotgan o'zgarishlar "aralash" ko'rinishda aks etishi ham mumkin. Shunday qilib, G. Navaitis soxta an'anaviy oilaviy modellarni tasvirlab berdi: Erkak kishi oilada ustun bo'lishga harakat qiladi, lekin uning moddiy javobgarligi yo'q (ko'proq yosh yigitlarga xos) va oilada er va xotinning tengligiga asoslangan soxta egalitar modellar, turmush o'rtoqlarning kundalik ish bilan bandligi, shu bilan birgalikda urning an'anaviy ya'ni urning oila boqish majburiyati borligi (ko'roq qizlarga xos).

Oilaning soxta an'anaviy modeli urning ustunligi, turmush o'rtog'ining uy yumushlarini bajarishi, uning kasbiy faoliyati cheklanishi bilan tavsiflanadi, bu esa oilaning an'anaviy modeliga xos xususiyatdir. Biroq bunday oiladagi erkaklar moddiy ta'minot uchun javobgar hisoblanmaydi, chunki bu vazifani bajarish teng huquqli bo'lishi kerak deb hisoblaydi va soxta egalitar model er-xotinning tenglikka intilishini belgilaydi, ham kundalik funksiyalarni amalga oshirishda, ham muhim oilaviy masalalarni hal qilishda, shuningdek, oilani moddiy qo'llab-quvvatlash uchun erkakka javobgarlikni yuklash [12] Ko'pgina tadqiqotchilar oilaviy rolli kutilmalarning bir-biriga mos kelmasligi oqibatida nizolar kelib chiqishini qayd etishadi. V.P.Levkovich va O.E.Zuskovalar nikohdan oldin shakllangan yoshlarning oila haqidagi tasavvurlari, haqiqiy vaziyatga nisbatan yuqori bo'lib, munosabatlardagi ziddiyatlarning kelib chiqishiga sabab bo'lishini ko'rsatishgan [9]. T.V. Andreyeva ham o'z asarlarida soxta an'anaviy qarashlarning keng tarqalganligini qayd etgan [6]. Rollar funksiyalarining aralashib ketishining muhim omillari orasida, oilani moddiy ta'minlash kabi ba'zi funksiyalarni bajarish mas'uliyati ko'pincha yosh turmush o'rtoqlarning ota-onalariga ham yuklanishini, ayniqsa, ular birgalikda yashaganda deb ta'kidlaydi. Darhaqiqat, yosh oilada turmush o'rtoqlarning ota-onalari ko'pincha ba'zi oilaviy vazifalarni bajarishga jalb etiladi. Strukturaviy yondashuv nuqtayi nazaridan S. Minuxin kengaytirgan oila chegaralarning tarqoqligi yoki nuklear oilaning haddan tashqari qat'iy chegaralari, shuningdek, bolalar va ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarning samarasizligi bilan izohlash mumkin deb tahlil qiladi. [11] Shu bilan birga, Yevgrafova Y.A. tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda ota-onasi bilan birga yoki alohida yashaydigan juftliklarning oilaviy tasavvurlarida sezilarli farqlar kuzatilmagan. Muallifning qayd etishicha, "qoida tariqasida, ayollarning o'zlari xotinlarning ko'p sonli oilaviy vazifalarni bajarishini nazarda tutuvchi, ularning rollarni amalga oshirishiga qo'yiladigan talablar darajasi past bo'lgan vaziyatning vujudga kelishiga hissa qo'shadilar. Biroq turmush o'rtoqlari va ularning ota-onalari alohida yashayotgan bo'lsa, erkaklar bunday holatning yuzaga kelishiga yo'l qo'ymaslikka intiladilar" [7].

Turmush o'rtoqlarning rollarini taqsimlashga bag'ishlangan xorijiy va mahalliy tadqiqotlar ko'pincha oilada rolli nizolar tushunchasi va mohiyatini o'rganishga qaratilgan. Rol konflikti tushunchasining o'zi ancha keng bo'lib, oilaviy rollar haqidagi tasavvurga asoslanadi va ular turmush o'rtoqlarning kundalik hayotini ta'minlaydigan va bir-biri bilan chambarchas bog'langan ishlar va majburiyatlar tizimidan iborat. Y.Y.Aleshina ishlayotgan ayollarning rolli ziddiyatlarini o'rganar ekan, eng ko'p uchraydigan rollararo ziddiyat kasbiy va oilaviy rollar o'rtasidagi qarama-qarshilik ekanligini qayd etadi. Bu qarama-qarshilikning o'zi ma'lum ma'noda muqarrar ("ishga qanchalik ko'p e'tibor bersang, oilang shunchalik ko'p aziyat chekadi" va aksincha) va bu holatda murosa yo'lini topish yetarlicha tipik, (garchi u og'ir "yoki ish-yoki oila" tanlovida qiynalsada). Y. E. Alyoshinaning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, o'z kuchlarini oila va ish o'rtasida taqsimlash ayollar uchun subyektivdir: ular ko'pincha ishlarning haqiqiy holatiga to'g'ri kelmaydi [5].

So'nggi paytlarda V. Toumenning oilaviy rollari komplementarlik nazariyasi ushbu yo'nalishda juda dolzarb bo'lib qoldi. muallif o'zining keng qamrovli tadqiqotlari asosida oilaviy konstellatsiya (3000 ga yaqin oila) ta'siri barqaror nikoh uchun uning har biri o'z pozitsiyasini qay darajada takrorlashi hal qiluvchi ahamiyatga ega. Toumenning fikricha, ota-ona oilasida aka-uka va opa-singillar o'rtasida mavjud bo'lgan aloqalar yo'nalishi turmush o'rtog'iga o'tadi. Bu aloqa qanchalik mustahkam va uzoq davom etsa, ikkala sherikning munosabatlari ota-onasining oilasidagi holatiga qanchalik o'xshash bo'lsa, shunchalik mustahkam bo'ladi. Bu qoida "dublikatlar nazariyasi" deb ataladi. Komplementar yoki to'liq komplementar munosabatlar er-xotinlarning rollari barcha sibling xususiyatlariga (soni, jinsi, yoshidagi farq) ko'ra bir-birini to'liq to'ldirganda yuzaga keladi. Masalan, urning kichik singlisi, xotinning esa katta akasi bo'lgan. Bunday holatda rol strukturasining shakllanishida qulay variant kuzatiladi: er va xotin rollari bir-birini to'ldiradi, uarda tayyor stereotiplar mavjud [10].

Materiallar va usullar. Tadqiqotimizning maqsadi yosh oilalarda oilaviy majburiyatlarni taqsimlash xususiyatlariga "ayol" nuqtayi nazarini o'rganishdan iborat bo'ldi. Tadqiqotda quyidagi psixodiagnostik metodikalar qo'llanildi:

1) "Oiladagi rollarning taqsimlanishini o'rganish metodikasi (Y.Y. Alyoshina, L.Y. Gozman, Y.M. Dubrovskaya)".

2) Oilaning turmush tarzi turini aniqlash bo'yicha mualliflik anketasi.

Tadqiqotda 24 yoshdan 30 yoshgacha bo'lgan 42 nafar ayol ishtirok etdi. Nikohning o'rtacha davomiyligi 5 yilni tashkil etadi.

Tadqiqot natijalari. Empirik tadqiqotning birinchi bosqichini amalga oshirish uchun biz quyidagilarni ishlab chiqdik, muallif so'rovnoma, bu haqda ma'lumot olishga qaratilgan 17 ta savoldan iborat har bir respondent uchun oilada vazifalarni taqsimlash. So'rovnoma an'anaviy va egalitar oila haqidagi Aleshina Y.Y. va hammualliflarning ta'riflarini asos qilib oldik, unga ko'ra oilaviy munosabatlarning an'anaviy modeli - bu "turmush o'rtoqlarning jinsiga muvofiq muayyan rollar belgilangan oila modeli" hisoblanadi.

- xotin ona va uy bekasi vazifasini bajaradi, er asosan moddiy ta'minot va jinsiy munosabatlar uchun javobgar bo'ladi" [5, 29-b.]. Oilaviy munosabatlarning teng huquqli modeli er va xotin o'rtasida oiladagi rollarning nisbatan teng taqsimlanishini nazarda tutadi [5].

So'rovnoma natijalariga ko'ra, biz quyidagi qiziqarli qonuniyatlarni aniqladik:

- so'rovda qatnashgan ayollarning aksariyati (45,5%) kuniga 1 soatdan 2 soatgacha vaqt sarflaydi, maishiy vazifalar ham kuniga 2 soatning salmoqli qismini (36,3%) tashkil etadi.

- 3,2% ayollarning ta'kidlashicha, ularning erkaklari uy sharoitida kamroq vaqt sarflashadi vazifalar 30 daqiqadan 1 soatgacha va (27,3%) , kuniga 30 daqiqagacha (41 %)

- oilada dazmollash xotin tomonidan amalga oshiriladi (86,8%)

- So'rovda qatnashgan ayollarning 85,3 foizi faqat o'zlari idish-tovoq yuvishini, 14,7 foizi esa tez-tez yuvishini ta'kidlagan;

- ayollarning asosiy qismi, ya'ni 90,1 foizi kir yuvish bilan o'zlari shug'ullanishini ta'kidlamoqda

- Ayollarning 72,7 foizi maishiy texnikalarni ta'mirlashni ma'qullamasligini ta'kidlamoqda

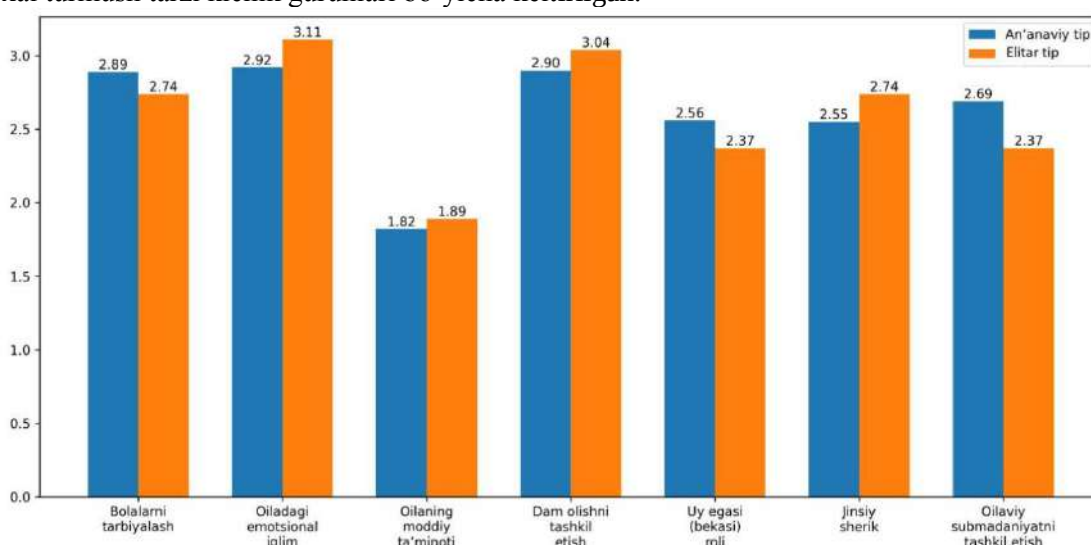
- Ayollarning 65,9 foizi oilasida ikkala er va xotinning ham avtomobilga egalik qilish huquqiga ega ekanligini qayd etmoqda.

- Ayollarning 9,1 foizi erkaklarnikiga qaraganda ko'proq daromad topishini ta'kidlamoqda

- Ayollarning 36 foizi erkaklarning bolalarga 20 daqiqadan 1 soatgacha vaqt ajratishini qayd etmoqda

Respondentlarning yarmi bolalarga kuniga 2 soatdan ko'proq vaqt ajratayotgan bo'lsa (49,5%) so'rovnoma savollariga har bir javob uchun respondentga ball (0 dan 4 gacha) berildi, ballar yig'indisi namunani ikki guruhga - an'anaviy va teng huquqli oila tuzilishiga bo'lish uchun asos bo'ldi. Natijalarga asoslanib, quyidagi aniqlangan tendensiyalar haqida gapirishimiz mumkin: sinovdan o'tgan guruhning katta qismi (72%) oilaning an'anaviy tuzilishini namoyish etdi.

Ayollarning 28 foizi esa oilaviy rollarni taqsimlashga muqobil qarashlarni ifoda etmoqda. "Oiladagi rollarning taqsimlanishini aniqlash metodikasi" (E. Aleshina, L.Y. Gozman, E.M. Dubovskaya) bo'yicha natijalarni ko'rib chiqamiz. 1-rasmda har bir shkala bo'yicha o'rtacha ko'rsatkichlar oilaning teng huquqli va patriarxal turmush tarzi kichik guruhlari bo'yicha keltirilgan.



1-rasm. An'anaviy va alternativ tartibdagi rollar taqsimotining qiyosiy tahlili (o'rtacha ko'rsatkich)

Ushbu uslub bo'yicha guruhlar o'rtasida sezilarli farqlar aniqlanmadi, ammo bir qator qiziqarli umumiy qonuniyatlar aniqlandi: So'rovda qatnashgan ayollarning 70 foizi o'z sheriklariga qaraganda bolalar va tadbirlar tashkil etish bilan ko'proq shug'ullanadi. Va ayollarning yarmidan ko'pi o'z oilalarida ular bilan bir qatorda qabul qilinganligini ta'kidlashadi, erkaklar oilani moddiy qo'llab-quvvatlash funksiyalarini bajaradilar.

Xulosa. Oila bu tirik organizm, doimo o'zgarib turadigan va rivojlanayotgan tizim ishtirokchilaridan doimiy murosalar, sabr-toqat, shartnomalar talab qilinadi, yuzaga keladigan qiyinchiliklarni engib o'tish va yuzaga kelishi mumkin bo'lgan nizolarni hal qilish jarayoni. Agar normalar, nikoh va oilani tartibga soluvchi (shu jumladan rol) munosabatlar noaniq, xiralashgan, ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishga muvofiq o'zgarishlarga uchraydi tizimlar, bu yuqori darajani saqlab qolish uchun qiyinchilik va to'siq bo'ladi oilalar ichidagi qulaylik va tadqiqot uchun muhim omil hisoblanadi.

Tadqiqotimiz ma'lumotlarini tahlil qilar ekanmiz, jamiyatida an'anaviy oila tuzumi ustun degan savolga shubha bilan qarashimiz mumkin, chunki vazifalarni teng taqsimlash tendensiyasi yaqqol ko'zga tashlanmoqda.

Egalitar uslub rol ziddiyatlar, juftlikdagi janjallar tez-tez sodir bo'lishini kamaytirishga yordam beradi va bizning taxminimizcha, barqaror nikoh ittifoqining sharti bo'lishi mumkin.

Adabiyotlar:

1. Fayziyeva M., Jabborov A. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi. –T.: "Yangi asr avlodi". 2007. -144 b.
2. Ro'ziqulov F.R. O'zbek oilalarida ajralishlarning ijtimoiy-psixologik asoratlari: Psixol. fan. nomz. ... dis. – T.: O'zMU, 2002. - 162 b.
3. Shoumarov G.B. va boshq. Onalarga psixolog maslahati (Ona-bola munosabatlari psixologiyasiga oid ilmiy-amaliy tavsiyalar). –Toshkent, 2002. - 27 b.
4. Ғозиев Э.Ғ. Муомала психологияси. Университетларнинг психология ва социология мутахассислари учун ўқув қўлланма. – Т.: 2001. –Б. 140
5. Алешина Ю.Е., Лекторская Е.В. Ролевой конфликт работающей женщины //Вопросы психологии . 1989. №5.
6. Андреева Т. В. Социально-психологические проблемы стабильности и успешности брачно-семейных отношений // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Психология. Социология. Педагогика. 2009. Вып. 1. С. 129-140.
7. Воронина Л.А., Клименкова Т.А. Гендер и культура. Женщины и социальная политика (тендерный аспект) // под.ред. Хоткиной З.А., М., 1992. с. 10-22.
8. Клецина И.С. Гендерный подход в психологических исследованиях современных семейных отношений // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. 2011. Т. 5. Психология. № 4. С. 107-119.
9. Левкович В.П., Зуськова О.Э. Социально-психологический подход к изучению супружеских конфликтов // Психологический журнал. 1985. Т. 6 (3). С. 126-137.
10. Леонова О.А. Комплементарные отношения как фактор удовлетворенности браком // Нижегородский психологический альманах №1 2020 г / <http://psykaf417.esrae.ru/pdf/2020/1/256.pdf>
11. Минухин С., Фишман Ч. Техники семейной терапии / пер. с англ. А. Д. Иорданского. М.: Класс, 2006. 304 с.
12. Навайтис Г. Семья и психология. Калининград: Полиграфическое объединение, 1996. 135 с.
13. Обозов Н. Н., Обозова А. Н. Диагностика супружеских затруднений//Психологический журнал. 1982. № 2. С. 147-151. Харчев А.Г., Мацковский М.С. Современная семья и её проблемы М.,1993.

Saipova Malaxat Latipovna,
O'zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi
universiteti professori, psixologiya fanlari doktori (DSc)

MEHNAT MIGRANTLARI FARZANDLARIDAGI KECHINMALAR TAHLILI

Annotatsiya. Maqolada muallif zamonaviy jamiyat hayotining ajralmas va barqaror qismiga aylanib ulgurgan mehnat migratsiyasining keng qamrovli jarayon ekaniga e'tibor qaratadi. Dunyo olimlarining migratsiya masalalarini o'rganish bo'yicha olib borgan tadqiqotlari asosidagi fikrlarini tahlil qilgan ham mavzuni yoritadi. Shuningdek, o'smirlik davrining psixologik xususiyatlariga, ularning bu davrdagi ehtiyojlari va kechinmalariga e'tiborni qaratadi, o'z shaxsiy tadqiqoti natijalari asosidagi xulosa va tavsiyalarini taqdim etadi.

Kalit so'zlar: migratsiya, aholi, jamiyat, ota-ona, bola, o'smir, kechinmalar, mehnat, hissiyotlar, ehtiyoj, hudud, ijtimoiy, iqtisodiy, ishonch, qo'llab-quvvatlash.

АНАЛИЗ ПЕРЕЖИВАНИЙ У ДЕТЕЙ ТРУДОВЫХ МИГРАНТОВ

Аннотация. В статье автор обращает внимание на то, что трудовая миграция является комплексным процессом, который стал неотъемлемой и устойчивой частью жизни современного общества. В статье анализируются мнения мировых учёных, основанные на исследованиях по изучению проблем миграции. В ней также рассматриваются психологические особенности подросткового возраста, их потребности и переживания в этот период, а также представлены выводы и рекомендации на основе результатов собственного исследования.

Ключевые слова: миграция, население, общество, родитель, ребёнок, подросток, переживания, труд, эмоции, потребность, территория, социальная, экономическая, доверие, поддержка.

ANALYSIS OF THE EXPERIENCES OF CHILDREN OF MIGRANT WORKERS

Abstract. In the article, the author draws attention to the fact that labor migration is a complex process that has become an integral and sustainable part of the life of modern society. The article analyzes the opinions of world scientists based on research on migration issues. It also examines the psychological characteristics of adolescents, their needs and experiences during this period, as well as provides conclusions and recommendations based on the results of their own research.

Key words: migration, population, society, parent, child, teenager, experiences, work, emotions, need, territory, social, economic, trust, support.

Kirish. Aholi migratsiyasi zamonaviy jamiyat hayotining ajralmas, shu bilan birga, barqaror qismiga aylanib bo'ldi. XXI asrning dastlabki o'n yilligida tadqiqot olib borgan xorij olimlari bu asrni "migratsiya davri", deya ta'kidlaganlari ham bejiz emas [8]. Chunki bugungi kunda aholi migratsiyasi ko'plab fan sohalarining tadqiqot predmeti bo'lib, bu fenomenning turli qirralari namoyon bo'lmoqda va tadqiqotlar ko'lamini kengaytirishni taqozo qilmoqda.

S.V.Taskayeva [7] aholi migratsiyasi jarayoniga ta'sir ko'rsatuvchi omillar tasnifiga turli nuqtayi nazarlarni ko'rib chiqish natijasida quyidagi omillar guruhini ajratadi:

- tabiiy-iqlimiy;
- demografik;
- etnik;
- ijtimoiy-iqtisodiy;
- siyosiy va boshqalar.

Kuzatishlarimiz va adabiyotlar tahlili asosida mehnat migratsiyasiga chiqib ketishning asosiy omillari sifatida quyidagilarni ajratdik:

iqtisodiy – mehnat migratsiyasini tanlagan aksariyat insonlar oilasidagi moddiy holatni yuksaltirishni maqsad qiladi;

ijtimoiy – o'z yashab turgan joyida munosib ish topa olmagan inson bilim, tajriba orttirish orqali o'zining jamiyatdagi mavqeyini ko'tarishni istaydi;

psixologik – psixologik farovonlikka erishish (oiladagi kelishmovchiliklar, jamiyatning shaxsni boricha qabul qilishiga bo'lgan ishonchsizlik).

Mehnat migratsiyasiga turtki bo'lgan omillar qanday bo'lishidan qat'i nazar, agar muhojir oila qurgan va farzand tarbiyalayotgan bo'lsa, bu hodisaning qamrovini, ya'ni o'z avlodlariga qanday ta'sir ko'rsatishini har doim ham to'liq tushunib etmaydi. Ayniqsa, o'tish davri hisoblanmish o'smirlik yoshida bolalarning ota-

onasi bilan birga yashashini o'ziga xos qirralari borki, ulardan ayro yashash o'smirning psixologik shakllanishiga muayyan ta'sir ko'rsatmay qolmaydi. Shu nuqtai nazardan, biz respublikaning Navoiy, Samarqand va Farg'ona viloyatlarining umumiy o'rta ta'lim muassasalaridan 762 nafar yuqori sinf o'quvchilari ishtirok etgan “Mehnat migrantlari oilalarida voyaga etayotgan farzandlarning psixologik rivojlanish xususiyatlari” mavzusida tadqiqot izlanishlarini olib bordik [6].

Mavzu bo'yicha adabiyotlar tahlili. Mehnat migratsiyasi fenomeni hozirda ko'plab fanlarning tadqiqot obyekti hisoblanadi. Psixologiya fanida olimlarning migratsiya shaxs nazariyasi, psixologik moslashuv nazariyasi, munosabatlar nazariyasi, hayotiy qadriyatlar nazariyasi, psixik rivojlanish konsepsiyalari, etnopsixologiya va yosh davrlariga oid rivojlanish psixologiyasi kabi yo'nalishlardagi tadqiqotlari mavjud. Biroq mehnat migrantlarining o'z mamlakatida qolgan oilasi, farzandlari va ularning turmush tarzi, kechinmalari, psixologik xususiyatlarini chuqur tadqiq etgan izlanishlar deyarli yo'q.

Litvalik olimlar I.Yu.Lyalyugene, L.A.Rupshenening izlanishlari aynan Litvada ota-onasi mehnat migratsiyasiga ketgan o'smirlarning ijtimoiylashuviga bag'ishlangan [4].

Ta'kidlash joizki, ota-onalarning oila farovonligini oshirish maqsadida mehnat migratsiyasiga ketishi iqtisodiy jihatdan ayrim ijobiy natijalarni berishi mumkin, biroq u jiddiy ijtimoiy salbiy oqibatlariga ham olib keladi, ayniqsa, bu holat oilada voyaga etayotgan bolalarning ahvoriga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

“Ota-onalaridan bittasi bilan yoki har ikkalasiz yashayotgan bola, aytish mumkinki, ularga ergashish, ulardan o'rnak olish imkoniyatidan mahrum bo'ladi. Chunki ota-onalar o'rtasidagi o'zaro muloqot, muammolarni birgalikda hal etish jarayonlari, shuningdek, ota-onalarning farzandlari, qarindoshlar, do'stlar va tashqi olam bilan aloqalari cheklanadi. Bola ota-onalar va farzandlar birgalikda yashaydigan nuklear oila modelini shakllantirish imkoniyatidan mahrum bo'ladi. Ularni ajratib turgan masofa bolaga ota-onalarining qadriyatlarini, madaniyati va axloqiy me'yorlarini anglashni qiyinlashtiradi. Oilaviy emotsional tizim izdan chiqadi: umumiy kechinmalar, intilishlar va birgalikdagi faoliyat cheklanadi. Ota yoki onaning yiroq masofada ekanligi bois bolalar kamroq e'tibor oladilar” [4].

Kichik yoshdagi bolalarda salbiy his-tuyg'ular va og'riqli kechinmalar ko'proq uchrasa, o'smir yoshdagi bolalarning ikkala ota-onasi ham ishlash uchun chetga ketga, ular salbiy his-tuyg'ularni yanada keskinroq boshdan kechiradilar.

Garchi pul o'tkazmalari iqtisodiy farovonlikka hissa qo'shsa-da, ota-ona nazoratisiz qolgan bolalar uchun emotsional yo'qotishlar va ijtimoiy xatarlarni qoplab bera olmaydi. Ko'pincha bolalar pulni to'g'ri tasarruf etishni, o'z vaqtidan oqilona foydalanishni bilmaydilar, murakkab vaziyatlarda qanday harakat qilish, yordamni qanday so'rash yoki taklif etish lozimligi haqida etarli bilimga ega bo'lmaydilar, shuningdek, boshqa xulq-atvor ko'nikmalari ham shakllanmagan bo'ladi.

Ota-onalari mamlakat tashqarisida bo'lgan bolalar emotsional kambag'allikdan aziyat chekadilar, ularning o'qishdagi o'zlashtirishi to'liq oilalarda tarbiyalanayotgan tengdoshlariga nisbatan pastroq bo'ladi, kelajaklarini esa xorij bilan bog'lab tasavvur qiladilar.

Ikkala ota-onaning yo'qligi yoki onaning yo'qligi holatida bolalar ko'pincha depressiya holatiga tushib qoladilar. Emotsional fon va xulq-atvordagi bu o'zgarishlar qisqa muddatli yoki uzoqroq davom etadigan bo'lishi va ko'plab omillar bilan bog'liq bo'lib, ular qatoriga ota-onaning qancha muddat yo'qligi, bolaning mustaqil hayotga tayyorgarlik darajasi, bola bilan vasiy o'rtasidagi munosabatlar hamda, masalan, jamiyatning migrant bolalarga bo'lgan munosabati kabi jihatlar kiradi.

I.Yu.Lyalyugene, L.A.Rupshene [4] ning ta'kidlashlaricha, bolalikda ota-onasidan ayriliqda yashash – shaxsning eng katta baxtsizligidir. Ayрилиqni boshidan kechirgan bolalarga qayg'u, g'amginlik, sog'inch, bo'shliq tuyg'ulari xos. Bolalar ota-onasi ajrashganida, vafot etganida yo'qotish tuyg'usini kuchli his qiladilar. Ota-onalardan biri yoki har ikkalasining xorijga chiqib ketishi xuddi shu yo'qotish tuyg'usi kabi bolalarning ijtimoiylashuviga ta'sir ko'rsatmay qolmaydi.

Keling, shu o'rinda shaxs ijtimoiylashuvi masalasiga ham to'xtalib o'tsak: “shaxs ijtimoiylashuvi – inson hayotining ilk damlaridan boshlab, uning butun hayoti davomida hamroh bo'ladigan jarayondir. Insoniyat paydo bo'lgan davrdan beri ushbu jarayon sezilarli darajada o'zgarib borgan, shubhasiz. Ijtimoiylashuv insoniyat hayotidagi o'zgarishlarga proporsional tarzda, ehtimol, ularga mutanosib ravishda transformatsiyalanib borishi ko'zga tashlanadi [5.18].

“Oila “boquvchisi”, ya'ni ota bilan uzoq yoki qisqa muddatli majburiy ayriliq holatida bola shaxsining kognitiv rivojlanishiga ta'sir etuvchi qator muammolar yuzaga keladi: oiladagi an'anaviy munosabatlar va rollar taqsimoti haqidagi tasavvurlarning shakllanish jarayoni buziladi; qadriyatli yo'nalishlar, ijtimoiy qoidalar va axloqiy me'yorlarni o'zlashtirish jarayoni o'zgaradi (yaqin va ahamiyatli shaxslar tomonidan namuna bo'lmagan sharoitda)” [3. 125-166]. Bularning barchasi ijtimoiylashuv jarayoniga sezilarli ta'sir ko'rsatadi, albatta.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotda suhbat, kuzatish metodlaridan, mualliflik so'rovnomasidan foydalandik.

Tahlil va natijalar. O'smirlik yoshi – bu inson shaxsining shakllanishi, kattalar hayotiga tayyorgarlik bosqichidir. Bu davrda o'smir oldida muayyan yoshga xos vazifalar turadi va u ularning mavjudligini bilish-bilmasligidan qat'i nazar, bu vazifalarni ma'lum darajada muvaffaqiyatli hal etadi.

O'smir yoshidagi mavjud ehtiyojlarni qanoatlantirish nihoyatda murakkab bo'lib, bunda malakali katta yoshdagilarning yordami zarur bo'ladi. Bu katta yoshdagilarning o'smirlik davri xususiyatlarini bilishinagina emas, balki unga o'zining mehri, sabr-toqati bilan yordamlashishi kerakligini ham anglatadi.

O'smir yoshdagilarning atrofidagilar e'tibor qaratadigan asosiy ehtiyojlari quyidagilar hisoblanadi:

✓ ayblovlarsiz, baholashdan xoli, ya'ni kattalar tomonidan iliq munosabat, qabul qilinish hamda oqillikka asoslangan *e'tibor va qo'llab-quvvatlashga bo'lgan ehtiyoj*;

✓ kattalarning o'smirni qarshiligi va isyoniga qaramasdan tutib turadigan aniq (lekin haddan tashqari qattiq bo'lmagan) *qoidalar va chegaralariga bo'lgan ehtiyoj*. Chunki aniq chegaralarsiz o'smir destruktiv xulq-atvor shakllaridan o'zini tiyishi, ichki pozitsiyalarini shakllantirishi va muvaffaqiyatli ijtimoiylashishi qiyin kechadi;

✓ hayotiy amaliyot orqali *rivojlanish va o'rganishga bo'lgan ehtiyoj*. O'smir hayotiy tajriba orttirishi kerak; u turmushni faqat nazariy idrok etishi yoki boshqalar tajribasiga tayanishi mumkin ham emas, u buni istaydi ham;

✓ qiziqarli *hayotiy voqea-hodisalarga bo'lgan ehtiyoj*. Qiziqish – bu shaxs rivojlanishining asosiy harakatlantiruvchi kuchi bo'lib, o'smirlik davrida bu qiziqish, ayniqsa, faol bo'ladi va doim qanoatlantirishni talab qiladi;

✓ hayotidan, harakatlaridan, ko'rgan-kechirganlaridan *lazzat olish ehtiyoji*. O'smir o'zini, o'z his-tuyg'ularini va sezgilarini o'rganadi, hissiy jihatdan boyishga intiladi; shu bois lazzat olishning eng istalgan kechinmalardan biri bo'lishi, tabiiydir;

✓ *hurmat va tan olinishga bo'lgan ehtiyoj*. Inson hurmat va e'tirofga ega bo'lganida, u o'zini qimmatli shaxs sifatida his etadigan mustahkam ishonchni shakllantiradi, bu esa hayotining barcha sohalarida muvaffaqiyat asosiga aylanadi;

✓ o'smir atrofidagilar, ayniqsa, o'zining tengdoshlari bilan yaqin munosabatda bo'lishga ehtiyoj sezadi. Chunki bu vaqtda u bolalikdan chiqishni boshlagan, biroq hali katta inson emas. Shuning uchun unda *muloqot va tengdoshlari tomonidan qabul qilinishga bo'lgan ehtiyoj* aynan shu davrda kuchli bo'ladi. O'smir ijtimoiy tajriba orttirishga intiladi va o'z-o'zini tasdiqlash, o'zini ishonchli his qilish, mehr, simpatiya va tan olinishga erishishga yordam beradigan eng samarali xulq-atvor modellarini ishlab chiqadi. O'smir atrofdagilar uchun qadrli ekanini, uning fikri ahamiyatga ega ekanini bilishni istaydi; u o'zini mansub deb hisoblagan guruh tomonidan "o'ziniki" sifatida qabul qilinishi uchun hatto agar shaxsiy "Men"ga qarshi borishga to'g'ri kelsa ham tayyor bo'ladi;

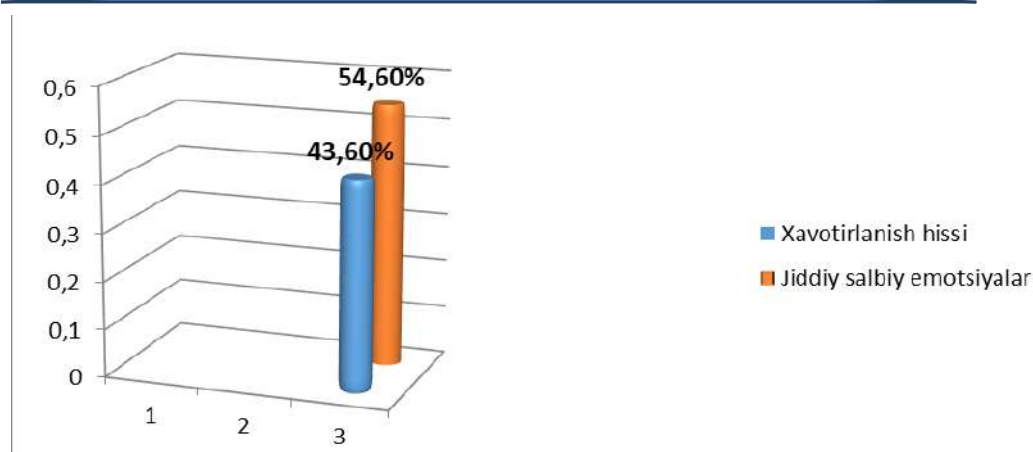
✓ *o'z fikrini ishonch bilan himoya qila olish ehtiyoji* (bu umumiy o'z-o'ziga ishonchga asoslanadi). Aynan bu ko'nikmaning yo'qligi o'smir hayotida ko'plab muammolarga: uyatchanlik, nojo'ya guruhlariga tobe bo'lib qolish, o'qitish va keraksizlik hissini tuyish, kelajakdagi kasbiy muvaffaqiyatlardan voz kechish va h.k. ga olib keladi. Ko'pincha o'smirlar hodisalardan keyin uzoq vaqt davomida to'g'ri so'zlar va harakat usullarini izlab yurishlarini aytishadi (afsuski, ba'zan kech bo'ladi) [1];

✓ *ijodiy jihatdan o'z-o'zini ifoda etish va o'z-o'zini ro'yobga chiqarishga bo'lgan ehtiyoj*. O'z-o'zini ijodiy ro'yobga chiqarish o'smir rivojlanishida eng kuchli omillardan biri hisoblanadi. Agar u bu ehtiyojni qondirish imkoniyatini topsa, deyarli barcha boshqa ehtiyojlar ham qanoatlantiriladi: u amaliy hayotiy tajriba orttiradi, qiziqadi, rivojlanadi, o'z ijodining mahsuli orqali o'zini hurmat qila boshlaydi, atrofdagilar tomonidan qabul qilinadi va o'z ijodi doirasidagi aniq chegaralarda yengil hayot kechiradi;

✓ *hayotiy maqsadlarni belgilashga bo'lgan ehtiyoj*. O'smirning "hozirgi paytda yashash" istagiga qaramasdan, o'z kelajagini aniq belgilash uning hayotiga tartib olib kiradi, xavotirning katta qismini kamaytiradi va shaxsiy resurslarni muayyan yo'nalishga safarbar qilish imkonini beradi.

Bu ehtiyojlarning barchasi bir vaqtning o'zida o'smir shaxsiyati uchun ulkan zaxira hisoblanadi. Chunki har qanday ehtiyoj muayyan ichki taranglikni yuzaga keltiradi, shu bois o'smir juda faol bo'ladi: ehtiyojlarni qondirish istagi uning vujudini doimo buni amalga oshirishga yordam beradigan har qanday axborotni qabul qilishga yo'naltirib turadi. U ochiq, moslashuvchan va barcha yangiliklarni qabul qilishga tayyor bo'ladi.

Aynan shu davrda o'smirning yonida suyanadigan katta yoshdagi yaqin insonining yo'qligi kelgusidagi rivojlanishiga muayyan ta'sir ko'rsatadi. Mualliflik so'rovnomasi asosida migrant oilalarda voyaga yetayotgan o'smirlarning hissiyotlarini o'rganishga qaror qildik:



1-rasm. Migrant oilalarda voyaga yetayotgan o'smirlarning hissiyotlari

Diagrammadan ko'rinadiki,

– 54,60 % o'smirlar jiddiy salbiy emotsiyalar bilan yashaydilar, chunki so'rovnomamiz natijalarining ko'rsatishicha, birinchidan, ular erta ulg'ayadilar, ikkinchidan, o'zlarini baxtsiz, himoyasiz his qiladilar, uchinchidan esa ibrat olish uchun namuna siymosisiz yashaydilar.

– 43,60 % i esa doimiy ravishda xavotirlanish hissinı tuyadi. Bu o'z kelajagi uchun, yaqinlarining taqdiri uchun tashvishlanishni anglatadi.

Xulosa va takliflar. Xulosa tarzida aytish mumkinki, o'smirlarning yaqinlari mehridan yetarlicha bahra olmasliklari, *kognitiv sohada* – qadimdan rivojlanib kelgan o'zaro munosabatlar, oilada rollarning taqsimlanishi bo'yicha tasavvurlarning noto'g'ri shakllanishiga, *emotsional sohada* esa – “tashlab ketilganlik”, begonalashish kabi tuyg'ular ortidan tajovuzkorlik, salbiy kechinmalarning yuzaga kelishiga, oxir-oqibatda esa o'smir xulq-atvoridagi o'zgarishlarga olib keladi. Kattalarning mehnat migratsiyasiga chiqib ketishlarini oldini olish, ularni bu yo'ldan qaytarishning imkoni bo'lmagan taqdirda migratsiya daxl qilgan oilalarda tarbiyalanayotgan o'smirlarning yaqinlariga quyidagi tavsiyalarni berishni lozim topdik:

➤ o'smirda ota yoki ona timsolining namunasi yo'qligini inobatga olgancha, unda o'z-o'ziga ijobiy munosabatni shakllantirish;

➤ o'smirni qabul qilish, qo'llab-quvvatlash asosida unda milliy qadriyatlarining kamol topishiga ko'maklashish;

➤ “krizis” yoshining murakkabliklari, hayotiy qiyinchiliklarni yengib o'tishlarida tirgak bo'lish lozim.

Adabiyotlar:

1. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков. // Учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений. / Г.В.Бурменская, Е.И.Захарова, О.А.Карабанова и др. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. 348 с.

2. Волох В.А., Суворова В.А. Внутренняя миграция. – М.: ГУУ, 2014.

3. Миграционные процессы и проблемы адаптации. // Монография. / Отв. ред. В.В.Константинов. – Пенза: ПГПУ им. В.Г.Белинского, 2009. 184 с.

4. Лялюгене И.Ю., Рупшене Л.А. Влияние трудовой миграции родителей на социализацию подростков. // Ж.: Социологические исследования, 2008. № 1. С. 69-75.

5. Нуриев И.А. Социально-философские аспекты социализации человека в условиях глобального мира. // Дисс. канд. философских наук. – Нижний Новгород, 2015. С. 18.

6. Saipova M. Migrant oilalarda voyaga yetayotgan o'smirlardagi ehtiyojlarning qanoatlantirilmasligi oqibatlari. // J.: Bola va zamon, 2025. 2-son. 6-9-b.

7. Таскаева С.В. Факторы, определяющие миграцию населения. // Вестник ЧитГУ, 2007. № 3 (44).

8. Bradatan C., Popan A., Melton R. Transnationality as a fluid social identity. Social Identities, 2010. № 16 (2). P. 169-178.

9. Castles S., Haas H. de, Miller M.J. The Age of Migration: International Population Movements in the Modern World. 5th ed. – N.Y.; L.: The Guilford Press, 2014. 401 p.

Fayziyeva Mavluda Xudoyarovna,
 Iqtisodiyot va pedagogika universiteti professori
Toshqulov Rasul Eshquvvat o'g'li,
 Iqtisodiyot va pedagogika universiteti magistranti

TALABALARDA INTELLEKTUAL SALOHİYAT NAMOYON BO'LIHINING IJTIMOİY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI VA RIVOJLANTIRISH IMKONIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqola talabalarda intellektual salohiyat namoyon bo'lishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini empirik jihatdan tadqiq etishga bag'ishlangan. O'zbekistonning to'rtta oliy ta'lim muassasasidan jami 384 nafar talaba (18-24 yosh) ishtirok etgan keng qamrovli aralash metodologik tadqiqot asosida talabalarning intellektual salohiyat darajasi, unga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar va ushbu salohiyatni rivojlantirish imkoniyatlari o'rganildi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, guruhdagi ijtimoiy-psixologik iqlim ($r = 0,58$, $p < 0,001$), o'qituvchi-talaba munosabatlari sifati ($r = 0,51$, $p < 0,001$) va ijodiy muhit ($r = 0,47$, $p < 0,001$) intellektual salohiyatning namoyon bo'lishini belgilovchi asosiy ijtimoiy-psixologik prediktorlar hisoblanadi. Ko'p o'zgaruvchili regressiya tahlili ko'rsatishicha, ushbu omillar birgalikda intellektual salohiyat namoyon bo'lishi dispersiyasining 64,7%ini tushuntiradi ($\text{adj. } R^2 = 0,647$). Klaster tahlili talabalarni to'rtta profilga ajratadi: "Yetakchilar" (%22,1), "Imkoniyatlilar" (%31,5), "Qo'shimcha rag'batlantirish zarurlar" (%29,4) va "Maxsus yordamga muhtojlar" (%17,0). Tadqiqot natijalari asosida oliy ta'lim muassasalarida intellektual salohiyatni rivojlantirishning ilmiy asoslangan pedagogik-psixologik modeli taklif etiladi.

Kalit so'zlar: intellektual salohiyat, ijtimoiy-psixologik omillar, talabalar, kognitiv rivojlanish, guruh iqlimi, o'z-samaradorlik, kreativlik, ijodiy muhit, psixologik intervensiya, ta'lim psixologiyasi.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS AND DEVELOPMENT OPPORTUNITIES OF THE MANIFESTATION OF INTELLECTUAL POTENTIAL IN STUDENTS

Abstract. This article is devoted to the empirical study of the socio-psychological characteristics of the manifestation of intellectual potential among students. Based on a comprehensive mixed-method research involving 384 students (aged 18–24) from four higher education institutions in Uzbekistan, the level of students' intellectual potential, the socio-psychological factors influencing it, and the opportunities for its development were examined. The research results indicate that the socio-psychological climate within the group ($r = 0.58$, $p < 0.001$), the quality of teacher–student relationships ($r = 0.51$, $p < 0.001$), and the creative environment ($r = 0.47$, $p < 0.001$) are the main socio-psychological predictors determining the manifestation of intellectual potential. Multiple regression analysis shows that these factors together explain 64.7% of the variance in the manifestation of intellectual potential ($\text{adj. } R^2 = 0.647$). Cluster analysis divides students into four profiles: "Leaders" (22.1%), "Potential Achievers" (31.5%), "Those Requiring Additional Motivation" (29.4%), and "Students Needing Special Support" (17.0%). Based on the research findings, a scientifically grounded pedagogical and psychological model for the development of intellectual potential in higher education institutions is proposed.

Keywords: intellectual potential, socio-psychological factors, students, cognitive development, group climate, self-efficacy, creativity, creative environment, psychological intervention, educational psychology.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА СТУДЕНТОВ И ВОЗМОЖНОСТИ ЕГО РАЗВИТИЯ

Аннотация. Данная статья посвящена эмпирическому изучению социально-психологических особенностей проявления интеллектуального потенциала студентов. На основе широкомасштабного смешанного исследования, проведённого с участием 384 студентов (18–24 лет) из четырёх высших учебных заведений Узбекистана, были изучены уровень интеллектуального потенциала студентов, социально-психологические факторы, влияющие на его проявление, и возможности его развития. Результаты исследования показывают, что социально-психологический климат в группе ($r = 0,58$, $p < 0,001$), качество взаимоотношений преподаватель–студент ($r = 0,51$, $p < 0,001$) и творческая среда ($r = 0,47$, $p < 0,001$) являются основными социально-психологическими предикторами, определяющими проявление интеллектуального потенциала. Множественный

регрессионный анализ показал, что эти факторы совместно объясняют 64,7% дисперсии проявления интеллектуального потенциала ($\text{adj. } R^2 = 0,647$). Кластерный анализ выделил четыре профиля студентов: «Лидеры» (22,1%), «Обладающие потенциалом» (31,5%), «Требующие дополнительной мотивации» (29,4%) и «Нуждающиеся в специальной поддержке» (17,0%). На основе результатов исследования предлагается научно обоснованная педагогико-психологическая модель развития интеллектуального потенциала в высших учебных заведениях.

Ключевые слова: интеллектуальный потенциал, социально-психологические факторы, студенты, когнитивное развитие, климат группы, самооэффективность, креативность, творческая среда, психологическое вмешательство, психология образования.

Kirish. Intellektual salohiyat — shaxsning yangi bilimlarni o'zlashtirish, muammolarni ijodiy hal etish, tizimli fikrlash va mavjud bilimlarni yangi vaziyatlarga ko'chirish qobiliyatlarining yaxlit tizimi sifatida — zamonaviy raqobatbardosh jamiyatda shaxs kamolotining asosiy mezon sifatida qaralmoqda (Gardner, 1983; Sternberg, 1985). Bilimga asoslangan iqtisodiyot sharoitida intellektual resurslarni rivojlantirish va ulardan samarali foydalanish masalasi milliy taraqqiyotning ustuvor yo'nalishiga aylandi. O'zbekiston Respublikasida ta'lim sohasini isloh qilishga qaratilgan 2022-2026-yillarga mo'ljallangan Milliy rivojlanish strategiyasida yoshlarning intellektual salohiyatini ro'yobga chiqarish alohida maqsad sifatida belgilangan. Biroq amaliyot shuni ko'rsatadiki, talabalik davrida intellektual salohiyatning namoyon bo'lishi bir xil emas: bir guruhda bir xil ta'lim berish sharoitida ham ayrim talabalar keskin intellektual o'sish namoyish etsa, boshqalari potentsial imkoniyatlaridan to'liq foydalana olmaydi. Bu nomutanosiblik sabablarini izlashda ijtimoiy-psixologik omillar muhim tushuntiruvchi kuch bo'lib xizmat qiladi. Zamonaviy psixologik tadqiqotlarda intellektual salohiyat faqat individual biologik xususiyatlar bilan belgilanmasligini, balki ijtimoiy muhit, shaxslararo munosabatlar va psixologik iqlim intellektual qobiliyatlarning namoyon bo'lishida hal qiluvchi rol o'ynashini ko'rsatuvchi ishlar soni ortib bormoqda (Vygotsky, 1978; Bronfenbrenner, 1979; Csikszentmihalyi, 1996). Shu bilan birga, O'zbekiston talabalarining ijtimoiy-psixologik kontekstida ushbu bog'liqliklarni sistemli o'rganuvchi empirik tadqiqotlar cheklangan. Ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi O'zbekiston oliy ta'lim muassasalari talabalarida intellektual salohiyat namoyon bo'lishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini empirik jihatdan aniqlash, unga ta'sir etuvchi omillarning nisbiy og'irligini baholash va salohiyatni rivojlantirish imkoniyatlarini ilmiy asoslashdan iborat.

Quyidagi tadqiqot savollari qo'yilgan:

1. Talabalarda intellektual salohiyat namoyon bo'lishining umumiy tasviri qanday?
2. Qaysi ijtimoiy-psixologik omillar intellektual salohiyat namoyon bo'lishini eng kuchli bashorat qiladi?
3. Talabalar ijtimoiy-psixologik xususiyatlari va intellektual salohiyat namoyon bo'lishi asosida qanday profil tipologiyasini tashkil etadi?
4. Intellektual salohiyatni rivojlantirishning qaysi pedagogik-psixologik strategiyalari samarali hisoblanadi?

Adabiyotlar sharhi. Intellektual salohiyat tushunchasining nazariy asoslari. Intellektual salohiyat tushunchasi psixologiya fanida turlicha talqin qilingan. Spearman (1904) tomonidan ilk bor asoslab berilgan «g-omil» nazariyasi intellektual qobiliyatlarning umumiy, yagona omilga ega ekanligini ko'rsatib berdi. Thurstone (1938) esa «birlamchi mental qobiliyatlar» konsepsiyasi orqali intellektning ko'p o'lchovli tuzilmasini taklif etdi. Sternberg (1985) ning triarxik nazariyasi analitik, ijodiy va amaliy intellekt turlarini ajratib, intellektual salohiyatning faoliyatga yo'naltirilgan xarakterini ta'kidlaydi. Gardner (1983) ning ko'p intellekt nazariyasi intellektual salohiyatni lingvistik, mantiqiy-matematik, fazoviy, musiqiy, tana-kinestetik, shaxslararo va shaxs ichki intellekt turlariga ajratib, ta'lim psixologiyasi uchun keng amaliy imkoniyatlar ochib berdi. Ushbu nazariya zamin holda talabalarda intellektual salohiyatning turli xil shakllarda namoyon bo'lishini va ta'lim muhitining rol o'ynashini tushuntirish imkonini beradi.

Intellektual salohiyatga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar. Vygotsky (1978) ning «yaqin rivojlanish zonasi» konsepsiyasi ijtimoiy ta'sirning intellektual rivojlanishdagi markaziy rolini nazariy jihatdan asoslab berdi. Ushbu konsepsiyaga ko'ra, shaxs ijtimoiy ta'sir va hamkorliksiz mustaqil ravishda erisha olmaydigan intellektual darajaga ko'tariladi. Bronfenbrenner (1979) ning ekologik tizim nazariyasi esa intellektual rivojlanishni mikrotizim (oil, guruh), mezotizim (muassasa) va makrotizim (jamiyat) kabi bir necha qavat ijtimoiy kontekstlar o'zaro ta'sirida talqin qiladi. Bandura (1986) ning ijtimoiy kognitiv nazariyasidagi o'z-samaradorlik (self-efficacy) konstrukti intellektual salohiyat namoyon bo'lishining muhim prediktorlaridan biri sifatida keng e'tirof etilgan. O'z-samaradorligi yuqori bo'lgan talabalar qiyin vazifalarni qabul qilishga ko'proq tayyorlikni, muvaffaqiyatsizliklardan keyin tez tiklanishni va intellektual qiziqish hamda qat'iyatlilikni ko'proq namoyish etadi (Pajares, 1996; Zimmerman, 2000). Dweck (2006) tomonidan

ishlab chiqilgan «fikrlash tarzi» (mindset) nazariyasiga ko'ra, intellektning o'zgaruvchan (growth mindset) yoki doimiy (fixed mindset) deb idrok etilishi talabalarning intellektual vazifalar oldidagi munosabati va natijaviyligini sezilarli darajada farqlaydi. O'sishga yo'naltirilgan fikrlash tarzi intellektual salohiyatning to'liqroq namoyon bo'lishini ta'minlaydi.

Guruh dinamikasi va intellektual namoyon bo'lish. Ta'lim guruhining ijtimoiy-psixologik iqlimi intellektual faollik uchun asosiy kontekstni tashkil etadi. Anderson (1982) tomonidan «ta'lim muhiti» (learning environment) tushunchasi kiritilgan bo'lib, u guruh a'zolari o'rtasidagi aloqalar, hamkorlik sifati va munosabatlar uslubini qamrab oladi. Psixologik xavfsizlik (psychological safety) muhiti — xato qilishdan qo'rqmaslik, fikrni erkin ifodalay olish holati — intellektual izlanish uchun zarur shart sifatida alohida tadqiq qilingan (Edmondson, 1999; Frazier et al., 2017). Csikszentmihalyi (1996) ning ijodiy muhit modeli shuni ko'rsatadiki, intellektual yutuqlar odamlarni qo'llab-quvvatlovchi va intellektual bahslarni rag'batlantiradigan ijtimoiy tizimlarda ko'proq ro'y beradi. Talabalar orasida intellektual salohiyat namoyon bo'lishida tengdoshlar ta'siri (peer influence) alohida o'rin tutadi (Wentzel & Caldwell, 1997): intellektual jihatdan faol guruhda bo'lish individual intellektual faollikni oshiradi.

Metodologiya. Tadqiqot dizayni. Tadqiqot aralash metod (mixed-methods) dizayni asosida tashkil etildi. Miqdoriy komponent kross-seksional so'rovnoma va standartlashtirilgan psixometrik vositalarni o'z ichiga olgan bo'lsa, sifatiy komponent fokus-guruh suhbatlari va kuzatuvlarni qamrab oldi. Ushbu yondashuv intellektual salohiyat namoyon bo'lishining keng qamrovli manzarasini shakllantirish bilan birga, ijtimoiy-psixologik mexanizmlarni chuqur tushunish imkonini berdi. Tadqiqot 2023-yil oktabr — 2024-yil mart oylari orasida amalga oshirildi. Tadqiqot Toshkent davlat pedagogika universitetining Etika qo'mitasi tomonidan ma'qullandi (Qaror No. ETK-2023-214). Barcha ishtirokchilardan axborot roziligi shakli olindi.

Ishtirokchilar. Tadqiqotga O'zbekistonning to'rtta oliy ta'lim muassasasidan (Toshkent davlat pedagogika universiteti, O'zbekiston Milliy universiteti, Toshkent davlat texnika universiteti va Samarqand davlat universiteti) tasodifiy qatlamli (stratified random) tanlov usuli bilan tanlangan 384 nafar talaba ishtirok etdi. Namuna hajmi G*Power 3.1 dasturida katta ta'sir o'lchami ($f^2 = 0,35$), 0,80 quvvat va $\alpha = 0,05$ ahamiyatlilik darajasi asosida hisoblandi.

1-jadval. Namunaning ijtimoiy-demografik tavsifi

Ko'rsatkich	Kategoriya	n	%
Jins	Ayol	204	53,1
	Erkak	180	46,9
Yosh	18–20	156	40,6
	21–22	148	38,5
	23–24	80	20,8
Kurs	1-kurs	98	25,5
	2-kurs	96	25,0
	3-kurs	102	26,6
	4-kurs	88	22,9
Yo'nalish	Texnik-tabiiy	192	50,0
	Gumanitar-ijtimoiy	192	50,0

O'lchov vositalari

(a) Intellektual salohiyat shkalasi (IPS-32)

Muallif tomonidan Sternberg (1988) va Gardner (1983) nazariyalari asosida ishlab chiqilgan 32 bandli ko'p o'lchovli shkala. To'rtta kichik shkala: analitik fikrlash (8 band), ijodiy fikrlash (8 band), amaliy intellekt (8 band), metakognitiv nazorat (8 band). 5 ballik Likert shkalasida baholanadi. Confirmatory factor analysis (CFA) orqali tasdiqlangan to'rt omilli tuzilma (CFI = 0,96, RMSEA = 0,048). Umumiy ichki izchillik: Cronbach $\alpha = 0,87$.

(b) Ijtimoiy-psixologik iqlim shkalasi (IPIS-24)

Litvin va Stringer (1968) modeliga asoslanib, muallif tomonidan ta'lim guruhiga moslashtirilgan 24 bandli shkala. Uchta kichik shkala: guruh hamkorligi (8 band), psixologik xavfsizlik (8 band), intellektual rag'batlantirish (8 band). $\alpha = 0,83$.

(c) Umumlashtirilgan o'z-samaradorlik shkalasi (GSE — Schwarzer & Jerusalem, 1995)

O'zbek tiliga standartlashtirilgan 10 bandli shkala. O'z-samaradorlikning umumiy darajasini baholaydi. $\alpha = 0,80$. Moslashtirishda test-retest ishonchliligi $r = 0,75$.

(d) Dweck (2006) fikrlash tarzi so'rovnomasi (MQ — Mindset Questionnaire)

8 bandli vosita. O'sishga yo'naltirilgan fikrlash tarzi (growth mindset) va to'xtab qolgan fikrlash tarzi (fixed mindset) o'rtasidagi nisbatni baholaydi. O'zbek tiliga moslashtirilgan versiyasi. $\alpha = 0,76$.

(e) Fokus-guruh suhbatlari

8 ta fokus-guruh suhbatlari o'tkazildi (har birida 6-8 talaba, jami 60 nafar). Suhbatlar 70-90 daqiqa davom etdi. Asosiy mavzular: intellektual faollikni rag'batlantiradigan va inhibe qiladigan ijtimoiy-psixologik omillar, ta'lim muhitidagi tajribalar.

Statistik tahlil metodlari. Miqdoriy ma'lumotlar SPSS 27.0 va R 4.3.1 dasturlari orqali tahlil qilindi. Qo'llanilgan statistik metodlar: (1) deskriptiv statistika va normallik testi (Shapiro-Wilk); (2) Pearson korrelyatsiya matritsasi; (3) iyerarxik ko'p o'zgaruvchili regressiya tahlili; (4) Ward usuli bilan iyerarxik klaster tahlili; (5) o'rtacha farqlar uchun t-test va dispersiya tahlili (ANOVA). Sifatliy ma'lumotlar Braun va Clarke (2006) tematik tahlil protokoli asosida ikki mustaqil kodlovchi tomonidan tahlil qilindi (kodlovchilararo kelishuv: Cohen's $\kappa = 0,81$).

Natijalar. Intellektual salohiyat namoyon bo'lishining umumiy tasviri. IPS-32 shkalasida olingan natijalar talabalarining umumiy intellektual salohiyat namoyon bo'lishi ko'rsatkichi o'rtacha $2,89 \pm 0,68$ (5 ballik shkalada) ekanligini ko'rsatadi. Bu ko'rsatkich nazariy o'rtachadan (3,00) biroz past bo'lib, talabalar salohiyatining to'liq namoyon bo'lmasligini bildiradi. Kichik shkalalar bo'yicha tahlil analitik fikrlash eng yuqori darajada rivojlanganligini ($M = 3,12$), metakognitiv nazorat esa eng past darajada ekanligini ($M = 2,63$) ko'rsatadi.

2-jadval. IPS-32 shkalasi kichik ko'rsatkichlari va boshqa psixologik o'zgaruvchilar (N = 384)

O'zgaruvchi	M	SD	Min	Max	α
Analitik fikrlash	3,12	0,74	1,25	5,00	0,82
Ijodiy fikrlash	2,88	0,79	1,00	5,00	0,84
Amaliy intellekt	2,93	0,71	1,25	5,00	0,80
Metakognitiv nazorat	2,63	0,82	1,00	5,00	0,85
IPS-32 umumiy	2,89	0,68	1,13	4,88	0,87
Guruh iqlimi (IPIS-24)	3,21	0,65	1,33	5,00	0,83
O'z-samaradorlik (GSE)	31,4	6,8	14	50	0,80
O'sishga yo'naltirilgan MQ	3,44	0,72	1,25	5,00	0,76

Ta'lim yo'nalishi va kurs bo'yicha farqlar. Bir tomonlama dispersiya tahlili (One-way ANOVA) natijalari kurs ko'rsatkichiga ko'ra IPS-32 umumiy ballarida statistik jihatdan ahamiyatli farq borligini ko'rsatadi ($F(3, 380) = 9,47$, $p < 0,001$, $\eta^2 = 0,069$). Tukey HSD post-hoc testi 1-kurs talabalarining intellektual salohiyat ko'rsatkichi 3-kurs talabalariga nisbatan sezilarli darajada past ekanligini aniqladi ($p = 0,002$). Yo'nalish bo'yicha tahlilida texnik-tabiiy yo'nalish talabalarini analitik fikrlash kichik shkalasida gumanitar-ijtimoiy yo'nalish talabalariga nisbatan yuqori ko'rsatkich namoyish etdi ($t(382) = 3,84$, $p < 0,001$, $d = 0,39$), ammo ijodiy fikrlash kichik shkalasida farq statistik jihatdan ahamiyatsiz bo'lib chiqdi ($p = 0,18$).

Korrelyatsion va regressiya tahlili. Pearson korrelyatsiya matritsasi natijalariga ko'ra, guruh ijtimoiy-psixologik iqlimi ($r = 0,58$), o'qituvchi-talaba munosabatlari sifati ($r = 0,51$), o'z-samaradorlik ($r = 0,49$), o'sishga yo'naltirilgan fikrlash tarzi ($r = 0,45$), ijodiy muhit ($r = 0,47$) va tengdoshlarning intellektual rag'batlantirishi ($r = 0,39$) intellektual salohiyat namoyon bo'lishi bilan o'rta va kuchli darajada ijobiy korrelyatsiyaga ega (hammasi $p < 0,001$). Muvaffaqiyatsizlikdan qo'rquv esa salbiy korrelyatsiya ko'rsatdi ($r = -0,44$, $p < 0,001$).

3-jadval. Intellektual salohiyat namoyon bo'lishining iyerarxik regressiya tahlili (N = 384)

Prediktorlar	β	SE β	t	p	ΔR^2
1-qadam: Demografik omillar					0,042
– Yosh	0,11	0,04	2,31	0,021	
– Kurs	0,14	0,05	2,86	0,004	
– Yo'nalish (texnik=1)	0,09	0,04	1,94	0,053	
2-qadam: Psixologik omillar					0,218
– O'z-samaradorlik	0,29	0,06	4,83	<0,001	
– O'sishga yo'naltirilgan MQ	0,24	0,05	4,42	<0,001	
– Muvaffaqiyatsizlikdan qo'rquv	-0,22	0,06	-3,67	<0,001	
3-qadam: Ijtimoiy-psixologik omillar					0,387
– Guruh iqlimi	0,31	0,06	5,17	<0,001	
– O'qituvchi-talaba munosabati	0,27	0,06	4,50	<0,001	
– Ijodiy muhit	0,19	0,05	3,52	<0,001	
– Tengdoshlar rag'batlantirishi	0,16	0,05	3,14	0,002	
Umumiy model: adj. $R^2 = 0,647$, $F(10, 373) = 72,3$, $p < 0,001$					

Izoh: $p < 0,05$; $p < 0,001$

Iyerarxik regressiya tahlili shuni ko'rsatdiki, demografik omillar (1-qadam) dispersiyaning 4,2%ini tushuntiradi. Psixologik omillar (2-qadam) qo'shilishi bilan ushbu ko'rsatkich 22,2 foiz birlikka oshdi. Ijtimoiy-psixologik omillar (3-qadam) esa qo'shimcha 38,7 foiz dispersiya qo'shib, umumiy tushuntirish quvvatini 64,7%ga yetkazdi. Bu natija ijtimoiy-psixologik omillarning intellektual salohiyat namoyon bo'lishidagi nisbiy og'irligi individual psixologik omillardan ancha katta ekanligini ko'rsatadi.

Klaster tahlili: Psixologik profil tipologiyasi. Ward usuli bilan o'tkazilgan iyerarxik klaster tahlili to'rtta statistik jihatdan barqaror profil guruhini aniqladi. Profillar intellektual salohiyat namoyon bo'lishi, guruh iqlimi, o'z-samaradorlik va fikrlash tarzi ko'rsatkichlari asosida tavsiflanadi.

4-jadval. Klaster tahlili natijasi: To'rt profil guruhi tavsifi

Profil	n (%)	IPS-32 M	Guruh iqlimi M	O'z-samaradorlik M	Fikrlash tarzi M
1. "Yetakchilar"	85 (22,1)	3,91	4,12	41,3	4,28
2. "Imkoniyatlilar"	121 (31,5)	3,22	3,54	34,8	3,76
3. "Rag'batlantirish zarurlar"	113 (29,4)	2,48	2,88	27,6	3,04
4. "Maxsus yordamga muhtojlar"	65 (17,0)	1,87	2,21	21,4	2,38

"Yetakchilar" profili (n = 85, %22,1): Barcha ko'rsatkichlarda yuqori natijalar. Kuchli guruh iqlimi, ichki motivatsiya va ijodiy muhit ushbu talabalarning salohiyatini to'liq ro'yobga chiqaradi. Asosan 3—4-kurs va texnik yo'nalish talabalaridan iborat. "Imkoniyatlilar" profili (n = 121, %31,5): O'rtadan yuqori intellektual

salohiyat, ammo uni rivojlantirish uchun qo'shimcha tashqi rag'bat va qo'llab-quvvatlash zarur. Guruh iqlimi o'rtacha. Maqsadli pedagogik ta'sir bilan «yetakchilar» darajasiga ko'tarish imkoniyati yuqori.

"Qo'shimcha rag'batlantirish zarurlar" profili ($n = 113$, %29,4): Intellektual salohiyat namoyon bo'lishi past-o'rtacha darajada. Past o'z-samaradorlik va noqulay guruh iqlimi asosiy to'siqlar hisoblanadi. Muvaffaqiyatsizlikdan qo'rquv yuqori. "Maxsus yordamga muhtojlar" profili ($n = 65$, %17,0): Barcha ko'rsatkichlarda eng past natijalar. Samarali pedagogik-psixologik aralashuvsiz ushbu talabalar salohiyatini rivojlantirish juda cheklangan bo'lib qoladi. Tizimli qo'llab-quvvatlash dasturlarini talab etadi.

Sifatli natijalar: Fokus-guruh tahlili. Tematik tahlil orqali oltita asosiy mavzu aniqlandi: (1) "Ko'rinish xavfi" — intellektual g'oyalarni jamoat oldida ifodalashdan qo'rquv, noto'g'ri tushunilish xavotiri; (2) "Tengdoshlar bosimi" — o'rtacha ko'rinishga intilish, intellektual faollik o'rtoqlar orasida ijtimoiy to'siqlarga duch kelishi; (3) "O'qituvchi bo'shlig'i" — qadrllovchi va ilhomlantiruvchi o'qituvchi bo'lmagan taqdirda intellektual motivatsiyaning so'nishi; (4) "Raqobatga qarshi hamkorlik" — raqobatli muhitda salohiyatni yashirishga moyillik, hamkorlikda esa aksincha; (5) "Muvaffaqiyat tajribasi zanjiri" — bitta yutuq keyingi intellektual izlanishga kuch berishi; (6) "Tanlov muhiti" — tanlov imkoniyatlarining ko'pligi intellektual faollikni oshirishi.

Muhokama. Ushbu tadqiqot intellektual salohiyat namoyon bo'lishini belgilovchi omillar haqidagi bir qator muhim ilmiy xulosalarga kelish imkonini beradi.

Birinchi muhim xulosa: iyerarxik regressiya tahlili ko'rsatdiki, ijtimoiy-psixologik omillar ($\Delta R^2 = 0,387$) individual psixologik omillardan ($\Delta R^2 = 0,218$) ancha kuchli prediktor hisoblanadi. Bu natija Vygotsky (1978) ning rivojlanishning ijtimoiy tabiatiga oid asosiy tezisini empirik jihatdan qo'llab-quvvatlaydi va O'zbekiston kontekstida ham ushbu qonuniyat universal xarakter kasb etishini ko'rsatadi. Guruh ijtimoiy-psixologik iqlimining eng kuchli prediktor bo'lishi ($\beta = 0,31$) ta'lim jarayonida guruh ichidagi munosabatlarni boshqarish va psixologik xavfsiz muhit yaratishga e'tiborni kuchaytirish zarurligini anglatadi.

Ikkinchi muhim natija: o'z-samaradorlik ($\beta = 0,29$) va fikrlash tarzi ($\beta = 0,24$) Bandura (1986) hamda Dweck (2006) nazariyalarining O'zbekiston talabalar muhitida ham tasdiqlanganligi haqida dalil bo'lib xizmat qiladi. Ayniqsa, muvaffaqiyatsizlikdan qo'rquv ($\beta = -0,22$) ning intellektual salohiyat namoyon bo'lishini salbiy bashorat qilishi — fokus-guruh suhbatlarida aniqlangan «ko'rinish xavfi» mavzusi bilan uyg'unlashib — O'zbekistonning kollektivistik madaniy kontekstida talabalarning intellektual xavflarni qabul qilish qobiliyatini rivojlantirishning maxsus ahamiyatiga ishora qiladi.

Uchinchi xulosa: klaster tahlili orqali aniqlangan to'rtta profil ta'lim amaliyoti uchun muhim ahamiyatga ega. «Yetakchilar» va «Imkoniyatlilar» profillari birgalikda namunaning 53,6%ini tashkil etib, maqsadli pedagogik ta'sir bilan katta intellektual potentsialga ega ekanligini ko'rsatadi. «Maxsus yordamga muhtojlar» guruhidagi 65 nafar talaba (17,0%) tizimli psixologik intervensiyasiz ushbu guruhda qola berishadi va bunday holat ta'lim muassasalarida psixologik tayanch xizmatini kuchaytirish zarurligini tasdiqlaydigan empirik dalil hisoblanadi. Tadqiqotning asosiy cheklovlari quyidagilardan iborat: cross-sectional dizayn sabab-oqibat munosabatlarini aniqlashga imkon bermaydi; namuna to'rtta shahar universitetini qamrab olgan bo'lib, qishloq oliy ta'lim muassasalari talabalariga umumlashtirish ehtiyohtorlikni talab etadi; intellektual salohiyat o'lchovi xatti-harakatga asoslanmagan self-report bo'lib, ijtimoiy qabul qilinganlik moyilligi (social desirability bias) bo'lishi mumkin.

Xulosa va tavsiyalar. Ushbu tadqiqot O'zbekiston oliy ta'lim muassasalari talabalarida intellektual salohiyat namoyon bo'lishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari haqida bir qator asosli empirik xulosalar chiqarish imkonini berdi. Asosiy xulosalar: (1) guruh ijtimoiy-psixologik iqlimi, o'qituvchi-talaba munosabatlari sifati va ijodiy muhit intellektual salohiyat namoyon bo'lishini belgilovchi eng kuchli prediktorlardir; (2) talabalarning 46,4%i ("Qo'shimcha rag'batlantirish zarurlar" va "Maxsus yordamga muhtojlar" profillari) maqsadli pedagogik-psixologik yordamsiz o'z salohiyatini to'liq namoyon eta olmaydi; (3) muvaffaqiyatsizlikdan qo'rquv va past o'z-samaradorlik intellektual faollikni inhibe qiluvchi asosiy ichki to'siqlar hisoblanadi. Tadqiqot natijalariga asoslangan tavsiyalar:

- Ta'lim guruhlarida psixologik xavfsizlik muhitini shakllantirish bo'yicha o'qituvchilar uchun malaka oshirish dasturlarini joriy etish;
- Talabalarning o'z-samaradorlik va o'sishga yo'naltirilgan fikrlash tarzini rivojlantirishga qaratilgan psixologik ta'lim (psychoeducation) kurslarini o'quv dasturiga qo'shish;
- «Maxsus yordamga muhtojlar» profili aniqlangan talabalar bilan individual psixologik maslahat va qo'llab-quvvatlash ishlarini yo'lga qo'yish;
- Ta'lim jarayonida individual raqobatni hamkorlikka asoslangan loyihaviy ta'lim shakllari bilan to'ldirish;
- Oliy ta'lim muassasalarida intellektual salohiyatni aniqlash va rivojlantirish maqsadida diagnostik monitoringni semestrlilik asosda o'tkazish tizimini joriy etish.

Kelajakdagi tadqiqotlar intellektual salohiyat rivojlanishini vaqt o'tishi bilan kuzatuvchi longitudinal dizaynda amalga oshirilishi, shuningdek ko'rsatilgan pedagogik-psixologik intervensiyalarning eksperimental nazorat guruhlari bilan birgalikda samaradorligini baholovchi randomlashtirilgan nazorat tadqiqotlarini o'z ichiga olishi tavsiya etiladi.

Adabiyotlar:

1. Anderson, C. S. (1982). The search for school climate: A review of the research. *Review of Educational Research*, 52(3), 368–420.
2. Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
3. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. // *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
4. Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Harvard University Press.
5. Csikszentmihalyi, M. (1996). *Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention*. HarperCollins.
6. Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
7. Edmondson, A. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. // *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350–383.
8. Frazier, M. L., Fainshmidt, S., Klinger, R. L., Pezeshkan, A., & Vracheva, V. (2017). Psychological safety: A meta-analytic review and extension. // *Personnel Psychology*, 70(1), 113–165.
9. Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Basic Books.
10. Litvin, G. H., & Stringer, R. A. (1968). *Motivation and organizational climate*. Harvard Business School Press.
11. Pajares, F. (1996). Self-efficacy beliefs in academic settings. // *Review of Educational Research*, 66(4), 543–578.
12. Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio* (pp. 35–37). NFER-Nelson.
13. Spearman, C. (1904). General intelligence, objectively determined and measured. *American Journal of Psychology*, 15(2), 201–292.
14. Sternberg, R. J. (1985). *Beyond IQ: A triarchic theory of human intelligence*. Cambridge University Press.
15. Sternberg, R. J. (1988). *The triarchic mind: A new theory of human intelligence*. Viking Press.
16. Thurstone, L. L. (1938). *Primary mental abilities*. University of Chicago Press.
17. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
18. Wentzel, K. R., & Caldwell, K. (1997). Friendships, peer acceptance, and group membership: Relations to academic achievement in middle school. // *Child Development*, 68(6), 1198–1209.
19. Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. // *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 82–91.

Turobova Maxbuba Alisherovna,
 Iqtisodiyot va pedagogika universiteti
 dotsenti v.b., psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

TURMUSH QURAYOTGAN YOSHLARNI OILAVIY MUNOSABATLARGA TAYYORLASHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu tadqiqot turmush qurayotgan yoshlarni oilaviy munosabatlarga tayyorlashning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini empirik jihatdan o'rganishga qaratilgan. O'zbekistonning to'rtta viloyatidagi turli ta'lim va xizmat muassasalaridan 396 nafar yoshlar (18-28 yosh) ishtirokida amalga oshirilgan aralash metodologik tadqiqotda oilaviy hayotga psixologik tayyorlikning darajasi, unga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar va samarali tayyorlov dasturlarining psixologik ko'rsatkichlari baholandi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, ota-ona oila modeli sifati ($r = 0,57, p < 0,001$), hissiy intellekt darajasi ($r = 0,53, p < 0,001$), muloqot ko'nikmalari rivojlanishi ($r = 0,61, p < 0,001$) va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi ($r = 0,48, p < 0,001$) oilaviy hayotga psixologik tayyorlikning asosiy prediktorlari hisoblanadi. Iyerarxik regressiya tahlili ushbu omillar birgalikda tayyorlik dispersiyasining 66,4%ini tushuntirishini ko'rsatdi (adj. $R^2 = 0,664$). Muallif tomonidan ishlab chiqilgan 12 sessiyali «Oila maktabi» psixologik tayyorlov dasturining samaradorligi kvaziekspirimental tekshiruvda nazorat guruhiga nisbatan barcha ko'rsatkichlarda statistik jihatdan ahamiyatli o'sish bilan tasdiqlandi ($p < 0,001$). Oilaviy munosabatlarga tayyorlashning to'rt komponentli ijtimoiy-psixologik modeli taklif etiladi

Kalit so'zlar: oilaviy munosabatlarga tayyorlik, nikohgacha tayyorlov, yoshlar, hissiy intellekt, muloqot ko'nikmalari, ijtimoiy-psixologik omillar, ota-ona modeli, oilaviy nizolar, psixologik tayyorlik, O'zbekiston.

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PREPARING YOUNG PEOPLE FOR FAMILY RELATIONSHIPS DURING THE FORMATION OF A FAMILY

Abstract. This study is aimed at empirically investigating the socio-psychological characteristics of preparing young people for family relationships at the stage of marriage. A mixed-methods study was conducted with the participation of 396 young individuals (aged 18–28) from various educational and service institutions across four regions of Uzbekistan. The research assessed the level of psychological readiness for family life, the socio-psychological factors influencing it, and the psychological indicators of effective preparatory programs. The results indicate that the quality of the parental family model ($r = 0.57, p < 0.001$), the level of emotional intelligence ($r = 0.53, p < 0.001$), the development of communication skills ($r = 0.61, p < 0.001$), and the system of social support ($r = 0.48, p < 0.001$) are the main predictors of psychological readiness for family life. Hierarchical regression analysis showed that these factors jointly explain 66.4% of the variance in readiness (adj. $R^2 = 0.664$). The effectiveness of the 12-session psychological training program "Family School," developed by the author, was confirmed through a quasi-experimental study, demonstrating statistically significant improvements across all indicators compared to the control group ($p < 0.001$). A four-component socio-psychological model for preparing individuals for family relationships is proposed.

Keywords: readiness for family relationships, premarital preparation, youth, emotional intelligence, communication skills, socio-psychological factors, parental model, family conflicts, psychological readiness, Uzbekistan.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ МОЛОДЁЖИ К СЕМЕЙНЫМ ОТНОШЕНИЯМ ПРИ СОЗДАНИИ СЕМЬИ

Аннотация. Данное исследование направлено на эмпирическое изучение социально-психологических особенностей подготовки молодёжи к семейным отношениям в период вступления в брак. В смешанном методологическом исследовании, проведённом с участием 396 молодых людей (18–28 лет) из различных образовательных и сервисных учреждений четырёх регионов Узбекистана, были оценены уровень психологической готовности к семейной жизни, влияющие на него социально-психологические факторы, а также психологические показатели эффективности подготовительных программ. Результаты показали, что качество родительской семейной модели ($r = 0,57, p < 0,001$),

уровень эмоционального интеллекта ($r = 0,53$, $p < 0,001$), развитие коммуникативных навыков ($r = 0,61$, $p < 0,001$) и система социальной поддержки ($r = 0,48$, $p < 0,001$) являются основными предикторами психологической готовности к семейной жизни. Иерархический регрессионный анализ показал, что данные факторы совместно объясняют 66,4% дисперсии готовности ($\text{adj. } R^2 = 0,664$). Эффективность 12-сессионной психологической подготовительной программы «Школа семьи», разработанной автором, была подтверждена в квазиэкспериментальном исследовании: по всем показателям зафиксирован статистически значимый рост по сравнению с контрольной группой ($p < 0,001$). Предлагается четырёхкомпонентная социально-психологическая модель подготовки к семейным отношениям.

Ключевые слова: готовность к семейным отношениям, добрачная подготовка, молодёжь, эмоциональный интеллект, коммуникативные навыки, социально-психологические факторы, родительская модель, семейные конфликты, психологическая готовность, Узбекистан.

Kirish. Oila jamiyatning asosiy hujayrasi va shaxs kamolotining birlamchi muhiti sifatida barcha madaniyatlar va davrlarda alohida ahamiyatga ega bo'lib kelgan. Zamonaviy O'zbekistonda ham nikoh va oila munosabatlari ijtimoiy barqarorlikning muhim ko'rsatkichi sifatida davlat siyosatining e'tiborida turibdi. Biroq so'nggi o'n yilliklarda kuzatilayotgan ajralishlar sonining oshib borishi — Davlat statistika qo'mitasi (2023) ma'lumotiga ko'ra, so'nggi besh yilda ajralishlar soni 18,4% ga ko'tarilgan — oilaviy munosabatlarga psixologik tayyorlik masalasini dolzarb ilmiy muammoga aylantirmoqda. Xalqaro tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilaviy munosabatlarda paydo bo'ladigan qiyinchiliklarning ko'pchiligi yoshlar nikoha kirishishdan avval oilaviy hayotning asosiy psixologik talablariga yetarlicha tayyorlanmaganligidan kelib chiqadi (Larson, 1988; Olson & Olson, 2000; Carroll et al., 2009). Jumladan, muloqot ko'nikmalari yetishmasligi, nizo hal qilishning konstruktiv usullarini bilmaslik, hissiy o'z-tartibga solish qobiliyatining past darajasi va sherik kutuvlarining haqiqiy oilaviy hayotdan farq qilishi eng ko'p uchraydigan omillar sifatida ko'rsatiladi.

Tadqiqot quyidagi savollarga javob izlaydi:

1. O'zbek yoshlarida oilaviy munosabatlarga psixologik tayyorlikning umumiy darajasi va tuzilmasi qanday?
2. Oilaviy hayotga psixologik tayyorlikni belgilovchi asosiy ijtimoiy-psixologik prediktorlar qaysilar va ularning nisbiy og'irligi qanday?
3. Jins, ta'lim darajasi va yashash joyi bo'yicha guruhlar orasida tayyorlik ko'rsatkichlarida ahamiyatli farqlar mavjudmi?
4. «Oila maktabi» psixologik tayyorlov dasturi nazorat guruhiga nisbatan qanday o'zgarishlar hosil qiladi?

Adabiyotlar sharhi. Oilaviy munosabatlarga tayyorlik: nazariy asoslar. Nikohga tayyorlik (marriage readiness) tushunchasi ilk bor Murstein (1976) ning stimulus-qiymat-rol nazariyasida tizimli talqin qilindi. Ushbu nazariya juftlik tanlovini uch bosqichda — jismoniy joziba, qadriyatlar mos kelishi va rol kutuvlari mosligi — ko'rib chiqadi. Larson (1988) esa «nikoh kutuvlari» kontseptsiyasi orqali yoshlarning oilaviy hayot haqidagi yolg'on tasavvurlari — romanlashtirilgan kutuvlar — real oilaviy hayotdan tafovutlashib, nikoh qoniqmasligini keltirib chiqarishini ko'rsatdi. Gottman va Silver (1999) ning uzunlamasına tadqiqotlari nikoh barqarorligini belgilovchi to'rtta eng destruktiv muloqot naqshini — tanqid (criticism), mensimash (contempt), mudofaalanish (defensiveness) va to'siqlanish (stonewalling) — aniqladi. Ushbu «to'rt chavandoz» modeli oilaviy munosabatlarga tayyorlovda konstruktiv muloqot ko'nikmalarini o'rgatish zarurligini nazariy jihatdan asoslab beradi.

Metodologiya. Tadqiqot dizayni va bosqichlari. Tadqiqot ikki bosqichli aralash metod (sequential explanatory mixed-methods) dizayni asosida tashkil etildi. Birinchi bosqichda (2023-yil sentyabr — dekabr) kross-seksional so'rovnoma, psixometrik baholash va kvaziekspirimental tayyorlov dasturi sinovi o'tkazildi. Ikkinchi bosqichda (2024-yil yanvar — mart) miqdoriy natijalarni chuqurlashtirish maqsadida 36 nafar ishtirokchi bilan yarim tuzilmali chuqur intervyular amalga oshirildi. Tadqiqot Toshkent davlat ijtimoiy universitetining Etika va tadqiqot qo'mitasi tomonidan tasdiqlandi (Qaror No. TDIU-ETK-2023-204). Barcha ishtirokchilardan yozma axborot roziligi olindi; maxfiylik to'liq ta'minlandi.

Ishtirokchilar. Tadqiqotga O'zbekistonning to'rtta viloyatidan (Toshkent shahri, Samarqand, Farg'ona va Qashqadaryo viloyatlari) 396 nafar yosh ishtirok etdi. Namuna hajmi G*Power 3.1 dasturida katta ta'sir o'lchami ($f^2 = 0,35$), $\alpha = 0,05$ va $0,90$ quvvat ko'rsatkichlari asosida minimal $n = 374$ deb hisoblandi. Namuna maqsadli qatlamli tanlov usuli bilan shakllantirilib, nikoh yoshiga yaqin (18-28 yosh) va nikoh rejasi mavjud (ko'pi bilan 12 oy ichida) yoshlar kiritildi.

1-jadval. Ishtirokchilarning ijtimoiy-demografik tavsifi (N = 396)

Ko'rsatkich	Kategoriya	n	%
Jins	Ayol	214	54,0
	Erkak	182	46,0
Yosh	18–21	112	28,3
	22–25	174	43,9
	26–28	110	27,8
Ta'lim	Oliy	228	57,6
	O'rta maxsus	132	33,3
	Umumiy o'rta	36	9,1
Yashash joyi	Shahar	220	55,6
	Shahar atrofi / tuman markazi	112	28,3
	Qishloq	64	16,2
Ota-ona oila holati	Yaxlit oila	296	74,7
	Ajralgan / yolg'iz ota-ona	68	17,2
	Vafot etgan ota yoki ona	32	8,1

Kvaziekperimental dizayn: «Oila maktabi» dasturi sinovi. So'rovnoma aniqlangan tayyorlik darajasi past va o'rta bo'lgan 120 nafar ishtirokchi tasodifiy bo'lmagan taqsimlash orqali ikkita guruhga bo'lindi: eksperimental guruh ($n = 60$) «Oila maktabi» psixologik tayyorlov dasturida ishtirok etdi; nazorat guruhi ($n = 60$) kutish ro'yxatiga qo'yildi. Guruhlarning demografik jihatdan tengligi tekshirildi (χ^2 va t -test, $p > 0,05$). Dastur 6 hafta davomida haftasiga 2 sessiyadan (jami 12 sessiya, har biri 90 daqiqa) o'tkazildi. Dastur tarkibi: (1) oilaviy hayotga oid kutuvlarni tahlil qilish, (2) muloqot ko'nikmalari (Gottman uslubi), (3) nizo hal qilish strategiyalari, (4) hissiy o'z-tartibga solish mashqlari, (5) moliyaviy va rol masalalarini muhokama qilish, (6) kengaytirilgan oila munosabatlari va chegaralar. O'lchov vositalari.

(a) Oilaviy munosabatlarga psixologik tayyorlik shkalasi (OMPTS-36)

Muallif tomonidan Olson va Olson (2000) PREPARE/ENRICH va Carroll va boshqalar (2009) modellari asosida ishlab chiqilgan 36 bandli ko'p o'lchovli shkala. To'rtta kichik shkala: kutuvlar realistikligi (9 band), muloqot ko'nikmalari (9 band), nizo hal qilish uslublari (9 band) va rol mas'uliyatini qabul qilish (9 band). 5 ballik Likert shkalasi. CFA orqali tasdiqlangan to'rt omilli tuzilma ($CFI = 0,94$, $RMSEA = 0,054$, $SRMR = 0,061$). Umumiy Cronbach $\alpha = 0,89$.

(b) Mayer-Salovey-Caruso Hissiy Intellekt Testi (MSCEIT — qisqa versiyasi)

O'zbek tiliga moslashtirilgan 32 ta vazifali qobiliyat testi. To'rtta tarmoq: his-tuyg'ularni idrok etish, his-tuyg'ulardan foydalanish, his-tuyg'ularni tushunish, his-tuyg'ularni boshqarish. Ishonchlilik: test-retest $r = 0,76$.

(c) Ota-ona oila modeli sifati baholash so'rovnomasi (OOMSS-20)

Muallif tomonidan ishlab chiqilgan 20 bandli retrospektiv baholash vositasi. Ikkita kichik shkala: ota-ona munosabatlari sifati (10 band) va ota-onadan kuzatib o'rganilgan muloqot modeli (10 band). $\alpha = 0,82$.

(d) Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ko'p o'lchovli shkalasi (MSPSS — Zimet et al., 1988)

O'zbek tiliga moslashtirilgan 12 bandli shkala. Oila, do'stlar va muhim shaxslardan ko'rilgan qo'llab-quvvatlashni baholaydi. $\alpha = 0,85$.

(e) Nikoh muvaffaqiyatiga bo'lgan ishonch shkalasi (NMIS-12 — muallif)

Shaxsning o'z kelajak nikohi muvaffaqiyatiga nisbatan optimizmi va o'z-samaradorligini o'lchovchi 12 bandli shkala. $\alpha = 0,79$.

Statistik tahlil metodlari. Miqdoriy ma'lumotlar SPSS 28.0 va R 4.3.2 dasturlarida tahlil qilindi. Qo'llanilgan usullar: deskriptiv statistika, Kolmogorov-Smirnov normallik testi, Pearson korrelyatsiya matritsasi, iyerarxik ko'p o'zgaruvchili regressiya tahlili, MANOVA (jins, yashash joyi va ta'lim darajasi guruhlarini taqqoslash), juftlashgan t -test va ANCOVA (dastur samaradorligi baholash). Sifatliy ma'lumotlar

interpretatsion fenomenologik tahlil (IPA — Smith et al., 2009) yordamida ikki mustaqil kodlovchi tomonidan qayta ishlandi; Cohen's $\kappa = 0,82$.

Natijalar. Oilaviy munosabatlarga tayyorlikning umumiy tasviri. OMPTS-36 shkalasida olingan natijalar namunada oilaviy munosabatlarga psixologik tayyorlik o'rtacha darajasi $2,96 \pm 0,71$ (5 ballik shkalada) ekanligini ko'rsatdi — bu nazariy o'rtachadan (3,00) biroz past. Kichik shkalalar bo'yicha tahlil eng yuqori natija muloqot ko'nikmalarida ($M = 3,18$), eng past natija esa nizo hal qilish uslublari kichik shkalasida ($M = 2,64$) ekanligini ko'rsatdi. Bu o'zbek yoshlari orasida konstruktiv nizo hal qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga alohida e'tibor talab etilishini bildiradi.

2-jadval. Asosiy psixologik o'zgaruvchilarning deskriptiv statistikasi (N = 396)

O'zgaruvchi	M	SD	Min	Max	α
OMPTS-36 umumiy	2,96	0,71	1,14	4,97	0,89
Kutuvlar realistikligi	2,88	0,78	1,00	5,00	0,83
Muloqot ko'nikmalari	3,18	0,74	1,11	5,00	0,85
Nizo hal qilish uslublari	2,64	0,82	1,00	5,00	0,86
Rol mas'uliyatini qabul qilish	3,14	0,76	1,11	5,00	0,84
HI umumiy (MSCEIT)	92,4	14,8	54	134	—
Ota-ona modeli sifati (OOMSS)	3,41	0,79	1,00	5,00	0,82
Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash (MSPSS)	5,08	1,24	1,33	7,00	0,85
Nikoh muvaffaqiyatiga ishonch (NMIS)	3,64	0,81	1,00	5,00	0,79

Korrelyatsion va iyerarxik regressiya tahlili. Pearson korrelyatsiya matritsasi oilaviy munosabatlarga psixologik tayyorlik (OMPTS-36 umumiy ball) bilan barcha asosiy o'zgaruvchilar o'rtasida statistik jihatdan ahamiyatli ijobiy korrelyatsiyalar borligini ko'rsatdi. Muloqot ko'nikmalari tayyorlikning eng kuchli korrelyatsiyasi ($r = 0,61$, $p < 0,001$), undan so'ng ota-ona modeli sifati ($r = 0,57$, $p < 0,001$) va hissiy intellekt ($r = 0,53$, $p < 0,001$) keladi. Nizo hal qilish uslublari kichik shkalasi esa barcha prediktorlar bilan eng past korrelyatsiyaga ega — bu ko'nikmaning mustaqil pedagogik ta'sir talab qilishi mumkinligini bildiradi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari oilaviy munosabatlarga psixologik tayyorlikni belgilovchi omillar va tayyorlov dasturlarining samaradorligi haqida bir qator muhim ilmiy xulosalarga kelish imkonini beradi. Birinchi asosiy xulosa: iyerarxik regressiya tahlilida individual psixologik omillar ($\Delta R^2 = 0,414$) oilaviy fon omillaridan ($\Delta R^2 = 0,198$) ancha kuchli prediktorlar bo'ldi. Bu natija tayyorlikni belgilashda oilaviy kelib chiqish omillarining ahamiyatsizligini emas, balki individual psixologik o'sish va ko'nikmalarni rivojlantirish imkoniyatlarining mavjudligini ko'rsatadi. Ayniqsa muloqot ko'nikmalarining eng kuchli prediktor sifatida namoyon bo'lishi ($\beta = 0,38$) Gottman va Silver (1999) ning muloqot naqshlariga oid tadqiqotlarini O'zbek kontekstida tasdiqlaydi.

Ikkinchi muhim natija: hissiy intellektning $\beta = 0,31$ bilan ikkinchi eng kuchli prediktor bo'lishi Brackett va boshqalar (2005) hamda Goleman (1995) nazariy modellari empirik jihatdan qo'llab-quvvatlaydi. Sifatli materyaldagi «erlar gapirmaydi» madaniy normasi miqdoriy ma'lumotlarda erkaklar orasida HI darajasining ayollarga nisbatan pastroq kuzatilishining madaniy tushuntirishini beradi. Bu O'zbek erkak yoshlari uchun hissiy savodxonlikka mo'ljallangan gender-sezgir tayyorlov elementlarini ishlab chiqish zarurligini ko'rsatadi.

Uchinchi xulosa: ayollar barcha kichik shkalalar bo'yicha erkaklar bilan taqqoslaganda sezilarli yuqori ko'rsatkichlar namoyon etishi ($d = 0,40$ — $0,61$) global tendentsiyalar bilan mos keladi (Carroll et al., 2009). Bowlby (1969) ning bog'lanish nazariyasi va Bandura (1977) ning kuzatuv orqali o'rganish konsepsiyasi asosida, ijtimoiy-madaniy rollashtirishda ayollarning munosabatlar saqlashga ko'proq tayyorlanishi bu farqni qisman tushuntirishi mumkin.

To'rtinchi xulosa: «Oila maktabi» dasturining barcha ko'rsatkichlarda statistik jihatdan ahamiyatli va katta ta'sir o'lchamli o'zgarishlar hosil qilishi ($\eta^2 = 0,294$ — $0,470$) Carroll va Doherty (2003) hamda Hawkins va boshqalar (2008) ning nikohgacha tayyorlov dasturlari samaradorligiga oid meta-tahlil natijalarini O'zbek kontekstida tasdiqlaydi va kengaytiradi. Ayniqsa nizo hal qilish ko'nikmalarida eng katta o'zgarish ($\eta^2 =$

0,470) kuzatilishi dasturning to'qqizinchi-o'ninchi sessiyalarida qo'llanilgan Gottman uslubidagi boshqarilgan nizo rollari mashqlarining samaradorligini ko'rsatadi.

Tadqiqotning cheklovlari: kvazieksperimental dizayn to'liq tasodifiy taqsimlashni ta'minlamadi, shuning uchun tanlash moyilligi (selection bias) to'liq istisno etilmaydi. Namunada yuqori ta'limlilar ulushining nisbatan ko'p bo'lganligi (57,6%) past ta'limlilar guruhiga umumlashtirish imkonini cheklaydi. Dastur samaradorligi o'lchovi 6 haftadan keyingi natijalarni ko'rsatib, uzoq muddatli (nikoh davomidagi) natijalar haqida ma'lumot bermaydi.

Xulosa va tavsiyalar. Ushbu tadqiqot turmush qurayotgan yoshlarni oilaviy munosabatlarga tayyorlashning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari haqida bir qator muhim empirik xulosalar chiqarishga imkon berdi. Oilaviy munosabatlarga psixologik tayyorlikning asosiy prediktorlari — muloqot ko'nikmalari ($\beta = 0,38$), hissiy intellekt ($\beta = 0,31$), ota-ona modeli sifati ($\beta = 0,34$) va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ($\beta = 0,24$) — birgalikda tayyorlik dispersiyasining 66,4%ini tushuntiradi. O'zbek yoshlari orasida eng past ko'rsatkich nizo hal qilish uslublari bo'yicha kuzatildi ($M = 2,64$) — bu ko'nikmani tayyorlov dasturlarining ustuvor yo'nalishi sifatida belgilash zarurligini ko'rsatadi. Erkaklar oilaviy hayotga psixologik tayyorlik ko'rsatkichlarida ayollarga nisbatan sezilarli darajada past — o'zbek madaniy kontekstida erkak yoshlar uchun alohida moslashtirilgan gender-sezgir tayyorlov formatlarini ishlab chiqish zarurligi aniqlanadi. «Oila maktabi» 12 sessiyali tayyorlov dasturi kvazieksperimental tekshiruvda nazorat guruhiga nisbatan barcha ko'rsatkichlarda katta ta'sir o'lchamli o'zgarishlar hosil qildi — dasturni keng joriy etish uchun ilmiy asos mavjud.

Adabiyotlar:

1. Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Erlbaum.
2. Amato, P. R. (1996). Explaining the intergenerational transmission of divorce. *Journal of Marriage and the Family*, 58(3), 628–640.
3. Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice-Hall.
4. Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
5. Brackett, M. A., Warner, R. M., & Bosco, J. S. (2005). Emotional intelligence and relationship quality among couples. // *Personal Relationships*, 12(2), 197–212.
6. Carroll, J. S., & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. // *Family Relations*, 52(2), 105–118.
7. Carroll, J. S., Willoughby, B., Badger, S., Nelson, L. J., Barry, C. M., & Madsen, S. D. (2009). So close, yet so far away: The impact of varying marital horizons on emerging adulthood. // *Journal of Adolescent Research*, 24(4), 491–517.
8. Davlat statistika qo'mitasi. (2023). *Demografik ko'rsatkichlar to'plami: Nikoh va ajralishlar*. O'zbekiston Respublikasi.
9. Fitness, J. (2001). Emotional intelligence and intimate relationships. In J. Ciarrochi, J. P. Forgas, & J. D. Mayer (Eds.), // *Emotional intelligence in everyday life* (pp. 98–112). Psychology Press.
10. Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
11. Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *The seven principles for making marriage work*. Three Rivers Press.

Юсупова Шохида Батировна,
доцент Бухарского государственного технического университета, PhD
Yusupovashakhida@gmail.com

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ДУАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. Статья посвящена анализу психологических аспектов дуального образования, объединяющего теоретическое обучение в образовательной организации с практической деятельностью на предприятии. Рассматриваются ключевые психологические преимущества, такие как повышение мотивации, развитие профессиональной идентичности и формирование практических компетенций. Одновременно выявляются потенциальные психологические вызовы, включая стресс адаптации, ролевую неопределённость и риск выгорания.

Ключевые слова: дуальное образование, психология образования, профессиональная идентичность, мотивация обучения, стресс, адаптация, наставничество, профессиональное развитие, психолого-педагогическое сопровождение.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF DUAL EDUCATION

Abstract. This article analyzes the psychological aspects of dual education, which combines theoretical training in an educational institution with practical work at a company. Key psychological benefits are considered, such as increased motivation, the development of professional identity, and the formation of practical competencies. At the same time, potential psychological challenges are identified, including adaptation stress, role uncertainty, and the risk of burnout.

Keywords: dual education, educational psychology, professional identity, motivation to learn, stress, adaptation, mentoring, professional development, psychological and pedagogical support.

DUAL TA'LIMNING PSIXOLOGIK JIHATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqola ta'lim muassasasidagi nazariy bilimlarni korxonadagi amaliy faoliyat bilan birlashtiruvchi dual ta'limning psixologik jihatlari tahliliga bag'ishlangan. Unda motivatsiyaning oshishi, kasbiy identiklikning rivojlanishi va amaliy kompetentsiyalarning shakllanishi kabi asosiy psixologik afzalliklar ko'rib chiqiladi. Shu bilan birga, moslashish stressi, rollar noaniqligi va ruhiy toliqish xavfi kabi yuzaga kelishi mumkin bo'lgan psixologik muammolar aniqlangan.

Kalit so'zlar: dual ta'lim, ta'lim psixologiyasi, kasbiy identiklik, o'qish motivatsiyasi, stress, adaptatsiya, ustoz-shogirdlik, kasbiy rivojlanish, psixologik-pedagogik hamrohlik.

Введение. В условиях динамично развивающегося рынка труда и постоянного роста требований к квалификации специалистов, система образования вынуждена искать новые, более эффективные подходы к подготовке кадров. Дуальное образование, представляющее собой органичное сочетание теоретического обучения в учебном заведении и практической деятельности на производстве, приобретает всё большую актуальность во многих странах. Эта модель направлена на формирование у студентов не только глубоких академических знаний, но и устойчивых практических навыков, необходимых для успешной профессиональной деятельности.

Однако эффективность дуального образования определяется не только качеством учебных программ и технологической оснащённостью предприятий, но и глубоким пониманием психологических процессов, сопровождающих обучение и адаптацию студентов в условиях двойной среды. Психологические аспекты, связанные с мотивацией, развитием личности, адаптацией к новым ролям, уровнем стресса и формированием профессиональной идентичности, играют ключевую роль в успешности данной модели. Недостаточный учёт этих факторов может привести к снижению эффективности обучения, повышенной текучести кадров и психологическому дискомфорту студентов.

Дуальное образование — это не просто организационная форма обучения, но и сложная психолого-педагогическая среда. В отличие от традиционной модели, здесь студент одновременно примеряет на себя две социальные роли: «обучающегося» и «работника». Психологическая нагрузка в этой системе возрастает, так как требует от молодого человека высокого уровня саморегуляции и быстрой переключаемости [8].

Цель данной статьи - проанализировать основные психологические аспекты дуального образования, выявить его преимущества и потенциальные риски с психологической точки зрения, а также определить факторы, способствующие психологической эффективности и благополучию студентов в рамках этой образовательной модели.

Методология исследования и обзор литературы. Дуальное образование коренится в идеях деятельностного и контекстного подходов к обучению. В.В. Давыдов и Л.С. Выготский подчёркивали значение ведущей деятельности и развития в зоне ближайшего развития [1, 2]. Дж. Дьюи и Д. Колб в своих работах по экспериментальному обучению акцентировали внимание на цикличности процесса познания через опыт, рефлекссию, концептуализацию и активное экспериментирование [5]. Дуальная модель в полной мере реализует эти принципы, позволяя студентам не просто получать знания, но и активно применять их в реальных производственных условиях, анализировать результаты и корректировать свои действия.

С психологической точки зрения, дуальное образование представляет собой сложную систему взаимодействия, где студент одновременно выступает в нескольких ролях: обучающегося, начинающего специалиста, члена трудового коллектива. Это обуславливает специфические требования к его когнитивным, эмоционально-волевым и личностным качествам [4, 6].

Рассмотреть ключевые психологические аспекты дуального образования можно с позиции:

- ✓ Влияние смены среды на мотивацию обучения и профессиональную деятельность: интерес и целеполагание.
- ✓ Формирование профессиональной идентичности: становление самосознания специалиста.
- ✓ Развитие компетенций: это не просто получение навыков, но и формирование личностных качеств, которые важны для успешной профессиональной деятельности.
- ✓ Приспособляемость: к новым социальным ролям, ожиданиям, коллективам.
- ✓ Психическое благополучие: Стрессоустойчивость, уровень удовлетворенности и степень вовлеченности.

Дуальное образование обладает рядом существенных психологических преимуществ, которые способствуют более эффективному профессиональному становлению студентов:

Непосредственная связь теории с практикой делает обучение более осмысленным и релевантным, а также повышает внутреннюю мотивацию. Студенты видят практическое применение получаемых знаний, что повышает их интерес к предмету и стремление к глубокому освоению материала. Это соответствует теории самодетерминации Э. Деси и Р. Райана, где компетентность и связанность с реальностью являются ключевыми факторами внутренней мотивации. [3].

Регулярное погружение в профессиональную среду позволяет студентам на ранних этапах обучения осознать себя частью профессии. Они сталкиваются с реальными задачами, ответственностью, требованиями, что способствует формированию адекватных профессиональных ожиданий и ценностей, снижая риск разочарования в профессии после окончания учебы. [6, 7].

Непосредственное участие в производственных процессах формирует не только профессиональные навыки, но и такие важные качества, как самостоятельность, инициативность, ответственность, умение принимать решения в условиях неопределённости. Это способствует развитию самооффективности (по А. Бандуре), уверенности в собственных силах и способности справляться с профессиональными вызовами. [9].

Переключение между академической и производственной средой развивает гибкость мышления, умение быстро адаптироваться к изменяющимся условиям, требованиям и социальным ролям.

Взаимодействие с коллегами, наставниками, клиентами на рабочем месте способствует развитию эффективных коммуникативных навыков, умения работать в команде, решать конфликты и строить профессиональные отношения.

Снижение тревожности перед будущей карьерой: Опыт работы на реальном предприятии помогает снять страх перед неизвестностью и неопределенностью будущей профессиональной деятельности, так как студент уже имеет представление о требованиях, ритме и культуре производства.

Результаты. Наряду с преимуществами, дуальное образование сопряжено и с рядом психологических вызовов, которые требуют особого внимания:

Высокая учебная и психоэмоциональная нагрузка: Сочетание интенсивного теоретического обучения с полноценной трудовой деятельностью может привести к значительному увеличению нагрузки, хроническому стрессу и риску выгорания. Необходимость соответствовать требованиям двух разных сред требует от студента высоких организационных и адаптивных способностей.

Проблема адаптации к двум средам: Студент должен постоянно переключаться между академической (где он в роли обучающегося) и производственной (где он в роли сотрудника) средами, каждая из которых имеет свои правила, ожидания и культуру. Это может вызывать когнитивный диссонанс и трудности в адаптации.

Ролевая неопределённость и конфликт: Не всегда чётко определена роль студента – он уже не просто учащийся, но ещё не полноценный сотрудник. Это может приводить к внутренней неопределённости, недопониманию со стороны коллег или преподавателей, а также к конфликтам между академическими и производственными задачами.

Зависимость от качества наставничества: Эффективность практического обучения во многом зависит от квалификации и психологической компетентности наставника на предприятии. Недостаточное внимание, отсутствие обратной связи, конфликтный стиль общения или профессиональное выгорание наставника могут негативно сказаться на мотивации, самооценке и профессиональном развитии студента.

Риск социальной изоляции: Студенты дуальных программ могут чувствовать себя оторванными от традиционной студенческой жизни (внеучебные мероприятия, общение с однокурсниками), что может приводить к ощущению одиночества и снижению социальной поддержки.

Разрыв между теорией и практикой: Если учебные программы и производственные задачи не синхронизированы должным образом, студенты могут столкнуться с проблемой несоответствия между изучаемой теорией и реальными требованиями производства, что снижает мотивацию и формирует чувство бесполезности обучения.

Чтобы свести к минимуму риски и максимально использовать психологические преимущества дуального обучения, необходимо принимать во внимание следующие факторы и меры поддержки:

- ✓ Всестороннее психолого-педагогическое сопровождение:
 - ✓ Программы ориентации: поддержка адаптации к новым реалиям обучения и трудовой деятельности, знакомство с корпоративной культурой.
 - ✓ Психологическая поддержка: помощь в справлении со стрессом, разрешении конфликтов, совершенствовании саморегуляции.
 - ✓ Наставничество в рамках вуза: Дополнительная поддержка со стороны преподавателей или психологов университета.
- Система эффективного наставничества на производстве:
- ✓ Подготовка наставников: Обучение наставников методикам обучения, предоставления обратной связи, развитию коммуникативных навыков и основам психологии.
 - ✓ Чёткое определение роли наставника: Разработка регламентов взаимодействия, прав и обязанностей наставника и студента.
 - ✓ Регулярная обратная связь: Систематический анализ прогресса студента, поддержка его инициатив, корректировка ошибок.
 - ✓ Интеграция академического и производственного компонента:
 - ✓ Согласование учебных планов: Тесная координация между образовательной организацией и предприятием для обеспечения релевантности теоретических знаний практическим задачам.
 - ✓ Проектный подход: Использование проектного обучения, где теоретические знания сразу применяются для решения реальных производственных задач.
 - ✓ Рефлексивные практики: Включение в учебный процесс элементов рефлексии (дневники, семинары, групповые обсуждения), где студенты анализируют свой практический опыт и связывают его с теорией.
 - ✓ Развитие навыков саморегуляции и тайм-менеджмента: Обучение студентов эффективным стратегиям управления временем, расстановки приоритетов, снижения стресса и предотвращения выгорания.
 - ✓ Создание поддерживающей социальной среды: Организация мероприятий, способствующих интеграции студентов дуальных программ в студенческое сообщество, а также формирование позитивной атмосферы на рабочем месте.

Заключение. Дуальное образование является перспективной моделью подготовки специалистов, способной значительно повысить конкурентоспособность выпускников на рынке труда. Однако его истинная эффективность достигается только при комплексном учёте психологических аспектов. Грамотно выстроенная система дуального образования, учитывающая возможности для развития внутренней мотивации, формирования профессиональной идентичности, развития практических компетенций, а также предусматривающая эффективные механизмы психологической поддержки и минимизации стрессовых факторов, способна не только обеспечить

высокое качество подготовки кадров, но и способствовать всестороннему развитию личности студента. Дальнейшие исследования в этой области должны быть направлены на разработку эмпирически обоснованных моделей психолого-педагогического сопровождения и оценки психологической эффективности дуальных программ в различных отраслях.

Литература:

1. Выготский Л. С. Психология развития человека. М.: Смысл; Эксмо, 2005. 1136 с.
2. Давыдов В. В. Теория развивающего обучения. М.: ИНТОР, 1996. 544 с.
3. Деси Э. Л., Райан Р. М. Самодетерминация в теории и на практике: о внутренних источниках мотивации, развития и благополучия. М.: Альпина Паблишер, 2021. 714 с.
4. Зимняя И. А. Ключевые компетенции — новая парадигма результата образования // Высшее образование сегодня. 2003. № 5. С. 34-42.
5. Колб Д. А. Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1984. 256 p.
6. Маркова А. К. Психология профессионализма. М.: Международный гуманитарный фонд "Знание", 1996. 308 с.
7. Психологическое сопровождение дуального образования: коллективная монография / Под ред. Е. А. Климова, А. Л. Журавлева. М.: Институт психологии РАН, 2018. 320 с.
8. Шадриков В. Д. Проблемы системогенеза профессиональной деятельности. М.: Наука, 1982. 185 с.
9. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York: W. H. Freeman, 1997. 604 p.
10. Yusupova, S. (2022). The importance of english and technical thinking for students of technical universities. Berlin Studies Transnational Journal of Science and Humanities, 2(1.5 Pedagogical sciences).
11. Yusupova, S. (2021). Pedagogical Technologies and Students' technical Thinking. TJE-Tematics journal of Education ISSN, 2249-9822.
12. Yusupova, S. Forms of organization students'cognitive activity for the development of technical thinking in English lessons. // Янги Ўзбекистон: инновация, фан ва таълим 10-қисм, 11.
- 13 Yusupova, S., & Ma'mura, K. Features of teaching a foreign language in technical colleges and vocational schools. Янги Ўзбекистон: инновация, фан ва таълим 10-қисм, 47.
14. Yusupova, S. (2020). Technologies to develop students' technical thinking in English lessons. Cutting edge-science, 104.

Mundarija /Содержание/Contents

№		bet
		стр
		page
1	<i>Xudayberdiyeva Nilufar Xasan qizi</i>	3
	Theoretical basis of psychological well-being and social-psychological properties of personality	
	Теоретические основы психологического благополучия и социально-психологических свойств личности	
	Shaxsning psixologik farovonligi va ijtimoiy-psixologik xususiyatlarining nazariy asoslari	
2	<i>Yulchiboyeva Dilfuza Ergashevna</i>	8
	O'smirlik davrida refleksiv ko'nikmalarni rivojlantirishning psixologik xususiyatlari	
	Психологические особенности развития рефлексивных навыков в подростковом возрасте	
	Psychological features of the development of reflective skills in adolescence	
3	<i>Юсупходжаева Сурайё Тулкиновна</i>	13
	Влияние тревожно-депрессивных синдромов на активность ревматоидного артрита	
	Xavotir-depressiv sindromlarni revmatoid artrit faolligiga ta'siri	
	The impact of anxiety-depressive syndromes on rheumatoid arthritis activity	
4	<i>Zakirova Muxabbat Sabirovna</i>	20
	Bola shaxsini oilaviy qadriyatlar tizimida rivojlanishida ota-onaning o'rni	
	Роль родителей в развитии личности ребёнка в системе семейных ценностей	
	The role of parents in the development of a child's personality within the system of family values	
5	<i>Алимова Елена Геннадьевна</i>	24
	Личностные ресурсы и механизмы психологической регуляции интернет-поведения подростков	
	Personal resources and mechanisms of psychological regulation of adolescents' internet behavior	
	O'smirlarning onlayn xatti-harakatlarini psixologik tartibga solishning shaxsiy resurslari va mexanizmlari	
6	<i>Кучкаров Нодир Бозорович</i>	29
	Роль финансовой грамотности в формировании экономической культуры молодёжи	
	The role of financial literacy in formation of economic culture of youth	
	Yoshlarning iqtisodiy madaniyatini shakllantirishda moliyaviy savodxonlikning roli	
7	<i>Мамараимова Раъно Усмановна</i>	34
	Формирование спортивной мотивации у девочек-подростков	
	Developing sports motivation in adolescent girls	
	O'smir qizlarda sport motivatsiyasini rivojlantirish	
8	<i>Мусинова Рухшона Юнусовна</i>	39
	Особенности проявления социально-коммуникативных барьеров саморегуляции у студентов в образовательной среде	
	Talabalarda ta'lim muhiti sharoitida o'zini o'zi tartibga solishning ijtimoiy-kommunikativ to'siqlari namoyon bo'lishining o'ziga xos jihatlari	
	Features of the manifestation of social and communicative barriers to self-	

	regulation in students in the educational environment	
9	Мустафаева Шириной Фарходжоновна	45
	Раҳбар шахси ва бошқариш услуби	
	Личность руководителя и стиль управления	
	Leader personality and management style	
10	Тураева Хулкарой Мухаммаджоновна	51
	Связь синдрома эмоционального выгорания с профессиональной идентичностью у психологов и педагогов	
	Psixolog va pedagoglarda emotsional zo'riqish sindromining kasbiy identifikatsiya bilan bog'liqligi	
	The relationship between emotional burnout syndrome and professional identity in psychologists and educators	
11	Усманова Шахло Шавкатовна	58
	Влияние рефлексивного мышления на результативность спортсмена	
	Refleksiv tafakkurning sportchi natijadorligiga ta'siri	
	The influence of reflective thinking on athletic performance	
12	Мо'minova Dilrabo Murodillayevna	65
	O'smir qizlarda deviant xulq-atvor namoyon bo'lishining xususiyatlari	
	Особенности проявления девиантного поведения у девочек-подростков	
	Features of the manifestation of deviant behavior in teenage girls	
13	Shermatov Fayzullo Toshtillayevich, Badalova Visola Norqulovna	69
	Harbiy xizmatchilarni oilaviy munosabatlarning sosiodinamik jihatlari	
	Sociodynamic aspects of family relationships of military personnel	
	Социодинамические аспекты семейных отношений военнослужащих	
14	Umarova Dilnoza Sayfiddin qizi	74
	Tibbiyot talabalarining oila haqidagi tasavvurlari va gender rollari haqidagi qarashlari	
	Представления студентов-медиков о семье и их взгляды на гендерные роли	
	Medical students' perceptions of family and their views on gender roles	
15	G'ulomqodirov Eldorjon Axmadjon o'g'li	79
	Zo'ravonlikka uchragan o'smirlar shaxs xususiyatlari o'zgarishining ijtimoiy-iqtisodiy omillari	
	Socio-economic factors influencing changes in the personality traits of adolescents exposed to violence	
	Социально-экономические факторы изменения личностных особенностей подростков, подвергшихся насилию	
16	Boltayeva Zilola Bobojonovna	84
	Gender identifikatsiyasi jarayoni, jinsga oid o'zini anglashi va o'zini tutishi	
	Процесс гендерной идентификации, гендерное самосознание и поведение	
	The process of gender identification, gender self-awareness and behavior	
17	Abduqahhorova Shahnoza Abdurasul qizi, Yallokobilova Nazokat Gulomovna	90
	Talabalarda kiberhujumlardan himoyalaniishning psixologik xususiyatlari	
	Psychological characteristics of students' protection against cyberattacks	
	Психологические особенности защиты студентов от кибератак	
18	Usmanov Salahdin Alikulovich, Komilova Aziza Sunatullayevna, Arakulov Gayrat Tulkinovich	95
	Psixometrik testlarga nisbatan me'yorlarning representativligini ta'minlash: eksperimental-metodik tadqiqot	
	Обеспечение репрезентативности норм относительно психометрических тестов: экспериментально-методическое исследование	
	Ensuring the representativeness of norms regarding psychometric tests:	

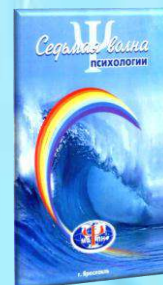
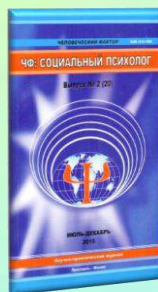
	experimental and methodical research	
	<i>Axmatova Guli Xurram qizi</i>	100
19	O'smir xulq-atvoridagi salbiy o'zgarishlarni tadqiq etishning ilmiy-nazariy asoslari	
	Scientific and theoretical foundations for the study of negative changes in adolescent behavior	
	Научно-теоретические основы исследования негативных изменений в поведении подростков	
	<i>Baratova Dilafruz Olimjonovna, Ergashev Qodirxon Turg'unjon o'g'li</i>	105
20	Ingliz tilini o'rganishda sun'iy intellekt vositalarining psixologik ta'siri	
	The psychological impact of artificial intelligence tools on learning English	
	Психологическое воздействие инструментов искусственного интеллекта на изучение английского языка	
	<i>Bobokalonov Ramazon Rajabovich</i>	113
21	Integration of neurosciences and social issues of neuropsycholinguistics	
	Интеграция нейронаук и социальные проблемы нейropsихолингвистики	
	Neurofanlar integratsiyasi va neyropsixolingvistikaning ijtimoiy masalalari	
	<i>Eshchanova Nasiba Matnazarovna</i>	119
22	Emotsional zo'riqishning shaxs yurak-qon tomir tizimiga ta'siri	
	Влияние эмоционального напряжения на сердечно-сосудистую систему человека	
	The impact of emotional stress on the human cardiovascular system	
	<i>Fayziyeva Mavluda Xudoyarovna, Egamberdiyev Baxtiyor Anvar o'g'li</i>	123
23	Ekstremal vaziyatlarda aholiga psixologik xizmat ko'rsatishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari	
	Socio-psychological mechanisms of providing psychological support to the population in emergency situations	
	Социально-психологические механизмы оказания психологической помощи населению в экстремальных ситуациях	
	<i>Ibodullayeva Barno Ulug'bek qizi</i>	131
24	Boshlang'ich ta'limda ta'lim sifati va o'quvchilarni rivojlantirishda metodlarning psixologik ta'siri	
	The psychological impact of methods on education quality and student development in primary education	
	Психологическое влияние методов на качество обучения и развитие учащихся в начальном образовании	
	<i>Ikromov Oybek Ibrogimovich</i>	136
25	Uzoq muddatli xotiraning xorijiy tilni o'rganishdagi roli	
	Роль долгосрочной памяти в изучении иностранного языка	
	The role of long-term memory in learning a foreign language	
	<i>Mamatova Nazira Djurakulovna</i>	140
26	Zamonaviy yosh ayollarda oilaviy majburiyatlarni taqsimlash xususiyatlari	
	Особенности распределения семейных обязанностей у современных молодых женщин	
	The peculiarities of the distribution of family responsibilities among modern young women	
	<i>Saipova Malaxat Latipovna</i>	145
27	Mehnat migrantlari farzandlaridagi kechinmalar tahlili	
	Анализ переживаний у детей трудовых мигрантов	
	Analysis of the experiences of children of migrant workers	
	<i>Fayziyeva Mavluda Xudoyarovna, Toshqulov Rasul Eshquvvat o'g'li</i>	149
28	Talabalarda intellektual salohiyat namoyon bo'lishining ijtimoiy-psixologik	

	xususiyatlari va rivojlantirish imkoniyatlari	
	Socio-psychological characteristics and development opportunities of the manifestation of intellectual potential in students	
	Социально-психологические особенности проявления интеллектуального потенциала студентов и возможности его развития	
	<i>Turobova Maxbuba Alisherovna</i>	156
29	Turmush qurayotgan yoshlarni oilaviy munosabatlarga tayyorlashning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	
	Social and psychological characteristics of preparing young people for family relationships during the formation of a family	
	Социально-психологические особенности подготовки молодёжи к семейным отношениям при создании семьи	
30	<i>Юсупова Шохидат Батировна</i>	161
	Психологические аспекты дуального образования	
	Psychological aspects of dual education	
	Dual ta'limning psixologik jihatlari	



Bizning yangilangan saytimizga tashrif buyuring
BUXDU.UZ

Saytimizda maqolalarni o'qishingiz va ularni elektron nusxasini yuklab olishingiz mumkin



PSIXOLOGIYA ilmiy jurnal 1-son (65) Buxoro – 2026. 168 b. PSIXOLOGIYA научный журнал. Выпуск 1. (65) Бухара – 2026. – 168 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. Shatrlı 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

