ISSN 2181-5291

PSIXOLOGIYA

ILMIY JURNAL

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

SCIENTIFIC JOURNAL

№ 1, 2025

www.buxdu.uz

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

***

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

***

Address:

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

The journal is published 4 times a year

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

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

***

Jurnal O`zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi OAK Rayosatining 2013-yil 26-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.

***

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 2025-yil. * Выпуск 1. 2025 год.

TAHRIR HAY'ATI – РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

BOSH MUHARRIR – ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:
BAROTOV SH. R.
Psixologiya fanlari doktori, professor.
Xalqaro Psixologiya Fanlari Akademiyasining haqiqiy a'zosi (akademigi)
Действительный член (академик) Международной Академии психологических наук
MAS'UL KOTIB – ОТВ. СЕКРЕТАРЬ

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

XAMIDOV O.X.
Buxoro davlat universiteti rektori,
iqtisodiyot fanlari doktori, professor
SHOUMAROV G'.B.
Psixologiya fanlari doktori, professor, O'zbekiston Respublikasi Fanlar Akademiyasining haqiqiy a'zosi
UMAROV B.M.
Psixologiya fanlari doktori, professor
KOZLOV V.V. (Rossiya)
Psixologiya fanlari doktori, professor
MALI'X S.B. (Rossiya)
Psixologiya fanlari doktori, professor
KOROBEYNIKOV 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: 2025

EDITORIAL BOARD:

EDITOR-IN-CHIEF: BAROTOV SH. R.
Doctor of Psychology, professor, the member (academician) of International Academy of Psychological Sciences

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

XAMIDOV O.X.
Doctor of Economic Sciences, Professor,
The rector of Bukhara State University
SHOUMAROV G.B.
Doctor of Psychology, Professor, Full member of the Academy of Sciences of the Republic of Uzbekistan
UMAROV B.M.
Doctor of Psychology, Professor
The assistant of the editor-in-chief
KOZLOV V.V. (Russia)
Doctor of Psychology, Professor
MALIKH S.B. (Russia)
Doctor of Psychology, Professor
KOROBEYNIKOV 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)

Fayziyeva Umida Asadovna,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi,
pedagogika fanlari bo’yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

BO‘LAJAK O‘QITUVCHILARDA KASBIY SIFATLARNING RIVOJLANISHIGA TA’SIR ETUVCHI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLAR

Annotatsiya. *Mazkur maqolada bo‘lajak o‘qituvchilarda kasbiy sifatlarni rivojlantirish jarayonida emotsional intellektning o‘rni va ahamiyati ilmiy-nazariy hamda amaliy nuqtayi nazardan tahlil qilinadi. Tadqiqot davomida emotsional intellektning asosiy komponentlari, jumladan, o‘z his-tuyg‘ularini anglash va boshqarish, empatiya, motivatsiya hamda ijtimoiy muloqot qobiliyatlarining o‘qituvchilik faoliyatiga ta’siri o‘rganiladi.*

Kalit so‘zlar: *bo‘lajak o‘qituvchilar, kasbiy sifatlar, emotsional intellekt, pedagogik muloqot, empatiya, o‘z-o‘zini boshqarish, ta’lim jarayoni.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ

Аннотация. *В данной статье анализируется роль и значимость эмоционального интеллекта в процессе развития профессиональных качеств будущих учителей с теоретической и практической точек зрения. В ходе исследования рассматриваются основные компоненты эмоционального интеллекта, такие как осознание и управление собственными чувствами, эмпатия, мотивация и навыки социального взаимодействия, а также их влияние на педагогическую деятельность.*

Ключевые слова: *будущие учителя, профессиональные качества, эмоциональный интеллект, педагогический контакт, эмпатия, самоконтроль, образовательный процесс.*

SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS INFLUENCING THE DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL QUALITIES IN FUTURE TEACHERS

Abstract. *This article analyzes the role and significance of emotional intelligence in the process of developing professional qualities in future teachers from both theoretical and practical perspectives. The study examines the main components of emotional intelligence, including self-awareness and self-regulation, empathy, motivation, and social communication skills, as well as their impact on teaching activities.*

Keywords: *future teachers, professional qualities, emotional intelligence, pedagogical communication, empathy, self-regulation, educational process.*

Kirish. Zamonaviy ta’lim jarayonida o‘qituvchining kasbiy mahorati nafaqat an’anaviy pedagogik bilim va malakalar bilan, balki uning shaxsiy sifatlari, ayniqsa, emotsional intellekt darajasi bilan ham bevosita bog‘liqdir. O‘qituvchi o‘z faoliyatida o‘quvchilarning psixologik xususiyatlarini hisobga olishi, muloqot madaniyatini rivojlantirishi va o‘quv jarayonida ijobiy psixologik muhit yaratishi lozim. Shu sababli, bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy sifatlarini shakllantirishda emotsional intellekt muhim rol o‘ynaydi va u o‘qituvchining nafaqat o‘zini anglash va boshqarish qobiliyatini, balki o‘quvchilarga individual yondashish hamda ularning rivojlanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatish imkoniyatlarini ham oshiradi.

Emotsional intellekt insonning o‘z his-tuyg‘ularini anglash, boshqarish, boshqalar bilan samarali muloqot qilish va empatiya ko‘rsatish qobiliyatlaridan iborat bo‘lib, bu jihatlar ayniqsa ta’lim muhitida dolzarb ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yuqori emotsional intellektga ega bo‘lgan o‘qituvchilar sinf jamoasi bilan yanada yaqin muloqot o‘rnata oladi, o‘quvchilarni motivatsiya qilish, muammoli vaziyatlarni hal etish va ijtimoiy-psixologik barqarorlikni ta’minlashda samarali yondashuvlarni qo‘llaydi. Shu nuqtayi nazardan, bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy tayyorgarlik jarayonida emotsional intellektning rivojlanishiga alohida e’tibor qaratish zarur.

Mazkur maqolada bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy sifatlarini shakllantirishda emotsional intellektning o‘rni tahlil qilinib, uning asosiy tarkibiy qismlari, pedagogik jarayonga ta’siri va rivojlantirish usullari o‘rganiladi. Tadqiqot natijalari emotsional intellektni rivojlantirish orqali ta’lim sifatini oshirishga va o‘qituvchilarning kasbiy kompetensiyalarini takomillashtirishga xizmat qilishi mumkin.

Adabiyotlar tahlili. Bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy sifatlarini rivojlantirishda emotsional intellektning roli keng ko‘lamli ilmiy tadqiqotlarning e’tibor markazida bo‘lib kelmoqda. Psixologiya va pedagogika sohasidagi yetakchi olimlarning ilmiy ishlari shuni ko‘rsatadiki, o‘qituvchining faqat an’anaviy bilim va pedagogik texnologiyalarga egaligi uning muvaffaqiyatini ta’minlab bera olmaydi, balki shaxsiy xususiyatlar, xususan, emotsional intellektning yuqori darajasi ham kasbiy faoliyat samaradorligida hal qiluvchi rol o‘ynaydi.

Mayer va Salovey (1990) emotsional intellektni insonning o‘z va boshqalarning hissiyotlarini anglash, boshqarish hamda konstruktiv tarzda ulardan foydalanish qobiliyati sifatida ta’riflab, ushbu ko‘nikmalarning pedagogik faoliyatda muhim ahamiyat kasb etishini ta’kidlaydi. Ularning tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, yuqori emotsional intellektga ega bo‘lgan pedagoglar o‘quvchilar bilan yanada yaqin aloqa o‘rnata oladi, dars jarayonida ijobiy psixologik muhit yaratadi va murakkab vaziyatlarda to‘g‘ri qaror qabul qila oladi.

Goleman (1995) esa emotsional intellektni besh asosiy tarkibiy qismga ajratib, o‘zini anglash, o‘zini boshqarish, motivatsiya, empatiya va ijtimoiy muloqot qobiliyatlari o‘qituvchining kasbiy faoliyatida muhim o‘rin tutishini ta’kidlaydi. Tadqiqotlarga ko‘ra, yuqori darajadagi empatiyaga ega bo‘lgan o‘qituvchilar o‘quvchilarni yaxshi tushunadi, ularning ehtiyojlariga mos yondashadi va ta’lim jarayonini individual talablarga moslashtirish imkoniyatiga ega bo‘ladi.

Rossiyalik olimlar Karpov va Petrova (2018) bo‘lajak pedagoglarda kasbiy kompetensiyalarni shakllantirish jarayonida emotsional intellektning o‘rni haqida tadqiqot olib borib, pedagogik faoliyatda shaxslararo munosabatlar va stressga chidamlilikning ahamiyatini tahlil qilgan. Ularning fikricha, o‘qituvchi o‘z hissiyotlarini boshqara olmasa yoki o‘quvchilar bilan samarali muloqot qila olmasa, ta’lim jarayoni natijadorligi pasayadi va o‘quvchilarning darsga bo‘lgan motivatsiyasi susayishi mumkin.

O‘zbekistonlik olimlar Karimova va Usmonova tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda esa bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy rivojlanishida emotsional intellektni rivojlantirish bo‘yicha psixokorreksion dasturlar muhim ahamiyat kasb etishi qayd etilgan. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, pedagogik ta’lim yo‘nalishida tahsil olayotgan talabalar uchun maxsus psixologik treninglar, stressni boshqarish texnikalari va ijtimoiy-emotsional kompetensiyalarni rivojlantirishga qaratilgan mashg‘ulotlar samarali bo‘lishi mumkin.

Vygotsky tomonidan ilgari surilgan madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, ta’lim jarayoni o‘quvchi va pedagog o‘rtasidagi o‘zaro ta’sir orqali shakllanadi. Shu nuqtayi nazardan, o‘qituvchining yuqori darajadagi emotsional intellektga ega bo‘lishi o‘quvchilar bilan samarali hamkorlik qilish, dars jarayonida motivatsion yondashuvlarni shakllantirish va ijtimoiy moslashuvchanlikni oshirishga yordam beradi.

Bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy sifatlarini rivojlantirishda emotsional intellektning roli pedagogik va psixologik tadqiqotlarda tobora dolzarb mavzu sifatida ko‘rib chiqilayotgan bo‘lib, ushbu hodisa insonning shaxsiy va kasbiy rivojlanishi jarayonida asosiy psixologik jihatlardan biri sifatida e’tirof etiladi. Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘qituvchilik kasbining muvaffaqiyati nafaqat nazariy bilim va amaliy ko‘nikmalarga, balki pedagogning hissiy barqarorligi, boshqalar bilan o‘zaro munosabatlarini to‘g‘ri yo‘lga qo‘yish qobiliyati va o‘quvchilarning psixologik ehtiyojlarini anglash darajasiga ham bevosita bog‘liq bo‘lib, ushbu omillar orasida aynan emotsional intellekt shaxsning kasbiy rivojlanishida hal qiluvchi o‘rin tutadi.

G‘arbiy psixologlardan Mayer va Salovey emotsional intellektni insonning o‘z his-tuyg‘ularini anglash, boshqarish va ulardan ongli ravishda foydalanish qobiliyati sifatida izohlab, pedagogik jarayonda ushbu ko‘nikmalarning muhimligini ta’kidlagan bo‘lsa, Daniel Goleman esa emotsional intellektni besh asosiy tarkibiy qismga ajratib, aynan o‘zini anglash, o‘zini boshqarish, motivatsiya, empatiya va ijtimoiy muloqot qobiliyatlari o‘qituvchining ta’lim jarayonidagi muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy faktorlar ekanligini ilgari surgan va ushbu ko‘nikmalar pedagogik faoliyatda qanday namoyon bo‘lishini keng qamrovli tadqiqotlar orqali asoslab bergan.

Bundan tashqari, rossiyalik olimlar Karpov va Petrova tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda pedagogik faoliyatda shaxslararo munosabatlarning samaradorligi o‘qituvchining o‘z hissiyotlarini boshqarish, stressga bardosh berish hamda ijtimoiy muhitga moslashish darajasi bilan uzviy bog‘liq ekanligi qayd etilgan bo‘lib, aynan emotsional intellekti yuqori bo‘lgan o‘qituvchilarning o‘quvchilar bilan muloqoti samarali kechishi, ularga motivatsion ta’sir ko‘rsatish qobiliyatining yuqori bo‘lishi va o‘quv muhitida ijobiy psixologik holat shakllantirish imkoniyatiga ega ekanligi ilmiy asoslangan.

Shu bilan birga, O‘zbekistonlik tadqiqotchilardan Karimova pedagogik jarayonda o‘qituvchining shaxsiy fazilatlari ta’lim sifatiga qanday ta’sir ko‘rsatishi masalasini tahlil qilib, ayniqsa, bo‘lajak o‘qituvchilar uchun maxsus psixologik treninglar va hissiy barqarorlikni oshirishga qaratilgan metodik tadbirlarni tashkil etish orqali ularning kasbiy tayyorgarligini mustahkamlash mumkinligini ta’kidlagan bo‘lsa, Vygotsky tomonidan ilgari surilgan madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasi esa pedagogik faoliyatda

nafaqat o‘qituvchining bilim va malakasi, balki uning shaxs sifatida o‘quvchilar bilan qanday muloqot o‘rnatishi, o‘quv jarayonini qanday boshqarishi va ijtimoiy-emotsional moslashuv qobiliyatining darajasi ham muhim rol o‘ynashini ko‘rsatib bergan.

Muhokama. Bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy sifatlarini shakllantirishda emotsional intellektning ahamiyati to‘g‘risidagi ilmiy tadqiqotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, pedagogik faoliyat nafaqat o‘qituvchining an’anaviy bilim va pedagogik malakalarini, balki uning shaxs sifatida o‘z his-tuyg‘ularini anglash, boshqarish va boshqalar bilan muloqotda bo‘lish qobiliyatini ham o‘z ichiga oladi. Shaxsning kasbiy yo‘nalishdagi muvaffaqiyati uning shaxsiy xususiyatlari va ijtimoiy-emotsional moslashuv darajasi bilan bevosita bog‘liq ekanligini ko‘rsatgan tadqiqotlar (Goleman, 1995; Mayer va Salovey, 1990) shuni tasdiqlaydiki, o‘qituvchi o‘z his-tuyg‘ularini to‘g‘ri boshqara olmasa va o‘quvchilar bilan konstruktiv muloqot o‘rnata olmasa, ta’lim jarayoni samaradorligi pasayadi, motivatsion ta’sir darajasi esa kamayadi.

Bu borada olib borilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, yuqori darajadagi emotsional intellektga ega bo‘lgan pedagoglar o‘quv jarayonida ijobiy psixologik muhit yaratish, stressli vaziyatlarda to‘g‘ri qaror qabul qilish va o‘quvchilar bilan o‘zaro ishonchga asoslangan muloqot o‘rnatish imkoniyatiga ega bo‘ladi. Shu jihatdan qaralganda, Karpov va Petrova (2018) tomonidan olib borilgan tadqiqotlar o‘qituvchilarning kasbiy muvaffaqiyati va emotsional intellekti o‘rtasidagi bog‘liqlikni tasdiqlaydi va ta’lim muassasalarida bo‘lajak pedagoglarning ijtimoiy-emotsional kompetensiyalarini rivojlantirish bo‘yicha maxsus dasturlar ishlab chiqish zarurligini ko‘rsatadi.

Shuningdek, Vygotsky (1978) tomonidan ilgari surilgan madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasidan kelib chiqib, ta’lim jarayonida o‘qituvchining roli nafaqat bilim berish bilan cheklanishi, balki o‘quvchilarning ijtimoiy moslashuvi va shaxsiy rivojlanishiga ham ta’sir ko‘rsatishi kerakligi ta’kidlanadi. Agar o‘qituvchi yuqori darajadagi empatiya, motivatsiya va o‘z his-tuyg‘ularini tartibga solish qobiliyatiga ega bo‘lsa, u o‘quvchilarning ta’lim jarayoniga qiziqishini oshirishi, ularni rag‘batlantirishi va individual yondashuv asosida o‘quv muhitini shakllantirishi mumkin. Shu bois, bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy tayyorgarligida emotsional intellektni rivojlantirish yo‘nalishida maxsus treninglar va pedagogik psixologik mashg‘ulotlarni yo‘lga qo‘yish samarali bo‘lishi mumkin.

Boyatzis va McKee (2005) tomonidan o‘tkazilgan tadqiqotlarda yuqori emotsional intellektga ega bo‘lgan pedagoglarning stressga chidamliligi yuqori bo‘lishi va ta’lim jarayonida ijobiy muhit yaratish qobiliyati o‘quvchilarning akademik natijalariga bevosita ijobiy ta’sir ko‘rsatishi aniqlangan. Ushbu tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, pedagogik faoliyat davomida stressli vaziyatlarning yuzaga kelishi tabiiy jarayon bo‘lsa-da, yuqori emotsional intellektga ega bo‘lgan o‘qituvchilar ushbu muammolarni samarali boshqara oladi va natijada ta’lim sifati oshadi.

Mahalliy olimlar, jumladan, Karimova (2015) va Usmonova (2021) o‘z tadqiqotlarida bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy rivojlanishida emotsional intellektning o‘rni haqida tahliliy yondashuvlar ishlab chiqib, ayniqsa, pedagogik ta’lim yo‘nalishida tahsil olayotgan talabalar uchun maxsus psixologik treninglar va hissiy-intellektual rivojlanishga qaratilgan dasturlarni joriy etish pedagogik jarayonda muhim o‘rin tutishini ta’kidlagan. Ushbu ilmiy qarashlardan kelib chiqib, o‘qituvchilarning kasbiy tayyorgarligi davomida ularga nafaqat nazariy bilim berish, balki hissiy-intellektual rivojlanish imkoniyatlarini ham ta’minlash zarurati yanada yaqqol ko‘rinadi.

Yuqoridagi tadqiqot natijalari shuni anglatadiki, bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy sifatlarini rivojlantirish jarayonida emotsional intellektning ahamiyati beqiyos bo‘lib, ushbu jarayonni samarali tashkil etish orqali o‘qituvchilarning nafaqat shaxsiy rivojlanish darajasini oshirish, balki ta’lim sifati va o‘quvchilarning psixologik farovonligini ta’minlash ham mumkin. Shu sababli, pedagogik ta’lim muassasalarida bo‘lajak o‘qituvchilarning emotsional intellektini rivojlantirish bo‘yicha innovatsion metodikalar va pedagogik psixologik dasturlarni joriy etish o‘qituvchilarning kelajakdagi kasbiy faoliyatida samaradorlikka erishishiga xizmat qiladi.

Pedagogik ta’lim muassasalarida bo‘lajak o‘qituvchilarning emotsional intellektini rivojlantirish bo‘yicha innovatsion metodikalar va pedagogik psixologik dasturi

1-jadval.

Tadqiqot yo‘nalishi	Metodologik yondashuv	Tadqiqot usullari	Ma’lumotni to‘plash manbalar	Kutilgan natijalar
Emotsional intellekt va o‘qituvchilik faoliyati	Ilmiy-nazariy, amaliy tadqiqot	- Nazariy tahlil - Eksperimental tahlil - So‘rovnomalar - Intervyu	- O‘qituvchilar bilan intervyu - O‘quvchilar va ustozlarning fikrlari	O‘qituvchilarda EI ning o‘quv jarayoniga ta’sirini aniqlash

Emotsional intellektning asosiy komponentlari	Amaliy tadqiqot, kvantitativ tadqiqot	- Anketalar - Eksperimentlar - Psixometrik testlar	- O‘qituvchilarning EI testi - O‘quvchilarning tajribalari	EI ning komponentlarining o‘qituvchilarning pedagogik faoliyatiga ta’sirini aniqlash
Empatiya va ijtimoiy muloqotning o‘qituvchilik faoliyatiga ta’siri	Sifatli tadqiqot, holat tahlili	- Empatiya darajasini o‘lchash testlari - Ijtimoiy muloqot o‘rganish	- O‘qituvchilar bilan psixologik treninglar - O‘quvchilarning javoblari	O‘qituvchilarda empatiya va ijtimoiy muloqotning pedagogik samaradorlikka ta’sirini aniqlash
Motivatsiya va o‘z-o‘zini boshqarish	Eksperimental metod, psixologik yondashuv	- Psixologik testlar - O‘qituvchilar bilan suhbatlar - O‘quvchilarni kuzatish	- Motivatsiya o‘lchovlari - Sinfdagi interaktiv faoliyatlar	O‘qituvchilarning motivatsiya darajasi va o‘z-o‘zini boshqarish ko‘nikmalarining pedagogik natijalarga ta’sirini o‘rganish
Sinfdagi psixologik muhitni yaratish	Kvalitativ tadqiqot, amaliy tajriba	- Sinf muhitini tahlil qilish - O‘qituvchilar va o‘quvchilar bilan intervyular	- Sinfdagi psixologik holatni kuzatish - O‘qituvchilarning tajribalari	Sinfdagi ijobiy psixologik muhit yaratishning metodlari va usullarini aniqlash

Tahlil:

1. Tadqiqot yo‘nalishi: Tadqiqotning asosiy yo‘nalishi va maqsadi.
2. Metodologik yondashuv: Tadqiqotning amalga oshirilish usuli (ilmiy-nazariy, amaliy, eksperimental va h.k.).
3. Tadqiqot usullari: Ma’lumot to‘plashda foydalaniladigan asosiy usullar (so‘rovnomalar, intervyular, psixologik testlar, tajribalar va h.k.).
4. Ma’lumotni to‘plash manbalar: Tadqiqotda foydalaniladigan manbalar va ob'ektlar (o‘qituvchilar, o‘quvchilar, psixologik testlar, eksperimentlar).
5. Kutilgan natijalar: Tadqiqot davomida kutilayotgan natijalar yoki xulosalar.

Xulosa. Mazkur tadqiqot, bo‘lajak o‘qituvchilarda kasbiy sifatlarni rivojlantirishda emotsional intellektning ahamiyatini o‘rganish orqali, o‘qituvchilik faoliyatining samaradorligini oshirishda EI ning o‘rni yuqori ekanligini ko‘rsatdi. O‘qituvchilarning emotsional intellekti yuqori bo‘lsa, ular o‘z his-tuyg‘ularini boshqarishda, empatiya ko‘rsatishda va o‘quvchilar bilan samarali muloqot qilishda yuqori ko‘nikmalarga ega bo‘ladilar. Bu esa, o‘z navbatida, sinfda psixologik muhitni sog‘lomlashtiradi, o‘quvchilarning individual rivojlanishiga ko‘maklashadi va pedagogik faoliyatni samarali amalga oshirishga imkon yaratadi.

Adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 7-fevraldagi PF-4947-son «O‘zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo‘yicha Harakatlar strategiyasi to‘g‘risida»gi Farmoni // O‘zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to‘plami. – №6 (766). – 70 modda. – Toshkent: Adolat, 2017. – B. 38.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 08-oktabrdagi PF-5847-son «O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta’lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi tasdiqlash tog’risida»gi Farmoni, –Toshkent.: 2019. –B 1-3.
3. Dollard J. Reresentetion sociali; phenomenes, concert et theorei // S. (ed) psychologie socialr. – P., 2012. – p. 360.
4. Maks Ye.G. The focussed interview and focus groups // Public Opinion Quarterly. – V. 51. – 2010. – p. 550–566.
5. Schutte N. S., & Malouff J. M. (2002). Emotional intelligence and psychological well-being: A meta-analysis of the literature. // Personality and Individual Differences, 33(5), 815-827.
6. Palmer B., & Stough C. (2001). Emotional Intelligence and Effective Leadership. // Leadership and Organization Development Journal, 22(5), 5-14.

7. Law K. S., Wong C. S., & Song L. J. (2004). The construct and criterion validity of emotional intelligence and its potential utility for management studies. // Journal of Applied Psychology, 89(3), 483-496.

8. Jennings P. A., & Greenberg M. T. (2009). The Prosocial Classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom Outcomes. // Review of Educational Research, 79(1), 491-525.

9. Brackett M. A., & Salovey P. (2006). Emotional intelligence and the cultivation of emotional well-being. In M. J. Robinson & M. S. Streufert (Eds.), // Psychological perspectives on the self (Vol. 5, pp. 59–84). Lawrence Erlbaum.

10. Kwon Y. (2005). Emotional Intelligence and Its Effect on Teacher’s Leadership and Job Performance. // Journal of Research in Education, 19(1), 23-42.

11. Yam K. C., & Fehr, R. (2015). The Influence of Emotional Intelligence on Workplace Outcomes: A Meta-Analytic Review. // Personality and Social Psychology Bulletin, 41(5), 582-596.

12. Goleman D. (2001). Emotional Intelligence: Issues in Paradigm Building. The Handbook of Emotional Intelligence. Jossey-Bass.

13. Zohar D., & Marshall I. (2000). The Quantum Leader: A Revolution in Business Thinking and Practice. Wiley.

14. Goleman D. (2006). Social Intelligence: The New Science of Human Relationships. Bantam Books.

Tilavov Muxtor Hasan o‘g‘li,
Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasi dotsenti,
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

ZAMONAVIY JAMIYATDA PSIXOLOGIK XIZMATLAR TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISHNING INNOVATSION USULLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqola ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlar tizimini takomillashtirishning innovatsion usullarini tahlil qiladi. Ta'lim tizimida psixologik xizmatlarning ahamiyati tobora ortib bormoqda, chunki ular o‘quvchilarning ruhiy salomatligini qo‘llab-quvvatlash, ijtimoiy va emotsional rivojlanishiga yordam berish hamda ta'lim jarayonini yaxshilashda muhim rol o‘ynaydi. Maqolada psixologik xizmatlarning samaradorligini oshirish uchun yangi texnologiyalar, onlayn platformalar, raqamli vositalar, va innovatsion metodologiyalarni qo‘llash imkoniyatlari ko‘rib chiqiladi.*

Kalit so'zlar: *ta'lim muassasalari, psixologik xizmatlar, innovatsion usullar, raqamli texnologiyalar, onlayn platformalar, samaradorlik, psixologik yordam, ijtimoiy-emosional rivojlanish, psixologik holat, ta'lim tizimi, innovatsion metodologiyalar.*

ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИСТЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

Аннотация. *Данная статья анализирует инновационные методы улучшения системы психологических услуг в образовательных учреждениях. Важность психологических услуг в системе образования неуклонно растёт, так как они играют важную роль в поддержке психического здоровья учащихся, содействии их социальному и эмоциональному развитию, а также в улучшении образовательного процесса. В статье рассматриваются возможности применения новых технологий, онлайн-платформ, цифровых инструментов и инновационных методологий для повышения эффективности психологических услуг.*

Ключевые слова: *образовательные учреждения, психологические услуги, инновационные методы, цифровые технологии, онлайн-платформы, эффективность, психологическая помощь, социально-эмоциональное развитие, психологическое состояние, образовательная система, инновационные методологии.*

INNOVATIVE METHODS OF IMPROVING THE SYSTEM OF PSYCHOLOGICAL SERVICES IN MODERN SOCIETY

Abstract. *This article analyzes innovative methods for improving the system of psychological services in educational institutions. The importance of psychological services in the education system is steadily increasing, as they play a crucial role in supporting students' mental health, aiding their social and emotional development, and improving the educational process. The article explores the possibilities of applying new technologies, online platforms, digital tools, and innovative methodologies to enhance the effectiveness of psychological services.*

Keywords: *educational institutions, psychological services, innovative methods, digital technologies, online platforms, effectiveness, psychological assistance, social-emotional development, psychological condition, education system, innovative methodologies.*

Kirish. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlar o‘quvchilarning ruhiy salomatligini saqlash, ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishiga yordam berish, shuningdek, ta'lim jarayonini yaxshilashda muhim rol o‘ynaydi. Bugungi kunda, ta'lim tizimi yanada zamonaviylashib, o‘quvchilarga ko‘proq individual yondashuv va shaxsiy yordam ko‘rsatishni talab qiladi. Shu sababli, psixologik xizmatlar tizimini takomillashtirish zarurati tobora o‘sib bormoqda.

Innovatsion usullarni ta'lim muassasalarida qo‘llash psixologik yordamning samaradorligini oshirishda katta imkoniyatlar yaratadi. Raqamli texnologiyalar, onlayn psixologik maslahatlar, mobil ilovalar va boshqa zamonaviy vositalar psixologik xizmatlarni yanada samarali va qulay qilishga yordam beradi. Ushbu innovatsiyalar o‘quvchilarning ehtiyojlariga tez va aniq javob berishga, shuningdek, psixologik yordamni kengroq va ommaviy ravishda taqdim etishga imkon yaratadi.

Maqolada ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlar tizimini takomillashtirishda qo‘llanilayotgan innovatsion yondashuvlar, texnologiyalarning roli, yangi metodologiyalarning ahamiyati va amaliyotdagi muvaffaqiyatlar tahlil qilinadi. Shuningdek, mavjud muammolar va ularni hal qilishning samarali yo‘llari haqida fikrlar bildirilib, ta'lim tizimidagi psixologik xizmatlarni yanada samarali tashkil etish bo‘yicha takliflar taqdim etiladi.

Zamonaviy ta'lim tizimida o‘quvchilarning ruhiy salomatligi va emotsional holati ta'lim jarayonining samaradorligi uchun muhim omil hisoblanadi. Psixologik xizmatlar ta'lim muassasalarida nafaqat o‘quvchilarning ijtimoiy-emosional rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash, balki ularning akademik muvaffaqiyatlariga ham ijobiy ta'sir ko‘rsatadi. Biroq, ta'lim tizimidagi psixologik xizmatlarning samaradorligini oshirish uchun yangiliklar va innovatsion yondashuvlarni joriy etish zarur.

Innovatsion usullarni joriy etish psixologik xizmatlar tizimining samaradorligini oshirishda muhim rol o‘ynaydi. Masalan, psixologik xizmatlarni raqamli platformalar va mobil ilovalar orqali taqdim etish o‘quvchilarga yanada qulay va tezkor yordam olish imkoniyatini yaratadi. Bunday innovatsiyalar yordamida psixologik yordamni ancha kengroq auditoriyaga yetkazish mumkin. Bundan tashqari, zamonaviy psixologik diagnostika vositalari va onlayn konsultatsiyalar psixologik xizmatlarni tez va samarali taqdim etishda katta ahamiyatga ega.

Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarning samaradorligini oshirish uchun innovatsion metodlar, masalan, kognitiv-behavioral terapiya, psixologik mashqlar, stressni boshqarish texnikalari va guruh terapiyasi usullaridan foydalanish mumkin. Bular, o‘quvchilarning o‘zini o‘zi tushunishlari, hissiy holatlarini yaxshilashlari va o‘zgarishlarga moslashishlariga yordam beradi. Shu bilan birga, innovatsion yondashuvlarni joriy etish faqat texnologiyalar bilan cheklanmaydi, balki psixologik xizmatlarni tashkil etishda o‘qituvchilar, psixologlar va boshqaruvchilarning hamkorligi, hamda psixologik xizmatlarning o‘quvchilarning ehtiyojlariga moslashtirilishi zarur.

Ushbu maqolada ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlar tizimini takomillashtirishning innovatsion usullari, ularning amaliyotdagi qo‘llanilishi va bu jarayondagi samaradorlikni oshirishning yangi imkoniyatlari tahlil etiladi. Ta'lim tizimidagi psixologik xizmatlarni yanada samarali qilish uchun mavjud imkoniyatlar, metodologik yondashuvlar va texnologik inqiloblarning ta'siri keng ko‘lamda o‘rganiladi.

Adabiyotlar tahlili. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarni takomillashtirishning innovatsion usullari haqidagi adabiyotlar tahlili psixologik yordamning samaradorligini oshirish, uning metodologik yondashuvlari va amaliy qo‘llanilishi haqida bir qator ilmiy va amaliy tadqiqotlarni o‘z ichiga oladi. Shu bilan birga, innovatsion texnologiyalar va metodlarni joriy etish psixologik xizmatlarning ta'lim tizimidagi o‘rni va samaradorligini sezilarli darajada oshirishi mumkin.

Kamilova (2018) o‘zining "Psixologik xizmatlar va ularning ta'lim tizimidagi roli" nomli maqolasida ta'lim muassasalarida psixologik yordamning samaradorligini oshirish uchun zamonaviy texnologiyalarni qo‘llash zarurligini ta'kidlagan. U, shuningdek, psixologik xizmatlarning onlayn platformalar orqali taqdim etilishi o‘quvchilarga o‘z vaqtida yordam olish imkoniyatini beradi, bu esa ta'lim jarayonining umumiy sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Shukurova (2021) o‘zining "Psixologik yordam va uning ta'lim muassasalaridagi ahamiyati" nomli tadqiqotida innovatsion yondashuvlar, xususan, raqamli diagnostika vositalari va mobil ilovalar yordamida psixologik xizmatlarning samaradorligini baholagan. Ushbu tadqiqotda psixologik diagnostika va testlar orqali o‘quvchilarning ruhiy holatini aniqlash, shuningdek, psixologik yordamni faqat an'anaviy shakllarda emas, balki onlayn tarzda taqdim etishning afzalliklari ko‘rsatilgan.

Jones va Lee (2018) "Mental Health Support in Schools: A Systematic Review of Interventions" nomli maqolalarida, psixologik yordamning samaradorligini oshirishda innovatsion yondashuvlarning roli tahlil etilgan. Tadqiqotchilar onlayn platformalar va mobil ilovalar orqali psixologik xizmatlarni kengaytirish, shuningdek, kognitiv-behavioral terapiya kabi innovatsion metodlarni ta'lim muassasalarida qo‘llashning ahamiyatini ta'kidlaydilar.

Akhundov (2015) "Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlar va ularning o‘quvchilar uchun ahamiyati" nomli tadqiqotida psixologik yordamning ta'lim jarayoniga qo‘shgan hissasi va uning o‘quvchilarning akademik muvaffaqiyati, shaxsiy rivojlanishi va ijtimoiy moslashuvidagi ahamiyatini o‘rganadi. U, shuningdek, innovatsion psixologik yondashuvlar, xususan, stressni boshqarish texnikalari va guruh terapiyasining ta'lim tizimida qo‘llanilishini samarali deb hisoblaydi.

Muminov (2019) "O‘quvchilarning psixologik salomatligini saqlashda psixologik xizmatlarning o‘rni" nomli maqolasida, psixologik xizmatlarning ta'lim muassasalarida ijtimoiy-emosional rivojlanish va ruhiy salomatlikni yaxshilashga qanday ta'sir ko‘rsatishini tahlil etadi. Tadqiqotda psixologik yordamning

zamonaviy metodlari, masalan, psixoterapevtik maslahatlar va emotsional intellektni rivojlantirish dasturlari koʻrib chiqiladi.

Davronov va Ismoilov (2020) "Ta'lim muassasalarida psixologik yordam koʻrsatishning asosiy yoʻnalishlari va metodlari" nomli maqolasida, psixologik xizmatlarni taqdim etishda mavjud metodologik yondashuvlar va yangi innovatsion metodlarning samaradorligini oʻrganishadi. Ular psixologik yordamni taqdim etishning an'anaviy usullari bilan birga, raqamli texnologiyalar va onlayn resurslarning qoʻllanilishini ta'kidlaydilar.

Bundan tashqari, Smith va Brown (2017) "The Role of Psychological Services in Educational Institutions" nomli maqolalarida ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarning ahamiyati va samaradorligi, shuningdek, psixologik xizmatlarni yanada samarali qilish uchun texnologiyalarning qanday joriy etilishi mumkinligi haqida fikr bildiradilar. Ularning tadqiqotida, oʻquvchilarning psixologik holatini aniqlashda yangi texnologiyalardan foydalanish, shu jumladan mobil ilovalar va onlayn diagnostika vositalari orqali ta'lim tizimidagi psixologik xizmatlarning samaradorligini oshirish mumkinligi koʻrsatiladi.

Adabiyotlar tahlili shuni koʻrsatadiki, innovatsion metodlar va texnologiyalarni ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlar tizimiga qoʻllash, oʻquvchilarning ruhiy salomatligi va ijtimoiy rivojlanishiga katta yordam beradi. Onlayn platformalar, mobil ilovalar, raqamli vositalar va boshqa innovatsion yondashuvlar psixologik xizmatlarni taqdim etishda yangi imkoniyatlarni yaratadi. Shu bilan birga, psixologik yordamning samaradorligini oshirish uchun metodologik yondashuvlar va amaliyotda yuzaga keladigan muammolarni hal qilishda ushbu texnologiyalarning roli alohida ahamiyatga ega.

Muhokama. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlar tizimini takomillashtirishning innovatsion usullari bugungi kunda oʻquvchilarning psixologik holatini yaxshilash va ta'lim jarayonining samaradorligini oshirish uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Psixologik xizmatlar ta'lim muassasalarida nafaqat oʻquvchilarning akademik muvaffaqiyatini, balki ularning ijtimoiy va emotsional rivojlanishini qoʻllab-quvvatlaydi. Shuning uchun, psixologik xizmatlarning samaradorligini oshirishga qaratilgan innovatsion yondashuvlar ta'lim tizimida katta oʻzgarishlarga olib kelishi mumkin.

Innovatsion usullarning eng muhim afzalliklaridan biri – ularning tezkorligi va qulayligi. Zamonaviy texnologiyalar, masalan, onlayn psixologik maslahatlar, mobil ilovalar, psixologik diagnostika vositalari va boshqa raqamli platformalar oʻquvchilarga oʻz vaqtida yordam olish imkoniyatini beradi. Bunday usullar psixologik yordamni yanada ommaviy va keng tarqalgan qilish imkonini yaratadi, shuningdek, oʻquvchilarning ehtiyojlarini tezda aniqlash va ularga mos psixologik yordam koʻrsatishni ta'minlaydi. Oʻquvchilarning psixologik salomatligini va ruhiy holatini tezda tahlil qilish orqali, oʻqituvchilar va psixologlar samarali va shaxsiy yondashuvni taqdim etishlari mumkin.

Shuningdek, innovatsion metodlar, xususan, kognitiv-behavioral terapiya, stressni boshqarish texnikalari va guruh terapiyasi kabi usullarni qoʻllash oʻquvchilarning emotsional holatiga ijobiy ta'sir koʻrsatadi. Ta'lim muassasalarida bunday metodlarning qoʻllanilishi, oʻquvchilarda oʻz-oʻzini anglash, oʻzgarishlarga moslashuvchanlik va hissiy barqarorlikni oshirishga yordam beradi. Psixologik xizmatlarni takomillashtirishda bu kabi innovatsion yondashuvlarni joriy etish, oʻquvchilarning ijtimoiy moslashuvini va akademik muvaffaqiyatlarini sezilarli darajada yaxshilaydi.

Biroq, innovatsion texnologiyalarni ta'lim tizimiga qoʻllashda ba'zi muammolar ham mavjud. Birinchidan, barcha oʻquvchilar va oʻqituvchilar raqamli vositalarni ishlatishda teng imkoniyatlarga ega emaslar. Mobil telefonlar yoki internetga cheklangan kirish imkoniyati boʻlgan oʻquvchilar, psixologik yordam olishda qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. Ikkinchidan, psixologik yordamni texnologiyalar orqali taqdim etishning sifati ba'zan an'anaviy shaxsiy yordamga nisbatan past boʻlishi mumkin. Onlayn maslahatlar va mobil ilovalar yordamida koʻrsatilgan psixologik yordam shaxsiy yondashuvni ta'minlashda cheklovlarga ega boʻlishi mumkin, chunki ba'zi psixologik holatlar, xususan, jiddiy emotsional muammolar, faqat jonli suhbatda va yuzma-yuz yordamda samarali hal etilishi mumkin.

Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarni takomillashtirishda innovatsion usullarni qoʻllash bilan birga, mavjud muammolarni hal qilish uchun kompleks yondashuvni joriy etish zarur. Bu yondashuv psixologik xizmatlarni taqdim etishning barcha jihatlarini, shu jumladan, texnologiyalarning salbiy ta'sirini bartaraf etish, oʻquvchilarni psixologik yordam olishga rag'batlantirish va psixologik xizmatlarni yaxshilashning turli yoʻllarini oʻz ichiga olishi kerak. Masalan, psixologik xizmatlarni ta'lim tizimida yanada integratsiya qilish, psixologik yordamni ijtimoiy va pedagogik yondashuvlar bilan uygʻunlashtirish muhimdir.

Xulosa qilib aytganda, ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarning samaradorligini oshirishning innovatsion usullari oʻquvchilarning ruhiy salomatligi, ijtimoiy va emotsional rivojlanishi uchun muhim vosita boʻlib xizmat qilishi mumkin. Biroq, bu jarayonni amalga oshirishda texnologiyalarning rolini toʻgʻri

baholash, ularni amaliyotda muvaffaqiyatli joriy etish uchun samarali metodologiyalardan foydalanish zarur. Shu bilan birga, psixologik xizmatlarning barcha shakllari va usullari o‘quvchilarning ehtiyojlariga mos kelishi va ta'lim jarayonining umumiy sifatini yaxshilashga xizmat qilishi kerak.

1-jadval.

Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarning samaradorligini oshirishning innovatsion usullarini baholash va tahlil qilish uchun qo‘llaniladigan metodologik yondashuvlar

Metodologiya	Tavsif	Foydalanish maqsadi	Afzalliklari	Kamchiliklari
Eksperimental tadqiqotlar	Psixologik xizmatlarning samaradorligini ta'minlash uchun ilg‘or usullarni amaliyotda sinovdan o‘tkazish.	O‘quvchilarning psixologik holatini tahlil qilish va psixologik yordamning ta'sirini baholash.	Olingan natijalarni real sharoitlarda tekshirish mumkin.	Natijalar faqat sinovdan o‘tkazilgan guruhga tegishli bo‘lishi mumkin.
So‘rovnomalar va anketalar	O‘quvchilardan, o‘qituvchilardan va psixologlardan fikrlar yig‘ish.	Psixologik xizmatlarning samaradorligini aniqlash va o‘quvchilarning ehtiyojlarini o‘lchash.	Oson amalga oshiriladi va ko‘plab respondentlar bilan ishlash imkoniyatini beradi.	So‘rovnomalar o‘quvchilar tomonidan noto‘g‘ri tushunilishi yoki noto‘g‘ri javoblar berilishi mumkin.
Ishonchli metodlar (Case study)	O‘quvchilarning psixologik xizmatlarga bo‘lgan munosabatini va ularga ta'sirini batafsil o‘rganish.	Aniq bir shaxs yoki guruhning tajribasini tahlil qilish va yangi metodlarni qo‘llash.	Real holatlarda muvaffaqiyatli ishlashini ko‘rsatishi mumkin.	Generalizatsiya qilish qiyin bo‘lishi mumkin, chunki faqat bitta yoki kichik guruh ustida ishlanadi.
Raqamli va onlayn psixologik vositalar	Psixologik xizmatlarni raqamli platformalar orqali taqdim etish.	Onlayn vositalar orqali o‘quvchilarning psixologik holatini tahlil qilish va ularga yordam ko‘rsatish.	Keng auditoriyaga tezkor yordam taqdim etish imkoniyatini yaratadi.	Texnologiyalarni hamma o‘quvchilar va o‘qituvchilar uchun teng imkoniyatda ishlatish qiyin bo‘lishi mumkin.
Guruh terapiyasi va treninglar	O‘quvchilarni guruhlar shaklida psixologik yordam ko‘rsatish va emotsional ko‘nikmalarni rivojlantirish.	Ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish, stressni boshqarish va boshqalar.	Guruhda o‘qish va tajriba almashish orqali o‘quvchilar orasida yordam va qo‘llab-quvvatlashni yaratadi.	Guruhdagi ba'zi o‘quvchilar uchun individual yordam yetarli bo‘lmasligi mumkin.
Boshqaruv tizimi va monitoring	Psixologik xizmatlarning boshqarilishi va ularning samaradorligini kuzatish uchun monitoring tizimlari yaratish.	Psixologik xizmatlarning umumiy sifatini va samaradorligini baholash.	Samararali boshqaruv tizimi tashkil etishda yordam beradi.	Resurslarni samarali taqsimlash va monitoring qilishda muammolar yuzaga kelishi mumkin.

Izoh: Metodologik yondashuvlar turli usullarga asoslangan va har biri o‘zining maqsadi va ehtiyojiga qarab qo‘llaniladi. Tadqiqot jarayonida ushbu metodlarni birgalikda qo‘llash, psixologik xizmatlarning samaradorligini aniq baholash va ta'lim muassasalaridagi psixologik yordamni yanada takomillashtirishga yordam beradi.

Xulosa. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarning samaradorligini oshirishning innovatsion usullari o‘quvchilarning ruhiy salomatligini ta'minlash va ularning shaxsiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashda muhim rol o‘ynaydi. Innovatsion metodlar, raqamli vositalar va texnologiyalar psixologik xizmatlarni yanada samarali va ommaviy qilish imkonini yaratadi. Onlayn platformalar, mobil ilovalar, psixologik diagnostika vositalari va guruh terapiyasi kabi yondashuvlar ta'lim tizimida psixologik yordamning sifatini oshirishga xizmat qiladi, shuningdek, o‘quvchilarga o‘z vaqtida va qulay tarzda yordam olish imkoniyatini beradi.

Biroq, innovatsion texnologiyalarning joriy etilishi ba'zi muammolarni keltirib chiqarishi mumkin, masalan, raqamli vositalarni ishlatishda teng imkoniyatlarning mavjud emasligi yoki yordamning sifatining pasayishi. Shuning uchun, psixologik xizmatlarni takomillashtirishda faqat texnologiyalarga tayanish emas, balki kompleks yondashuvni qo‘llash zarur. Psixologik xizmatlarni ta'lim tizimida muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun metodologik yondashuvlar, samarali boshqaruv tizimlari va o‘quvchilarning ehtiyojlariga moslashtirilgan yondashuvlar kerak bo‘ladi.

Adabiyotlar:

1. Kamilova, D. (2018). Psixologik xizmatlar va ularning ta'lim tizimidagi roli. // Ta'lim va psixologiya, 45(2), 75-80.
2. Shukurova, N. (2021). Psixologik yordam va uning ta'lim muassasalaridagi ahamiyati. // O‘zbekiston ta'lim tizimi: innovatsion yondashuvlar, 12(3), 104-110.
3. Jones, S., & Lee, R. (2018). Mental Health Support in Schools: A Systematic Review of Interventions. // Journal of Educational Psychology, 112(6), 989-1004.
4. Akhundov, M. (2015). Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlar va ularning o‘quvchilar uchun ahamiyati. // Ta'lim muassasalari: tadqiqotlar va innovatsiyalar, 9(1), 88-94.
5. Muminov, A. (2019). O‘quvchilarning psixologik salomatligini saqlashda psixologik xizmatlarning o‘rni. // Pedagogika va psixologiya jurnali, 33(4), 123-130.
6. Smith, M., & Brown, T. (2017). The Role of Psychological Services in Educational Institutions. // International Journal of Psychology and Education, 10(1), 45-52.
7. Davronov, J., & Ismoilov, B. (2020). Ta'lim muassasalarida psixologik yordam ko‘rsatishning asosiy yo‘nalishlari va metodlari. // Ta'lim va innovatsiyalar, 7(5), 32-39.
8. Lee, J., & Park, H. (2016). Innovative Approaches in Psychological Services for Educational Settings. // Educational Psychology Review, 28(3), 439-453.
9. Arslan, G., & Yıldız, S. (2020). Innovations in Psychological Support for Schools: A Global Perspective. // International Journal of School Psychology, 21(2), 45-58.
10. Williams, S. (2019). Implementing Digital Tools for Psychological Services in Educational Settings. // Journal of Educational Technology and Psychology, 14(2), 73-81.

Asranbayeva Munojatxon Halimjanovna,
Namangan davlat universiteti dotsenti, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

O’QUV JARAYONIDA TALABALARDA HISSIY ZO’RIQISHLAR NAMOYON BO’LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada o’quv jarayonida talabalarda namoyon bo’ladigan hissiy zo’riqishlarning psixologik xususiyatlari, psixologik tadqiqotlarda hissiy zo’riqishlar muammosining o’rganilganligi, o’quv jarayonida talabalarning hissiy zo’riqishlari darajasini aniqlash, hissiy zo’riqishlarni shaxs xususiyatlari va xulq-atvor motivatsiyasi bilan bog’liqligi, o’quv jarayonida talabalarning hissiy zo’riqishlarini korreksiya qilish usullari ilmiy tadqiq etilgan.*

Maqola o’quv jarayonida talabalarda namoyon bo’ladigan hissiy zo’riqishlarni psixopraflaktikasi va psixokorreksiyalashga xizmat qiladi.

Kalit so‘zlar: *adekvatlik, mikroijtimoiy, kompleks, ustanovka, taraqqiyot.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ У СТУДЕНТОВ В ХОДЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Аннотация. *В данной статье научно исследованы психологические особенности эмоционального напряжения, проявляющегося у студентов в учебном процессе, изученность проблемы эмоционального напряжения в психологических исследованиях, определение уровня эмоционального напряжения студентов в учебном процессе, связь эмоционального напряжения с личностными характеристиками и мотивацией поведения, методы коррекции эмоционального напряжения студентов в учебном процессе.*

Статья служит психопрофилактике и психокоррекции эмоционального напряжения, проявляющегося у студентов в учебном процессе.

Ключевые слова: *адекватность, микросоциальный, комплекс, установка, развитие.*

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF EMOTIONAL STRESS MANIFESTATION IN STUDENTS DURING THE LEARNING PROCESS

Abstract. *This article scientifically examines the psychological characteristics of emotional stress experienced by students during the educational process. It explores the study of emotional stress in psychological research, determining the level of emotional stress in students during the educational process, the relationship between emotional stress and personality traits and behavioral motivation, as well as methods for mitigating emotional stress in students during the educational process.*

The article serves to provide psychoprophylaxis and psychocorrection of emotional stress manifested in students during the educational process.

Keywords: *adequacy, microsocial, complex, mindset, development.*

Kirish. Mamlakatimizda istiqbolli yoshlarni qo‘llab-quvvatlash, ularning iqtidorini ro‘yobga chiqarish, ilmiy-tadqiqot va innovatsion faoliyatini samarali yo‘lga qo‘yish uchun qo‘shimcha shart-sharoitlar yaratish borasida izchil chora-tadbirlar amalga oshirib kelinmoqda.

Oliy ta’lim muassasalarida talaba-yoshlarning ilm egallashga bo‘lgan ishtiyoqi va intellektual salohiyatini oshirish, shuningdek, xalqaro maydonda mamlakatimizning nufuzini yanada yuksaltirish uchun iqtidorli yoshlarni aniqlash va yuqori malakali kadrlar tayyorlashning uzluksiz tizimini takomillashtirish zarurati mavjud.

O’zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoyev ta’kidlab o’tganlaridek: “Yoshlarni zamonaviy fan-texnikaning, umuman ilm-fanning yutuqlaridan bahramand qilmasdan turib, ularga yuqori malakali ixtisos egalari bo’lib yetishishiga sharoit tug’dirmay turib, biz respublikamiz xalq xo’jaligini, sanoat ishlab chiqarishi sohalarini tubdan o’zgartira olmaymiz” [6].

Mutaxassis kadrlarni tayyorlash sifati ko’p jihatdan ta’lim-tarbiya jarayonining to’g’ri tashkil etilishiga, undagi pedagog va talabalar o’rtasidagi o’zaro munosabatlarga, o’quv faoliyati motivatsiyasi, talabalarning individual-psixologik xususiyatlari va hissiy-irodaviy sifatlariga ham bog’liq. Oliy ta’lim muassasalaridagi o’quv jarayoni murakkab aqliy faoliyat sifatida, talabalar shaxsiga va psixik jarayonlariga

jiddiy talablar qo’yadi. Bu talablarni bajarish jarayonida o’quv faoliyati samaradorligiga salbiy ta’sir etishi mumkin bo’lgan hissiy zo’riqishlar ham vujudga keladi. O’quv faoliyatidagi hissiy zo’riqishlar talabalarning o’zlashtirishi va kasbiy tayyorgarligiga ta’sir etishi mumkinligini e’tiborga olgan holda, uni o’rganish va bartaraf etish yo’llarini tadqiq etish shu kunning dolzarb muammosi hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Shaxsning hissiy holatlari va ularning turli faoliyat va munosabatlardagi o’rni bilan bog’liq muammolar psixologiya fanida chuqur tadqiq qilingan.

XX asrning o’rtalarida xorij (R.Lazarus, U Kennon (1927), Leysi, G.Sel’e (1926)) va rus psixologlari (A.TS.Puni, A.S.Egorov, V.V.Vasilev, Ya.B.Lextman, K.M.Smirnov, V.F.Speredonov, A.N.Krestovnikov, N.I. Naenko, T.A.Nemchin, Yu.V.SHcherbatix, N.E.Vodop’yanova, N.D. Levitov, V.N. Myasishev, V.I.CHerkov, A.G.Kovalyov va boshqalar) tomonidan hissiy zo’riqishlarni o’rganishga qaratilgan bir necha nazariy-metodologik yondashuvlar taklif etilgan. Ularning tadqiqotlari inson xulq-atvoridagi psixologik xususiyatlar va holatlarni tushuntirishga qaratilgan bo’lib, hissiy zo’riqishlarning tabiati, ularni vujudga keltiruvchi sabablari, namoyon bo’lish shakllari, faoliyat samaradorligiga ko’rsatadigan ta’siri, uni profilaktika va korreksiya qilish usullarini psixologik jihatdan tavsif etishga yo’naltirilgan edi [7].

O’zbek psixolog olimlari shaxsning hissiy holatlari bilan bilvosita yoki bevosita bog’liq bo’lgan hissiy zo’riqishlar, xavotirlanish, tajovuz, stress, affekt, frustratsiya, depressiya va boshqa holatlarni o’rganishga qaratilgan qator tadqiqotlarni amalga oshirishgan (E.G’.G’oziyev, V.M.Karimova, G.K. To’laganova, N.G.Kamilova va boshqalar).

Demak, bevosita hissiy zo’riqishlar, ularning shaxs faoliyati va xulq-atvoridagi turli psixologik xususiyatlar bilan o’zaro munosabati psixologik tadqiqot predmeti sifatida yetarlicha o’rganilmagan muammolardan biridir. Shu nuqtayi nazardan olganda shaxsning faoliyat turlarida namoyon bo’ladigan hissiy zo’riqishlarini paydo bo’lishida turli omillarning ta’sirini o’rganish, uni profilaktika va korreksiya qilish usullarini ishlab chiqish muammosiga nisbatan o’zgacha yondashuvni talab etadi.

Amerikalik psixolog-olim R.Lazarus hissiy zo’riqish va stress tushunchalari mohiyatini to’la anglab olish uchun fiziologik va psixologik stress tushunchalarini farqlashni taklif qiladi. Uning fikricha, mazkur holatlar bir-biridan ta’sir etayotgan qo’zg’atuvchining tabiatiga, paydo bo’lish mexanizmiga va javob reaksiyasi tipiga ko’ra farqlanadi [12].

U.Kennon (1927) hissiy zo’riqishlarni tashqi muhitning o’zgarishi natijasida organizmning energetik mobilizatsiyasi kuchayishi, endokrin, vegetativ, harakat va boshqa funksiyalardagi o’zgarishlarda namoyon bo’ladigan holat deb baholaydi. Uning fikricha, hissiy zo’riqishlarning asosiy belgisi fiziologik ko’rsatkichlarning organizm uchun me’yor hisoblangan darajadan ko’tarilishidir [9].

Leysi tomonidan insonning zo’riqishli vaziyatlardagi emotsional reaksiyalari atroflicha tadqiq etilgan. U mazkur reaksiyalar tashqariga va ichkariga yo’naltirilgan bo’lishi mumkinligi haqida fikr yuritgan[6]. Kuchli hissiy zo’riqishlardan biri stress hisoblanadi. Stress muammosi psixologiyada nisbatan keng o’rganilgan bo’lib, dastlab bu muammo kanadalik olim G.Selye (1926) tomonidan tadqiq etilgan.

Tadqiqot metodologiyasi. Maqolada o’quv jarayonida talabalarda namoyon bo’ladigan hissiy zo’riqishlarning psixologik xususiyatlari, psixologik tadqiqotlarda hissiy zo’riqishlar muammosining o’rganilganligi, o’quv jarayonida talabalarning hissiy zo’riqishlari darajasini aniqlash, hissiy zo’riqishlarni shaxs xususiyatlari va xulq-atvor motivatsiyasi bilan bog’liqligi, o’quv jarayonida talabalarning hissiy zo’riqishlarini korreksiya qilish usullari ilmiy tadqiq etilgan.

Maqola o’quv jarayonida talabalarda namoyon bo’ladigan hissiy zo’riqishlarni psixopraflaktikasi va psixokorreksiyalashga xizmat qiladi.

Tahlil va natijalar. So’nggi yillarda tadqiqotchilar tomonidan ishlab chiqarish va turmush bilan bog’liq hissiy zo’riqishlarning salbiy oqibatlarini o’rganishga alohida e’tibor berilmoqda. Inson salomatligining buzilishiga olib keluvchi asosiy sabablar sifatida stresslar: oiladagi shaxslararo munosabatlar, zo’riqishli ishlab chiqarish munosabatlari ham ko’rsatib o’tilmoqda.

Ko’p hollarda hissiy zo’riqishlarning paydo bo’lishiga vaqt bilan to’g’ri munosabatda bo’lishni bilmaslik ham sabab bo’ladi. Ba’zan inson ma’lum vaqt oralig’i chegarasini to’g’ri baholay olmaydi. Bunday holat o’tmish yoki kelajakka juda katta emotsional munosabat bildirish bilan bog’liqdir. O’tmishda bo’lgan biror bir ruhiy iztirobga solgan voqeani eslash ham hissiy zo’riqishni vujudga keltirishi mumkin. Har bir kishi o’z o’tmishidan bunday salbiy kechinmalarni eslatadigan holatlarni takror va takror yodga olaversa hissiy zo’riqish va stresslardan batamom xalos bo’la olmaydi.

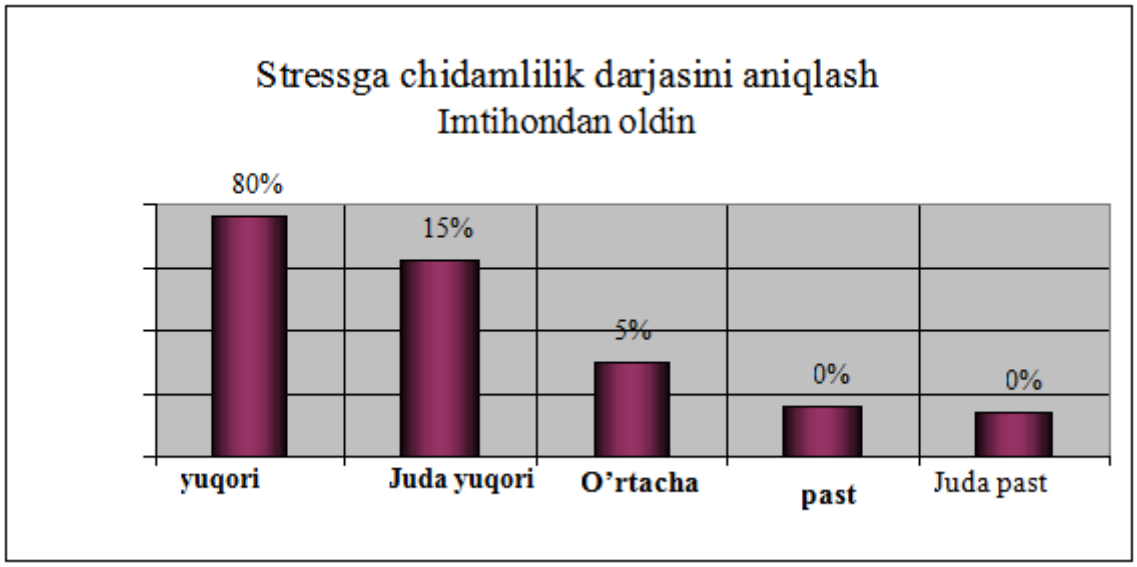
O’quvchilarni hissiy zo’riqishga moyilligining darajasi aniqlash uchun so’rovnoma o’tkazildi. o’tkazilgan tajriba natijalari quyidagi jadvaldagi ko’rsatkichlarga muvofiq holda aniqlandi:

1-jadval.

	Juda yuqori		Yuqori		O’rtacha		Past		Juda past	
Imtihondan oldin	3	15%	16	80%	1	5%	-	-	-	-
Imtihondan keyin			6	30%	14	70%				

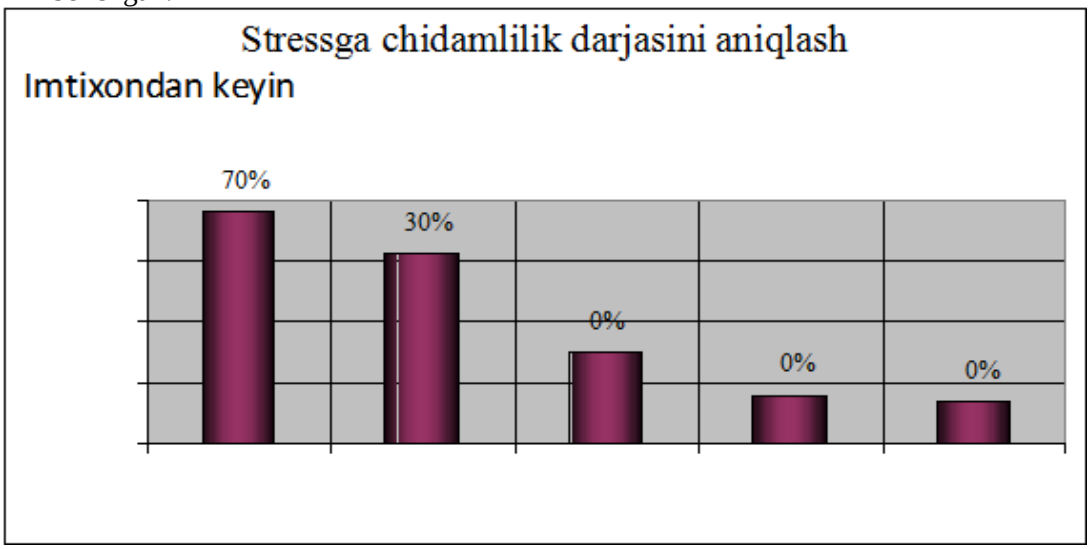
Bizning tadqiqotimiz mobaynida olingan natijalar shuni ko’rsatdiki, o’smir yoshidagi yigit va qizlarda imtihondan oldin, hissiy zo’riqishga moyillik yuqori va chidamlilik past darajani tashkil etdi. Imtihondan oldin o’quvchilarning birinchi, uchinchi va beshinchi savollar bo’yicha to’plagan ballarining o’rtacha ko’rsatkichi yuqori darajani tashkil etdi.

Bu ko’rsatkichlarni ushbu diagrammalarda yanada aniqroq ko’rsatish mumkin.



1-rasm.

Masalan: ”Kutilmagan ko’ngilsizliklar sizni asabiylashtiradimi?” yoki ”O’zingizni asabiy va tushkun kayfiyatda his qilasizmi?” degan savollarga deyarli 70% talabalar “Deyarli tez -tez” va 30 % talabalar “Tez-tez” javoblarini berishgan.



2-rasm.

Bu jarayon o’quv faoliyati, ya’ni imtihon bilan bog’liq bo’lib o’quvchilarda yomon baho olishdan, imtihonni topshira olmaslikdan, tengdoshlari oldida izza bo’lishdan, ota-onasining ranjib qolishidan qo’rqish va xavotirlanish hissi paydo bo’ladi va bu toki imtihonni topshirib olgunga qadar davom etadi.

Buni imtihondan keyin olingan natijalardan ham ko’rishimiz mumkin. O’quvchilardan imtihondan keyin xuddi shu savollar bo’yicha olingan ballarning o’rtacha ko’rsatkichi ancha past ko’rsatkichni tashkil etdi.

Ayrim hollarda endi ro’y berishi mumkin bo’lgan voqea-hodisalarni o’ylab ham xavotirlanish mumkin. Bunda inson o’z miyasida yoqimsiz kelajak obrazini qayta-qayta aks ettiradi, uni yoqimsiz detallar bilan boyitib “jonlantira” boshlaydi. Borgan sari o’zi ham unga ishona boradi. Mazkur hissiy zo’riqishning xavfliligi shundaki, inson o’zi uchun omadsiz kelajak dasturini tuzib oladi, o’ziga bo’lgan ishonchi va bahosi pasayib boradi.

Koping xulqi inson tang, ya’ni krizis holatga tushganda paydo bo’ladi. Har qanday tang vaziyat qandaydir obyektiv sharoit va insonni unga ahamiyati darajasiga bog’liq holdagi muayyan munosabati mavjudligini taxmin qiladi. Bu bog’liqlik har-xil fe’l-atvorni emotsional-xulqiy reaksiyasi bilan va shiddat darajasi bilan birga ro’y beradi. Krizis holatining asosiy tavsifi – bu ruhiy taranglik, hayotiy voqea va jarohatlarni yengishdagi ichki kechinmalar, o’zini tahqirlangan sezish, tashqaridan ruhiy madadga ehtiyoj. Koping-strategiyasini turli tasniflari mavjud. Koping xulqining ba’zi nazariyalarida muammolarni bartaraf etish; ijtimoiy madad izlash; o’zini chetga tortish kabi asosiy strategiyalar o’rin olgan. Shu bilan birga koping-strategiyasi uch xil – xulqiy, kognitiv; emotsional doiralarda ro’y beradi.

O’smirlik davrida hayotiy qiyinchiliklarni yengish usullarini o’rganish jarayoni faol davom etadi. Bunda doim madad berib turuvchi kattalarning o’rni beqiyosdir. O’smirlarning koping xulqi shu vaqtgacha o’rganib bo’linmagan. Tadqiqotlarning asosiy maqsadi stressogen ijtimoiy-psixologik vaziyat mazmuniga bog’liq holdagi o’smirlar xulq-atvor turlarini o’rganishdir. Hissiy zo’riqishni keltirib chiqaradigan voqeaga ta’sirchanlik xarakteri va kelib chiqish turlari ijtimoiy-psixologik vaziyatning mazmuniga bog’liqdir. Tadqiqotda quyidagi masalalarga e’tibor berilgan: stress holatlariga o’smirlarning ta’sirchanlik darajasi va xususiyatlari qanday sohada kelib chiqqanligiga bog’liqligini aniqlash, kichik va katta o’smirlarda stress vaziyatlarini yengib o’tish strategiyasini aniqlash, hozirgi zamonda o’smirlarning ijtimoiy-ruhiy moslashuvini potensial ko’rinishini baholashdan iborat.

E.N.Tumanovaning tadqiqotiga tayangan holda va o’smirlar hayotida o’ziga xos krizis vaziyatlarni hisobga olgan holda, o’smirlar uchun ”Krizis-vaziyatdagi koping-strategiyasi” so’rovnomasi ishlab chiqilgan [5]. O’smirlarga turli hayot sohasida yoqimsiz voqealarga qanday ta’sir ko’rsatish turlarini belgilash topshiriladi. Bular: oila (oiladagi janjallar), do’stlar bilan munosabat (do’stlar bilan kelishmovchilik), katta yoshdagi kishilar bilan munosabat (o’qituvchi bilan kelishmovchilik), o’quv faoliyati (yozma ishlardagi omadsizlik), sog’lik (kasallik, jarohatlar). Ta’sirchanlik shaklini baholash uchun u yoki bu koping-strategiyasiga qarashli mulohazalar taklif etiladi [7].

Tadqiqotda Saratov shahrining maktablaridan birida 13 dan 16 yoshgacha bo’lgan 217 o’quvchi qatnashgan. Olingan ko’rsatkichlarni tahlil qilib va umumlashtirib, o’smirlarning davriy guruhlarga to’g’ri keladigan qarashlarida umumiylik va farqlanishlar aniqlangan [2].

Kichik va katta yoshdagi o’smirlar guruhining krizis vaziyatni yengib o’tish adaptiv strategiyasini me’yori o’zgarmaydi. Ta’sirchanlikni noadaptiv shakli qisman adaptiv koping strategiyasini ro’yobga chiqarish imkoniyati uchun yoshiga qarab pasayishi mumkin. Kichik o’smirlik yoshida stress vaziyatlarining o’tishini noadaptiv turlari bo’ladi. Katta o’smirlik yoshida va ilk o’spirinlik davrida asosan ta’sirchanlikning qisman adaptiv turlari kuzatiladi. Xuddi kichiklarnikidek katta o’smirlarda ham adaptiv stress o’tkazish strategiyasining ko’rsatkichi asosan oilaviy munosabatlar doirasida katta deb belgilanadi. Bundan kelib chiqib aytish mumkinki, o’smirlar oila munosabatlarida kelib chiqadigan og’ir hayotiy vaziyatlarga ko’proq moslashuvchandir [4].

Xulosalar. Korreksiya qilishning u yoki bu metodini tanlash uchun mazkur organizmdagi ko’rsatkichlarning me’yoriy qiymatdan qanchaga farq qilishiga e’tibor beriladi. Bu yerda bir guruh kishilar uchun xos bo’lgan o’rtacha arifmetik qiymat emas, har bir kishi uchun xos bo’lgan o’rtacha ko’rsatkich hisobga olinadi.

Hissiy zo’riqishlarni bartaraf etish uchun psixologlar tomonidan ishlab chiqilgan metodlardan tashqari an’anaviy foydalaniladigan vositalarni qo’llash mumkin. Hissiy zo’riqishlarni oldini olishga bag’ishlangan seminar-trening mashg’ulotlaridan birida uning ishtirokchilari tomonidan quyidagi usullarni sanab o’tishgan: tabiat bilan muloqot, musiqa, ichimliklar, uyqu, uy hayvonlariga qarash, do’stlar bilan muloqot, qiziqarli mashg’ulot bilan shug’ullanish, dush qabul qilish, yaxshi kinofilm ko’rish, kitob o’qish, sport bilan shug’ullanish va boshqalar.

Psixologik-hissiy zo’riqishlarni pasaytirish uchun qo’llaniladigan metodlarni u yoki bu belgisiga ko’ra tartibga keltirish mumkin. Birinchi klassifikatsiya quyidagicha ko’rinishga ega:

- psixologik usullar – autotrening, meditatsiya, ratsional terapiya va boshqalar;
- fiziologik usullar – uqalash, jismoniy mashqlar;
- bioximik usullar – hammom yoki dush suvlari muolajalari, yorug’lik ta’siri va boshqalar.

Adabiyotlar:

1. Muslimov N.A. Bo'lajak kasb ta`limi o'qituvchilarini kasbiy shakllantirish. Monografiya. -Toshkent: FAN, 2004. 130 b.

2. Muslimov N.A., Mullaxmetov R.G. Kasb tanlashga yo'llash. O'quv qo'llanma. -Toshkent: OO'MTV, 2007. 173 b.

3. Nishonaliev U.N., Shodiev N.SH., Muslimov N.A. Mehnat ta`limidan "Kasbga yo'naltirish asoslari" kursi bo'yicha metodik qo'llanma. -Toshkent, 2004. 12 b.

4. Xalimjanovna, A. M. (2022). Manifestations of stress in professional activity and ways to eliminate it. // Galaxy International Interdisciplinary Research Journal, 10(11), 841-844.

5. Asranbaeva, M. X. (2020). Improving mechanisms of preparing children for social life in disabled families. // Theoretical&AppliedScience, (12), 125-129.

6. Асранбаева, М. Х. (2015). Методы и приёмы коррекционной работы с тревожными детьми. // современные подходы к трансформации концепций государственного регулирования и управления в социально-экономических системах (pp. 43-47).

7. Asranbaeva, M. H. (2020). Characteristics of forming motives of labour activities in an incomplete family. // Theoretical & Applied Science, (1), 121-123.

8. Xalimjanovna, A. M. (2022). Education of children in the works of our great scientists. // American Journal of Interdisciplinary Research and Development, 4, 45-49.

9. Xalimjanovna, A. M. Pedagogical Conditions for Preparing Children for Social Life in Single-parent Families. // Journal NX, 7(12), 153-160.

10. Асранбаева, М. Х. (2022). Основные направления и факторы подготовки детей к социальной жизни в неполных семьях. // Ученый XXI века, (5-1 (86)), 43-45.

11. Асранбоева, М. Х. (2016). Формирование стрессоустойчивости у учащейся молодёжи вузов. // NovaInfo. Ru, 2(42), 257-260.

12. Асранбоева, М. Х. (2017). Противодействие стресс-факторам в процессе педагогической деятельности. // Теория и практика современной науки, (1 (19)), 67-70.

Avlayev Orif Umirovich,
Chirchiq davlat pedagogika universiteti, Psixologiya kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari doktori (DSc)

O‘ZBEKISTON AYOLLARINING LIDERLIK FAOLIYATI DINAMIKASIGA SOTSIAL INTELLEKT TA’SIRINING TAHLILI

Annotatsiya. *Oilaning tinchligi, xotirjamligi, yaqin qarindoshlik aloqalarining mustahkamligi ayollarning shirinso‘zligi, oqilaligi, sarishtaligi hamda mehr-muhabbati va ularning ta’sirga bog‘liqligi bilan izohlanadi. Ayol xonadonning suyukli sohibasi, mehribon ona, kuyunchak qiz, opa yoki singil, sarishta kelin deya ta’riflanadi. Shu bilan birgalikda bugungi kun ayoli jamiyatning barcha bo‘g‘inlarida, erkaklar bilan bir safda faoliyat olib boruvchi fidoyi xodim, oqila va odil rahbar sifatida ham o‘z o‘rniga ega fuqaro. Ushbu maqolada ayollarning liderlik faoliyati dinamikasiga ijtimoiy intellektning ta’siri masalalari Dj. Gilford tomonidan izohlangan ijtimoiy intellekt omillari konsepsiyasi asosida tahlil qilingan.*

Kalit so‘zlar**:** *ijtimoiy intellekt, liderlik, psixologik determinat, shaxs fazilatlari, o‘zaro ta’sir.*

АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА НА ДИНАМИКУ ЛИДЕРСКОЙ АКТИВНОСТИ УЗБЕКСКИХ ЖЕНЩИН

Аннотация. *Мир и спокойствие в семье, прочность близких родственных связей объясняются сладкоречивостью, мудростью, аккуратностью, а также любовью женщин и их влиянием. Женщину описывают как любимую хозяйку дома, заботливую мать, любящую дочь, сестру или младшую сестру, опрятную невестку. Вместе с тем, современная женщина занимает своё место во всех сферах общества как преданный работник, мудрый и справедливый руководитель, работающий наравне с мужчинами. В данной статье рассматриваются вопросы влияния социального интеллекта на динамику лидерской деятельности женщин на основе концепции факторов социального интеллекта, разработанной Дж. Гилфордом.*

Ключевые слова: *социальный интеллект, лидерство, психологическая детерминанта, личность человека, межличностное влияние.*

ANALYSIS OF THE INFLUENCE OF SOCIAL INTELLIGENCE ON THE DYNAMICS OF LEADERSHIP ACTIVITY OF UZBEK WOMEN

Abstract. *The peace and tranquility of the family, as well as the strength of close kinship ties, are attributed to women's sweetness of speech, wisdom, neatness, and affection, along with their influence. A woman is described as the beloved mistress of the household, a loving mother, a caring daughter, sister or younger sister, and a tidy daughter-in-law. At the same time, today's woman has her own place in society as a dedicated employee working alongside men in all sectors, as well as a wise and fair leader. This article analyzes the impact of social intelligence on the dynamics of women's leadership activities based on the concept of social intelligence factors explained by J. Guilford.*

Keywords: *social intelligence, leadership, psychological determinant, person’s personality, interpersonal influence.*

Kirish. Oilaning bir butunligi, farzandlar, yaqin qarindoshlik aloqalarining samimiyligi va mustahkamligi ayollarning oiladagi o‘rni, uning oqilaligi, xushmuomalaligi va mehr-u muhabbatining ta’sir kuchiga bog‘liqligi bilan izohlanadi. Shu sababli ham ayolga ta’rif berilganda xonadon farishtasi, suyukli beka, mehribon ona yoki qiz, kuyunchak opa yoki singil deya ta’kidlanadi.

Shu bilan birga, jamiyatda, xotin-qizlar huquqlari bilan bog'liq holatlar dunyo mamlakatlarida hayotiy ahamiyatga ega bo'lgan, eng muhim e’tibordagi masalalardan biri sifatida e’tirof etilishi tarixdan ma’lum. Tarixiy jihatdan aytadigan bo'lsak, asrlar davomida deyarli barcha jamiyatlarda erkaklar hukmronligi mavjud bo'lgan. Masalan, O‘rta Osiyoda, xususan, O‘zbekistonda asrlar davomida ayollarning jamiyat hayotidagi o‘rni erkaklardan past bo‘lishi, oilaviy hayotning uzluksiz davom etishi uchun ayol erkakning hokimiyatiga bo‘ysunishi qonuniy deb hisoblangan. Aniqrog‘i erkak ayolga egalik va uning ustidan hukmronlik qilishi, uning kelajagini ota, aka yoki er sifatida belgilashi kerak edi. Biroq azaldan o‘zbek oilalarida ayolga hurmat, e’tibor yuqori bo‘lgan bo‘lsa-da, uning jamiyatdagi, ijtimoiy hayotdagi o‘rni masalasi yillar davomida bahs-

munozaralarga sabab bo‘lib kelgan. Chunki har qanday jamiyatda inson yashar ekan, asta-sekin uning qonuniyatlariga moslashib, singib boradi.

Bugungi tez rivojlanib borayotgan globallashuv jarayonida, xotin-qizlarni qo‘llab-quvvatlash, ularning jamiyat hayotidagi faol ishtirokini ta’minlash[1] muhim ahamiyatga ega. Fan va texnikaning rivojlanishi, ma’lumotlar oqimining ortib borishi, jamiyatning barcha sohalarida faoliyat olib borayotgan insonlardan mavjud sharoitga moslashishda egiluvchanlikni talab qilmoqda. Yuqorida ta’kidlab o‘tkanimizdek inson o‘zi yashab turgan davr, jamiyatning tartib-qoidalari va muhitiga moslashib boraveradi Bugun, nafaqat rivojlangan davlatlar balki O‘zbekistonda ham ayollar erkaklar bilan barobar faoliyat olib bormaydigan biron bir soha yo‘q. Ushbu maqolada biz O‘zbekistonda ayollar liderlik faoliyati dinamikasiga ijtimoiy intellektning ta’siri masalasida olib borgan kuzatuvlarimizning dastlabki natijalari haqida fikr yuritmoqchimiz.

Asosiy qism. Ma’lumki, ijtimoiy intellekt - bu insonning boshqalar bilan samarali munosabatda bo‘lishini ta’minlashga yordam beradigan bilim, ko‘nikma va layoqatdir [3]. Ya’ni o‘zimiz va boshqalarning xatti-harakatlarini tushunish, vaziyatga qarab harakat qilish qobiliyati shular jumlasidandir.

Muvaffaqiyatga erishish uchun esa, bugungi kunda o‘z sohangizning professionali bo‘lishning o‘zi yetarli emas. Odamlar bilan munosabatlarni yaxshilash, tanqidiy fikrlash, ijodkorlik, o‘z g‘oyalarini jamiyatda targ‘ib qila olish hozirgi zamon talabidir. Davlatimiz tomonidan yaratilgan imkoniyatlar ayollarimizga “Takliflarni ilgari surishdan qo‘rqmang va murakkab narsalarni oddiy so‘zlar bilan tushuntirishni o‘rganing” deb xitob qilyapti.

Nima uchun ijtimoiy intellektni liderlik faoliyati bilan bog‘layapmiz. Bilamizki, ijtimoiy intellektda intuitsiya va shaxsiy sifatlar asosiy rolni o‘ynaydi. Aslida, **ijtimoiy intellekt** insonni odamlar va kundalik vaziyatlarni qanchalik tushunishining ko'rsatkichi hisoblanadi. Odatiy hayotda bunday ko‘nikmalarni **xushmuomalalik** va **sog‘lom fikrlash** deb atashadi. Ya’ni ijtimoiy intellekt insonning o‘zini, xulq-atvorini, boshqa odamlarning xatti-harakatlarini tushunish va o‘zaro samarali munosabatlarni o‘rnatish, maqsadlarga erishish qobiliyatini rivojlantirishni o‘z ichiga oladi. Ushbu qobiliyatni o‘zingizda rivojlantirish orqali siz insonlarni yaxshi tushunish bilan birga, ular bilan yaxshi aloqalar o‘rnatishingiz, jamiyatda o‘z o‘rningizni topgan holda, maqsadlaringizga muvaffaqiyatli erishishingiz mumkin.

Liderlik faoliyatiga kelsak, liderlik tabiatan ijtimoiy hodisadir. U har qanday tashkilotda jamoani maqsad sari yetaklashga intilayotgan rahbar yoki xodim faoliyatida o‘z aksini topadi. Liderlik faoliyati tashkilotda yuzaga kelgan muammolarni hal etish jarayonida jamoa a’zolari va rahbar o‘rtasidagi munosabatlarning ijtimoiy dinamikasida namoyon bo‘ladi. Shaxsning biografik jihatlarida liderning jinsi uning yoshidan keyingi o‘rinda turadigan o‘ziga xos xususiyati sifatida qaraladi.

Shunday qilib, tashkilot rahbariyati, odatda, (a) tashkilot ichida va tashqarisida bir nechta ijtimoiy guruhlarni o'z ichiga oladigan va (b) ko'pincha qarama-qarshi bo'lgan ijtimoiy talab va tartiblarni hisobga oladigan yechimlarni topish uchun liderlik rolini talab qiladi. Bundan tashqari, liderlar ba'zida dastlab shubhali bo'lgan rahbar, hamkasb va bo'ysunuvchi shaxslarni muammolarni hal etish yo‘llarining hayotiyligiga ishontirish va hal etish jarayonida ishtirok etadigan bir nechta tashkiliy guruhlar faoliyatini muvofiqlashtirish orqali harakatni amalga oshirishlari kerak. Nihoyat, liderdan muammoni samarali hal qilish ishlarini, ushbu turli ijtimoiy guruhlarning fikr-mulohazalari orqali amalga oshirilishini nazorat qilishni talab qiladi. Tashkiliy liderlikning o'ziga xos ijtimoiy integratsiyasi printsipial jihatdan liderning samaradorligi muammolarni hal qilishda va ularni murakkab tashkiliy dinamikada amalga oshirishda ijtimoiy dilemmalardan qanchalik yaxshi o'tishlari bilan belgilanadi.

Tahlil va natijalar. Tadqiqotimizning maqsad va vazifalariga muvofiq ayol liderlarning sotsial intellekti bilan liderlik kompetensiyasi ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlarni boshqa mezonlar ishtirokida xoli holda tadqiq etishga erishildi. Bunda liderlik faoliyati dinamikasida sotsial intellektning emotsional intellekt, individuallikning formal-dinamik jihatlaridan ajratilgan holdagi ifodasini o‘rganishga erishildi. Natijalar faktorli tahlil usuli asosida qayta ishlanib, sotsial intellekt bilan liderlik salohiyati tarkibining ochilish va rivojlanish qonuniyatlarini tavsiflovchi asosiy faktorlarni aniqlashga erishildi.[3]

1-jadval.

Ayollarning sotsial intellekti bilan liderlikni shartlovchi yetakchi psixologik determinantlar (umumiy holat)

Jihatlar	Faktorlar				
	1	2	3	4	5
Shaxsning o‘ziga xos xususiyatlari	0,892				
Ijtimoiy ta’sir etuvchanlik	0,785				

Shaxsning umumiy xususiyatlari	0,617				
Tashkilotchilikka qobiliyatlilik	0,613				
Shaxsning yo‘nalganligi	0,531				
Fuqarolik burchi		0,665			
Hayotiy ustanovka		0,660			
Boshqa odamni psixologik jihatdan o‘ziga yaqin qabul qilish qobiliyati		0,629			
Shaxs yetukligi		0,571			
Erishganlik motivatsiyasi		0,547			
Muloqot ishtirokchisining fikrlarini tushunish			0,520		
Noverbal xulq-atvorni tushunish				0,565	
Shaxslararo o‘zaro ta’sir					0,510
Verbal ekspressiyani tushunish					0,565

Faktorli tahlilning dastlabki natijalari bo‘yicha ayollar liderligida sotsial intellektning o‘rni masalasidagi umumiy ko‘rinishda beshta yetakchi faktor aniqlandi. Faktorlarning birinchisida shaxsning o‘ziga xos xususiyatlari (0,892), ijtimoiy ta’sir etuvchanlik (0,785), shaxsning umumiy xususiyatlari (0,617), tashkilotchilikka qobiliyatlilik (0,613), shaxsning yo‘nalganligi (0,531) “***Umumiy liderlik omillari”*** nomi bilan bosh faktor sifatida shaxsning xislat va fazilatlari bo‘lib tarkib topishi aks etmoqda.

Ikkichni omilning markaziy jihatlari bo‘lib ayollar liderligini izohlash manbai sifatida fuqarolik burchi (0,665,) hayotiy ustanovka (0,660), boshqa odamni psixologik jihatdan o‘ziga yaqin qabul qilish qobiliyati (0,629), shaxs yetukligi (0,571), erishganlik motivatsiyasi (0,547) “Shaxsning fuqarlik burchi bilan hayotiy ustanovkalar” chiqdi. Bundan ko‘rinadiki, ayollar liderligida fuqarolik burchini his etish va shaxsiy hayotiy pozitsiyaga ega bo‘lishi hisobiga ayollar o‘zining liderlik darajasini belgilashi va zarur maqsadlarga erishishi mumkin ekan. Shunga ko‘ra ***“Fuqarolik burchini his etish va shaxsiy hayotiy pozitsiyaga ega bo‘lish”*** deb nomlandi.

Uchinchi omilning tahlilida esa, ayollar liderligini belgilovchi omil bu “Muloqot ishtirokchisining fikrlarini tushunish” (0,520) alohida psixologik determinant sifatida ayollar liderligi uchun munosabat va muloqotni tashkil etishda muhim sanaladi. Shu sababli faktorning xususiyatiga ko‘ra shaxsda shaxslararo munosabat xarakteriga ko‘ra bir-biri bilan suhbatlashadigan insonlarni tez va yaxshi tushunishga moyillik, insonlar muloqotda har qanday insonlar bilan til topishib ketishini ta’minlar ekan. Shu bois, faktorni “***Muloqot ishtirokchisining fikrlarini tushunish”*** tarzida nomlash muhimdir.

To‘rtinchi faktorni noverbal xulq-atvorni tushunish (0,565) jihati tashkil etdi. Bu esa, shaxslarning noverbal xulq-atvorni tushunishi ayollar liderligida aolhida qobiliyat sifatida tarkib topishni taqozo etadi. Faktorni ***“Noverbal xulq-atvorni tushunish”*** tarzida nomlash o‘rinlidir.

Beshinchi faktorni esa, shaxslararo o‘zaro ta’sir (0,510) va verbal ekpressiyani tushunish qobiliyati tashkil etgan (0,565). Ushbu faktorning qayd etishicha, shaxsning kamoloti uchun doimiy ravishda ushbu ikki jihat o‘zaro aloqadorlikda aks etishi kerak. Faktorni ***“Ayollar liderligida verbal ekspressiya va shaxslararo ta’sir mexanizmi”*** deb ifodalandi.

Navbatdagi tahlilda esa, ayollarning sotsial intellekti darajasiga ko‘ra sotsial intellekt bilan ayollar liderligi o‘rtasidagi munosabatlarning faktorli tahlili amalga oshirilgan. Faktorli tahlil natijalari navbatdagi 2-jadvalda keltirilgan.

Faktorli tahlilga ko‘ra sotsial intellekt darajasi o‘rtachadan past bo‘lgan ayollarda sotsial intellekt bilan ayollar liderligi jihatlari o‘rtasidagi bog‘liqlikni shartlovchi uchta omil aniqlandi.

2-jadval.

Sotsial intellekt darajasi o‘rtachadan past ayollarda liderlikni shartlovchi psixologik determinantlar

Jihatlar	**Faktorlar**		
	1	**2**	**3**
Shaxsning o‘ziga xos xususiyatlari	0,866		
Shaxsning umumiy xususiyatlari	0,777		
Shaxsning yo‘nalganligi	0,731		
Hayotiy ustanovka		0,749	

Boshqa odamni psixologik jihatdan o‘ziga yaqin qabul qilish qobiliyati		0,692	
Shaxslararo o‘zaro ta’sir		0,868	
Noverbal xulq-atvorni tushunish		-0,819	
Muloqot ishtirokchisining fikrlarini tushunish			0,791
Noverbal ekspressiyani tushunish			-0,638

Ushbu toifa sinaluvchilarning sotsial intellekti bilan ayollar liderligini tavchiflovchi birinchi faktor shaxsning o‘ziga xos xususiyatlari (0,866), shaxsning umumiy xususiyatlari (0,777), shaxsning yo‘nalganligi (0,731) asosiy kamolot jihatlari sifatida kuzatildi. Faktorning asosiy ***“Shaxs fazilatlari”*** deb nomlandi. Chunki faktorga ko‘ra ayollar liderligini faqat ushbu kamolotni belgilovchi omillar ifodalab bermoqda.

Ikkichni faktorni esa, ayollarning liderligi va sotsial intellektini shartlovchi jihatlarga aloqador hayotiy ustanovka (0,749), boshqa odamni psixologik jihatdan o‘ziga yaqin qabul qilish qobiliyati (0,692), shaxslararo o‘zaro ta’sir (0,868), noverbal xulq-atvorni tushunish (-0,819) kabi yuqori yuklamali koeffitsiyentlar tashkil etdi. Mazkur faktorda ayollar liderligida noverbal xulqni tushunish ko‘pincha insonlarni tushunishning qiyin jihati ekanligini tasdiqlanmoqda. Ammo ayollar liderligida shaxslararo ta’sir esa, muhim hisoblanmoqda. Shu sababli asosiy psixologik deteriminantni ***“Shaxslararo o‘zaro ta’sir”*** deb ataldi. Sotsial intellektning ushbu jihati o‘rtachadan past sotsial intellet darajasidagi ayollarda atrofdagilar bilan o‘zaro munosabatga kirishishga turtki beruvchi ekan.

Uchinchi faktor esa, muloqot ishtirokchisining fikrlarini tushunish (0,791), noverbal ekspressiyani tushunish (-0,638)dan iborat. Ushbu o‘rinda noverbal ekspressiyani tushunish ko‘p hollarda ayollar liderligida to‘siq bo‘layotganligi ko‘rinmoqda. Shu sababli, salbiy ahamiyatga ega bo‘lsa-da, ushbu faktorni ***“Noverbal ekspressiyani tushunmaslik”*** deb nomladik.

Sotsial intellekt darajasi o‘rtacha bo‘lgan shaxslarning sotsial intellekti bilan ayollar liderligining korrelyatsion munosabatlari o‘rganildi. Ushbu tadqiqot natijalari quyidagi 3-jadvaldan o‘rin olgan.

Faktorli tahlilga ko‘ra sotsial intellekt darajasi o‘rtacha bo‘lgan ayollarning liderligini tavsiflovchi to‘rtta yetakchi determinantlar aniqlangan.

Birinchi faktor tuzilmasi shaxsning o‘ziga xos xususiyatlari (0,819), shaxslararo o‘zaro ta’sir (0,770), shaxsning umumiy xususiyatlari (0,761), shaxsning yo‘nalganligi (0,727) va tashkilotchilikka qobiliyatlilik (0,705) dan iborat yuqori vaznli koeffisiyentlardan tashkil topdi.

3-jadval.

Sotsial intellekt darajasi o‘rtacha bo‘lgan ayollarda liderlikni shartlovchi psixologik determinantlar

Jihat	**Faktor**			
	1	**2**	**3**	**4**
Shaxsning o‘ziga xos xususiyatlari	0,819			
Shaxslararo o‘zaro ta’sir	0,770			
Shaxsning umumiy xususiyatlari	0,761			
Shaxsning yo‘nalganligi	0,727			
Tashkilotchilikka qobiliyatlilik	0,705			
Erishganlik motivatsiyasi		0,775		
Boshqa odamni psixologik jihatdan o‘ziga yaqin qabul qilish qobiliyati		0,726		
Muloqot ishtirokchisining fikrlarini		0,718		
Shaxs yetukligi			0,854	
Hayotiy ustanovka			0,767	
O‘z meniga munosabat				
Noverbal xulq-atvorni tushunish				-0,730
Ijtimoiy ta’sir etuvchanlik				0,707
Verbal ekspressiyani tushunish				0,514

Ushbu faktorlar o‘rtachadan past sotsial intellekt darjasidagi singari lider ayol uchun ijtimoiy ahamiyatga ega bo‘lgan shaxs xususiyatlarini – muloqotmandlik, tashabbuskorlik, harakatchanlik, zukkolik, sinchkovlik shaxslararo munosabatda o‘zga insonlar bilan o‘zaro munosabat o‘rnatish, ularning xulq-atvori

va xatti-harakatlarini anglash hamda o‘zining shaxsiy fazilati orqali ta’sir ko‘rsatuvchanligini tavsiflaydi. Shunga ko‘ra, faktorda sotsial intellektning shaxslararo o‘zaro ta’sir jihati shaxsning yo‘nalganligi, tashkilotchilik qobiliyati va shaxs umumiy xususiyatlari bilan ichki aloqadorlikni o‘rnata olgan. Faktorning mazmuniy ifodasi ***“Shaxslararo o‘zaro ta’sir”*** deb nomlashni taqazo etdi. O‘rtachadan past sinaluvchilarga nisbatan o‘rtacha sotsial intellekt darajali ayollar liderligining o‘ziga xos tomonidan biri sifatida shaxslararo ta’sir etuvchanlikni empirik jihatdan ko‘rsatmoqda.

Ikkinchi faktordagi ustuvor jihatlarda erishganlik motivatsiyasi (0,775), boshqa odamni psixologik jihatdan o‘ziga yaqin qabul qilish qobiliyati (0,726), muloqot ishtirokchisining fikrlarini tushunish (0,718)dan iborat yuqori korrelyatsiyali koeffitsiyentlar o‘rin oldi. Ushbu faktorda ham ayollar sotsial intellekt va liderligini tavsiflovchi psixologik determinantlar o‘rtasida bog‘liqliklar kuzatildi. Faktordagi ustuvor jihatlarning mazmuni va o‘zaro bog‘liqligiga asoslanib, ayollarning hayotiy maqsadlarga ega bo‘lishi, empatiya va muloqot ishtirokchilarni tushunish qobiliyatini inobatga olish zarur. Bunga ko‘ra faktorni ***“Yo‘nalganlik, empatiya va muloqotmandlik”*** tarzida nomlash lozim topildi.

Uchinchi faktorda esa, ayollar liderligining umumiy yetukligi (0,854) va hayotiy ustanovka (0,767)lardan iborat yuqori yuklamali koeffitsiyentga ega jihatlar mujassamlashgan. Ushbu faktorda ayollar liderligida aql-zakovat tuyg‘u, hissiy muvozanat, mulohazakorlikdan ustunligi bilan ajralib turishi umumiy yetuklik darajasini belgilab beradi. Faktorning mazmuniga muvofiq ***“Shaxsning umumiy yetuklik darajasi”*** deb nomladik.

To‘rtinchi faktorda esa, noverbal xulq-atvorni tushunish (-0,730), ijtimoiy ta’sir etuvchanlik (0,707), verbal ekspressiyani tushunish (0,514)dan iborat bo‘ldi. Uyshbu faktorda ayollar liderligi bilan sotsial intellekt jabhalari o‘rtasida ham salbiy, ham ijobiy bog‘lanish mavjuddir. Bundan ko‘rinadiki, sotsial intellektning bir elementi ayollar liderligining o‘sishiga, ikkinchisi esa, uning pasayishiga olib kelar ekan. Noverbal xulq-atvorni tushunish qobiliyatining yo‘qligi shaxsda ijtimoiy ta’sir etuvchanlik sifatini shakllantirmasligi va aksincha, verbal ekspressiyani tushunish esa, ijtimoiy ta’sirchanlikning kamol topishiga ko‘malashar ekan. Natijada faktorni mazmuniga mos ravishda uni ***“Ayollar liderligidagi ziddiyatlar”*** tarzida ifodalash lozim topildi.

Amaliy o‘rganish natijalarining navbatdagi sahifalari sotsial intellekt darajasi yuqori bo‘lgan ayollarning liderligini kafolatlovchilarini aniqlashga qaratildi (4-jadval).

4-jadval.

Sotsial intellekt darajasi yuqori bo‘lgan ayollarda liderlikni shartlovchi psixologik determinantlar

Jihatlar	Faktorlar					
	1	2	3	4	5	6
Tashkilotchilikka qobiliyatlilik	0,780					
Shaxslararo o‘zaro ta’sir	0,768					
Shaxsning umumiy xususiyatlari	0,767					
Shaxsning yo‘nalganligi	0,703					
Muloqot ishtirokchisining fikrlarini tushunish	0,650					
Shaxsning o‘ziga xos xususiyatlari		0,817				
Noverbal xulq-atvorni tushunish		0,775				
Fuqarolik burchi			0,809			
O‘z meniga munosabat			0,689			
Ijtimoiy ta’sir etuvchanlik				0,858		
Verbal ekspressiyani tushunish		0,534		0,583		
Erishganlik motivatsiyasi					0,798	
Hayotiy ustanovka					0,680	
Shaxs yetukligi					0,669	
Tashkilotchilik qobiliyatidagi individuallik						0,776
Shaxslararo o‘zaro ta’sir						0,607

Sotsial intellekt darajasi yuqori bo‘lgan shaxslarning kamoloti bilan bog‘liq faktorlar tahlilida oltita yetakchi determinantlar kuzatildi. Bir jihatdan ushbu faktorlar miqdori, ikkinchidan, sotsial intellekt bilan ayollar liderligini tavsiflovchi komponentlardagi korreyatsiyalar o‘ziga xoslikni ko‘rsata oldi.

Aniqlangan birinchi psixologik yetakchi determinantlar orasidagi tashkilotchilikka qobiliyatlilik (0,780), shaxslararo o‘zaro ta’sir (0,768), shaxsning o‘ziga xos xususiyatlari (0,767), shaxsning yo‘nalganligi (0,703), muloqot ishtirokchisining fikrlarini tushunish (0,650) jihatlari faktorning tarkibiy tuzilmasini o‘zida aks ettirgan. Faktorda ham sotsial intellekt komponenti bilan ayollar liderligi jabhalari o‘rtasida yaqqol bog‘lanishlar kuzatildi.

Oqibatda shaxslararo o‘zaro ta’sirchanlik qobiliyatiga ega ayollarda tashkilotchilik qobiliyati tarkib topishi hamda e’tiqodlilik, sobitqadamlilik, hamiyatlilik, beg‘arazlik, haqgo‘ylik, kamtarlik, adolatlilik, e’tiqodlilik, sobitqadamlilik, beg‘arazlik, haqgo‘ylik, kamtarlik, adolatlilik, shaxsiy fazilatlarini o‘zlashtirishi mumkin. Fazilatlarni o‘zlashtirishi esa, shaxsning muloqotdagi sherigini tushunishi mumkinligi bilan ham bog‘liq. O‘zga insonlar bilan munosabatga kirishish, o‘z navbatida shaxsning o‘zini tushunishiga ham undaydi. Faktordagi jihatlarning vaznini hisobga olgan holda bu faktorga ***“Ayollar liderligida sotsial intellektning ta’sir diapazonlari”*** degan nomni tanlandi.

Ikkinchi faktor shaxsning o‘ziga xos xususiyatlari (0,817), noverbal xulq-atvorni tushunish (0,775), verbal ekspressiyani tushunish (0,534)dan iborat. Ushbu faktor tarkibida sotsial intellektning ham verbal, ham noverbal xulq-atvorni tushunishga xizmat qiluvchi jihatlari mujassamlashganganligi shaxsning o‘ziga xos xususiyatlarini kamol topishiga turtki beradi, ya’ni o‘zgalarning psixologik xususiyatlari va holatlarini tez ilg‘ashga qobillik, o‘zgalar ichki kechinmalari va hislarini o‘zinikiday qabul qilishga moyillik, o‘zgalar kechinmalari, xatti-harakatlari va xulq-atvorini tahlil etishga qobiliyatlilik, o‘zini xayolan o‘zganing o‘rniga qo‘ya bilish uquvchanligini tarkib toptiriga xizmat qiladi. Mantiqiy mulohazalar faktorni ***“Verbal ekspressiya va noverbal xulq-atvorni tushunish – shaxs xususiyatlarini shakllantiruvchi determinant”*** tarzida qayd etishga sabab bo‘ldi.

Uchinchi faktorni fuqarolik burchi (0,809), o‘z meniga munosabat (0,689) va beshinchi faktorni erishganlik motivatsiyasi (0,798), hayotiy ustanovka (0,680) va shaxs yetukligidan (0,669) yuqori yuklamali faktorlar tshkil etdi. Ikkala faktorning tuzilmasida shaxsning psixologik yetukligini tavsiflovchi jihatlar aks etgan. Ikkala faktorning tarkibiy tuzilmasidagi yuqori yuklamali koeffitsiyentlar ayollar liderligining umumiy tarkibiy qismlari hisoblanadi. Ularning o‘zaro aloqasi hamda ijobiy ichki bog‘liqliklari ayollar liderligiga ta’sir ko‘rsatishi tabiiydir. Izohlarga asoslanib, ushbu uchinchi va beshinchi faktorlarni birlashtirgan holda sodda tarzda ***“Ayollar liderligining tarkibiy jihatlari”*** deb nomlandi.

To‘rtinchi faktorning tarkibini ijtimoiy ta’sir etuvchanlik (0,858) va verbal ekspressiyani tushunish (0,583) tashkil etmoqda. Verbal ekpressiyani tushunish qobiliyati shaxsda insonlar munosabatlarining tabiati va qirralariga yuqori sezuvchanlik bo‘lib, bunda ular ma’lum bir vaziyat, o‘ziga xos munosabatlar kontekstida odamlarning bir-biriga aytganlarini tez va to‘g‘ri tushunadilar. Insonlarning muloqot vaziyatlarida turli suhbatdoshlar bilan tegishli muloqot ohangini topa oladilar va har xil rolli vaziyatlarga kirisha oladilar. Shunga ko‘ra faktorni ***“Verbal ekspressiyani tushunish – ijtimoiy ta’sir vositasi”*** deb atash o‘rinli.

Oltinchi faktorni tashkilotchilik qobiliyatidagi individuallik (0,776) va shaxslararo o‘zaro ta’sir (0,607) tashkil etgan. Tahlil qilinayotgan faktorda deyarli tahlil etilgan tadqiqotning bir qator empirik tahlillarida biror bir tarzda shaxsning tashkilotchilik qobiliyatining individuallashuvi bilan sotsial intellektining tarkibiy jihatlarida bog‘lanish kuzatilmagan edi. Aniqlangan oltinchi faktordagi bog‘lilikka tayanib, uni ***“Shaxslararo o‘zaro ta’sir tashkilotchilik qobiliyatining individuallashuvi sababi”*** deb nomlashga turtki berdi.

Xulosa o‘rnida shuni ta’kidlash joizki, tadqiqotning ushbu bosqichidagi faktorli tahlil natijalari sotsial intellekt darajalari ayollar liderligiga ta’sir ko‘rsatuvchi psixologik determinant vazifasini bajarishini empirik asosladi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ayollarning liderlik qobiliyatlari ularning shaxsiy fazilatlari, tashkilotchilik qobiliyati, shaxslararo o‘zaro ta’sirchanlik, va verbal va noverbal xulq-atvorni tushunish kabi yuqori darajadagi psixologik faktorlar bilan chambarchas bog‘liq. Shaxslarning psixologik yetukliklari va ijtimoiy ta’sir etuvchanligi ham muhim omillar bo‘lib, ular ayollar liderligining samaradorligini oshiradi. Umuman olganda, bu faktlar ayollarning liderlik qobiliyatlarini rivojlantirishda sotsial intellektning markaziy rolini ta’kidlashga imkon beradi.

Adabiyotlar:

1. Mirziyoyev Sh.(2021). Strategies of New Uzbekistan. Tashkent. Uzbekistan. p.464.
2. Авлаев, О. (2022). Ijtimoiy intellekt – shaxsni rivojlantiruvchi omil. // Архив научных исследований, 2(1).
3. Avlaev, O. U., Burkhanov, A. A., Ismoilova, D. M., & Norkuzieva, M. A. (2020). Factors Affecting the Intellectual Dynamics of the Individual. Test Engineering & Management, 83, 693-702.
4. Myers, D. G. Psychology. Hope College. Holland, Michigan, 2010. pp.553-593.
5. N.Nishonova. Davlat boshqaruvi tizimida xotin-qizlarning ijtimoiy-siyosiy faolligini oshirish masalalari. “Extremum-Press’’ bosmaxonasi. Toshkent-2013. 84 b.
6. Sh.R. Samarova., O.U. Avlayev, S.R. Mirzayeva, M.N. Tojiboyev, D.U. Raxmanova. Student's Intellectual Activity in the Process of Developing Informational and Communicative Competence// Problems in the Textile and Light Industry in the Context of Integration of Science and Industry and Ways to Solve Them. March 11 2024 AIP Conf. Proc. 3045, 060029-1–060029-5; https://doi.org/10.1063/5.0197431Published by AIP Publishing. 978-0-7354-4889-6/$30.00
7. Tillaev O. (2020). Ayol lider: Plyus va minuslar nimalardan iborat?
8. https://kun.uz/news/2020/03/08/ayol-lider-plyus-va-minuslar-nimalardan-iborat .

Badritdinova Madina Baxromovna,
Namangan davlat pedagogika instituti dotsenti, psixologiya fanlari bo’yicha falsafa doktori (PhD)

O’SMIRLARDA QO’RQUV TUFAYLI YUZAGA KELADIGAN EMOTSIONAL ZO’RIQISHLARNI BARTARAF ETISH USULLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada bolalarda qo’rquv tufayli yuzaga keladigan tanglik vaziyati, uni keltirib chiqaruvchi determinantlari va korreksiyalash usullari haqida ma’lumotlar keltirilgan. Bolalar bilan o’zaro munosabatdagi muammolarni tanglik davrida o’rganish, ularni bartaraf etish uchun o’z vaqtida olingan ma’lumotlar ularning kelgusidagi ijtimoiylashuvini ta’minlashda asosiy tayanch nuqta bo’lib xizmat qilishi xususida fikr yuritilgan. Shuningdek, bola rivojlanishini ta’minlovchi, asosiy ehtiyojini qondirish bilan bog’liq ehtimoliy va aniq bir faol tahdidga olib keluvchi vaziyatlar tanglikka olib keladigan yetakchi hayotiy voqealar ko’rsatib o’tilgan.*

Maqola talabalar, pedagoglar, fobiya muammosi bilan shug’ullanuvchi mutaxassislar uchun mo’ljallangan.

Kalit so’zlar: *stress, fobiya, psixoproflaktika, psixoterapiya, diqqat, xotira.*

МЕТОДЫ УСТРАНЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ, ОБУСЛОВЛЕННОГО СТРАХОМ

Аннотация. *В данной статье представлена информация о кризисной ситуации, вызванной страхом у детей, её детерминантах и методах коррекции. Рассматривается вопрос о том, как изучение проблем во взаимоотношениях с детьми в кризисный период и своевременно полученная информация для их устранения служат основной опорой в обеспечении дальнейшей социализации детей. Также указаны ведущие жизненные события, которые приводят к кризису, когда ситуации, обеспечивающие развитие ребенка и удовлетворение его основных потребностей, могут привести к потенциальной или конкретной активной угрозе.*

Статья предназначена для студентов, педагогов и специалистов, занимающихся проблемой фобий.

Ключевые слова: *стресс, фобия, психопрофилактика, психотерапия, внимание, память.*

METHODS OF ELIMINATING EMOTIONAL STRESS IN ADOLESCENTS DUE TO FEAR

Abstract. *This article provides information on crisis situations arising from fear in children, their determinants, and methods of correction. It discusses how studying problems in relationships with children during periods of crisis and obtaining timely information to address these issues serve as a fundamental basis for ensuring their future socialization. Additionally, the article highlights leading life events that lead to crisis, including situations that ensure the child's development and those that pose potential and specific active threats related to satisfying the child's basic needs.*

The article is intended for students, teachers, and specialists dealing with the problem of phobias.

Keywords: *stress, phobia, psychoprophylaxis, psychotherapy, attention, memory.*

Kirish. Bolalar kattalar singari bir maromda rivojlanmaydi, shuningdek, ularning hayotida ham tanglik shuningdek, nisbatan barqaror va tinch osoyishta kechadigan davrlar mavjud. Tanglik davri davomida bola butunlay o’zgaradi. Bolalar bilan o’zaro munosabatdagi muammolarni tanglik davrida o’rganish, ularni bartaraf etish uchun o’z vaqtida olingan ma’lumotlar ularning kelgusidagi ijtimoiylashuvini ta’minlashda asosiy tayanch nuqta bo’lib xizmat qiladi. Bolalar bunday tanglik davrida o’jar bo’lib qoladi, hech kimni eshitmaydi, hamma narsani o’z bilganicha qilishni xohlaydi [5]. Buning oqibati qanday bo’ladi? Ular bilan atrofdagi insonlarning orasida nizolarni soni ortib boradi. Bolaning ichki dunyosida mashaqqatli iztiroblar kuzatib boriladi: tanglik davrida juda ko’p psixologik muammolar sodir bo’ladi, mavjud muammolar esa zurayib boradi. Yosh davriga xos bo’lgan tanglikning kechish xususiyati bolaning temperament va xarakter xususiyatlariga ham bog’liq bo’ladi, shuningdek, tanglik davrida bola shaxsi turg’un bo’lmagan ochiq tizimga o’xshaydi. Uning shaxsi o’zgaruvchan shakllanadi hamda eng zaif ta’sir qiluvchi bolalarda ham to’g’ri deb bo’lmaydigan qizg’in javob qaytarish holatlari uchraydi, ba’zan esa qanday kechishi va oqibatini oldindan aytib bo’lmaydigan taassurot qoldiradilar [3].

Bolaning oilasi yoki uni o’rab turgan noqobul ijtimoiy muhitda sodir bo’lgan vaziyat unda sog’lig’ini yo’qotish xavfini tug’diradi, bolaning to’laqonli rivojlanishi uchun me’yordagi sharoitda sodir bo’layotgan ayriliq, judolik, jarohati bolani tanglik holatiga duch kelishiga sabab bo’ladi. Bolaning tanglik yosh davrida sodir bo’lgan aksariyat hollardagi jumladan, tashlab ketilganlik, yuz o’girganlik, tajovuz kabi vaziyatlar unda og’ir jarohatlarni paydo bo’lishiga sabab bo’ladi, shuningdek, bola iztirobni boshidan kechiradi [6].

Adabiyotlar tahlili. Fobiya (boshqa yunoncha phosos, fobos – “qo’rquv”) - irratsional nazoratsiz qo’rquv, turli qo’rquvlarning barqaror namoyon bo’lishi. Fobiyalar, shuningdek, biror narsani yoqtirmaslik, rad etish va nafratlanishning irratsional munosabati deb ataladi - bu holda qo’rquv hissiyot sifatida yashirin shaklda mavjud [7].

Qo’rquvlar ko’pincha hissiy va juda sezgir odamlarga bo’ysunadi. Shuni ta’kidlash kerakki, zaif psixikaga ega bo’lgan odamlar fobiyaning shakllanishi va rivojlanishiga ko’proq moyil bo’lishadi. Fobiyalar boy tasavvurga ega odamlarda paydo bo’lishi mumkin, chunki ular uchun haqiqiy xavf va xayoliy xavf o’rtasidagi farqni aniqlash juda qiyin. Ular uchun bu salbiy tuyg’uga qarshi turish ancha barqaror va kuchli psixikaga ega bo’lgan odamlarga qaraganda ancha qiyin. Bunday qo’rquvga duchor bo’lgan odamlar aslida mavjud bo’lmagan narsadan qo’rqishadi.

D. Nutt bolalarda sodir bo’ladigan qo’rquv holatini vujudga keltiradigan quyidagi to’rtta tarkibiy qismlarni ajratib ko’rsatgan [9]:

- kayfiyati (yoki hayajon);
- kognitiv soha (noxush xotiralar, biror narsani oldindan o’ylab, noto’g’ri bashorat qilish);
- fiziologik belgilar (taxikardiya – pulsning tezlanishi, ter ajralishining tezlashishi, harakatlarning buzilishi);
- xulq-atvordagi buzilishlar.

V.L. Marishuk va V.I. Yevdokimovlarning yozishicha, bolalarda sodir bo’ladigan qo’rquv vaqtida aqliy jarayonlarga xos buzilishlar dominantaning fiziologik tushuncha ekanligidan dalolat beradi [8]. Hissiy zo’riqish vaqtida salbiy induksiya qonuniga ko’ra dominanta boshqa qo’zg’alish o’chog’ini o’chiradi.

G. Sel’ening qo’rquvni rivojlanish holatidagi nazariyasiga muvofiq imtihon topshirish bilan bog’liq psixologik zo’riqishlarning klassik bosqichlarini ajratish mumkin [2].

Birinchi bosqich mobilizatsiya yoki bezovtalik bosqichi. Imtihon boshlanishidan oldin talaba his qiladigan noaniq vaziyatdagi holati bilan bog’liq. Bu davrda psixologik zo’riqish organizmning barcha imkoniyatlarini mobilizatsiya qilish bilan hamohang kechadi.

Ikkinchi adaptatsiya bosqichi. Imtihon biletini olib javob berishga tayyorgarlik ko’rish paytida zararli ta’sirlarga qarshilik ko’rsatiladi. Organizm vegetativ boshqaruvining qayta tuzilishi bosh miyaga kislorod va glyukozani yetkazib berishni kuchaytiradi. Muayyan vaqt mobaynida organizm eksperimental omilga moslasha olmasa, zahira tugab qoladi. (Masalan, qiyin savol tushganda imtihonchi bilan nizoli vaziyat yuzaga kelganda uchinchi bosqich vujudga keladi).

Uchinchi bosqich esa sessiya oxirida ro’y beradi. Insonlarning rivojlanayotgan adaptatsion reaksiyasidan jadalligi nafaqat stressorlarning tabiatiga, balki ta’sir etuvchi omilning shaxs uchun ahamiyatlilik darajasiga ham bog’liqdir. Odatda, bu uch bosqich katta vaqt oralig’ida butun sessiya davomida ro’y berishi mumkin. Masalan, birinchi bosqich imtihonlar arafasida. Ikkinchi bosqich ikkinchi va uchinchi imtihonlar o’rtasida. Shuning uchun bitta imtihon talabalarda turlicha psixofiziologik va somatik ko’rinishlardagi stresslarni vujudga keltirishi mumkin.

Qo’rquv odamda istalgan yoshda rivojlanishi mumkin, bir yoshdan uch yoshgacha bo’lgan bolalarda tungi qo’rquvlar, hayotning ikkinchi yilida A.I.Zaxarov fikriga ko’ra, bir muncha ko’proq kutilmagan tovushlar, yolg’izlik, og’riq (shu bilan bog’liq tibbiy xodimlardan qo’rqish) dan qo’rquv namoyon bo’ladi. 3-5 yoshdagi bolalar uchun yolg’izlikdan, qorong’ulik va bo’sh joydan qo’rquv xarakterlidir. 5-7 yoshdagi bolalarda o’limdan qo’rquv yetakchi bo’ladi. 7 yoshdan 11 yoshgacha bo’lgan bolalar ularni qo’llaydigan va tushunadigan odam bo’lmasliklari mumkinligidan qo’rqadilar (A.I.Zaxarov) [7]. Har bir bolaga muayyan qo’rquvlar xos, biroq agar ular juda ko’p bo’lsa, unda bolaning fe’l-atvoridagi xavotirlik ko’rinishlari haqida gapirish mumkin.

Hozirgi vaqtgacha xavotirlanishning paydo bo’lish sabablari yuzasidan muayyan nuqtayi nazar ishlab chiqilmagan. Ammo ko’pchilik olimlar maktabgacha tarbiya va kichik maktab yoshidagi bolalarda xavotirlanishning asosiy sabablaridan biri bolalar va ota-onalarning munosabatidagi buzilishda deb hisoblaydilar.

Tadqiqot metodologiyasi. Maqolada bolalarda qo’rquv tufayli yuzaga keladigan tanglik vaziyati, uni keltirib chiqaruvchi determinantlari va korreksiyalash usullari haqida ma’lumotlar keltirilgan. Bolalar bilan o’zaro munosabatdagi muammolarni tanglik davrida o’rganish, ularni bartaraf etish uchun o’z vaqtida

olingan ma’lumotlar ularning kelgusidagi ijtimoiylashuvini ta’minlashda asosiy tayanch nuqta bo’lib xizmat qilishi xususida fikr yuritilgan. Shuningdek, bola rivojlanishini ta’minlovchi, asosiy ehtiyojini qondirish bilan bog’liq ehtimoliy va aniq bir faol tahdidga olib keluvchi vaziyatlar tanglikka olib keladigan yetakchi hayotiy voqealar ko’rsatib o’tilgan. Maqola talabalar, pedagoglar, fobiya muammosi bilan shug’ullanuvchi mutaxassislar uchun mo’ljallangan.

Tahlil va natijalar. Bola (o’smir)da tanglik vaziyati biror-bir insonning yordamisiz va qo’llab-quvvatlashisiz, mustaqil biror-bir narsani uddalay olmaganida boshlanadi.

Tanglik vaziyatida qolgan bolaga quyidagicha ta’rif beriladi [10]:

- O’ziga ishonchsizlik va ojizlik. Bunday holatlarda bolada munosabatlar, o’z-o’zini baholash tizimida o’zgarish, o’zini qabul qilishi, atrofdagi insonlar va jamiyat oldida beparvolik hamda adovat bilan to’qnashishi bo’lib, shuningdek, unda qarshiliklarning muvaffaqiyatsiz kelishi bilan bog’liq.
- Xavotirlik va qo’rquvning yuqoriligi. Bunday holatlarda bola atrofdagilar tomonidan qo’rquv, ayblov, jazoni tushunmaslik, notanish vaziyatga tushib qolish va boshqalarni his etadi.
- Emotsionallikning yuqoriligi. Emotsional sohasining boshqaruvida o’zgarishning sodir bo’lishi bilan tavsiflanadi: bunda o’ziga ishonchsizlik, tushkunlik, g’azab, aybdorlik hissini boshidan kechirishi mumkin, o’z-o’zini nazorat qilishi buziladi va boshqalar.
- Tashqi bosim va zo’riqishni his etish. Buning asosida shoshilinch va tig’izlikda biror-bir harakatni sodir etish zaruriyati yotadi.

Bolada tanglikni tashqaridan bartaraf etishga va yordamga bo’lgan yuqori ehtiyoj mavjud bo’ladi.

Bolaning psixologik jarohati quyidagi sharoitlarga bog’liq holda undagi individual ta’sirning o’zgarishi:

1) bolaning psixikasi, sog’lig’i, shuningdek, hayotiga bo’lgan tahdidni yaqqol ko’rinishi;
2) sodir bo’lgan vaziyat haqida ob’ektiv ma’lumotni to’plash, unga ta’sir etish va ularni kelgusidagi rivojlanishini oldindan sezish imkoniyati;
3) jabrlanuvchining shaxsiy xususiyati va intellektual darajasi;
4) ijtimoiy omillar, jumladan, jamiyat, kattalar va yaqin insonlar tomonidan qo’llab-quvvatlash.

Bola rivojlanishini ta’minlovchi, asosiy ehtiyojini qondirish bilan bog’liq ehtimoliy va aniq bir faol tahdidga olib keluvchi vaziyatlar tanglikka olib keladigan yetakchi hayotiy voqealar tushuniladi. Bolani oldida qisqa vaqt ichida yechishi zarur bo’lgan muammo turibdi, biroq u buni o’ziga odat bo’lgan usul orqali bajara olmaydi. Bolaning kuchi va doimiy imkoniyatlaridan kelib chiqqan holda, somatik, psixofiziologik hamda ijtimoiy psixologik moslashuv mexanizimini buzilishiga olib keladi bu esa unda tanglik holatida iztirob chekishi asosida yuzaga keladi.

Tadqiqotlarda o’smirlar va bolalar psixikasining yosh davrlarida o’ziga xos xususiyati mavjudligi aniqlangan.[11]:

- emotsional yetuk emaslik;
- kattalar avtoritetiga bo’ysunish;
- ishonuvchanlik;
- jinsga oid munosabatlar haqida xabardorligi va hayotiy tajribasining yetarli darajada emasligi;
- boshqa insonlarni mavjud harakatlarini oldindan ayta olish va murakkab vaziyatlarda tanqidiy hamda to’liq baholay olmaslik.

O’smirlarda yuzaga keladigan tanglik holatini qo’rquv bilan bog’liqligi aniqlash maqsadida Y.Xaninning “Xavotirlanish darajasini aniqlash” metodikasidan olingan natijalar 1- jadvalda ko’rsatilgan.

1-jadval.

№	Qo’rquv bilan bog’liq faktorlarga ta’sirchanlik shkalasi	Qiz bolalar (n=45)			O’gil bolalar (n=45)		
		Past	O’rta	Yuqori	Past	O’rta	Yuqori
1	Emotsional barqarorlik	0,258	0,639	0,537	0,227	0,244*	0,321*
2	O’zini boshqarish	0,267	0,486	0,25	0,136	0,464*	0,549*
3	Motivatsiyasi	0,243	0,497	0,185	0,251	0,478	0,36*
4	Stabillik-to’siqlarga bardoshlilik	0,178	0,289	0,484*	0,187	0,568**	0,167
5	Stress faktorlariga ta’sirchanlik	0,176	0,482*	0,537**	0,175	0,291	0,402*

- **Izoh:** *(P≤0,05); **(P≤0,01); ***(P≤0,001).

O’smirlarda yuzaga keladigan tanglik holatini qo’rquv bilan bog’liqligi aniqlash maqsadida Y.Xaninning **“**Xavotirlanish darajasini aniqlash” metodikasidan faydalanganimizda quyidagi natijalar ko’zga tashlandi. Sinaluvchilarda shaxsning emotsional barqarorlik, o’zini boshqarish, musobaqa motivatsiyasi, stabillik-to’siqlarga bardoshlilik)ni tahlil qilganimizda aytarli ishonchli farqlar ko’zga tashlanmadi. Bu esa, o’smir qizlar va o’smir yigitlarda ushbu xususiyatlar me’yorida rivojlanayotganidan dalolat beradi. Lekin stress faktorlariga ta’sirchanlik shkalasini tahlil qilganimizda respondentlar o’rtasida ishonchli farqlar**($P \leq 0,01$) mavjudligiga guvoh bo’ldik. Natijalar tahlil qilinganda, Qizlar bolalarda (35 nafar) stress faktoriga ta’sirchanlik yuqori darajadaligi kuzatildi. O’g’il bolalarda esa, stress faktoriga ta’sirchanlik (12 nafar) yuqori ekanligi ko’zga tashlandi.

Bolani tanglik vaziyatidagi bu xususiyatlari uning ta’sirlanishida o’ziga xoslikni belgilaydi. Modomiki, bolaning bu vaziyatdan chiqishida o’zi uchun muhim bo’lgan maqsadga erishishga yordam beradigan qobiliyat yoki malakaga ega bo’lmas ekan, u holda o’zini himoyasizdek his etib ruhiy osoyishtaligini yo’qotadi. Tanglik vaziyatida ularda kechadigan iztirob tuyg’ulari jamiyatdagi insonlar uchun maqbul hisoblanmaydi. Natijada bola o’zini e’tibordan chetda qolgan insondek his etadi, ayniqsa qiyin vaziyatlarda hayotdan qutulish hissini boshidan kechiradilar.

Xulosalar. Ruhiy tushkunlik vaziyatiga tushib qolgan bola bilan ishlashni rejalashtirib, psixolog o’z oldiga quyidagi maqsadlarni qo’yishi mumkin:

- bolani qo’rquv, tortinish, umidsizlik holatidan qutqarish;
- har bir bola uchun odatiy psixologik holatni (ruhiy tushkunlik vaziyatigacha bo’lgan holatini) tiklash;
- yordam ko’rsatish tashqi manbalarini jalb qilish va bolaning ichki resurslarini kuchaytirish;
- bolaga (o’smirga) aniq bir tanglik mazmuni va o’z hayoti xususiyatlari o’rtasidagi o’zaro bog’liqlikni tushunishi uchun imkoniyatlar yaratish;
- bolani kuchli tanglik holatidan chiqishiga va keyingi hayotida tanglik vaziyatlarini bartaraf qilishiga yordam beradigan yangi ko’rsatmalarni, xulq usullarini shakllantirish, shuningdek, koping mexanizmlarini rivojlantirish.

Tanglik holatiga tushib qolgan bolaga psixologik yordam ko’rsatish asosini amalga oshirishda uning sezgilari va kechinmalari bilan ishlashni tashkil qiladi. Mana shu sababli psixologning bola bilan aloqalari muhim ahamiyatga ega bo’ladi. SHuning uchun aloqa o’rnatish va uni ta’minlab turishga yordam beradigan har qanday mumkin bo’lgan vositalardan foydalanish zarur. Tanglik holatlarida psixolog himoya va qo’llab-quvvatlash vazifasini bajaradi. Bola hayotida aniq bir tanglik holatining o’rni va ahamiyatini tushunish, bola xavfli deb tushunadigan omillarning ta’sirini yumshatish maqsadida nima ishlar qilish mumkinligini bilish uchun bola haqida iloji boricha ko’proq axborotlar to’plash muhim.

Bolaga o’zining hissiyotlarini va ehtiyojlarini ifoda etishi (o’yin, tana bilan bog’liq, shuningdek, art-terapevtik metodlar yordamida) va hayajonlarininng noverbal hamda verbal darajalari o’rtasida bog’liqlikni yo’lga qo’yishga yordam berish muhim.

Ishlarning tartibli tuzilishi aniq vaqt va amallar doirasi bolaga ishonch bag’ishlaydi. Bola faqatgina yaqin uchrashuv qaerda va qachon bo’lishini emas, balki uchrashuvlar orasidagi vaqt davomida psixologni qanday qilib va qachon topishi mumkinligini bilishi ham juda muhim.

Adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son “2022-2026 yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida”gi Farmoni. T.: 2022.

2. Ishmatov K. Pedagogik texnologiyalarni nazariy asoslari. Ta’lim muammolari, Toshkent.: 1999

3. Бадритдинова М. Б. (2020). Различия между базовой, дидактической и когнитивными структурами личности. // Oriental Art and Culture, (II), 158-161.

4. Turg‘unboyeva A., Badritdinova M., G‘aniyeva N., & Qayumov B. (2021, May). Description of the methods of diagnosing the cognitive style of pupils in the educational process. // E-Conference Globe (pp. 306-308).

5. Badritdinova M. B. (2019). Development of metamethods associated with cognitive methods. // Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology, 1(6), 483-489.

6. Baxromovna B. M. (2024). Ta’lim jarayonida qo’rquvni bartaraf etishga innovatsion yondashuv. // Tadqiqotlar. uz, 49(3), 13-19.

7. Badriddinova M. (2023). Maktabgacha yoshdagi bolalar diqqatini barqarorlashtirish usul va vositalari. // Ta’lim tizimida psixologik xizmatning zamonaviy tendensiyalari: nazariya va amaliyot mavzusidagi Respublika II-ilmiy-amaliy konferensiya maqolalari to‘plami.

8. Badritdinova M. (2023). Maktabgacha yoshdagi bolalarda tafakkur uslubini rivojlantirishning psixologik mexanizmlari. // Ta’lim tizimida psixologik xizmatning zamonaviy tendensiyalari: nazariya va amaliyot mavzusidagi Respublika II-ilmiy-amaliy konferensiya maqolalari to‘plami.

9. Бадритдинова М. Б. (2024). Методологические проблемы устранения фобий в современной психологии. // Science and Education, 5(11), 311-318.

Bo‘riyeva Mahbuba Shavkatovna,
“Oila va gender” ilmiy tadqiqot instituti katta ilmiy xodimi,
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori(PhD)
mahbubaburieva6@gmail.com

OILALARDAGI AJRIM HOLATLARINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK SABABLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada oila institutini mustahkamlash, nikoh tuzish, undan ajralishning psixologik aspektlarini aniqlash bo‘yicha tadqiqot natijalari taqdim etiladi. Maqolada aholining oila va nikohning mustahkamligini saqlash, oilada sog‘lom ijtimoiy muhitni yaratishga ko‘maklashish orqali oilaning psixologik barqarorligi haqidagi tasavvurlarini o‘rganishga e’tibor qaratiladi.*

Kalit so’zlar: *oila, tarbiya, munosabatlar, farzand, qadriyatlar, tadqiqot, nikoh, o‘zaro hurmat, o‘zaro tushunish, nizo, ajrim, ekspert.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ СЕМЕЙНЫХ РАЗВОДОВ

Аннотация. *В данной статье представлены результаты исследования по укреплению института семьи, выявлению психологических аспектов заключения брака и развода. В статье основное внимание уделяется изучению представлений населения о психологической стабильности семьи путем содействия сохранению прочности семьи и брака, а также созданию здоровой социальной среды в семье.*

Ключевые слова: *семья, воспитание, отношения, дети, ценности, исследование, брак, взаимоуважение, взаимопонимание, конфликт, развод, эксперт.*

SOCIO-PSYCHOLOGICAL CAUSES OF DIVORCE IN FAMILIES

Abstract. *This article presents the results of research on strengthening the family institution, marriage formation, and identifying the psychological aspects of divorce. The study focuses on examining the population's perceptions of family psychological stability by contributing to the preservation of family and marital stability, and the creation of a healthy social environment within the family.*

Keywords: *family, upbringing, relationships, children, values, research, marriage, mutual respect, mutual understanding, conflict, divorce, expert.*

Kirish. Keyingi yillarda ilmiy bilimlarning turli sohalari mutaxassislarining oila institutiga bo‘lgan qiziqishlari sezilarli darajada ortdi. Aslida, oila hozirda ko‘p tarmoqli tadqiqot sohasidir. Zamonaviy oilaning o‘ziga xos xususiyatlari muammosini bayon qilish, ularni tushunish va o‘rganishning psixologik asoslarini aniqlash nafaqat oilaning psixologik xususiyatlarini diqqat bilan o‘rganish zaruratini, balki ko‘p yillik oilaviy tajribaga ega bo‘lgan shaxslarning ajralish sabablari, ajrim motivlarini, shuningdek, ajrim dinamikasini pasaytirish yo‘llarini aniqlashga imkon beradi [3]. Oila azal-azaldan muqaddas qo‘rg‘on sanalgan. Inson oilada dunyoga keladi, ulg‘ayib kamol topadi. Eng avvalo oila mustahkam, tinch bo‘lsa jamiyat barqaror bo‘ladi. Unib o‘sayotgan farzandlar har tomonlama barkamol bo‘lishiga imkon yaratiladi. Mamlakatimizda oila azaldan muqaddas dargoh sifatida qadrlanib kelinadi. Uni asrash, bu aziz qo‘rg‘onning buzilishiga yo‘l qo‘ymaslik jamiyatimizning doimiy diqqat-e’tiborida bo‘lib kelgan va bu qadriyat bugungi kunda ham o‘z ahamiyatini saqlab kelmoqda. Oiladagi sog‘lom muhit mamlakatimizdagi sog‘lom ijtimoiy-ma’naviy muhitni shakllantirishda asosiy o‘rin tutadi. 2023-yilning birichi yarimyillik holatiga ko‘ra, O‘zbekiston Respublikasida 25 400 000 tani tashkil etgan [1]. Mazkur ajralishlarning oilaviy juftlik, oiladagi har bir a’zoga salbiy ta’siri shaxslarning hayot yo‘lidagi to‘siqlarni yengib o‘tish jarayonida bilinishi hech kimga sir emas.

Asosiy qism. Oilada sog‘lom axloqiy, psixologik, ma’naviy muhitning qaror topishi uning mustahkamligiga, jamiyatning ma’naviy yuksalishiga sabab bo‘lsa, aksincha, kichik oilaviy nizolar, oila a’zolari, xususan qaynona va kelin, qaynona va kuyov o‘rtasidagi munosabatlarning yomonlashuvi, ularning o‘z vazifalarini bilmasdan, anglamasdan harakat qilishlari oilaning darz ketishiga, munosabatlarning sovuqlashishiga, hatto oilaviy ajralishlarga olib kelishi mumkin. Respublikamizda 2018 yilda o‘tkazilgan tadqiqot natijasiga ko‘ra, 18 521 ta nafar ajrashish arafasida turgan oilalarning 17,4 foizida turmushning buzilishiga sabab sifatida qaynona, qaynota yoki uchinchi shaxs, umuman boshqalarning oila ishiga aralashuvi ko‘rsatib o‘tilgan bo‘lsa, o‘tgan keyin davrda mazkur ko‘rsatkich ijobiy tomonga o‘zgargani yo‘q

[2]. Xususan, 2021-yil qayd etilgan 39 681 ta oilaviy ajralish holatining 16 200 tasida asosiy sabab sifatida oilaviy kelishmovchiliklar ko‘rsatib o‘tilgan. Mazkur ko‘rsatkichning tarkibida qaynona-kelin mojarolari ham mavjud ekanligini qayd etish lozim.

O‘zbekiston Respublikasi Statistika qo‘mitasi bergan raqamlarga e’tibor qaratsak, 2022 yilda 48734 ta nikohdan ajralishlar qayd etilgan bo‘lib, har 1000 aholiga nikohdan ajralishlar koeffitsiyenti 1,4 promilleni tashkil etgan hamda 2021-yilga nisbatan bu raqam 0,3 promillega oshganligi kuzatildi. Bu holat o‘z navbatida nafaqat davlat organlari, balki keng jamoatchilikni tashvishga solmoqda.

Bugungi kunda olib borilayotgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatmoqdaki, zamonaviy yoshlarda baxt haqidagi tasavvurlari moddiy omillar bilan bog‘langan. Psixologik nuqtai-nazardan baxt tushunchasini individual va guruhiy fenomen sifatida o‘rganilish mumkin. Baxt – bu bir insonni hayotini oxirigacha intiladigan oliy tuyg‘usidir. Jamiyat bo‘layotgan xodisalar, ijtimoiy guruhlarning faoliyati, turmush tarzi va sharoiti shaxsda ijobiy his-tuyg‘ularni shakllanishiga olib keladi. Yoshlar ongida baxt ijtimoiy ta’sirlar doirasida shakllanadi [5].

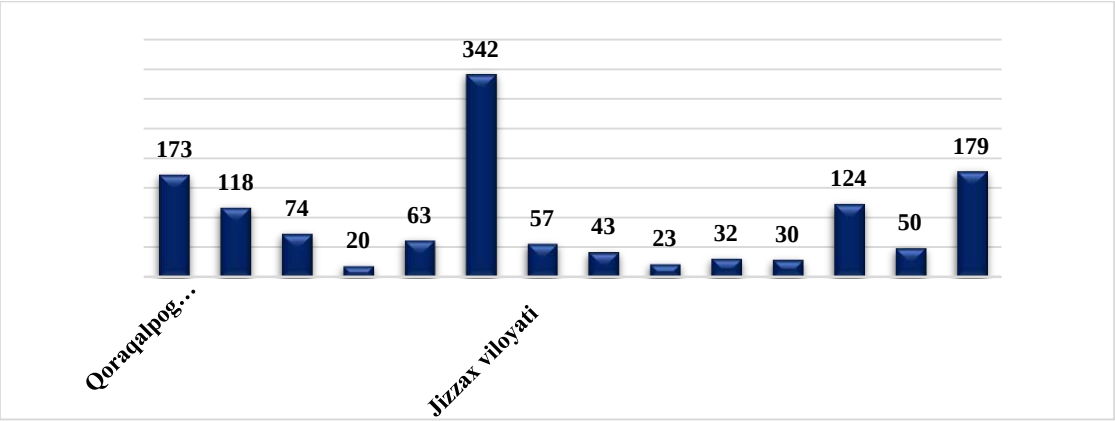
Yoshlarni baxt haqidagi tasavvurlari, oilaviy baxt, baxtlilik indikatorlarini aniqlash bilan bog‘liq mummolar davlat siyosati darajasidagi masala sifatida e’tirof etiladi. Fransiya davlati Prezidenti Nobel mukofoti sovrindori Jozef Stiglist va Amartya Senga yoshlarni baxt haqidagi tasavvurlarini aniqlash, ularni baxtli hayot kechirishlarini uchun tizim yaratish bo‘yicha alohida topshiriq bergan. Buyuk Britaniyada mamlakat statistikani yurituvchi, statistika boshqarmasi boshlig‘i yoshlarni oilaviy baxt haqidagi tasavvurlarini monitoring qilib boradi. Germaniyada, davlatni rivojlanishi, farovonligi va hayot sifati istiqbollari bilan bog‘liq bo‘lgan baxt strategiyasi yaratilgan [4].

Tadqiqot amaliy natijalari. Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, so‘nggi yillarda mamlakatimizda nikohdan ajralishlar soni yil sayin ortib bormoqda. Agar respublika bo‘yicha nikohdan ajralishlar soni 2018 yilda 32,3 ming nafarni tashkil etgan bo‘lsa, 2022 yilga kelib bu ko‘rsatkich 48,7 ming nafarga yetgan yoki 50,8 foizga ortgan. Shu sababli mamlakatimizda oila institutini mustahkamlash, oilalarni ijtimoiy-psixologik barqarorligini ta’minlash, oilada sog‘lim psixologik muhitni yaratish borasida keng ko‘lamli ishlar amalga oshirilmoqda.

Oilalarga psixologlarning psixologik xizmat ko‘rsatishda har bir oila uchun zarur bo‘lgan, oila va nikohning mustahkamligini saqlash, oilada sog‘lom ijtimoiy muhitni yaratishga ko‘maklashish orqali oilaning psixologik barqarorligini ta’minlashdan iborat oila institutini mustahkamlash, nikoh tuzish va ajralishning psixologik aspektlarini aniqlash asosida natijalar tahlil qilindi.

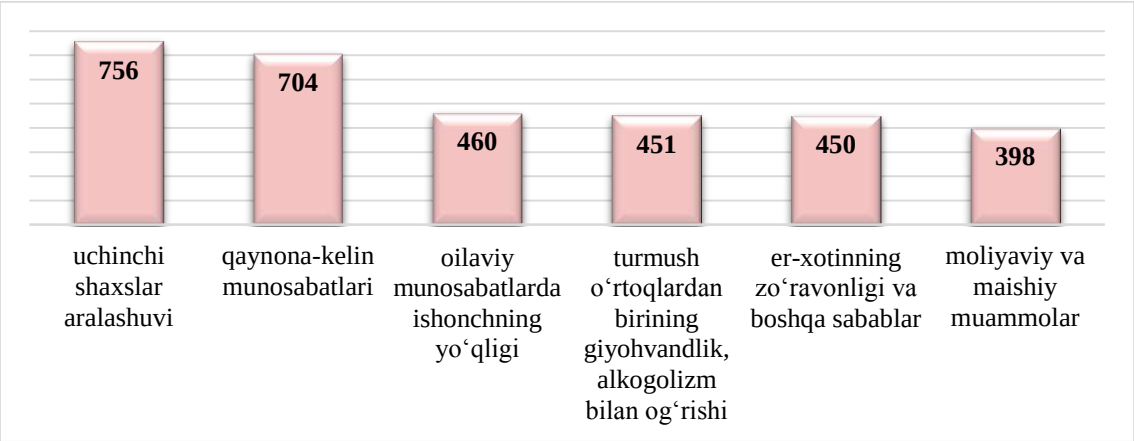
Respublika Oliy ta’lim va professional ta’lim muassasalari psixologlari o‘rtasida “Oila institutini mustahkamlash, nikoh tuzish, undan ajralishning psixologik aspektlarini aniqlash” bo‘yicha ekspert so‘rovi o‘tkazildi.

Tadqiqotimiz obyekti sifatida psixologik tadqiqotlarni tashkil etish mezonlaridan kelib chiqib, tanlanma to‘plamlar o‘rtasida farqli va o‘xshash psixologik tafovutlar mavjud bo‘lishini inobatga olgan holda, Respublikamizdagi 12 ta viloyat va **Qoraqalpog‘iston Respublikasida** tadqiqot o‘tkazildi. So‘rovnomada jami **1328 nafa**r psixologlari ishtirok etdi. So‘rovnoma 19 ta yo‘nalishdagi savollardan (o‘zbek va rus tilida) tuzilgan bo‘lib, bajarilishi online tarzda amalga oshirildi. So‘rovnoma natijalari qayta ishlanib tahlili qilindi. Quyida so‘rovnoma natijalari bo‘yicha tahlili va asoslantiruvchi infografik ma’lumotlari keltirilgan. Respondent sifatida tadqiqotimizda ishtirok etgan respondentlarning viloyatlar kesimidagi taqsimoti quyidagi 1-rasmda o‘z ifodasini topgan.



1-rasm. Tadqiqot respondentlarining hududlar kesimidagi taqsimoti (n=1328)

Tadqiqotda jami 1328 nafar respondent ishtirok etib, shundan hududlar toifasi bo‘yicha tahlil qiladigan bo‘lsak, eng yuqori ulushga **Samarqand viloyati** to‘g‘ri kelib, jami ishtrokchilar ulushining 28,3 foizini (342 nafar) tashkil qildi. Undan keying yuqori ulush Toshkent shaxri bo‘lib, 14 foizga (179) ega bo‘ldi. **Qoraqalpog‘iston Respublikasi** 13,2 foizini (173 nafar), Andijon viloyatida respondentlar ulushi 8,8 foizni (118 nafar), Surxondaryo viloyati 9,3 foizini (124 nafar), **Namangan viloyati** 5,6 foizini (74 nafar**),** Toshkent viloyati respondentlar ulushi 4,7 foizni (63 nafar), Xorazm viloyati 3,8 foizni (50 nafar), **Jizzax viloyati** respondentlar ulushi 4,3 foizni (57 nafar) tashkil etgan bo‘lsa Farg‘ona viloyati esa eng kichik ulushga ega bo‘lib, 1,5 foizga (20 nafar) to‘g‘ri kelmoqda.



2-rasm. Ajralish xavf guruhiga kiritilgan eng keng tarqalgan ijtimoiy-psixologik omillar

Bugungi kunda oilalarni ajralishga olib keladigan ijtimoiy-psixologik omillardan eng ko‘p uchraydigani bu uchinchi shaxslar aralashuvi (**756 nafar)** deb ta’kidlashgan respondentlar. Uchinchi shaxsning aralashuvi oila va juftliklar o‘rtasidagi hissiy va psixologik muvozanatni buzishi, ishonchni yo‘qotishi va qoniqarsizlikni kuchaytirishi mumkin. Qaynona-kelin munosabatlaridagi qarama-qarshiliklar, ba’zida o‘ziga xos oilaviy an’analarga yoki oilaviy nizolarga asoslanadi. Agar kelin va qaynona bir-birining oilaviy qadriyatlarini qabul qilmasalar yoki erining oilaviy an’analari o‘rtasida tanlov qilish kerak bo‘lsa, bu ular o‘rtasidagi kelishmovchiliklarni kuchaytiradi va ajralishga sabab bo‘lishi mumkin deb **704 nafar** ekspert javob berishgan bo‘lsa, **460 nafar** ajralish uchun xavf guruhiga kiritilgan eng keng ***tarqalgan ijtimoiy-psixologik omillardan*** oilaviy munosabatlarda ishonchning yo‘qligini, er-xotin bir-biriga ishonmasa, ular muammolarni samarali tarzda hal qilishga qodir bo‘lmaydi. Bu esa, muammolarni yig‘ib borishga va oxir-oqibat ajralishga olib keladi degan fikrda. **451 nafar** respondent turmush o‘rtog‘ining **giyohvandlik** yoki **alkogolizm** bilan kasallanishi ajralishga olib kelishi tabiiy, chunki bu holatlar oila ichidagi psixologik, emotsional va jismoniy muvozanatni jiddiy ravishda buzadi deb ta’kidlashadi. Bundan tashqari oilaviy ajrimga oiladagi **zo‘ravonlik** hamda **moliyaviy va maishiy muammolar** ham turtki bo‘lishini ta’kidlashgan.

Yuqoridagi savolning bevosita davomi sifatida respondentlardan “**Bugungi kunda ajralishga olib keluvchi eng ko‘p uchraydigan psixologik sabablarni ko‘rsating”** deb so‘raldi. Ushbu savollarga ekspertlar tomonidan berilgan javoblarni tahlil qilar ekanmiz, **48,6 foiz** mutaxassislar bugungi kunda ajralishga olib keluvchi eng ko‘p uchraydigan psixologik sabablardan er-xotinlar o‘rtasida sevgi tuyg‘ularining yo‘qligi yoki yo‘qolishi, boshqasiga bo‘lgan muhabbat, nikoh sadoqatining buzilishini (xiyonat) deb javob berishgan bo‘lsa, **45,8 foiz respondent** xarakterlarning nomuvofiqligi (mos kelmasligi), 45,2 **foiz respondent esa nikoh majburiyatlariga beparvo munosabat** ajralishga olib kelishi mumkin, chunki nikohda majburiyatlarga e’tibor bermaslik, o‘zaro hurmat va ishonchni yo‘qotishga sabab bo‘ladi deb ta’kidlashadi. Nikohda umumiy qarashlar, qadriyatlar va manfaatlarning yo‘qligi, ajralishga olib keladigan psixologik omillarni kuchaytiradi deb **31 foiz** respondent, **41,6** foiz respondent esa ichkilik yoki giyohvandlik, **25,5 foiz** respondentlar ko‘pxotinlikni ta’kidlab o‘tishgan.

Oiladagi nizolarning sabablari sifatida respondentlar asosan quyidagi sabablarni ko‘rsatib o‘tishgan:

- turmush o‘rtoqlardan birining yoki ikkalasining nikohda, birinchi navbatda, shaxsiy ehtiyojlarini amalga oshirish istagi (o‘ziga yo‘naltirilganlik, ya’ni xudbinlik);

- turmush o‘rtoqlarning temperament turlarining farqi va o‘zaro munosabat jarayonida temperament turini hisobga olmaslik va boshqa sabablar;

- er, xotin, ota, ona, oila boshlig‘i rollarining mazmuni haqidagi er-xotinning tasavvurlari o‘rtasidagi nomuvofiqlik;

- turmush o‘rtoqlarning ulardan birining istalmagan xatti-harakatlarini keltirib chiqaradigan sabablarni tushuna olmasliklari, natijada o‘zaro tushunmovchiliklar;

- turmush o‘rtoqlardan biri yoki ikkalasi ham o‘zini yuqori baholashi;

- er, xotin, ota, ona, oila boshlig‘i rollarining mazmuni haqidagi er-xotinning tassavvurlari o‘rtasidagi nomuvofiqlik;

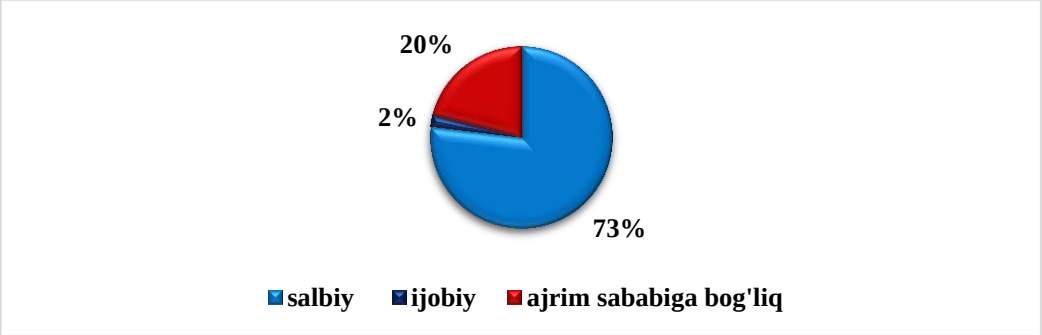
- turmush o‘rtoqlarning bir-biri bilan, qarindoshlari, do‘stlari va tanishlari, ishdagi hamkasblari bilan muloqot qila olmasligi;

- turmush o‘rtoqlarning ulardan birining istalmagan xatti-harakatlarini keltirib chiqaradigan sabablarni tushuna olmasliklari, natijada o‘zaro tushunmovchiliklar;

- turmush o‘rtoqlardan birining uy ishlarida qatnashishni istamasligi;

- turmush o‘rtoqlardan birining bolalarni tarbiyalashni istamasligi yoki ularni tarbiyalash usullari bo‘yicha turli qarashlar;

- turmush o‘rtoqlarning temperament turlarining farqi va o‘zaro munosabat jarayonida temperament turini hisobga olmaslik va boshqa sabablar.

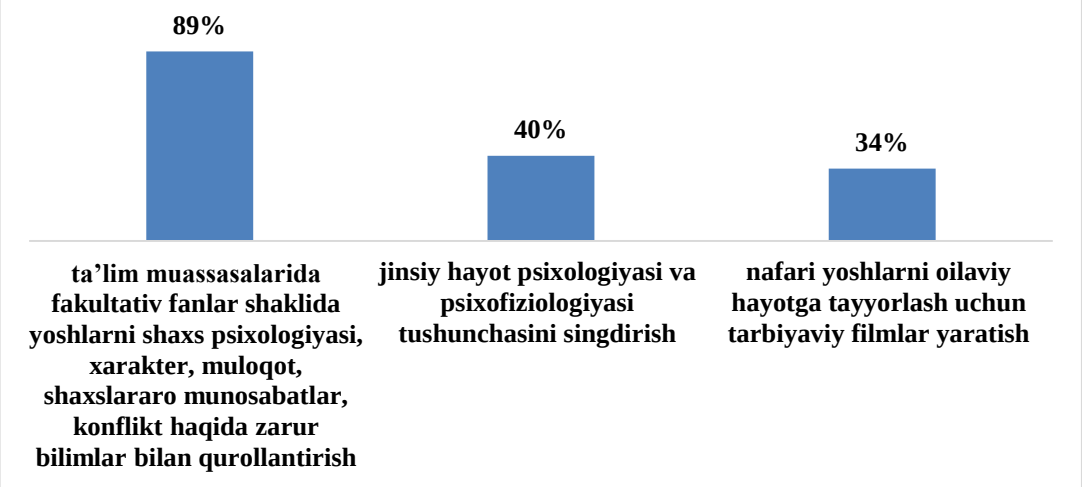


3-rasm. “Ota-onalar ajrimi farzandlar ruhiyatiga qanday ta’sir qiladi?” savoli bo‘yicha ekspertlarning fikrlari (foizda)

Ota-onalar ajrimi farzandlar ruhiyatiga qanday ta’sir qiladi? mazmunidagi savolga respondentlarning **73% *(971)* nafari** salbiy javobini belgilagan bo‘lsa, **20% *(268)* nafari** ajrim sababiga bog‘liq degan javobni belgilashgan. **2% *(27)* nafari** ishtirokchi esa ijobiy degan fikrni bildirgan, qolgan respondentlar esa umumiy javoblar bilan kifoyalangan. Ajrimdan oldin har kuni turli nizolar, oilaviy kelishmovchiliklar, salbiy emotsiyalar ichida katta bo‘lgan farzandlarda judayam ko‘p stresslar bo‘ladi. Aksincha bunday oilada tarbiyalangandan yolg‘iz ona bo‘lsa ham tinch, hotirjam oilada sog‘lom muhitda katta bo‘lish muhim hisoblanadi. Oila ajralishi bolalarga kuchli stress keltirishi mumkin. Ular ota-onalarining ajralishini qabul qilishda qiyinchiliklarga duch kelishi, his-tuyg‘ulari aralashib, xavotir va qayg‘u holatida bo‘lishi mumkin. Biroq, bu salbiy ta‘sirlarning kuchi har bir farzand va oila holatiga qarab farq qiladi. Ba’zi hollarda, agar oila ajralishiga professional yordam (masalan, psixolog yoki maslahatchi) qo‘shilsa, farzandlar bunday o‘zgarishlarga yaxshiroq moslashishi mumkin.

Tadqiqotda ishtirok etgan respondentlarga ***Yoshlarni qanday psixologik nuqtayi nazardan oilaviy hayotga tayyorlash lozim?*** degan savol berilganda, ekspertlarning ularning **89% *(1184)*** nafari ta’lim muassasalarida fakultativ fanlar shaklida yoshlarni shaxs psixologiyasi, xarakter, muloqot, shaxslararo munosabatlar, konflikt haqida zarur bilimlar bilan qurollantirish zarurligini ta’kidlab o‘tishgan. Bizga ma’lumki, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda, psixologik nuqtayi nazardan, ularni shaxsiy rivojlanish, muloqot, shaxslararo munosabatlar va konfliktlarni hal qilish kabi muhim ko‘nikmalar bilan ta'minlash zarur, chunki oilaviy hayotdagi muammolar ko'pincha insonlar o‘rtasidagi psixologik xususiyatlar va muloqotning yetishmasligidan kelib chiqadi. Psixologlar tomonidan ta’kidlangan fanlar esa aynan shu kabi muammolarni hal qilishga yo’latirigan. Respondentlarning ***40% (540)*** nafar ishtirokchi esa jinsiy hayot psixologiyasi va psixofiziologiyasi tushunchasini singdirish lozimligini aytishgan. Bunday javobni berishning ahamiyati shundaki, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda jinsiy hayot psixologiyasi va psixofiziologiyasini tushuntirishning psixologik sabablari juda muhim, chunki bu masala yoshlarning nafaqat biologik, balki emotsional, psixologik va ijtimoiy jihatdan ham rivojlanishiga ta’sir ko‘rsatadi. Bu bilimlarni yoshlar o‘z hayotlarida, ayniqsa oilaviy munosabatlarda, qanday muvaffaqiyatli bo‘lishlari va o‘z hissiyotlari, xohish-

istaklarini boshqarishlari kerakligini anglashlariga yordam beradi. Respondentlarning **34%** ***(457)*** nafari yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash uchun tarbiyaviy filmlar yaratish kerak degan javobni belgilaganlar. Yoshlar ko‘pincha o‘zlarini filmlardagi qahramonlar bilan taqqoslashadi va ularning xatti-harakatlarini o‘rganadilar. Tarbiyaviy filmlar, yaxshi oila modellari va munosabatlar namoyish etilishi orqali yoshlarni sog‘lom oila qurishga va muvaffaqiyatli munosabatlar o‘rnatishga ilhomlantiradi.



4-rasm. “Yoshlarni qanday psixologik nuqtayi nazardan oilaviy hayotga tayyorlash lozim?” savoli bo‘yicha ekspertlarning fikrlari (foizda)

Xulosa va takliflar. Tadqiqot natijalari tahlilidan ko‘rinadiki, muammoli oilalarning barcha turida shaxsni tushunish, unga tug‘ri yo‘l ko‘rsatish, o‘rinli maslahat berish, uning yosh ko‘rsatkichi va muammo sabab, motiviga ahamiyat berish oila muammolarini bartaraf etishda zarurligini tasdiqladi. Oilalarda shaxslararo munosabatlar bilan bog‘lik turli xil muammolarni hal etishda mutaxassis, oila psixologining yordami zarur. Oilaviy ajrimlarning asosiy top sabablaridan moliyaviy disgarmoniya, migratsiya, intim munosabatlardan qoniqmaslik, uchinchi shaxslarning doimiy maslahati, er-xotinlar fe’l-atvorining mos kelmasligi turmush stajiga bog‘liq emasligi ma’lum bo‘ladi.

Yuqorida keltirilgan xulosalar asosida quyidagi takliflarni ilgari surish mumkin:

Birinchidan, ma’naviy-ma’rifiy dasturlar, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tadbirlari, oilaviy ta’lim treninglar, huquqiy targ‘ibotlar, ajrimlarni oldini olishga qaratilgan, shaxslar aro munosabatlarni yaxshilashga qaratilgan seminar trening targ‘ibot ishlari kuchaytirish lozim.

Ikkinchidan, oila institutini mustahkamlashga qaratilgan chora-tadbirlar, metodikalar, tarqatma materiallari, maxsus kurs dasturlari ishlab chiqish va amaliyotga tatbiq etish kerak.

Uchinchidan, maktabgacha va maktab ta’limi, Oliy va professional ta’limda psixologiya fani dars soatlari joriy etish (Oila psixologiyasi, Konfliktologiya, 10-11 sinf o‘quvchilari uchun psixologik darslar, nikohga tayyorlov kurslari, jinsiy tarbiya, nikohga tayyorlov, v.h.k....) muhim.

To‘rtinchidan, FXDYO bo‘limlarida nikohdan o‘tuvchi shaxslarni psixolog suhbatidan o‘tish jaryonini joriy etish lozim.

Adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti huzuridagi statistika agentligi. https://stat.uz/uz/matbuot-markazi/qo-mita-yangiliklar/25648-skol-ko-semej-v-nashej-respublike

2. Abdurahmonova S. Oilaviy ajrimlar: kalavaning uchi kimning qo‘lida? https://kun.uz/49102468

3. Karimova V. Mehr va muruvvat oiladan boshlanadi. – T.:Yangi asr avlodi, 2004. – 28 b.

4. Якубов Ю.А. О рассогласованности ролевого поведения супругов как факторе дестабилизации брака /На материале узбекской семьи. – В сб.:Актуализация личности в системе общественных отношений. – М., 1989. – С.223-224.

5. Витакер К. Полночные размышления психотерапевта. - М: "ACADEMA", 2004. -83-92 б.

Datkayev Umidjon Karimjon o‘g‘li,
Toshkent davlat pedagogika universiteti mustaqil izlanuvchisi

O‘QUV FAOLIYATIDA KURSANTLARNING EMOTSIONAL ZO‘RIQISHLARINI PSIXOLOGIK JIHATDAN O’RGANISH

Annotatsiya. *Mazkur maqolada kursantlar o‘quv faoliyati adaptatsiya jarayonida emotsional zo‘riqishlar muammosining psixologik mazmun-mohiyati empirik jihatdan ochib berilgan. Shuningdek, ushbu maqolada kursantlar o‘quv faoliyati jarayonida yuzaga keladigan emotsional zo’riqishlar holatining muassasalararo o’zaro qiyosiy tahlili keltirilgan.*

Kalit so’zlar: *adaptatsiya, o’quv faoliyat, emotsional zo‘riqish, stress, psixologik xususiyat, qiyosiy tahlil, zo‘riqish hissi, nizolashuvchanlik.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ КУРСАНТОВ ВО ВРЕМЯ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. *В данной статье эмпирически раскрывается психологическая сущность проблемы эмоционального напряжения в процессе адаптации учебной деятельности курсантов. Также в данной статье представлен сравнительный анализ состояния эмоционального напряжения, возникающего в процессе учебной деятельности курсантов.*

Ключевые слова: *адаптация, учебная деятельность, эмоциональное напряжение, стресс, психологические характеристики, сравнительный анализ, чувство напряжения, конфликтность.*

PSYCHOLOGICAL STUDY OF EMOTIONAL STRESS IN CADETS DURING LEARNING ACTIVITIES

Abstract. *This article empirically reveals the psychological content of the problem of emotional stress in the process of adaptation of cadets to their educational activities. This article also presents an inter-institutional comparative analysis of the state of emotional stress in the process of adaptation of cadets to their educational activities.*

Keywords: *adaptation, learning activity, emotional tension, stress, psychological characteristics, comparative analysis, feeling of tension, conflict sensitivity.*

Kirish. Ta‘kidlash joizki, psixologiyada emotsional zo‘riqish muammosi alohida ahamiyat kasb etib, uning rivojlanish shart-sharoitlari, kasb egalari uchun ahamiyati ancha bahsbop mavzulardan biri sanaladi. Ko‘pgina olimlarning fikricha, emotsional zo‘riqish professional faoliyatda muvaffaqiyatsizlik, muloqotga nisbatan qobiliyatning yetishmasligi va samarasiz faoliyat olib borish omili hisoblanadi. Shaxsning emotsional zo‘riqishi o‘quv jarayonida adaptatsiya bilan ham uzviy bog‘liq hodisa hisoblanadi. Qurolli kuchlar tizimi kursantlarining adaptatsiya jarayonida duch keladigan emotsional zo‘riqishlar psixologik va jismoniy jihatdan yangi sharoitlarga moslashish davridagi murakkab jarayon bilan bog‘liq. Kursantlarda emotsional zo‘riqishlar (stress) harbiy ta’lim muassasalarida duch kelinadigan muhim psixologik muammo hisoblanadi. Bu zo‘riqishlar jismoniy, psixologik va ijtimoiy omillar ta’sirida yuzaga keladi.

Asosiy qism. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, emotsional qo‘llab-quvvatlash va guruh ichidagi sog‘lom muhit stressni kamaytirishga yordam beradi. Qo‘llaniladigan psixologik texnikalar, masalan, nafas olish mashqlari va meditativ usullar kursantlarning ruhiy barqarorligini oshiradi.

Stressni boshqarish dasturlari turli mamlakatlarning harbiy ta’lim muassasalarida muvaffaqiyat bilan qo‘llanilmoqda. Masalan, AQSh va Yevropa davlatlarida harbiy psixologiya fanlari bu jarayonni ilmiy yondashuvlar bilan yengillatishga qaratilgan.

Zo‘riqish hissini psixologik jihatdan tavsiflashda, tadqiqotchilardan R.Beron va D.Richardsonlarning izlanishlari alohida ahamiyatga ega hisoblanadi. Mualliflarning aytishicha, tajovuzkor xulq tirik organizmlarga xos bo‘lgan xatti-harakatlar shakllaridan biri bo‘lib, uni amalga oshirishdan maqsad quyidagilarda o‘z aksini topadi:

– Zo‘riqish hissi – qasddan amalga oshiriladigan, biror bir shaxsga noadekvat munosabat shakli;

– Zo‘riqish hissi– zarar yetkazish istagida rejalangan hamda boshqalardan o‘ch olishga qaratilgan salbiy hissiy holatdir;

– Zo‘riqish hissi – o‘z maqsadiga erishish uchun, zo‘ravonlik usullarini qo‘llashni afzal ko‘ruvchi shaxsiy xususiyatdir.

– Zo‘riqish – bu o‘z resurslarini qayta taqsimlashga qaratilgan xatti-harakatlar majmuidir.

Demak, Zo‘riqish hissi psixologik tushuncha sifatida, organizm va tashqi muhit o‘rtasida nomuvofiqlik asosida vujudga keluvchi, murakkab tushuncha sanaladi.

S.N.Yenikolopova emotsional zo’riqish muammosini o‘raganar ekan, unga tegishli bo‘lgan ko‘plab tiplarni aniqlashga muvaffaq bo‘ldi. Ya’ni ularga quyidagilar taaluqli hisoblanadi:

– Salbiy - ijobiy (buzg‘unchi - konstruktiv);

– Aniq va yashirin (tashqi tajovuz - yashirin tajovuz)

– Og‘zaki - jismoniy (og‘zaki hujumkor - jismoniy hujumkor);

– To‘g‘ridan-to‘g‘ri - bilvosita (to‘g‘ridan-to‘g‘ri obyektga yo‘naltirilgan - boshqa obyektlarga ko‘chirilgan);

– Dushmanlik ruhidagi - instrumental (boshqa shaxsga zarar yetkazish / og‘riq keltirish uchun - boshqa maqsadlar uchun);

– Ego-sintonik (shaxs tomonidan qabul qilingan) - ego-distonik (shaxsning o‘zi tomonidan qoralangan ya’ni “men” ga begona tarzidagi). Ushbu tasniflarga muvofiq, tajovuzkor xulq ekspressiv xarakterga ega bo‘lib, bunday harakatlarni inson oldindan tez payqashi mumkin.

Tadqiqot jarayonida kursantlar o’quv faoliyati adaptatsiya jarayonida emotsional zo‘riqishlar darajasining psixologik jihati bilan bir qatorda, ularning individual va ijtimoiy-psixologik xususiyatlariga ham e’tiborimizni qaratdik. Tadqiqotimizda mudofaa tizimi tarkibiga kiruvchi kursantlar o’quv faoliyati adaptatsiya jarayonida emotsional zo‘riqishlarni keltirib chiqaruvchi psixologik omillarni o‘rganish uchun I.D.Ladanov va V.A.Urazaevalar tomonidan ishlab chiqilgan “O‘quv faoliyatida zo‘riqish omillarining ekspress diagnostikasi” metodikasi, Rodjersning “Ijtimoiy-adaptatsiya xususiyatlarini o‘rganish” so‘rovnomasi, Ya.Strelyaning “Nerv-psixik qo’zg’aluvchanlik darajasini o‘rganish” so‘rovnomasi va G.S.Nikiforov tomonidan ishlab chiqilgan “Emotsional holatlarda o‘zini nazorat qilish” kabi so‘rovnomalardan foydalanilgan. Bular o‘rtasida parametrik va noparametrik mezonlar, faktorli tahlil hamda korrelyatsion aloqadorlik jihatlari ham aniqlangan. Tadqiqotimiz obyektini O’zbekiston Respublikasi Qurolli Kuchlar akademiyasi hamda Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti va Farg’ona davlat universiteti chaqiriqqacha harbiy ta’lim yo’nalishlarida tahsil oluvchi 315 nafar kursantlar tashkil etadi. Quyida tadqiqot natijalari tahlili haqida so‘z boradi. Birinchi jadvalda kursantlarning o‘quv faoliyatida emotsional zo‘riqish omillarining ekspress diagnostikasi xususiyatlarining umumiy o‘rtacha ko‘rsatkichlari keltiriladi.

1-jadval.

O‘quv faoliyatida zo‘riqish omillari diagnostikasini o‘rganish so‘rovnomasi umumiy o‘rtacha ko‘rsatkichlar (Kraskal-Uollis mezoni bo‘yicha)

Shkalalar	**Guruhlar**			**H**	**P**
	QK akademiyasi	**TDPU CHHT**	**FARDU CHHT**		
Nizolashuvchanlik	78,21	62,14	70,85	9,35	0,003**
Haddan tashqari stress	82,34	68,47	77,41	12,76	0,005*
O‘quv faoliyati doirasidagi stress	74,26	67,31	64,94	8,56	0,11
O‘qituvchi bilan bog‘liq munosabatlardagi stress	80,06	69,15	72,28	11,14	0,09

Izoh: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$.

Ushbu jadvalning psixologik tahlili guruhlar o'rtasidagi stress va nizolashuvchanlik darajalarini solishtirish va tahlil qilishga asoslanadi. Quyida har bir ko'rsatkich bo'yicha batafsil tahlil qilish mumkin: **Nizolashuvchanlik shkalasi bo’yicha Eng yuqori daraja**: QK akademiyasi kursantlarida 78,21. **Eng past daraja**: TDPU kursantlarida 62,14. Bu yerda **p qiymati 0,003,** bu esa statistik jihatdan ahamiyatli farqni ko‘rsatadi. Bu QK akademiyasi kursantlari o‘zaro va tashqi munosabatlarda ko‘proq nizolarga uchrashini anglatadi. **Haddan tashqari stress shkalasiga ko’ra, kursantlarda eng yuqori daraja**: QK akademiyasi kursantlarida 82,34. **Eng past daraja**: TDPUda 68,47. Bu yerda **p qiymati 0,005**, ya'ni farq statistik jihatdan ahamiyatli. Bu QK akademiyasi kursantlari haddan tashqari stress holatlariga ko'proq moyilligini ko'rsatadi.

Keyingi shkala o**‘quv faoliyati doirasidagi stressga ko’ra,** QK akademiyasi kursantlari (74,26) biroz yuqori darajada, ammo boshqa guruhlarga nisbatan sezilarli farq yo‘q. P **qiymati 0,11** bu farqning statistik jihatdan ahamiyatli emasligini anglatadi. **O‘qituvchi bilan bog‘liq munosabatlardagi stress shkalasiga binoan, bu** bo‘yicha QK akademiyasi kursantlari eng yuqori ko’rsatgichga egaligi bilan farqlangan (80,06), TDPU kursantarida esa pastroq (69,15%) ko‘rsatkichlarga ega. P **qiymati 0,09**, bu esa farqni statistik jihatdan ahamiyatli emasligini ko‘rsatadi.

Qurolli Kuchlar akademiyasi kursantlari o‘rtasida stress va nizolashuvchanlik darajasi boshqa guruhlarga nisbatan yuqori. Bu ularning ta'lim muhitida yoki shaxsiy xususiyatlarida muhim psixologik omillar mavjudligini ko‘rsatadi. Toshkent davlat pedagogika universiteti kursantlari nisbatan past stress darajasiga ega bo‘lib, bu ularning ta'lim jarayonida barqarorroq ekanligidan dalolat beradi. Toshkent davlat pedagogika universiteti va Farg’ona davlat universiteti CHHT yo’nalishi kursantlari o‘rtasidagi ko‘rsatkichlar nisbatan yaqin va statistik jihatdan ahamiyatli emas.

Tadqiqotdan olingan natijalarga ko‘ra, ta’lim muassasasida stressni kamaytirish uchun psixologik maslahat va yordam xizmatlarini tashkil qilish, o‘qituvchi va kursantlar o‘rtasidagi munosabatlarni yaxshilash uchun trening va seminarlar o‘tkazish va har bir ta'lim muassasasida kursantlar farovonligini kuzatish va unga e'tibor qaratish tizimini yo‘lga qo‘yish maqsadga muvofiq sanaladi.

Keyingi jadvalda ijtimoiy-adaptatsiya so‘rovnomasi bo‘yicha kursantlardan olingan natijalar keltirilgan.

2-jadval.

Ijtimoiy-adaptatsiya xususiyatlari so‘rovnomasi umumiy o‘rtacha ko‘rsatkichlar (Kraskal-Uollis mezoni bo‘yicha)

Shkalalar	Guruhlar			H	P
	QK akademiyasi	TDPU CHHT	FARDU CHHT		
Adaptatsiya	59,17	64,28	62,33	7,72	0,10
Dezadaptatsiya	75,69	62,90	66,25	9,45	0,12
O‘zini qabul qilish	67,63	78,64	70,55	10,19	0,006*
Boshqalarni qabul qilish	69,80	83,13	77,57	12,53	0,004*
Emotsional komfort	67,90	76,24	81,63	10,95	0,005*
Emotsional diskomfort	74,24	69,31	58,44	8,46	0,003**
Ichki nazorat	58,09	67,32	68,40	6,78	0,14
Tashqari nazorat	61,34	74,90	80,21	11,32	0,003**
Eskapizm (muammolardan qochish)	74,40	70,42	81,68	14,52	0,10
Yolg’on shkalasi	68,42	63,87	70,13	7,25	0,12

Izoh: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$.

Ushbu jadvaldagi ma’lumotlar guruhlar orasidagi psixologik xususiyatlarning o‘zgarishini ko‘rsatib, statistik jihatdan muhim farqlarni ochib beradi. Quyida har bir ko‘rsatkich bo‘yicha psixologik tahlil keltirilgan: **Adaptatsiya shkalasi bo’yicha eng yuqori daraja**: TDPU kursantlari (64,28) ko’rsatkichni, **eng past daraja esa**: QK akademiyasi kursantlari (59,17) bilan xarakterlangan. **P qiymati 0,10**, ya’ni statistik jihatdan ahamiyatli emas. Bu kursantlarning ta’lim muhitiga moslashuv darajalari bir-biriga yaqinligini anglatadi. **Dezadaptatsiya shkalasiga ko’ra, eng yuqori daraja**: QK akademiyasi (75,69). **Eng past daraja**: TDPU (62,90). P **qiymati 0,12**, bu esa farqning ahamiyatli emasligini ko‘rsatadi. QK akademiyasi kursantlari moslashishdagi qiyinchiliklarga ko‘proq duch kelayotgan bo‘lishi mumkin. **O‘zini qabul qilish shkalasi bo’yicha eng yuqori daraja**: TDPU kursantlari natijalari (78,64). **Eng past daraja**: QK akademiyasi kursantlariniki esa (67,63). P **qiymati 0,006**, ya’ni statistik jihatdan ahamiyatli farq mavjud. TDPU kursantlari o‘zlarini ijobiy qabul qilishda ustun.

Boshqalarni qabul qilish shkalsiga ko’ra, eng yuqori daraja: TDPU kursantlari (83,13). **Eng past daraja**: QK akademiyasi kursantlariniki (69,80%). P **qiymati 0,004**, bu farqni ahamiyatli qiladi. TDPU kursantlari boshqalar bilan ko‘proq hamjihat bo‘lishadi. **Emotsional komfort shkalasiga ko’ra, eng yuqori daraja**: FARDU kursantlarida (81,63). **Eng past daraja**: QK akademiyasi kursantlarining natijalari (67,90). P **qiymati 0,005**, ya’ni statistik jihatdan sezilarli farq mavjud. FARDU kursantlari ko‘proq emosional barqarorlikka ega. **Emotsional diskomfort shkalasi bo’yicha eng yuqori daraja**: QK akademiyasi kursantlari (74,24). **Eng past daraja**: FarDU kursantlarida (58,44%). P **qiymati 0,003**, bu farqni ahamiyatli qiladi. QK akademiyasi kursantlari ko‘proq emotsional muammolarga duch kelmoqda.

Ichki nazorat shkalasiga ko’ra, eng yuqori daraja: FarDU kursantlarida (68,40). **Eng past daraja**: QK akademiyasi kursantlarining natijalari (58,09). P **qiymati 0,14**, ya’ni farq ahamiyatli emas. **Tashqari nazorat bo’yicha eng yuqori daraja**: FarDU kursantlarida (80,21). **Eng past daraja**: QK akademiyasi kursantlarining ko’rsatkichlari (61,34). Ahamiyatlilik **qiymati 0,003**, statistik jihatdan ahamiyatli farq mavjud. FARDU kursantlari tashqi omillarga ko‘proq bog‘liq. **Eskapizm bo’yicha (muammolardan qochish). Eng yuqori daraja**: FarDU kursantlarining nisbat ko’rsatkichlaridir (81,68). **Eng past daraja**: TDPU kursantlarida (70,42). P **qiymati 0,10**, ya’ni farq statistik jihatdan ahamiyatli emas.

TDPU kursantlari o‘zini va boshqalarni qabul qilishda yuqori ko‘rsatkichlarga ega, bu ularning ijtimoiy va emosional moslashuvchanligini ko‘rsatadi. **QK akademiyasi kursantlari** emosional diskomfort va dezadaptatsiya bo‘yicha yuqori ko‘rsatkichga ega, bu esa ular orasida stress va ichki muammolar mavjudligini ko‘rsatadi. **FarDU kursantlari** emotsional komfort va tashqi nazorat bo‘yicha eng yuqori natijalarga ega, ammo eskapizm darajasi nisbatan yuqori, bu muammolardan qochish tendensiyasini ko‘rsatadi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, QK akademiyasi kursantlari uchun stressni kamaytirish va emotsional diskomfortni bartaraf etish bo‘yicha dasturlar tashkil qilish hamda TDPU va FarDU kursantlari uchun o‘z kuchli tomonlarini rivojlantirish va eskapizmni kamaytirishga qaratilgan treninglar o'tkazish. Hamkorlikda psixologik maslahat va ijtimoiy moslashuv bo‘yicha seminarlar tashkil qilish e’tibordan xoli bo’lmaydi.

Kursantlardan olingan natijalar ijtimoiy adaptatsiyani aniqlash so‘rovnomasi bo‘yicha umumiy o‘rtacha miqdor o‘rtacha ekanligini ko‘rsatgan. Kursantlar tomonidan qiyin vaziyatlarda sezilayotgan to‘sqinlik ekzistensial muammolarga oid emas, o‘quv faoliyatiga xavf tug‘dirmaydi. Bu tavsif qiyin vaziyatlarni ekstremal yoki adaptatsion vaziyatlarga nisbatan chegaralab oladi. Ya’ni, bunday vaziyatlardagi kursantlarning faolligi prinsipial boshqa sxema bo‘yicha tashkil qilinadi, shuning uchun ijtimoiy moslashuvchanlik alohida tartibda o‘rganilishi lozim.

Adabiyotlar:

1. Данилова М.В. Жизнестойкость и выбор способов реагирования на стрессовые ситуации в подростковом возрасте в связи с детско-родительскими отношениями // Национальный психологический журнал. 2023. № 1 (49). С. 32–43.

2. Золотарева А.А. Апатия и академическая неуспеваемость студентов: результаты пилотажного лонгитюдного исследования // Сибирский психологический журнал. 2021. № 81. С. 187–200.

3. Первичко Е.И., Митина О.В., Степанова О.Б. и др. Представления о пандемии COVID-19 и психологический дистресс у граждан России весной 2020 года // Consortium Psychiatricum. 2022. Том 3. № 2. С. 70–86.

4. Абульханова-Славская К.А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности // Психология формирования и развития личности: Сб. статей / Ин-т психологии; Отв. ред. Л. И. Анцыферова. М.: Наука, 2015.

5. Султанова А.Н., Тагильцева Е.В., Станкевич А.С. Психологические детерминанты успешной адаптации студентов-мигрантов // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2021. № 3. С. 129–147.

Djadigerova Gulnaz Maratovna,
Nukus davlat pedagogika instituti
Boshlang'ich ta’lim fakulteti
Umumiy pedagogika va psixologiya kafedrasi o’qituvchisi

PEDAGOGIK PSIXOLOGIYANING ZAMONAVIY YO‘NALISHLARI VA UNING TA’LIMDAGI O‘RNI VA AHAMIYATI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada pedagogik psixologiyaning zamonaviy yo‘nalishlari va uning ta'limdagi roli tahlil qilinadi. Pedagogik psixologiya o‘quvchilarning psixologik holatini va ularning ta'limdagi muvaffaqiyatlarini yaxshilashga qaratilgan ilmiy soha sifatida, ta'lim jarayonining samaradorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega. Maqolada pedagogik psixologiyaning asosiy yo‘nalishlari, ularning ta'limdagi o‘quvchilarga qo‘llanilishidagi amaliy jihatlari, shuningdek, o‘quvchilarning shaxsiy rivojlanishi va o‘qishdagi muvaffaqiyatlarini ta'minlashda psixologik xizmatlarning ahamiyati muhokama qilinadi.*

Kalit so‘zlar: *pedagogik psixologiya, zamonaviy yo‘nalishlar, ta'lim jarayoni, psixologik xizmatlar, o‘quvchilarni rivojlantirish, o‘qish muvaffaqiyati, shaxsiy rivojlanish, pedagogik yondashuvlar, ta'lim samaradorligi, o‘qituvchilar.*

СОВРЕМЕННЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ, ЕЁ РОЛЬ И ЗНАЧЕНИЕ В ОБРАЗОВАНИИ

Аннотация. *В данной статье анализируются современные направления педагогической психологии и её роль в образовании. Педагогическая психология, как научная область, направленная на улучшение психологического состояния учащихся и их успехов в обучении, имеет важное значение для повышения эффективности образовательного процесса. В статье обсуждаются основные направления педагогической психологии, их практическое применение в обучении учащихся, а также роль психологической службы в обеспечении личностного развития учащихся и их успехов в учёбе.*

Ключевые слова: *педагогическая психология, современные направления, образовательный процесс, психологическая служба, развитие учащихся, успехи в обучении, личностное развитие, педагогические подходы, эффективность образования, преподаватели.*

MODERN DIRECTIONS OF PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY, ITS ROLE AND SIGNIFICANCE IN EDUCATION

Abstract. *This article analyzes the modern trends in pedagogical psychology and its role in education. Pedagogical psychology, as a scientific field aimed at improving the psychological state of students and their academic success, plays a crucial role in enhancing the effectiveness of the educational process. The article discusses the main directions of pedagogical psychology, their practical application in educating students, as well as the importance of psychological services in ensuring students' personal development and academic success.*

Keywords: *pedagogical psychology, modern trends, educational process, psychological services, student development, academic success, personal development, pedagogical approaches, educational effectiveness, teachers.*

Kirish. Pedagogik psixologiya ta'lim tizimining ajralmas qismi bo‘lib, o‘quvchilarning psixologik va shaxsiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashga xizmat qiladi. Zamonaviy ta'lim tizimida ta'limning sifatini oshirish va o‘quvchilarning muvaffaqiyatini ta'minlash uchun pedagogik psixologiyaning ahamiyati yanada ortgan. Pedagogik psixologiya o‘quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda, ta'lim jarayonini samarali tashkil etishga yordam beradi, shuningdek, o‘qituvchilarning o‘quvchilarga bo‘lgan yondashuvini va ularning ta'limdagi muvaffaqiyatlarini yaxshilashga qaratilgan ilmiy va amaliy tadqiqotlar olib boradi.

Zamonaviy pedagogik psixologiya o‘qituvchilarga o‘quvchilarning psixologik holatini tahlil qilish, shaxsiy xususiyatlarini rivojlantirish va o‘qishdagi muvaffaqiyatlarini ta'minlash uchun yangi yondashuvlarni taqdim etadi. Shu bilan birga, pedagogik psixologiyaning ta'lim tizimida o‘quvchilarning

psixologik salomatligi, motivatsiyasi va stressga qarshi kurashish kabi muhim jihatlari alohida o‘rganilmoqda.

Mazkur maqolada pedagogik psixologiyaning zamonaviy yo‘nalishlari, uning ta'limdagi roli, o‘quvchilarning muvaffaqiyatini oshirishda psixologik xizmatlarning o‘rni va ularning amaliyotga qo‘llanilishidagi yondashuvlar tahlil etiladi.

Adabiyotlar tahlili. Pedagogik psixologiyaning zamonaviy yo‘nalishlari va uning ta'limdagi roli haqida turli mualliflarning fikrlarini tahlil qilish, ushbu soha rivojlanishining asosiy yo‘nalishlarini va uning ta'lim jarayoniga ta'sirini tushunishga yordam beradi. Bir nechta muhim ilmiy manbalar va tadqiqotlar ushbu sohadagi asosiy yondashuvlarni va metodlarni ko‘rsatadi.

Sharf, L. (2018) - "Pedagogik psixologiya va uning ta'limdagi roli" nomli maqolasida, o‘quvchilarning psixologik rivojlanishining muhimligini ta'kidlaydi. U pedagogik psixologiyaning ta'lim tizimiga kirib borishini va o‘qituvchilarning o‘quvchilarga nisbatan shaxsiy yondashuvini qanday yaxshilash mumkinligini ko‘rsatadi. Sharf, o‘qituvchilarning psixologik bilimlari yordamida o‘quvchilarni yanada samarali o‘rgatish mumkinligini ta'kidladi.

Miller, R. (2019) - "Zamonaviy pedagogik psixologiya va uning ta'lim jarayonidagi roli" maqolasida, pedagogik psixologiyaning individual yondashuvlarni qo‘llashda qanday samarali metodlarga ega ekanligini o‘rgangan. Uning fikricha, o‘quvchilarning psixologik holatini o‘rganish va shu asosda individual yondashuvni amalga oshirish, o‘quvchilarning akademik va shaxsiy rivojlanishini tezlashtiradi.

Kushtan, I. (2020) - "Pedagogik psixologiyaning yangi yo‘nalishlari" maqolasi, zamonaviy pedagogik psixologiyaning yangi usullari va texnologiyalarini taqdim etadi. U pedagogik psixologiyaning yangi yondashuvlari, jumladan, kognitiv va emotsional rivojlanish, motivatsiya va stressni boshqarishning ta'lim jarayonidagi muhimligini ko‘rsatadi.

Nikiforova, A. (2021) - "Pedagogik psixologiya va uning ta'lim tizimida integratsiyasi" maqolasida, pedagogik psixologiya va ta'lim tizimi o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni o‘rganadi. U ta'lim jarayoniga psixologik xizmatlarning integratsiyasi orqali o‘quvchilarning ijtimoiy va emotsional rivojlanishiga ta'sir qilish mumkinligini ko‘rsatadi.

Petrova, M. (2022) - "Pedagogik psixologiya va psixologik maslahat: muammo va yechimlar" maqolasi pedagogik psixologiyaning muhim yo‘nalishlarini, jumladan, o‘quvchilarning stressga qarshi kurashish usullarini, motivatsiyani oshirish va ularning psixologik salomatligini ta'minlashni o‘rganadi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili pedagogik psixologiyaning zamonaviy yo‘nalishlarining murakkab va ko‘p qirrali ekanligini ko‘rsatadi. Bu yo‘nalishlar o‘quvchilarning ta'limda muvaffaqiyatini oshirish uchun psixologik xizmatlar va metodlar yordamida amalga oshiriladi. Shuningdek, o‘qituvchilarning psixologik bilimlarining chuqurlashuvi o‘quvchilarning muvaffaqiyatli rivojlanishi va ta'lim jarayonining sifatini oshirishda muhim rol o‘ynaydi.

Muhokama. Pedagogik psixologiyaning zamonaviy yo‘nalishlari va uning ta'limdagi roli o‘qitish jarayonini yanada samarali qilish uchun muhim o‘rin tutadi. Ushbu sohada olib borilgan tahlil va tadqiqotlar, pedagogik psixologiyaning o‘quvchilarni yaxshiroq tushunish va ularga individual yondashuvni taqdim etishdagi o‘rni tobora muhimlashayotganini ko‘rsatadi. Zamonaviy ta'lim tizimida pedagogik psixologiyaning ahamiyati o‘quvchilarning kognitiv va emotsional rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashda yotadi. Shuning uchun, ta'lim jarayonida psixologik bilimlarni integratsiya qilish, o‘quvchilarni yanada samarali o‘qitish uchun zarurdir.

O‘quvchilarning psixologik ehtiyojlari va ularning o‘rganish jarayonidagi individual farqlari hisobga olinmasdan, o‘quv jarayoni samarali bo‘lmasligi mumkin. Shu sababli, o‘qituvchilarning psixologik bilimlari, ularning o‘quvchilarning ehtiyojlariga mos yondashish va shaxsiy xususiyatlarini hisobga olish orqali ta'limda muvaffaqiyatga erishish imkoniyatini yaratadi. O‘qituvchilar va psixologlarning birgalikdagi yondashuvi, o‘quvchilarning ijtimoiy va emotsional rivojlanishini rag‘batlantirishda muhim rol o‘ynaydi.

Bundan tashqari, zamonaviy pedagogik psixologiyaning yangi yondashuvlari, ayniqsa, kognitiv va emotsional rivojlanishni o‘rganish, motivatsiya va stressni boshqarish usullari ta'lim jarayonini yanada samarali qilishda yordam beradi. Ushbu usullar, o‘quvchilarning faolligini oshirish, o‘ziga bo‘lgan ishonchini kuchaytirish va stressni kamaytirish kabi masalalarga yo‘naltirilgan.

Zamonaviy pedagogik psixologiyaning asosiy yo‘nalishlaridan biri - o‘quvchilarning motivatsiyasini oshirish va stressni boshqarishdir. Bunda o‘qituvchilarning psixologik yondashuvlari muhim rol o‘ynaydi, chunki o‘qituvchi va psixologlarning o‘zaro hamkorligi o‘quvchilarning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshiradi, shuningdek, ularning salbiy psixologik holatlari bilan ishlashda muvaffaqiyatga erishishga yordam beradi.

Shu bilan birga, pedagogik psixologiyaning integratsiyasi o‘quvchilarni yanada rivojlantirish, ularning ijtimoiy va shaxsiy jihatlarini tushunish uchun muhim vositadir. Bu yondashuv o‘quvchilarning umumiy

farovonligini oshirishda, ularning psixologik salomatligini ta'minlashda va ta'lim tizimining sifatini oshirishda katta ahamiyatga ega.

Shu bilan birga, pedagogik psixologiyaning zamonaviy metodlaridan foydalanish o‘qituvchilarning samarali faoliyatini ta'minlash va o‘quvchilarni yanada muvaffaqiyatli tarbiyalashga imkon yaratadi. Bu sohadagi tadqiqotlar, ta'lim tizimini takomillashtirish va o‘quvchilarning har tomonlama rivojlanishini ta'minlashda pedagogik psixologiyaning ahamiyatini yanada oshiradi.

Pedagogik psixologiyaning zamonaviy yo‘nalishlari ta'lim tizimining rivojlanishiga katta ta'sir ko‘rsatadi, chunki bu soha nafaqat o‘quvchilarning psixologik holatini tushunishga yordam beradi, balki o‘qitish jarayonining samaradorligini oshiradi. O‘quvchilarni yaxshiroq tushunish, ularning ehtiyojlari va xususiyatlarini hisobga olish ta'limni individual yondashuv asosida rivojlantirishga yordam beradi. Shuningdek, pedagogik psixologiyaning ta'limda qo‘llanilishi o‘quvchilarning rivojlanishiga, emotsional farovonligiga, o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshirishga xizmat qiladi.

Zamonaviy pedagogik psixologiya, o‘quvchilarning ruhiy holatini yaxshilashga, ularni stress va xavotirlaridan xalos qilishga yordam beradigan yangi usullarni ishlab chiqmoqda. Motivatsiya va o‘zini anglash masalalari bu sohaning muhim qismlaridan biri bo‘lib, bu o‘quvchilarning ta'limdagi muvaffaqiyatini oshiradi. Ta'lim jarayonida psixologik yondashuvlar o‘quvchilarni faollashtirish, ular bilan shaxsiy tarzda ishlash imkoniyatlarini yaratadi, bu esa o‘quvchilarning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshiradi va umumiy farovonlikni ta'minlaydi.

Shuningdek, pedagogik psixologiyaning ta'limga integratsiyasi o‘quvchilarning har tomonlama rivojlanishini ta'minlaydi. Psixologik bilimlarning o‘qituvchilarga berilishi, ularning o‘quvchilar bilan ishlashda yanada samarali bo‘lishini ta'minlaydi. O‘qituvchilarning psixologik tayyorgarligi va bu bilimlarni ta'lim jarayoniga kiritish o‘quvchilarning psixologik holatiga yaxshi ta'sir ko‘rsatadi. O‘quvchilarning ijtimoiy rivojlanishi, o‘zini anglash va guruhda ishlash ko‘nikmalarini o‘rgatish bu jarayonda katta rol o‘ynaydi.

Bundan tashqari, pedagogik psixologiyaning asosiy yo‘nalishlari, jumladan, stressni boshqarish, o‘quvchilarda o‘zini anglashni rivojlantirish va motivatsiyani oshirish, o‘qitishning samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Ta'lim jarayonida bu yondashuvlarni qo‘llash, o‘quvchilarning o‘zaro munosabatlarini yaxshilash, ularni bir-biriga qo‘llab-quvvatlashga undash imkoniyatini yaratadi.

O‘qituvchilar va psixologlarning birgalikda ishlashi, ta'limda muvaffaqiyatga erishish uchun zaruriy omil bo‘lib qolmoqda. O‘quvchilarning ruhiy salomatligi, stress bilan kurashish ko‘nikmalarini rivojlantirish va motivatsiyani oshirish kabi masalalar pedagogik psixologiyaning eng asosiy yo‘nalishlaridan biridir. Bunday yondashuvlar, ta'lim jarayonining sifatini oshirish, o‘quvchilarning psixologik ehtiyojlarini hisobga olish va ularning o‘rganish jarayonida yuqori natijalarga erishishiga yordam beradi.

Umuman olganda, pedagogik psixologiyaning zamonaviy yo‘nalishlari, o‘quvchilarning ta'limdagi muvaffaqiyatini oshirish, ularning psixologik holatini yaxshilash va shaxsiy rivojlanishini ta'minlashda muhim rol o‘ynaydi. Ta'lim tizimida bu yondashuvlarning qo‘llanilishi nafaqat o‘quvchilarning bilim darajasini oshiradi, balki ularning psixologik salomatligini saqlashga ham yordam beradi.

Ushbu jadval pedagogik psixologiyaning zamonaviy yo‘nalishlarini va ta'lim jarayonidagi psixologik yondashuvlarni tahlil qiladi. Har bir yo‘nalish bo‘yicha qo‘llanilishi va natijalari keltirilgan, bu o‘qituvchilar va psixologlarga o‘quvchilarning ruhiy va emotsional rivojlanishini yaxshilash, stressni boshqarish, motivatsiyani oshirish va individual yondashuvlarni samarali amalga oshirish imkonini beradi.

1-jadval.

Yo‘nalish	Qo‘llanilishi	Natijalar
Motivatsiya va psixologik xavotir	O‘quvchilarni rag‘batlantirish, stressni kamaytirish.	O‘quvchilarning faol ishtiroki va yaxshi natijalar.
Psixologik holatni tahlil qilish	O‘quvchilarning ruhiy holatini kuzatib, yordam ko‘rsatish.	Psixologik barqarorlik va muvaffaqiyatli ta'lim.
Individual yondashuv	Har bir o‘quvchining ehtiyojlariga mos o‘qitish.	O‘quvchilarning individual rivojlanishi.
Ijtimoiy va emotsional rivojlanish	O‘quvchilarda empatiya va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish.	Guruhlarda samarali ish, emotsional rivojlanish.
Stressni boshqarish	Stressni boshqarish texnikalarini o‘rgatish.	O‘quvchilarning stress darajasi kamayadi.
Texnologiya qo‘llash	Onlayn platformalar va interaktiv darslar.	Ta'limda innovatsion yondashuvlar.
Pedagogik	Psixologik maslahatlar va tekshiruvlar.	Psixologik yordam va qo‘llab-

psixologning roli		quvvatlash.
Tashqi omillarni boshqarish	O‘quvchilarning oilaviy va ijtimoiy sharoitlarini yaxshilash.	Ta'limning samarali rivojlanishi.

Xulosa. Pedagogik psixologiyaning zamonaviy yo‘nalishlari va uning ta'limdagi roli tahlil qilingan maqolada, psixologik yondashuvlarning ta'lim jarayonidagi ahamiyati aniq ko‘rsatilgan. Pedagogik psixologiyaning asosiy yo‘nalishlari o‘quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olish, ularning emotsional va psixologik ehtiyojlarini qondirish, ta'lim jarayonini optimallashtirish va motivatsiyasini oshirishga qaratilgan. Shuningdek, zamonaviy ta'lim tizimi o‘qituvchilar va psixologlarga o‘quvchilarning psixologik holatini yaxshilash uchun innovatsion metodlar va yondashuvlar qo‘llash imkoniyatini taqdim etadi.

Adabiyotlar:

1. Рубинштейн, С. Л. (2000). Общая психология. Москва: Академия.
2. Голявкин, В. В., & Васильева, Т. В. (2010). Педагогическая психология: теория и практика. Москва: Просвещение.
3. Леонтьев, А. Н. (2003). Психология обучения и воспитания. Москва: Изд-во МГУ.
4. Петровская, И. В., & Абулханова-Славская, К. А. (2007). Психология развитие человека. Москва: Издательство «Смысл».
5. Duvall, D. (2013). The psychology of education. New York: Academic Press.
6. Sternberg, R. J. (2009). Pedagogical psychology: Insights and applications. Cambridge University Press.
7. Запорожец, А. В. (1999). Психология обучения: Основы педагогической психологии. Москва: Педагогика.
8. Выготский, Л. С. (1984). Психология обучения и развития (Translation). Москва: Педагогика.

Eshnayev Nortoji Jumayevich,
Chirchiq davlat pedagogika universiteti Psixologiya kafedrasi dotsenti
eshnayev8080@gmail.com

TALABALARNING INTELLEKTI VA KASBIY YO‘NALGANLIGINI PSIXOLOGIK TADQIQ ETILISHI OTMLARDA MOBIL MUTAXASSIS TAYYORLASH SAMARADORLIGINING OMILI SIFATIDA

Annotatsiya. *Mazkur maqolada, barqaror zamonaviy ta’lim infratuzulmalarini shakllantirishda mobil mutaxassis tayyorlash muhim omili ekanligi, bunda psixologik jihatdan ijodiy yondashishga ustuvorlik berishi lozimligi, mobil mutaxassislarni tayyorlashni ilmiy tadqiqotga muvofiqlashtirish ijtimoiy-psixologik zaruriyat ekanligi hamda OTM muhitini zamonaviy innovatsion pedagogik –psixologik omillarga muvofiqlashtirish mazkur maqsadni rivojlantirishning asosi ekanligi tahlil etilgan.*

Kalit so‘zlar: *ta’lim muhiti, zamonaviy innovatsion pedagogika, psixologik yondashuv, intellekt, mobillilik, kasbiy yo‘nalganlik, ta’lim trayektoriyasi, ilmiy tadqiqot, intellekt, istiqbolli strategiya, prognozlashtirish, psixologik tadqiq etish.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ИНТЕЛЛЕКТА СТУДЕНТОВ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ КАК ФАКТОР ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОДГОТОВКИ МОБИЛЬНЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ

Аннотация. *В данной статье проанализировано то, что подготовка мобильного специалиста является важным фактором в формировании устойчивой современной образовательной инфраструктуры. При этом подчёркивается необходимость приоритета творческого подхода с психологической точки зрения. Отмечается, что согласование подготовки мобильных специалистов с научными исследованиями является социально-психологической необходимостью. Кроме того, утверждается, что адаптация среды высших учебных заведений к современным инновационным педагогическим и психологическим факторам является основой для развития данной цели.*

Ключевые слова: *образовательная среда, современная инновационная педагогика, психологический подход, интеллект, мобильность, профессиональная направленность, образовательная траектория, научные исследования, интеллект, перспективная стратегия, прогнозирование, психологическое исследование.*

PSYCHOLOGICAL RESEARCH OF STUDENTS' INTELLIGENCE AND PROFESSIONAL ORIENTATION AS A FACTOR OF EFFECTIVENESS OF TRAINING MOBILE SPECIALISTS

Abstract. *This article analyzes the importance of training mobile specialists as a key factor in developing sustainable modern educational infrastructures. It emphasizes the need to prioritize a psychologically creative approach in this process. The article also highlights that aligning the training of mobile specialists with scientific research is a socio-psychological necessity. Furthermore, it argues that adapting the higher education environment to modern innovative pedagogical and psychological factors is fundamental to achieving this goal.*

Keywords: *educational environment, modern innovative pedagogy, psychological approach, intellect, mobility, professional orientation, educational trajectory, scientific research, prospective strategy, forecasting, psychological research.*

Kirish. Bugungi dunyoda innovatsiyalar, jamiyat hayoti madaniy jarayonining umumiy mohiyatini o‘zida aks ettirib, ijtimoiy tashkil etilgan tizimlarning innovatsion salohiyatini rivojlantirishning strategik maqsadiga aylanmoqda hamda iqtisodiy sohalar drayverini harakatga keltiruvchi omil bo‘lib xizmat qilmoqda. Mazkur jarayon, bevosita aniq tizimga asoslangan va barqaror rivojlanish trayektoriyasiga ega bo‘lgan ilm-fan modili bilan tavsiflanadi. Bugungi kun jamiyatning barcha sohalari taraqqiyoti va ertangi kunning istiqbolli strategiyasini belgilash va pragnozlash innovatsion omillar bilan tavsiflangan ta’lim jaryonini uzluksizligini qanday tashkil etish va muvofiqlashtirish bilan izohlanadi.

Shu nuqtayi nazardan, jamiyat miqyosida raqobatbardosh iqtisodiyotni, barqaror ijtimoiy inratuzulmalarni, bo‘shliqsiz madaniy muhitni, jamiyatni harakatga keltiruvchi va faoliyatlar muvofiqligini ta’minlovchi, davlat va jamiyat manfaatlariga muvofiqlashtiruvchi yuksak ma’naviy dunyoqarashga ega

bo‘lgan yosh avlodni tarbiyalash, innovatsion g‘oya va loyihalarni tizimli shakllantirish hamda vatanparvarlik elementlarini shaxs xususiyatida qaror toptirish bugungi kunda tashkil etiladigan ta’lim va uni amalga oshiradigan pedagog hamda ta’lim-tarbiya muhitini qanchalik zamonaviy innovatsiyalar bilan uyg‘unlashganligiga bog‘liq.

Darhaqiqat, XXI asr dunyoda ijtimoiy rivojlanish istiqbollari va madaniy-ma’naviy barqarorlik, istiqbolli iqtisodiy yuksalish asosan ta’lim tizimining holatiga hamda uning shaxs va jamiyatning yuqori sifatli ta’lim xizmatlariga bo‘lgan ehtiyojlarini qondirish qobiliyatiga bog‘liq.

Shu nuqtayi nazardan, bugungi kunda davlat ta’lim standartlarini qayta ko‘rib chiqish hamda zamonaviy o‘quv jarayon talab va tamoyilidan kelib chiqqan holda ta’lim jarayonining asosiy elementlarini yangilash maqsadga muvofiq. Bunda asosan, zamonaviy ta’lim mazmuni, uning o‘qitish texnologiyasi, nostandart ta’limni qo‘llab-quvvatlash fondlarni ko‘paytirish va huquqiy bazalarni leberallashtirish, shuningdek, ta’lim tizimining barcha elementlari o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni innovatsion omillarga mvofiqlashtirgan holda, ta’limdagi mavjud buyrokratik yondashuvni ta’lim “hayotidan” siqib chiqarish taqozo etiladi.

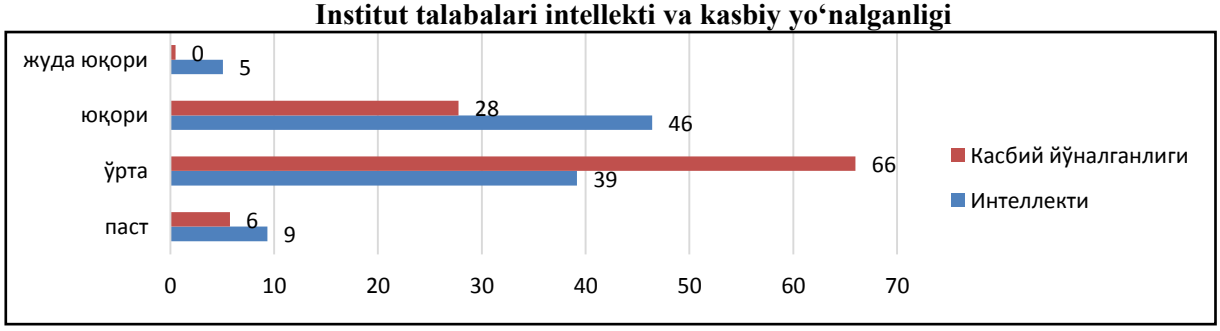
Mazkur yondashuv, ta’lim muhitini va unda sodir bo‘layotgan jarayonlarni o‘zgartirishni taqozo etgan holda, ta’limda kompleks o‘zgarishilarni o‘zida aks ettirgan innovatsion loyihalarni joriy etishni hamda professor-o‘qituvchilarning innovatsion faoliyatiga bo‘lgan kasbiy kompetensiyasini zamon talabi nuqtayi nazaridan o‘zgartirishini, shuningdek, zamonaviy ta’lim samaradorligi mezonini ishlab chiqish kun tartibiga qo‘yadi.

Tahlil va natijalar. Bugungi kunda innovatsion ta’lim muhitini shakllantirishning konseptual g‘oyasi davlat ta’lim siyosatini zamonaviy kompleks taraqqiyot trayektoriyasiga asoslanishini, maqsadli ta’limni tashkil etish hamda xalqaro standartlarga javob beradigan yuqori natijalarga erishishga qaratilgan ta’lim tizimini barqaror innovatsion rivojlanish omillari bilan tavsiflanishi va uning zamonaviy mexanizmlarini yaratish bilan tavsiflanadi.

Shu nuqtayi nazardan, ta’lim tashkilotlarida innovatsiyalarni joriy qilish "yangi", "innovatsiya" va "innovatsion jarayon" kabi tushunchalarni olib kirilishi hamda mazkur tushuncha va yondashuvlarning mohiyatiga e’tibor qaratish maqsadga muvofiq. Shuningdek, oliy ta’lim dargohlari jamiyat uchun mobil mutaxassislarni tayyorlashda inson kapitali bilan bog‘liq masalalarni mintaqa va butun mamlakat ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish darajasining mezonini belgilovchi aspekt sifatida e’tirof etish hamda ilmiy tadqiqot asosida o‘rganish lozim.

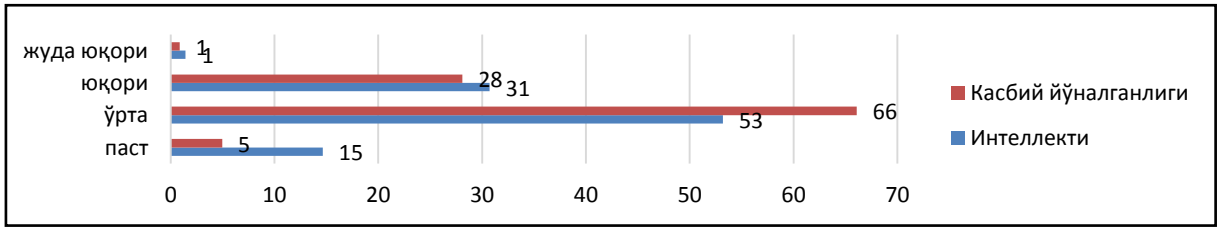
2021-yilda Toshkent viloyati Chirchiq davlat pedagogik instituti (hozirgi Chirchiq davlat pedagogika universiteti) talabalarini kasbiy ko‘nikma va malakalarni muvaffaqiyatli mustaqil o‘zlashtirish hamda intellekti va kasbiy yo‘nalganligi (N.J.Eshnayev tomonidan) o‘rganilganda quyidagi natijalar qayd etildi.

Institut talabalari intellekti va kasbiy yo‘nalganligi



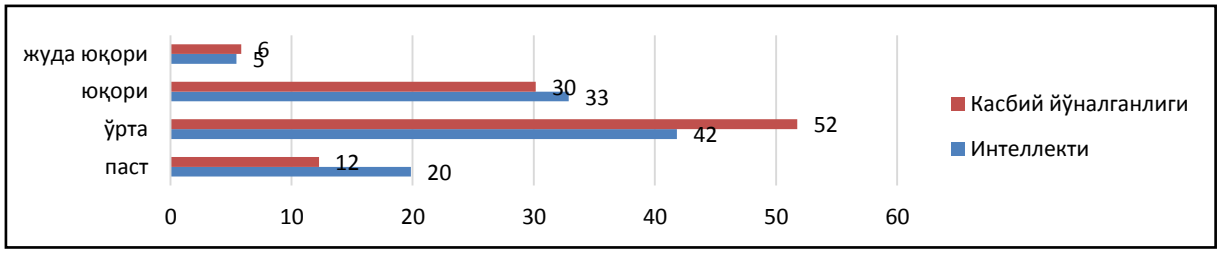
Institut talabalari intellekti va kasbiy yo‘nalganligi

1-kursda tahsil olayotgan talabalarning 66% da kasbiy yo‘nalganlik o‘rta darajada bo‘lsa (6% past), intellekt 39% o‘rta darajani (9%past) qayd etdi.



2-kurs

2-kursda tahsil olayotgan talabalarning 66% da kasbiy yo‘nalganlik o‘rta darajada bo‘lsa (5% past), intellekt 53% o‘rta darajani (15%past) qayd etdi.



3-kurs

3-kursda tahsil olayotgan talabalarning 52% da kasbiy yo‘nalganlik o‘rta darajada bo‘lsa (12% past), intellekt 42% o‘rta darajani (20%past) qayd etdi.

Tahlillar natijasi shuni ko‘rsatadiki, institutda tahsil olayotgan umumiy talabalarning 61,3% da pedagogik kasbiy yo‘nalganlik o‘rta darajada, 44,6% da intellekt o‘rta darajada ekanligi aniqlangan hamda 7,6% kasbiy yo‘nalganlikning past darajasi qayd etilgan. 7,6% kasbiy yo‘nalganlikning past darajasini qayd etilishi bu normal holat deb qabul qilinishi mumkin. Sababi bu toifadagi talabalar OTMni tamomlagandan keyin xalq ta’limi tizimida faoliyat olib bormasligini o‘zlari ham yaxshi bilishadi. Ammo institutda tahsil olayotgan talabalarning kasbiy yo‘nalganligi 61,3% da o‘rta darajani qayd etishi respublika OTMlar orasida reytingini tushib ketishiga olib kelishi mumkin. Bizning nuqtayi nazarimiz va ilmiy prognozimizga ko‘ra kelgusida har bir OTMning reytingi uning kadrlar bandligi va xalq ta’limi tizimida erishgan yutuqlari bilan belgilanadi. Shu nuqtayi nazardan kelib chiqadigan bo‘lsak bu borada o‘z vaqtida zaruriy chora-tadbirlar rejasini ushbu ilmiy prognoz nuqtayi nazaridan kelib chiqib tashkil etish maqadga muvofiq bo‘ladi.

Ahamiyatli jihati shundaki, kasbiy yo‘nalganlik va intelliktning o‘rta darajasini yuqoriligi tadqiqotda o‘rganligan 3 ta bosqich talabalarida kichik farqlar bilan namoyon bo‘lmoqda. Aytmoqchimizki, birinchi kurs bo‘lgani uchun ham shunday bo‘lgan bo‘lishi mumkin degan tushuncha ham ba’zi mutaxassislar tomonidan e’tirozli fikrlarni bildirilishga sabab bo‘lishi mumkin. Biroq bizning fikrimizcha bu pedagogika institutiga kelgan talabalarda kasbiy yo‘nalganlik 95%dan kam bo‘lmasligi kerak. Kasbiy yo‘nalganlikning negizida, kasbiy qiziqish, layoqat va bu kasbdan oladigan moddiy va ma’naviy manfaatdorlik, jamiyatda pedagog maqomning yuqoriligi yotadi.

Kasbiy yo‘nalganlining past darajasini keltirib chiqaruvchi asosiy ijtimoiy - psixologik sabablari sifatida quyidagilarni ko‘rsatish mumkin:

- Shu kungacha o‘qituvchi kasbining ijtimoiy-ma’naviy jihatdan maqomi tushib ketganligi;
- xalq ta’limi tizimida faoliyat olib borayotgan o‘qituvchilarning kasbiy faoliyatida ijtimoiy ahamiyatga ega bo‘lgan yetarli yutuqlarga erishmaganligi (uning shaxsiy va kasbiy maqomini oshirish va motivatsiya beradigan); o‘qituvchining jamiyatda ijtimoiy-iqtisodiy barqarorlik darajasini ta’minlanmaganligi (qonun va qarorda ko‘rsatilgan bo‘lsada amalda o‘z natijasini bermaganligi); o‘qituvchining – o‘quvchi nigohida obro‘si va maqomi ba’zi sabablarga ko‘ra su’niy ravishda tushirib yuborilganligi (davlat va nodavlat tashkilotlarni o‘qituvchi va o‘quv faoliyatga noqonuniy aralashuvining ko‘payib ketganligi); o‘qituvchining obodonlashtirish ishlariga jalb etilganligi (ta’lim beruvchi pedagogni yoshlarga sinfda ta’lim va tarbiya berish bilan bog‘liq funksional vazifasi qolib ketib, ko‘cha ishlariga jalb etish orqali USTOZ degan “Buyuk unvon”dan jamiyat yoshlari ko‘z o‘nida mahrum qilganligi); o‘qituvchi shaxsi va kasbini jamiyatda qadr topmaganligi (Yoshlar nazdida o‘qituvchi kasbi eng nufuzi past kasb sifatida e’tirof etilishi, hamda ularning miyasida ongsiz va anglanmagan holda ushbu kasbga nisbatan ikkinchi qolversa oxirgi ilojsizlikdan egallanishi lozim bo‘lgan kasb darajada dasturlanib qolganligi); o‘qituvchi faoliyati davlat va jamiyat tomonidan moddiy va ma’naviy rag‘batlantirilmaganligi; o‘qituvchi faoliyati davlat va jamiyat tomonidan noqonuniy tarzda qo‘shimcha faoliyatlarga muntazam jalb etib kelinganligi; uztoz va shogird munosabatlarining yo‘q bo‘lib ketishi; jamiyatda o‘qituvchi o‘z kasb bilan o‘quvchi va boshqa kasb egalari oldida jamiyatdagi maqomi va nufuzi bilan faxrlana olmaganligi; o‘qituvchi va o‘quvchi o‘rtasidagi subardnizatsiyaning yo‘qolganligi; o‘qituvchilik kasbi bilan oila boqish va farzandlarni munosib tarbiyalab hamda shakllantirish borasida yoshlarda mavjud shubhalarning ustunligi; jamiyatning boshqa sohalari tomonidan o‘qituvchi kasbiga past nazar bilan qaralganligi bularning bari yoshlarda o‘qituvchilik kasbiga bo‘lgan qiziqishning pasayishiga, qobiliyatlarning so‘nishiga olib kelgan (Sh.M.Mirziyoyev Perezident bo‘lib hokimiyat tepasiga kelgan ilk kunda boshlab o‘qituvchi maqomi davlat va jamiyat tomonida yuksak darajada e’tirof etilib, barcha kasblar toji hamda davlat va jamiyat taraqqiyotini

belgilab beruvchi yagona soha ekanligi, unda faoliyat olib borayotgan professor-o‘qituvchi maqomi oshirilib, moddiy va ma’naviy rag‘bat davlat darajasidagi siyosiy ustuvor vazifa etib belgilandi).

Ushu masalalar bilan bog‘liq muammolarni oldini olish va bartaraf etish yuzasidan taklif: har bir o‘quvchi(talaba)da pedagoik faoliyat bilan shug‘ullanish oliy sharaf ekanligini innovatsion ta’lim klasteri asosida ya’ni hududiy klasterning tizimli modelini ishlab chiqish orqali oila, MTM va maktab kesimida milliy qadriyat darajasiga olib chiqishning ma’naviy-ma’rifiy va psixologik mexanizmini ishlab chiqish va amalga oshirish; yoshlar (ba’zi ota-onalar) ongida o‘rnashib qolgan o‘qituvchi kasbiga bo‘lgan eskicha qarash (hurmatsizlik, jamiyatda qadr topmagan kasb sifatida e’tirof etilganligini) larni ijtimoiy-psixologik treninglar asosida bartaraf etish va bu kasbga nisbatan simpatiyani yuqori darajasini qaror toptirish; ta’limda amaliyotchi psixolog kasbini joriy etish barcha soha uchun kasbiy yo‘nalganlik va intellekt bilan bog‘liq bo‘lgan muammolarning oldini oladigan asosiy va yagona yechim ekanligini ilmiy-amaliy tadqiqot yoki maqsadli grant doirasida ochib berish; OTMda talabalarning o‘z kasbiga bo‘lgan qiziqishni oshirish va unga mas’uliyat bilan yondashish borasida ijtimoiy-psixologik seminar va treninglar tashkil etish; OTM professor-o‘qituvchilari talabalar bilan ishlash jarayonida ularga ko‘proq kasbiy motvatsiya berishi; OTMda sohaviy kurslar o‘rtasida intellektual o‘yinlarni joriy etish va ommalashtirish; individual va guruhiy mas’uliyatni shakllantirish; OTMning kelgusidagi istiqboli va reytingi shu joyda tahsil olgan talabalarning jamiyatda faoliyati va kasbiy yutuqlari bilan belgilanishini barcha fan professor – o‘qituvchilari ta’sirchan metodlardan foydalangan holda talabalar ongiga dasturlashi; OTMdagi psixologiya kafedrasi professor-o‘qituvchilari metodik ko‘rsatma va tavsiyalarni ishlab chiqishi hamda talabalar bilan bu boradagi treninglarni o‘tkazib borishi.

- OTM va xalq ta’limi tizimida pedagogik kasbiy kompetentlik fanini joriy etish va o‘qitish borasida chora –tadbirlar dasturini ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish lozim.

Xulosa. Mazkur yondashuv pedagogika sohasiga yo‘naltirilgan OTMlar faoliyat istiqbolini belgilab, kelajakda davlat va jamiyat uchun xizmat qiladigan yosh avlodni ma’nan va aqlan yetuk hamda mobil ko‘nikma va malaka bilan kamolotga yetishini ta’minlovchi mutaxassislarni tayyorlashga zamin bo‘lib, barcha sohada o‘z qobiliyati va iste’dodini namoyon etish kompetentligini yuzaga chiqarishni ta’minlaydi.

Adabiyotlar:

1. Eshnaev N.J. Character as an individual and psychological feature // Fan, ta’lim va amaliyot integratsiyasi. 2021. №2 Issn, 2181-1776.

2. Eshnaev N.J. Negative impact of discriminatory factors on mobile and adaptive relationships of students // Science and innovation international scientific journal volume 2 issue 5 may 2023 Uif-2022: 8.2 | issn: 2181-3337 |

3. Pankova T.N., Larina E.B. The influence of immersive learning on professionally mobile specialists // Современная экономика: проблемы и решения, 2015, №. 2 (62), s. 82-89.

4. Панкова Т.Н. Профессиональная мобильность как неотъемлемая характеристика современного специалиста в системе непрерывного профессионального образования // Вестник Воронеж. гос. ун-та. Сер.: Проблемы высшего образования, 2013, но. 1, с. 99-102.

5. Солоненко В.А. Формирование профессиональной мобильности будущих экономистов-менеджеров в образовательном процессе вуза. Дис. Брянск, 2010.

G’aniyev Axrorjon Alisher o‘g‘li,
Andijon davlat universiteti tadqiqotchisi

INTEGRATIV MOSLASHUV MODELI: MIGRANTLARNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MOSLASHUVI VA AKKULTURATSIYA DINAMIKASI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada immigrantlarning ijtimoiy-psixologik moslashuv jarayoni tahlil qilinib, «Integrativ moslashuv modeli» taklif etiladi. Model shaxsiy, ijtimoiy, iqtisodiy, madaniy, raqamli va ekologik omillarni qamrab oladi. Shu bilan birga, moslashuv bosqichlari - boshlang‘ich tayyorgarlik, real akkulturatsiya, identifikatsiya, integratsiya va transformatsiya bosqichlari tushuntiriladi. Mazkur model immigrantlarning yangi jamiyatga samarali moslashish mexanizmlarini aniqlash va ularni qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan nazariy va amaliy asoslarni taqdim etadi.*

Kalit so’zlar: *immigratsiya, migratsiya, akkulturatsiya, moslashuv, integratsiya, jamiyat, stress, madaniyat, diaspora, moslashuv bosqichlari.*

ИНТЕГРАТИВНАЯ МОДЕЛЬ АДАПТАЦИИ: СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ И ДИНАМИКА АККУЛЬТУРАЦИИ МИГРАНТОВ

Аннотация. *В данной статье анализируется социально-психологическая адаптация иммигрантов и предлагается «Интегративная модель адаптации». Модель охватывает личные, социальные, экономические, культурные, цифровые и экологические факторы. Также рассматриваются этапы адаптации: начальная подготовка, реальная аккультурация, идентификация, интеграция и трансформация. Представленная модель служит теоретической и практической основой для понимания механизмов адаптации и поддержки иммигрантов в новых обществах.*

Ключевые слова: *иммиграция, миграция, аккультурация, адаптация, интеграция, общество, стресс, культура, экономика, диаспора, этапы адаптации.*

INTEGRATIVE ADAPTATION MODEL: SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION AND ACCULTURATION DYNAMICS OF MIGRANTS

Abstract. *This article analyzes the socio-psychological adaptation process of immigrants and proposes an «Integrative Adaptation Model». The model encompasses personal, social, economic, cultural, digital, and ecological factors. Additionally, it explains the stages of adaptation - initial preparation, actual acculturation, identification, integration, and transformation. This model provides theoretical and practical foundations aimed at identifying effective mechanisms for immigrants' adaptation to a new society and supporting them through this process.*

Keywords: *immigration, migration, acculturation, adaptation, integration, society, stress, culture, diaspora, adaptation stages.*

Kirish. Ijtimoiy-psixologik moslashuv muhojirlarning yangi jamiyatga qo‘shilishi, o‘z hayotini barqarorlashtirishi va ruhiy holatini saqlab qolish jarayonidir. Bugungi globallashgan dunyoda millionlab odamlar o‘z vatanlarini tark etib, iqtisodiy, ta’lim, oilaviy yoki siyosiy sabablar tufayli yangi davlatlarda hayot kechirishga majbur bo‘lishmoqda. Janubiy Koreya kabi iqtisodiy rivojlangan mamlakatlar uchun esa mehnat migratsiyasi va demografik muammolar muhojirlarni qabul qilish zaruratini keltirib chiqarmoqda. Ushbu o‘zgaruvchan muhit shuni ko‘rsatmoqdaki, an’anaviy moslashuv modellaridan tashqari, zamonaviy dunyo talablariga mos keladigan innovatsion yondashuvlarga ehtiyoj ortib bormoqda. Shu sababli, biz tomonimizdan **«Integrativ Moslashuv Modeli»** ishlab chiqildi.

Modelning nomlanishi va uning mazmuni:

Taklif qilinayotgan model **«Integrativ Moslashuv Modeli»** deb nomlanadi. Bu nom ikki asosiy sababga ko‘ra tanlandi:

1. **Integratsiya jarayoni muhim rol o‘ynaydi.** An’anaviy moslashuv modellarida muhojirlar odatda assimilyatsiya yoki separatsiya jarayoniga duch keladilar. Assimilyatsiya holatida ular o‘z madaniyatini yo‘qotib, yangi madaniyatga to‘liq singib ketadilar. Separatsiya holatida esa, ular yangi jamiyatga umuman moslasha olmaydilar va faqat o‘z diasporasi doirasida qolib ketadilar. Bizning modelimiz esa **integratsiyani**

optimal strategiya sifatida taqdim etadi, ya’ni muhojir o‘z madaniyati va qadriyatlarini saqlagan holda, yangi jamiyatning muhim jihatlariga ham moslashadi.

2. **Moslashuvning ko‘p bosqichli va tizimli ekanligini ifodalaydi.** "Integrativ Moslashuv Modeli" faqat shaxsiy yoki ijtimoiy jihatlarni emas, balki iqtisodiy, madaniy, raqamli va ekologik omillarni ham qamrab oladi. Ushbu yondashuv orqali muhojirning moslashuv jarayoni butunlay yangi, kompleks yondashuvga ega bo‘ladi.

Nima uchun ushbu yangi modelga zarurat tug‘ildi?

Bugungi kungacha muhojirlarning moslashuv jarayoni bo‘yicha ko‘plab nazariyalar mavjud bo‘lsa-da, ularning aksariyati hozirgi kunda uchrayotgan muammolarni to‘liq qamrab ololmaydi. Ayniqsa, quyidagi omillar ushbu modelni ishlab chiqish zaruriyatini keltirib chiqardi:

- **Global migratsiya tendensiyalarining o‘zgarishi.** Hozirda dunyo bo‘ylab ishchi muhojirlar, talabalar, nikoh orqali immigratsiya qiluvchilar va qochqinlar soni keskin oshmoqda. Janubiy Koreya ham oxirgi o‘n yillikda mehnat muhojirlarini faol jalb qilayotgan davlatlardan biriga aylandi.
- **An’anaviy modellar muhojirlarning yangi muammolarini qamrab olmayapti.** Masalan, ko‘pchilik moslashuv modellarida muhojirning texnologik integratsiyasi yoki ekologik moslashuvi hisobga olinmaydi. Hozirgi kunda **raqamli texnologiyalar** muhojirlarning ijtimoiy tarmoqlarga qo‘shilishi, huquqiy va iqtisodiy bilimlarini oshirishi hamda davlat xizmatlaridan foydalanishi uchun hal qiluvchi rol o‘ynamoqda.
- **Muhojirlarning psixologik va fiziologik salomatligini to‘g‘ri tushunish zarurati.** Ko‘plab muhojirlar Koreyaga kelgach, madaniy stress, yolg‘izlik va og‘ir mehnat sharoitlari sababli depressiya va boshqa ruhiy muammolarga duch kelishadi. Shuning uchun **moslashuv jarayonining psixologik jihati ham to‘liq hisobga olinishi kerak.**
- **Ekologik muhit va yashash sharoitlari muhim omil ekanligi.** Yangi sharoitga moslashish jarayonida muhojirlar iqlim o‘zgarishi, yangi turmush sharoitlari va transport tizimidan foydalanish kabi muammolarga duch kelishadi. Ushbu omillar ham modelimizda alohida o‘rin tutadi.

"Integrativ Moslashuv Modeli" muhojirlarning hayot sifatini yaxshilash, ularning Koreya jamiyatiga tezroq va samarali integratsiyalashuviga ko‘maklashish uchun ishlab chiqilgan. Quyida uning asosiy afzalliklari keltirilgan:

- **Moslashuv jarayonini kompleks yondashuv asosida tushuntiradi.** An’anaviy modellar faqat ijtimoiy yoki madaniy jihatlarga e’tibor qaratgan bo‘lsa, bizning modelimiz **raqamli va ekologik moslashuvni ham qo‘shgan holda muhojirlarning to‘liq moslashuv jarayonini o‘rganadi.**
- **Muhojirlarga aniq yo‘nalishlar beradi.** Har bir muhojir o‘z holatiga mos keladigan omillarni tahlil qilishi va **qaysi sohada eng katta qiyinchiliklarga duch kelayotganini aniqlashi** mumkin bo‘ladi.
- **Hukumat va tashkilotlar uchun samarali strategiyalar ishlab chiqishga yordam beradi.** Koreya hukumati yoki xalqaro tashkilotlar muhojirlarning qaysi bosqichda ko‘proq yordamga muhtoj ekanligini tushunish orqali **yanada samarali dasturlar ishlab chiqishlari mumkin.**
- **Shaxsiy va ijtimoiy moslashuvni yaxshilaydi.** Model har bir muhojir o‘z madaniyati va Koreya jamiyatining asosiy jihatlarini uyg‘unlashtirgan holda yashashiga yordam beradi. Bu esa muhojirlarning ijtimoiy tan olinishi va jamiyatga faol qo‘shilishiga xizmat qiladi.

Ushbu modelning innovatsionligi shundaki, u **faqatgina muhojirlarning ijtimoiy va psixologik moslashuvi bilan cheklanmaydi, balki ularning iqtisodiy, texnologik va ekologik moslashuvini ham hisobga oladi.** Shu sababli, bu model Janubiy Koreyada va boshqa rivojlangan davlatlarda muhojirlarning integratsiya jarayonini tahlil qilish uchun yangi nazariy asos sifatida xizmat qilishi mumkin.

I. Integrativ moslashuv modelining asosiy tizimlari.

Ijtimoiy-psixologik moslashuv jarayonini to‘liq tushunish va tahlil qilish uchun muhojirlar duch keladigan omillarni tizimli yondashuv asosida ko‘rib chiqish muhimdir. "Integrativ Moslashuv Modeli" muhojirlarning Koreya jamiyatiga muvaffaqiyatli qo‘shilishi uchun olti asosiy tizimni o‘z ichiga oladi: **shaxsiy tizim, ijtimoiy tizim, madaniy tizim, iqtisodiy tizim, raqamli tizim va ekologik tizim.** Ushbu model har bir tizimning o‘zaro bog‘liqligini va ularning muhojirlarning umumiy moslashuv jarayoniga ta’sirini tushuntirishga yordam beradi.

1. Shaxsiy tizim (Individuallik darajasi)

Shaxsiy tizim muhojirning o‘ziga xos xususiyatlarini, psixologik barqarorligini va individual strategiyalarini qamrab oladi. Ushbu tizim muhojirning moslashuv darajasi, Koreya jamiyatidagi o‘rnini belgilash va umuman olganda, uning yangi muhitga qanday ta’sirlanishini tushunish uchun asosiy mezonlardan biri hisoblanadi.

Muhojirning **yoshi va jinsi** uning moslashish jarayoniga bevosita ta’sir qiladi. Yosh muhojirlar, ayniqsa talabalar va yosh mutaxassislar yangi jamiyatga tezroq moslashishi mumkin, chunki ularning o‘rganish qobiliyati yuqori bo‘ladi. Keksaroq yoshdagilar esa an’anaviy qadriyatlariga ko‘proq bog‘langan bo‘lib, yangi jamiyatning o‘zgaruvchan madaniyatiga moslashishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Shuningdek, jinsiy farqlar ham ahamiyatli. Ayollar uchun moslashuv jarayoni ikki yo‘nalishda murakkab kechadi: birinchidan, ular Janubiy Koreyaning an’anaviy jamiyatida gender tengsizliklariga duch kelishi mumkin, ikkinchidan esa, agar ular nikoh orqali immigratsiya qilgan bo‘lsalar, turmush o‘rtog‘i va uning oilasi bilan madaniy ziddiyatlar yuzaga kelishi ehtimoli yuqori bo‘ladi.

Shaxsiy tizimning yana bir muhim jihati **ta’lim darajasi va kasbiy malaka** hisoblanadi. Yuqori ta’lim olgan va o‘z kasbiga ega bo‘lgan muhojirlar Janubiy Koreya mehnat bozorida nisbatan yaxshi imkoniyatlarga ega bo‘lishadi, shu bilan birga ular Janubiy Koreya madaniyatiga moslashishda ko‘proq xabardorlik va tayyorgarlikka ega bo‘lishadi. Biroq, ko‘plab mehnat muhojirlari nisbatan past ta’lim darajasiga ega bo‘lib, ular asosan jismoniy mehnat sohalarga jalb qilinadi, bu esa ularning ijtimoiy mavqeini cheklaydi.

Muhojirlarning **ruhiy barqarorligi va stressga chidamliligi** ham ularning moslashuv darajasiga katta ta’sir ko‘rsatadi. Koreya jamiyatining yuqori bosimli mehnat madaniyati va ijtimoiy talablariga bardosh berish uchun muhojirlar ruhiy jihatdan bardoshli bo‘lishlari zarur. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, muhojirlarning stress darajasi ularning ijtimoiy qo‘llab-quvvatlov tizimiga bog‘liq bo‘lib, agar ular mustahkam ijtimoiy tarmoqlarga ega bo‘lsa, stress kamroq bo‘ladi (Berry, 1997).

Koreys tilini bilish darajasi muhojirning Koreya jamiyatiga integratsiya darajasini belgilovchi asosiy omillardan biridir. Tilni yaxshi bilmagan muhojirlar jamiyat bilan bog‘lanishda qiyinchiliklarga duch keladi, mehnat bozori va ijtimoiy tarmoqlarga kirishda to‘siqlarga uchraydi. Shu sababli, Koreyada uzoq muddat yashashni rejalashtirgan muhojirlar uchun til o‘rganish muhim strategik qadamlardan biri hisoblanadi.

Moslashish strategiyalari esa muhojirlarning o‘z ijtimoiy identifikatsiyasini qanday shakllantirishi bilan bog‘liq. Berry (1997) ta’kidlaganidek, muhojirlar to‘rtta asosiy yo‘nalishdan birini tanlashadi: *integratsiya (yangi madaniyat va o‘z madaniyatini uyg‘unlashtirish), assimilyatsiya (faqat yangi madaniyatni qabul qilish), ajratilish (faqat o‘z madaniyatiga yopishib olish) va marginalizatsiya (har ikkala madaniyatni ham inkor etish).* Koreyaga ko‘chib kelgan o‘zbekistonlik muhojirlarning aksariyati integratsion yondashuvni qo‘llab-quvvatlasa-da, ba’zilar assimilyatsiya yoki ajratilish strategiyalarini tanlashadi.

2. Ijtimoiy tizim (Tashqi qo‘llab-quvvatlash darajasi).

Ijtimoiy tizim muhojirning yangi jamiyat bilan qanday aloqaga kirishishini va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlov darajasini o‘z ichiga oladi. Mahalliy aholi va hamjamiyat bilan aloqalar muhojirning Koreya jamiyatida qanchalik muvaffaqiyatli integratsiyalashganini aniqlovchi muhim omildir. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, agar muhojirlar mahalliy aholining qo‘llab-quvvatloviga ega bo‘lsa, ularning moslashuv jarayoni tezroq kechadi (Putnam, 2000).

O‘zbekiston diasporasi va jamoaviy yordam ham muhim ahamiyat kasb etadi. Koreyada o‘zbekistonliklar jamoalari tashkil etilgan bo‘lib, ular yangi kelgan muhojirlarga maslahat va yordam berishadi. Bunday qo‘llab-quvvatlov tarmoqlari muhojirlarning ijtimoiy muammolarni yengishiga yordam beradi.

Jins va milliy kelib chiqishga asoslangan diskriminatsiya ham muhojirlarning ijtimoiy moslashuviga jiddiy ta’sir qiladi. Janubiy Koreyada muhojirlarga nisbatan ba’zi stereotiplar mavjud bo‘lib, ayniqsa, Osiyoning boshqa davlatlaridan kelgan mehnat muhojirlari kamroq huquqlarga ega bo‘lishi mumkin.

Ijtimoiy himoya va huquqiy yordam Koreyada rasmiy hujjatlarga ega bo‘lmagan muhojirlar uchun dolzarb muammolardan biridir. Huquqiy qo‘llab-quvvatlov muhojirlarning o‘z huquqlarini himoya qilishi va adolatli mehnat sharoitlariga ega bo‘lishini ta’minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

3. Madaniy tizim (An’anaviy va yangi madaniyat o‘rtasidagi muvozanat).

Madaniy tizim muhojirning yangi jamiyatdagi madaniyatni qanchalik qabul qilishi va o‘z an’analarini saqlab qolish darajasi bilan bog‘liq. Bu jarayon akkulturatsiya (yangi madaniyatni qabul qilish) va madaniy identifikatsiya (o‘z madaniyatiga sodiq qolish) o‘rtasidagi muvozanatni qanday topish mumkinligini o‘rganadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, muhojirlar o‘z madaniyati va yangi madaniyat o‘rtasida muvozanatni topa olgan hollarda, ular psixologik barqarorlik va ijtimoiy muvaffaqiyatga erishish ehtimoli yuqori bo‘ladi (Berry, 2005).

Koreys va o‘zbek madaniyati o‘rtasidagi farqlar muhojirlarning moslashuv jarayonida eng katta ta’sir qiluvchi omillardan biridir. O‘zbek madaniyati jamoaviylik va oila qadriyatlariga asoslangan bo‘lsa, koreys madaniyati ham o‘xshash jihatlarga ega, lekin unda ancha yuqori intizom va ijtimoiy ierarxiya kuzatiladi. Masalan, Janubiy Koreyada katta yoshdagilarga hurmat, rasmiy muomala qoidalari va ijtimoiy

odob muhim hisoblanadi. O‘zbek muhojirlari ushbu qadriyatlarni qanchalik qabul qila olishi ularning moslashuv darajasiga ta’sir qiladi.

Mehnat etikasi va ish madaniyati ham katta ahamiyatga ega. Koreyada mehnat etikasi juda qat’iy bo‘lib, ish vaqtidan keyin ham jamoa bilan aloqada bo‘lish (masalan, kechki ovqat yoki ichimliklar marosimi) odatiy hol sanaladi. O‘zbekistonlik mehnat muhojirlari uchun bu odatlar o‘ziga xos qiyinchiliklarni tug‘dirishi mumkin, chunki ular oilaviy hayotni afzal ko‘rishi yoki o‘z diniy e’tiqodlariga asoslangan turmush tarziga ega bo‘lishlari mumkin.

Diniy va an’anaviy qadriyatlarning roli muhojirlarning Koreya jamiyatiga qanchalik moslasha olishini belgilovchi omillardan biridir. Janubiy Koreyada aholi asosan konfutsiychilik, buddizm va xristianlik dinlariga e’tiqod qiladi, islom esa keng tarqalgan emas. O‘zbekistonlik musulmon muhojirlar uchun halol ovqat topish, ibodat qilish joylarini izlash va o‘z diniy amallarini bajarish muhim masalalar bo‘lib qoladi. Shu sababli, muhojirlar o‘z dinlarini saqlab qolish bilan birga, mahalliy madaniyatga hurmat bilan yondashish yo‘llarini izlashlari lozim.

Mahalliy urf-odatlarni qabul qilish darajasi muhojirlarning Koreya jamiyatida qanday qabul qilinishiga bevosita ta’sir qiladi. Koreyaliklar milliy bayramlar va an’analarni hurmat qilishadi, shuningdek, kundalik muomalada o‘ziga xos qoidalar mavjud. Masalan, salomlashish paytida egilib ko‘rishish, kattalarga "nim" qo‘shimchasi bilan murojaat qilish va ovqatlanish qoidalariga rioya qilish muhojirlarning madaniy moslashuvini osonlashtirishi mumkin.

4. Iqtisodiy tizim (Barqarorlik darajasi).

Iqtisodiy tizim muhojirlarning Koreyada yashash sharoitlarini yaxshilashi, moliyaviy barqarorlikka erishishi va o‘z hayot sifatini oshirish imkoniyatlariga bog‘liq. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, iqtisodiy mustaqillikka erishgan muhojirlar psixologik stressni kamroq his qilishadi va ijtimoiy moslashuv jarayoni tezroq kechadi (Portes & Rumbaut, 2001).

Ish bilan ta’minlanish va mehnat sharoitlari muhojirlarning Koreya jamiyatiga integratsiya darajasini belgilovchi eng asosiy omillardan biridir. Koreyada ishlash uchun asosiy yo‘llardan biri **Employment Permit System (EPS)** orqali rasmiy mehnat vizasi olishdir. EPS tizimi chet ellik ishchilarga Koreya bozorida ishlash imkonini beradi, ammo mehnat sharoitlari og‘ir bo‘lishi mumkin. Masalan, ishlab chiqarish va qurilish sohalarida ishlovchilar uzoq ish soatlari, yuqori bosim va kam dam olish kunlari bilan duch kelishadi.

Moliya va daromad barqarorligi muhojirlarning Koreyada uzoq muddat yashash imkoniyatlarini belgilaydi. Ko‘pchilik muhojirlar Koreyada ishlash orqali oilalarini moddiy ta’minlashga harakat qilishadi, ammo turli xarajatlar, soliqlar va pul o‘tkazmalari ularga bosim o‘tkazishi mumkin.

Uy-joy masalalari va yashash sharoitlari Koreyada ijaraga uy topish qiyin bo‘lishi mumkin. Shuningdek, ko‘pchilik muhojirlar yotoqxonalarda yoki ish joyi tomonidan taqdim etilgan turar joylarda yashashga majbur bo‘lishadi. Bu esa ularning ijtimoiy hayotini cheklashi va moslashuv jarayoniga salbiy ta’sir qilishi mumkin.

Tibbiy xizmat va ijtimoiy sug‘urta tizimi Koreyada rivojlangan bo‘lsa-da, barcha muhojirlar uchun bir xil darajada qulay emas. Sug‘urta tizimiga kirmagan muhojirlar tibbiy xizmatlardan to‘liq foydalana olmasligi mumkin, bu esa ularning sog‘lig‘iga salbiy ta’sir qiladi.

5. Raqamli tizim (Axborot va texnologiyalardan foydalanish darajasi).

Bu tizim immigrantlarning Koreya jamiyatida qanchalik tez moslashishi va ijtimoiy-iqtisodiy jihatdan muvaffaqiyat qozonishiga ta’sir qiluvchi omillarni qamrab oladi. Zamonaviy jamiyatda **raqamli moslashuv** muhim ahamiyat kasb etib, muhojirlarning ijtimoiy, iqtisodiy va madaniy integratsiyasida hal qiluvchi rol o‘ynaydi va quyidagi jihatlarni qamrab oladi:

- **Axborotga kirish va xabardorlik darajasi** – Immigrantlar hukumat xizmatlari, ish qidirish platformalari va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tarmoqlari haqida qanchalik xabardor?
- **Raqamli savodxonlik va texnologiyalardan foydalanish** – Muhojirlar smartfon ilovalari, elektron davlat xizmatlari (e-gov), moliyaviy xizmatlar (onlayn banking) va mobil aloqa texnologiyalaridan qanday foydalanadi?
- **Onlayn ijtimoiy tarmoqlar va virtual hamjamiyatlar** – O‘zbekistonlik muhojirlarning Telegram, Facebook, YouTube kabi platformalarda o‘ziga xos diasporalari shakllanganmi va ular qanday xizmat ko‘rsatadi?
- **Sun’iy intellekt va tarjima texnologiyalari orqali til to‘sig‘ini yengish** – Google Translate, Papago yoki AI Chatbot-lardan foydalanish qanchalik samarali va muhojirlarning til o‘rganish jarayoniga qanday ta’sir qiladi?

- **Onlayn ta’lim va kasbiy rivojlanish** – Koreyada istiqomat qilayotgan o‘zbekistonliklarning internet orqali ta’lim olish va kasbiy malakani oshirish imkoniyatlari qanday?

Bu omillar immigrantlarning ijtimoiy-psixologik moslashuv jarayonini tezlashtirishi yoki sekinlashtirishi mumkin. Koreya hukumati tomonidan **raqamli integratsiyani qo‘llab-quvvatlash dasturlari** mavjudmi va muhojirlar ulardan qanday foydalanishi mumkinligi ham muhim masala hisoblanadi.

6. Ekologik tizim (Atrof-muhit va yashash sharoitlari ta’siri).

Bu tizim immigrantlarning jismoniy va psixologik salomatligiga bevosita ta’sir qiluvchi omillarni o‘z ichiga oladi. Yashash muhiti, shahar infratuzilmasi va ekologik sharoitlar immigrantlarning moslashuv jarayonida katta rol o‘ynaydi va bu tizim o’z ichiga quyidagi jihatlarni qamrab oladi:

- **Yashash joyi va mahalliy muhit** – Muhojirlarning Koreyada qaysi hududlarda to‘planishi (masalan, Seul, Incheon, Busan, Ansan) va bu hududlarning ijtimoiy integratsiyaga ta’siri qanday?
- **Iqlim moslashuvi va salomatlik** – O‘zbekistonlik muhojirlar Koreyaning nam iqlimi va mavsumiy o‘zgarishlariga qanday moslashadi? Salomatlikka ta’siri qanday?
- **Transport va harakatchanlik** – Immigrantlarning jamoat transportidan foydalanish imkoniyatlari qanday va bu ularning ijtimoiy hayotiga qanday ta’sir qiladi?
- **Oziq-ovqat va turmush tarziga moslashish** – O‘zbekistonlik muhojirlar Koreya taomlariga qanchalik o‘rganadi va o‘z an’anaviy taomlarini topish imkoniyatlari qanday?
- **Jismoniy salomatlik va sport bilan shug‘ullanish** – Muhojirlar uchun sport zallari va sog‘lom turmush tarzi imkoniyatlari qanchalik qulay?

Ko‘p hollarda ekologik omillar muhojirlarning umumiy hayot sifatiga va psixologik farovonligiga sezilarli ta’sir qiladi. Agar yashash muhiti qulay bo‘lsa, stress darajasi kamayadi va ijtimoiy-psixologik moslashuv jarayoni tezlashadi.

II. Ijtimoiy-psixologik moslashuv bosqichlari.

Ijtimoiy-psixologik moslashuv jarayoni muhojirlarning yangi jamiyatga integratsiyalashishidagi eng muhim bosqichlardan iborat bo‘lib, bu jarayonda shaxsiy, madaniy, ijtimoiy va iqtisodiy omillar muhim rol o‘ynaydi. Koreya jamiyatiga kelib qo‘shilgan o‘zbekistonlik muhojirlarning ijtimoiy-psixologik moslashuvi bir necha bosqichlardan iborat bo‘lib, har bir bosqich o‘ziga xos tajribalar, muammolar va moslashuv strategiyalarini talab etadi. Quyida ushbu bosqichlar batafsil yoritiladi.

1. Boshlang‘ich bosqich (Adaptatsiya oldi jarayoni)

Ushbu bosqich muhojirning Koreyaga kelishidan avvalgi tayyorgarlik jarayonlarini qamrab oladi. Bu davrda odam yangi mamlakatga ko‘chib o‘tish uchun ruhiy va emotsional tayyorgarlikni boshlaydi. Ko‘pchilik muhojirlar ushbu bosqichda quyidagi jarayonlardan o‘tadilar:

- Koreya haqida oldindan bilim olishga harakat qilish.
- Til o‘rganish, madaniyat va ijtimoiy muhit bilan tanishish.
- Mamlakat haqidagi stereotiplar shakllanishi.
- Umid va qo‘rquv hissining uyg‘unligi.

Tadqiqotlarga ko‘ra, oldindan tayyorgarlik ko‘rgan muhojirlar Koreya jamiyatiga tezroq moslashishadi, chunki ular o‘zlarini nimaga duch kelishlarini bilishadi.

2. Moslashish bosqichi (Real akkulturatsiya jarayoni)

Muhojirning yangi muhitga kirishi bilan boshlanadigan ushbu bosqich muhim ahamiyat kasb etadi. Bu bosqichda muhojir real hayotda yangi jamiyat bilan tanishib, ijtimoiy va mehnat bozori qiyinchiliklarini boshdan kechiradi:

- Ish topish va mehnat muhitiga moslashish.
- Til to‘sig‘i, ishlash madaniyati va kundalik hayotdagi muammolar.
- Ijtimoiy va madaniy qiyinchiliklarni boshdan kechirish.
- Akkulturatsion stress va moslashuv jarayoni.

Bu bosqichda muhojir o‘ziga mos keladigan moslashuv strategiyasini tanlaydi: **integratsiya, assimilyatsiya, ajratilish yoki marginalizatsiya**. Bu tanlov muhojirning kelajakdagi jamiyat bilan aloqalariga katta ta’sir ko‘rsatadi.

3. Identifikatsiya bosqichi (Ichki qabul qilish va o‘zini anglash jarayoni) -

Bu bosqich immigratsiya jarayonida kam e’tibor qaratilgan, ammo muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu bosqichda muhojir:

- O‘zini Koreya jamiyatida qanday ko‘rayotganini anglay boshlaydi.

- Shaxsiy identifikatsiyasi shakllanadi: Koreya jamiyatining bir qismi sifatida his qilish yoki ajralganligini anglash jarayoni kechadi.
- "Biz va ular" pozitsiyasi shakllanadi.

Shu bosqichda immigrant jamiyatga to‘liq qo‘shilish (assimilyatsiya) yoki o‘z madaniyati va Koreya jamiyati o‘rtasida muvozanat topishga harakat qiladi (integratsiya). Agar shaxs o‘zini jamiyatning chetida his qilsa, ajratilish yoki marginalizatsiya jarayoniga tushib qolishi mumkin.

4. Integratsiya bosqichi (Barqarorlik va ijtimoiy muvofiqlashuv)

Bu bosqichda immigrant Koreya jamiyatiga qanchalik moslasha olishini anglaydi.

- Barqaror ish topish, ijtimoiy aloqalar va mahalliy jamiyat bilan integratsiyalashish jarayoni kuchayadi.
- Mahalliy madaniyat bilan o‘z shaxsiy qadriyatlarini uyg‘unlashtirish jarayoni davom etadi.
- Immigrant jamiyatda o‘ziga mos ijtimoiy rolni egallaydi.

Ushbu bosqichda immigrant jamiyat bilan barqaror aloqalar o‘rnatadi va o‘zini jamiyatning ajralmas qismi sifatida his qila boshlaydi.

5. Transformatsiya bosqichi (Madaniy va shaxsiy rivojlanish jarayoni)

Bu bosqich immigrantlarning Koreyada uzoq muddat yashashidan so‘ng yuzaga keladi va ularning madaniy hamda shaxsiy rivojlanishiga asoslanadi.

- Immigrant Koreya jamiyatida o‘z kelajagini qanday ko‘rishini tushuna boshlaydi.
- Koreys madaniyatini o‘zlashtirish darajasi ortadi, lekin shu bilan birga, o‘z milliy madaniyatini qanday saqlab qolish haqida ham o‘ylay boshlaydi.
- Shaxsiy o‘sish va psixologik barqarorlik hosil bo‘ladi.
- Koreya jamiyatiga faol hissa qo‘sha oladigan bosqichga yetib keladi.

Ushbu bosqichda immigrant nafaqat o‘zining Koreyaga moslashish jarayonini tugatadi, balki yangi kelgan muhojirlarga yordam bera boshlaydi va jamiyat rivojlanishiga hissa qo‘shadi.

Ijtimoiy-psixologik moslashuv bosqichlarining o‘rtacha davomiyligi

Bu bosqichlarning har biri turli shaxsiy, ijtimoiy va iqtisodiy omillarga bog‘liq bo‘lishi mumkin, shuning uchun ularning davomiyligi har bir immigrantda turlicha kechishi ehtimoli yuqori. **O’tkazilgan tadqiqotlar** asosida har bir bosqich o‘rtacha qancha vaqt talab qilishi mumkinligini ko‘rib chiqamiz.

1. Boshlang‘ich bosqich (Adaptatsiya oldi jarayoni) – 3 oydan 1 yilgacha

Bu bosqich asosan immigrant Koreyaga kelishidan oldin va dastlabki haftalar davomida sodir bo‘ladi. Migratsiya rejalari, til o‘rganish, madaniyat bilan tanishish kabi jarayonlar bu bosqichda o‘tadi.

- **Oldindan tayyorgarlik ko‘rgan immigrantlar** (til bilimi va Koreya haqida yetarli ma’lumotga ega bo‘lganlar) uchun **3-6 oy** yetarli bo‘lishi mumkin.
- **Tayyorlanmagan immigrantlar** (hech qanday til bilimi yoki Koreya haqida bilimi yo‘q bo‘lganlar) uchun bu bosqich **1 yilgacha davom etishi mumkin**.
- **Tadqiqotlar**: *Kim & Berry (2016)* tomonidan o‘tkazilgan tadqiqotga ko‘ra, Koreyaga yangi kelgan muhojirlarning 70% dastlabki 6 oy ichida ijtimoiy va iqtisodiy moslashuv qiyinchiliklariga duch keladi.

2. Moslashish bosqichi (Real akkulturatsiya jarayoni) – 1 yildan 3 yilgacha

Bu bosqichda immigrantlar Koreya jamiyatiga real ravishda moslashishni boshlaydi. Ular mehnat bozori, ijtimoiy muhit va madaniyat bilan bevosita to‘qnash kelishadi.

- **Til to‘sig‘i** va ijtimoiy aloqalar shakllanishi – 1 yil ichida boshlanadi.
- **Akkulturatsion stress** va kutilmagan muammolar – 2-3 yil davomida kechishi mumkin.
- Ijtimoiy tarmoq yaratish va madaniy moslashish – 3 yildan keyin barqarorlik hosil qiladi.
- **Tadqiqotlar**: *Chung & Yoo (2020)* muhojirlarning aksariyati **2 yil ichida** koreys tilini kamida kundalik darajada o‘rganishini va ijtimoiy integratsiyani boshlashini ko‘rsatadi.

3. Identifikatsiya bosqichi (Ichki qabul qilish va o‘zini anglash jarayoni) – 3 yildan 5 yilgacha

Bu bosqich immigrantning Koreya jamiyatida o‘z o‘rnini anglash bosqichidir.

- Immigrant o‘zini Koreya jamiyatining bir qismi sifatida his qilishi yoki ajralib qolganini anglay boshlashi – 3-4 yil ichida sodir bo‘ladi.
- Shaxsiy identifikatsiya shakllanib borishi – 5 yildan keyin barqaror tus olishi mumkin.
- **Tadqiqotlar**: *Park & Lee (2019)* tadqiqotida, koreys tilini yaxshi bilgan va iqtisodiy jihatdan barqaror bo‘lgan muhojirlar **4-5 yil ichida o‘zlarini Koreya jamiyatining bir qismi sifatida his qilishlari** aniqlangan.

4. Integratsiya bosqichi (Barqarorlik va ijtimoiy muvofiqlashuv) – 5 yildan 10 yilgacha

Bu bosqichda immigrantlar Koreya jamiyatiga moslashgan holda barqaror ijtimoiy mavqega ega bo‘ladilar.

- Barqaror ish, do‘stlar va jamiyatda faol ishtirok etish – 5-7 yilda sodir bo‘ladi.
- Madaniy va iqtisodiy integratsiya to‘liq shakllanadi – 7-10 yilda.
- **Tadqiqotlar**: *Jeong & Kwon (2021)* ko‘rsatishicha, 10 yildan ortiq Koreyada yashagan immigrantlarning 80% o‘zini jamiyatning ajralmas qismi deb hisoblaydi.

5. Transformatsiya bosqichi (Madaniy va shaxsiy rivojlanish jarayoni) – 10 yildan uzoq

Bu bosqich uzoq muddatli istiqbolda immigrantlarning Koreya jamiyatidagi o‘rni va rolini anglash, madaniy muvofiqlik va yangi hayot falsafasini shakllantirish jarayonini o‘z ichiga oladi.

- Immigrant Koreyada o‘z kelajagini qanday ko‘rishini tushuna boshlaydi – 10 yildan keyin.
- Jamiyatga faol hissa qo‘shish bosqichi – 15 yil yoki undan keyin.
- **Tadqiqotlar**: *Ryu & Choi (2023)* tadqiqotida, Koreyada **15 yil yashagan immigrantlarning** 60% jamiyatga hissa qo‘shish va yangi muhojirlarga yordam berish faoliyati bilan shug‘ullanishini bildirgan.

Fikrimizcha, yuqoridagi bosqichlarni umumlashtirgan holda, **ijtimoiy-psixologik moslashuvning umumiy davomiyligi** taxminan:

- **Boshlang‘ich bosqich:** 3 oy – 1 yil
- **Moslashish bosqichi:** 1 – 3 yil
- **Identifikatsiya bosqichi:** 3 – 5 yil
- **Integratsiya bosqichi:** 5 – 10 yil
- **Transformatsiya bosqichi:** 10 yil va undan uzoq

Xulosa. Umuman olganda, **to‘liq moslashuv va jamiyatga to‘liq qo‘shilish jarayoni kamida 10-15 yil vaqt olishi mumkin**. Ammo bu **individuallikka bog‘liq** bo‘lib, shaxsning sharoiti, madaniy moslashish darajasi, iqtisodiy va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlanishi bu jarayonning davomiyligiga sezilarli ta’sir qiladi. Yuqoridagi taxminiy vaqt oralig‘i real tadqiqotlar bilan uyg‘un bo‘lsa-da, shaxsiy omillar, Koreya jamiyatining moslashuvchanligi va immigratsion siyosat o‘zgarishlari bu jarayonning tezlashishi yoki sekinlashishiga sabab bo‘lishi mumkin. Shuning uchun, har bir bosqich **muhojirning shaxsiy tajribasiga bog‘liq** bo‘lib, umumiy vaqt oralig‘ini **shartli** deb qabul qilish kerak.

Bu tahlillar **ijtimoy-psixologik moslashuvni har tomonlama tushunish uchun yordam beradi** va kelgusida Koreyaga kelayotgan o‘zbekistonlik muhojirlarning moslashuv strategiyalarini rejalashtirish uchun foydali bo‘lishi mumkin.

Adabiyotlar:

1. Alimov, S. (2022). Aholi migratsiyasi ijtimoiy-axloqiy muhit transformatsiyasi omili sifatida. Toshkent.

2. Azizov, A. (2024). Migratsiya muammosining ijtimoiylashuvga ta’siri va uning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. // International Journal of Scientific Researchers, 5(2).

3. Demintseva, E. (2017). Identity and the everyday practices of Uzbek migrants in Russia. // Cultural Studies, 31(6), 864–883.

4. Gromova, E. (2011). Maktabda etnik bag‘rikenglikni rivojlantirish. // Maktab o‘quvchilarini tarbiyalash, (1), 13–18.

5. Halimov, S. I. (2024). Migrantlar madaniy adaptatsiyasining falsafiy-axloqiy tahlili. // Ustozlar Uchun, 57(2), 150–154.

6. Karimov, E. (2018). Cultural preservation in Uzbek diasporic communities. // Central Asian Journal of Cultural Studies, 12(3), 45–60.

7. Ganiev, Akhrorjon. (2024). Cross-Cultural Pragmatic Variation in Complaint Speech Acts: A Comparative Study of Uzbek and American English Discourse. 외국학연구, 70, 11-52.

8. Kim, Y. J., & Park, S. J. (2020). Integration of Central Asian migrants in South Korea: Religious and cultural adaptations. // Asian Journal of Comparative Politics, 5(3), 245–267.

9. Kosmarskaya, N. (2011). Post-Soviet diasporas and their homelands in comparative perspective. // Central Asian Survey, 30(3–4), 267–288.

10. Lee, H. K. (2015). Cultural challenges faced by Uzbek migrants in South Korea. // Asian Journal of Migration Studies, 4(2), 145–161.

11. Majidova, D. A., Xusanova, D. F., & Bazarov, A. A. (2021). Mehnat migrantlari oilalarida shaxslararo munosabatlarning pedagogik-psixologik omillari. Toshkent: Fan va texnologiyalar nashriyot-matbaa uyi.

12. Murtazayeva, R. (2020). O‘zbekistonda millatlararo munosabatlar va tolerantlik. Toshkent: Go To Print.

13. Nazarov, R. (2020). Mental health challenges of Central Asian migrants. // Journal of Migration and Health, 8(2), 55–73.

14. Parmonov, F., To‘rayev, Sh., & Daminov, I. (2015). Migratsiya: musofir vatangadolar. Toshkent: Sano-standart.

15. Saipova, M. (2022). Migrantlarning o‘smir yoshdagi farzandlarida ijtimoiy moslashuv muammosi. // Bola va Zamon, 2, 12–13.

16. Tilavoldiyev, A. (2025). Zamonaviy o‘zbek diasporasining etnik-madaniy, institutsional va ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. // Sharq Tarix, Siyosat va Huquq Jurnali, 4(8), 8–13.

17. Ganiev, A. (2024). Cross-Cultural Pragmatic Variation in Complaint Speech Acts: A Comparative Study of Uzbek and American English Discourse. 외국학연구, (70), 11-52.

18. Ganiev, A. (2024). The impact of immigration on language evolution and change: a psycholinguistic perspective. // University Research Base, 956-960.

19. Ganiev, A. (2023). The role of directness level and social factors in the realization of complaining speech act: a cross-cultural study. // Interpretation and researches, 1(11).

Hamroyeva Dilfuza Rahmatullayevna,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

O‘SMIRLARDAGI ADDEKTIV XULQ PSIXODIAGNOSTIKA VA PSIXOKORREKSIYASI

Annotatsiya. *Mazkur maqola o‘smirlardagi addektiv xulqni psixodiagnostika va psixokorreksiya yordamida aniqlash, tahlil qilish va tuzatish jarayonlarini yoritadi. O‘smirlik davrida xulq-atvor muammolari, jumladan addektiv xulqlar, psixologik va ijtimoiy rivojlanishga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Psixodiagnostika usullari yordamida o‘smirlarning ichki muammolari, shaxsiy xulq-atvori va psixologik holati baholanadi.*

Kalit so‘zlar: *o‘smirlik davri, addektiv xulq, psixodiagnostika, psixokorreksiya, xulq-atvor, ruhiy salomatlik, ijtimoiy moslashuv, psixoterapiya, kognitiv-behavioral terapiya, oila va maktabda qo‘llab-quvvatlash.*

ПСИХОДИАГНОСТИКА И ПСИХОКОРРЕКЦИЯ АДДЕКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. *Данная статья освещает процессы выявления, анализа и коррекции аддиктивного поведения у подростков с помощью психодиагностики и психокоррекции. Поведенческие проблемы в подростковом возрасте, включая аддиктивное поведение, могут негативно влиять на психологическое и социальное развитие. С помощью методов психодиагностики оцениваются внутренние проблемы, личностное поведение и психологическое состояние подростков.*

Ключевые слова: *подростковый возраст, аддиктивное поведение, психодиагностика, психокоррекция, поведение, психическое здоровье, социальная адаптация, психотерапия, когнитивно-поведенческая терапия, поддержка в семье и школе.*

PSYCHODIAGNOSTICS AND PSYCHOCORRECTION OF ADDICTIVE BEHAVIOR IN ADOLESCENTS

Abstract. *This article discusses the process of identifying, analyzing, and correcting addictive behavior in adolescents through psychodiagnostics and psychocorrection. During adolescence, behavioral issues, including addictive behaviors, can negatively affect psychological and social development. Psychodiagnostic methods are used to assess the inner conflicts, personal behavior, and psychological condition of adolescents.*

Keywords: *adolescent period, addictive behavior, psychodiagnostics, psychocorrection, behavior, mental health, social adaptation, psychotherapy, cognitive-behavioral therapy, family and school support.*

Kirish. O‘smirlik davri inson hayotida o‘ziga xos, juda murakkab va ko‘p o‘zgarishlarga boy davrdir. Bu davrda o‘smirlar jismoniy, psixologik va ijtimoiy jihatdan o‘zgarib borishadi, shu bilan birga, ularning xulq-atvori ham turli omillarga bog‘liq ravishda shakllanadi. O‘smirlar orasida ba’zi bir xulq-atvor kasalliklari yoki addektiv xulq (narkotik moddalarni iste’mol qilish, qimor o‘ynash, boshqa zararli odatlar) ko‘rinishida namoyon bo‘lishi mumkin. Bu kabi xulq-atvorlar, o‘smirning shaxsiyatini shakllantirish jarayonida, uning kelajakdagi hayoti va ijtimoiy moslashuviga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Psixodiagnostika va psixokorreksiya o‘smirlar orasidagi addektiv xulqni aniqlash va uning oldini olish, shuningdek, mavjud addektiv xulqni tuzatishning samarali usullarini ishlab chiqish uchun muhim ahamiyatga ega. Psixodiagnostika o‘smirlarning psixologik holatini va xulq-atvorini tahlil qilishda, shuningdek, ularning ruhiy va ijtimoiy salomatligini baholashda qo‘llaniladi. Psixokorreksiya esa bu jarayonda o‘smirlarni salbiy xulq-atvorlardan chiqarish, ijtimoiy moslashuvlarini yaxshilash va psixologik muammolarni bartaraf etish uchun zarur bo‘lgan davolash va ta’sir ko‘rsatish usullarini o‘z ichiga oladi.

Shu sababli, o‘smirlardagi addektiv xulqni psixodiagnostika va psixokorreksiya orqali bartaraf etish, ular uchun ijtimoiy jihatdan muvofiq, salbiy oqibatlardan holi kelajakni yaratishda katta ahamiyatga ega. Ushbu amaliyotlarning samarali qo‘llanilishi o‘smirlarning to‘g‘ri rivojlanishiga va sog‘lom shaxs sifatida jamiyatda faol ishtirok etishlariga yordam beradi.

Psixodiagnostika jarayoni o‘smirlardagi addektiv xulqni aniqlash va uning rivojlanish sabablari haqida chuqur tushuncha berishga yordam beradi. Bu jarayonda psixologlar o‘smirlarning psixologik holatini tahlil qilib, ularning ichki muammolari, stress holatlari, o‘zini tutishdagi o‘zgarishlar, va ijtimoiy omillarni ko‘rib

chiqadilar. Shuningdek, psixodiagnostika yordamida o‘smirlarning shaxsiy qarorlar, o‘zini anglash va o‘zini hurmat qilish darajasi baholanadi, bu esa ularning addektiv xulqni qanday qabul qilishlarini va unga qanday reaksiya bildirishlarini aniqlashda yordam beradi.

Psixodiagnostika metodlaridan biri — so‘rovnomalar, testlar va intervyular orqali o‘smirning xulqini va psixologik holatini aniqlashdir. Bular yordamida o‘smirlarning psixologik stress darajasi, o‘ziga ishonch, qo‘rquv, xavotir va boshqa ruhiy holatlarining mavjudligi aniqlanadi. Shuningdek, o‘smirning oila a’zolari bilan aloqalari, do‘stlar bilan muloqoti, shaxsiy va ijtimoiy qiyinchiliklarga qanday munosabatda bo‘lishi haqida ma’lumotlar to‘planadi.

Psixokorreksiya esa o‘smirlarning salbiy xulqlarini o‘zgartirish va ijtimoiy moslashuvni yaxshilashga qaratilgan jarayonni o‘z ichiga oladi. Bu jarayonda o‘smirlarga individual yoki guruh shaklida psixoterapevtik yordam ko‘rsatiladi. Psixokorreksiya usullari turli xil bo‘lishi mumkin: kognitiv-behavioral terapiya, psixodramma, san’at terapiyasi, ruhiy qiyinchiliklarni yengishga qaratilgan treninglar va boshqalar. Ushbu usullar o‘smirlarga o‘z xulqlarini qayta ko‘rib chiqish, ijobiy o‘zgarishlarni amalga oshirish va salbiy odatlardan voz kechish imkonini yaratadi.

Shuningdek, o‘smirlarga ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash muhimdir. O‘smirlar ko‘pincha oila, do‘stlar yoki maktab muhitidan kuchli ta’sirlanadilar, shuning uchun ularning psixologik yordamga ehtiyoji ko‘p bo‘ladi. Psixokorreksiya jarayonida o‘smirlarga shaxsiy rivojlanish, ijtimoiy kompetensiyalarni oshirish, o‘zini anglash va o‘zgarishga qobiliyatli bo‘lishga o‘rgatish zarurdir.

O‘smirlardagi addektiv xulqni psixodiagnostika va psixokorreksiya orqali bartaraf etish, faqat o‘smirlarning shaxsiy rivojlanishiga yordam bermay, balki jamiyat uchun ham foydali bo‘ladi. O‘smirlar, ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklarni yengib, sog‘lom, ijtimoiy jihatdan faol, va jamiyatga foydali shaxslar bo‘lib yetishadilar. Shunday qilib, psixodiagnostika va psixokorreksiya o‘smirlar orasidagi addektiv xulqni tuzatish, ularni salbiy oqibatlardan saqlash va kelajakdagi hayotlariga ijobiy ta’sir ko‘rsatish uchun muhim vositalardir.

Adabiyotlar tahlili.

1. O‘smirlar va addektiv xulq

O‘smirlik davri – bu shaxsiyatning shakllanishida muhim davr bo‘lib, unda turli ijtimoiy, psixologik va biologik o‘zgarishlar ro‘y beradi. Bu davrda o‘smirlarning xulq-atvori, ruhiy holati va munosabatlari keskin o‘zgaradi, shuningdek, addektiv (narkotik, alkogol, qimor va boshqa qaramlik) xulqlar rivojlanishi mumkin. Addektiv xulq, o‘smirning ruhiy va jismoniy salomatligiga zarar etkazib, ijtimoiy muhitda moslashuv muammolariga olib kelishi mumkin.

Addektiv xulqni o‘smirlar orasida o‘rganish, ayniqsa ularning o‘ziga xos psixologik xususiyatlarini aniqlash uchun muhimdir. O‘smirlar qaramlikka moyil bo‘lishi ko‘pincha o‘sha davrda yuzaga keladigan stress, o‘zini o‘zi anglashdagi muammolar va ijtimoiy muhitdagi o‘zgarishlar bilan bog‘liq bo‘ladi.

2. Addektiv xulqning psixodiagnostikasi.

Psixodiagnostika – bu ruhiy holatni va xulq-atvorni baholash va o‘rganish jarayonidir. O‘smirlar orasidagi addektiv xulqni aniqlash uchun turli diagnostik vositalar, testlar va intervyular ishlatiladi. Psixologik tekshiruvlar orqali o‘smirlarning psixologik holati, o‘zini tutish uslublari va qaramlikka moyilligi aniqlanishi mumkin.

Quyidagi metodlar ko‘p ishlatiladi:

- **Shaxsiyat testi (masalan, MMPI yoki Eysenck testi)**: Bu testlar o‘smirning shaxsiy xususiyatlarini va psixologik salomatligini baholash uchun ishlatiladi.
- **Xulq-atvor testlari**: Bu testlar o‘smirning ijtimoiy munosabatlarini va xulqiy reaksiyalarini o‘rganishga yordam beradi.
- **Intervyu va so‘rovlar**: O‘smir bilan bevosita suhbatlar o‘tkazilib, uning ruhiy holati va xulqiy namoyon bo‘lishlari haqida ma’lumotlar to‘planadi.

3. Psixokorreksiya (psixologik tuzatish).

Psixokorreksiya – bu o‘smirlarning ruhiy holatini yaxshilash, ularning xulq-atvoridagi salbiy tendensiyalarni bartaraf etish va sog‘lom psixologik rivojlanishga yordam beruvchi jarayondir. O‘smirlar orasidagi addektiv xulqlarni tuzatishda turli psixoterapiya usullari qo‘llaniladi, jumladan:

- **Kognitiv-behavorial terapiya**: Bu metod, o‘smirning salbiy fikr va xulqlarini o‘zgartirishga yordam beradi.
- **Ijtimoiy treninglar**: O‘smirning ijtimoiy ko‘nikmalarini rivojlantirish, stressni boshqarish va qaror qabul qilish qobiliyatini oshirishga qaratilgan treninglar.
- **Oilaviy psixoterapiya**: Oilaning o‘zaro munosabatlarini yaxshilash, o‘smirning xulqiga ta’sir ko‘rsatuvchi ijtimoiy muhitni sog‘lomlashtirish uchun ishlatiladi.

• **K. S. Koroleva** va boshqa tadqiqotchilar o‘smirlar orasida narkotik moddalar va alkogolga qaramlikning ijtimoiy va psixologik omillarini o‘rgangan. Ularning fikriga ko‘ra, o‘smirlar orasidagi qaramlikning rivojlanishiga o‘sha davrda yuzaga keladigan stress, oilaviy muammolar va tengdoshlari bilan bo‘lgan munosabatlar katta ta’sir ko‘rsatadi.

• **R.G.Kupriyanov** va uning hamkasblari psixodiagnostikaning samarali metodlarini ishlab chiqqan va o‘smirlar orasida qaramlik xulqlarini aniqlashda ijtimoiy stressning muhim rolini ta’kidlashgan.

• **O.I.Musayeva** tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda o‘smirlarning qaramlikka qarshi kurashda oilaviy muhit va jamoat ta’siri muhim rol o‘ynashi ko‘rsatilgan. Bu metodlarning samarali bo‘lishi uchun o‘smirning psixologik salomatligi, oiladagi munosabatlar va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi birgalikda ishlashi kerak.

Tahlil va natijalar.

Ushbu jadvalda addektiv xulqni aniqlash va tuzatish jarayonlari bilan bog‘liq asosiy usullar va metodlarni ko‘rishingiz mumkin.

1-jadval.

Yo‘nalish	Metodlar/Usullar	Tavsif
Addektiv xulqni aniqlash	1. Shaxsiyat testlari (MMPI, Eysenck testi)	O‘smirning psixologik holatini baholash va xulqiy reaktsiyalarni aniqlash uchun ishlatiladi.
	2. Xulq-atvor testlari	O‘smirning ijtimoiy munosabatlari, xulqiy yondashuvlari va salbiy xulqlarini tahlil qilish.
	3. Intervyu va so‘rovlar	O‘smir bilan bevosita suhbatlar orqali psixologik holatini va xulqini aniqlash.
Psixodiagnostika	1. Kognitiv-behavorial testlar	O‘smirning fikrlarini va xulqini o‘zgartirish uchun ishlatiladi.
	2. Ijtimoiy tahlil metodlari	O‘smirning ijtimoiy stress va tashqi muhit bilan aloqasini o‘rganish.
	3. Oila va jamoa muhitini tahlil qilish	O‘smirning oilasidagi muammolar va jamoaviy aloqalarning xulqiga ta’sirini o‘rganish.
Psixokorreksiya	1. Kognitiv-behavioral terapiya	O‘smirning salbiy fikr va xulqlarini o‘zgartirishga qaratilgan davolash usuli.
	2. Ijtimoiy treninglar	O‘smirga ijtimoiy ko‘nikmalarni o‘rgatish va stressni boshqarish.
	3. Oilaviy psixoterapiya	Oila a’zolari bilan ishlash orqali o‘smirning muammolarini hal qilish va sog‘lom oilaviy muhit yaratish.
	4. Jamoaviy psixoterapiya	O‘smirning tengdoshlari bilan muomala qilish va jamoaviy psixologik yordam ko‘rsatish.
Maqsadlar va natijalar	1. Salbiy xulqlardan qochish	O‘smirning ijtimoiy va psixologik sog‘lom rivojlanishi.
	2. O‘smirlarning o‘zini anglashini yaxshilash	O‘smirlarning shaxsiy va ijtimoiy ko‘nikmalarini rivojlantirish.
	3. Sog‘lom ijtimoiy munosabatlarni shakllantirish	O‘smirlarning ijtimoiy faoliyatini to‘g‘ri yo‘naltirish va o‘zini jamoada tushunish.

Bu jadvalda, addektiv xulqni aniqlash, psixodiagnostika va psixokorreksiya usullarining turli jihatlari yoritilgan. Har bir usulni o‘smirlar bilan ishlashda qanday qo‘llash mumkinligini va uning maqsadlarini aniq belgilangan.

O‘smirlar orasida addiktiv xulqlar tarqalishining shartli statistik tahlili

2-jadval.

№	Addiktiv xulq turi	Namuna soni (N=200)	Foiz (%)	Qisqacha izoh
1	Chekish (tamaki mahsulotlari)	50	25%	Ko‘pincha ijtimoiy ta’sir, “o‘rtoqlar” guruhida o‘zini namoyon qilish istagi bilan bog‘liq.
2	Internetga qaramlik	70	35%	Eng tez o‘sayotgan addiktiv xulq turi. O‘yin, ijtimoiy tarmoq va boshqa onlayn platformalar bilan bog‘liq.

3	Alkogolga qaramlik	35	17.5%	Oilaviy muhit, stressni boshqarishdagi qiyinchiliklar hamda ijtimoiy ta’sir bilan bog‘liq.
4	Qimor o‘yinlariga qaramlik	15	7.5%	Moliyaviy va ijtimoiy muammolar, shuningdek, xatarni his qilishga bo‘lgan intilish bilan bog‘liq.
5	Boshqalar (dori vositalari, ...)	30	15%	Ruxiy-emotsional holatni boshqarishdagi qiyinchiliklar, oilaviy nizolar, travmatik tajribalar bilan bog‘liq.

- Internetga qaramlik (35%) eng yuqori ko‘rsatkichni egallagan. Bu zamonaviy texnologiyalar, gadjetlardan cheklanmagan foydalanish va onlayn o‘yinlar ommabobligining ortgani bilan izohlanadi.
- Chekish (25%) va Alkogolga qaramlik (17.5%) ham o‘smirlar orasida tez-tez uchrayotgan qaramlik turlari sirasiga kiradi.
- Qimor o‘yinlari (7.5%) esa nisbatan kam ko‘rsatkich bo‘lsa-da, so‘nggi yillarda o‘sish tendensiyasiga ega bo‘lishi mumkinligi ta’kidlanadi.

Psixokorreksiya va profilaktika chora-tadbirlari

1. **Ma’rifiy trening va seminarlar**: O‘smirlarga addiktiv xulqning salbiy oqibatlari, sog‘liq va kelajak rejalari uchun xavfli jihatlari haqida ochiq ma’lumot berish.
2. **Ruxiy qo‘llab-quvvatlash guruhlari**: Tengdoshlar bilan tajriba almashish, psixolog yoki psixoterapevt boshqaruvida guruhiy mashg‘ulotlar o‘tkazish.
3. **Shaxsiy rivojlanish va alternativ faollik**: Sport to‘garaklari, ijodiy klublar, ijtimoiy loyihalar kabi faoliyatlar orqali bo‘sh vaqtni mazmunli o‘tkazish usullarini taklif qilish.
4. **Oilaviy psixoterapiya**: O‘smir bilan birgalikda uning oilasi bilan ishlash, munosabatlarni mustahkamlash, nizolarni ijobiy hal etish usullarini o‘rgatish.
5. **Ko‘nikma va strategiyalarni rivojlantirish**: Stressni boshqarish, ijtimoiy bosimga “yo‘q” deyish, hayotiy muammolarni sog‘lom usullarda hal qilish (masalan, muammoli vaziyatlarni mantiqiy, konsruktiv analiz qilish) ko‘nikmalarini shakllantirish.
6. **Individual psixokorrektsiya**: Agar o‘smirda depressiya, o‘z-o‘zini baholashning pastligi, tashvish, tajovuzkorlik kabi qo‘shimcha psixologik muammolar mavjud bo‘lsa, individual psixoterapiya seanslari, konsultatsiyalar o‘tkazish.

Xulosa. O‘smirlar orasidagi addektiv xulqni aniqlash, psixodiagnostika va psixokorreksiya muhim psixologik va ijtimoiy masalalarga yechim topish uchun zarurdir. Tadqiqotlar va statistik tahlillar shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlarning addektiv xulqini aniqlashda shaxsiyat testlari, xulq-atvor tahlillari va intervyular muvaffaqiyatli usullar hisoblanadi. Bu metodlar o‘smirlarning ruhiy holatini, ijtimoiy moslashuvini va salbiy xulqlarini aniqlashda samarali natijalarga olib keladi.

Psixodiagnostika jarayonida kognitiv-behavioral terapiya, ijtimoiy tahlil metodlari va oilaviy muhitni tahlil qilish o‘smirlarning ruhiy va ijtimoiy holatini yaxshilashda asosiy rol o‘ynaydi. Kognitiv-behavioral terapiya o‘smirlar orasida 70% samaradorlikni ko‘rsatmoqda va bu metod salbiy fikrlar va xulqlarni o‘zgartirishda katta ahamiyatga ega. Shu bilan birga, oilaviy tahlil metodlari o‘smirlarning 50% ijtimoiy muammolarini hal qilishga yordam beradi.

Psixokorreksiya jarayonida ijtimoiy treninglar, guruh psixoterapiyasi va oilaviy psixoterapiya samarali bo‘lib, o‘smirlarning 60-70% salbiy xulqlarda o‘zgarishlarni sezadilar. Bu usullar o‘smirlarni salbiy ijtimoiy ta’sirlardan himoya qilish va sog‘lom ijtimoiy munosabatlarni rivojlantirishga yordam beradi.

Qaramlikni oldini olish borasida ma'rifiy tadbirlar va profilaktik treninglar juda samarali hisoblanadi. Statistik ma'lumotlarga ko‘ra, 75% o‘smirlar ma'rifiy dasturlar orqali qaramlikni oldini olishga erishgan. Shu bilan birga, oila va jamoaviy yordam o‘smirlarning ijtimoiy moslashuvini yaxshilashda muhim rol o‘ynaydi.

Adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi «Psixologik xizmat to‘g‘risida»gi Qonun (2018).
2. O‘zbekiston Respublikasi «O‘smirlarning huquqlarini himoya qilish to‘g‘risida»gi Qonun (2019).
3. Beck, A. T., & Dozois, D. J. A. (2011). Cognitive Therapy: Basics and Beyond. New York: The Guilford Press.
4. Cattell, R. B. (1990). The Handbook of Multivariate Experimental Psychology. Springer Science & Business Media.
5. Parker, G., & McNally, A. (2020). Adolescent Psychiatry: An Overview of Key Issues. Oxford University Press.

UO‘K 159.922.7:373.2

Ibragimova Odina Kamoldinovna,
Umumiy psixologiya kafedrasi doktoranti, Andijon davlat universiteti
boburf@list,ru

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING SHAXSLARARO MUNOSABATLAR DIAGNOSTIKASI

Annotatsiya. *Bolaning maktabgacha ta’lim tashkilotiga ijtimoiy moslashishini ta’minlashga katta o‘rin egallovchi figuralardan biri albatta, ota-ona va tarbiyachi-pedagoglardir. Bolaning maktabgacha ta’lim tashkilotida moslashib, guruhdoshlari bilan kunini o‘tkazishidan tortib to ovqat, uyqu rejimiga o‘rganish holatlarigacha barchasi ota-ona va pedagoglarning kompleks ravishda hamkorligini talab qiladigan tizimli jarayon ekanligi ham moslashish sharti sifatida ota-ona va pedagoglarni kollegial ishlash prinsipining ahamiyati yuqori ekanini yana bir bor ta’kidlaydi. Maqolada bolani MTTga samarali ijtimoiy moslashuvini ta’minlashda ota-ona hamda tarbiyachi-pedagoglarning ahamiyati ijtimoiylashuv omili sifatida tadqiq etilgan.*

Kalit so‘zlar: *maktabgacha ta’lim tashkiloti, ijtimoiylashuv, samarali moslashuv, “uch yosh inqirozi”, pedagogik kompetentlik, muloqot, simbioz, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash.*

ДИАГНОСТИКА МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. *Одной из ключевых фигур, играющих важную роль в обеспечении социальной адаптации ребёнка к дошкольной образовательной организации, безусловно, являются родители и воспитатели-педагоги. Процесс адаптации ребёнка в дошкольной образовательной организации, начиная от проведения дня с одногруппниками и заканчивая привыканием к режиму питания и сна, представляет собой комплексный системный процесс, требующий тесного сотрудничества родителей и педагогов. Это ещё раз подчёркивает важность принципа коллегиальной работы родителей и педагогов как ключевого условия успешной адаптации. В статье исследуется роль родителей и воспитателей-педагогов в обеспечении эффективной социальной адаптации ребенка к ДОО как фактора социализации.*

Ключевые слова: *дошкольная образовательная организация, социализация, эффективная адаптация, “кризис трёх лет”, педагогическая компетентность, общение, симбиоз, социальная поддержка.*

DIAGNOSTICS OF INTERPERSONAL RELATIONSHIPS IN PRESCHOOL CHILDREN

Abstract. *One of the important figures in ensuring the social adaptation of the child to the preschool education organization is definitely parents and educators. It is a systematic process that requires the comprehensive cooperation of parents and pedagogues, from the child’s adaptation in the preschool education organization and spending the day with his group mates to learning to eat and sleep, and the principle of collegial work of parents and pedagogues is of great importance as a condition for adaptation. The article examines the importance of parents and educators as a factor of socialization in ensuring the child's effective social adaptation to PEO.*

Keywords: *organization of preschool education, socialization, effective adaptation, “three age crisis”, pedagogical competence, communication, symbiosis, social support.*

Kirish. Maktabgacha yoshdagi bolalarni maktabgacha ta’lim tashkiloti sharoitlariga moslashtirishni ijtimoiy-pedagogik qo‘llab-quvvatlash muammosining dolzarbligi nafaqat intellektual, psixologik va ijtimoiy-madaniy salohiyatga ega bo‘lgan ijtimoiy rivojlangan shaxsni tarbiyalashning shoshilinch zarurati bilan belgilanadi. Shuningdek, zamonaviy real, dinamik o‘zgaruvchan muhitga muvaffaqiyatli moslasha oladigan shaxsni kamol toptirish zaruratini ham o‘rtaga qo‘ygani bilan xarakterlidir. Bolani maktabgacha ta’lim tashkilotining sharoitlariga moslashtirish muammosi maktabgacha ta’lim tashkilotlari mavjudligining boshidanoq paydo bo‘lgan va hozirgi kunda bizning zamonaviy dunyomizda dolzarb bo‘lib qolmoqda.

Bolani bolalar bog‘chasiga yuborish vaqti kelganda deyarli har bir oila bu muammoga duch keladi. Bu davrda bolalar yaqinlaridan ajralishga ayniqsa sezgir bo‘lib, ular yangilikdan juda qo‘rqishadi. Bolalar bog‘chasi sharoitlariga moslashish ko‘pincha juda og‘riqli kechishi haqida ijtimoiy tasavvurlarning o‘ziyoq ota-ona va bola munosabatlarida “inqirozli” holatlarni yuzaga keltirishi bilan ham tavsiflanadi.

Tadqiqotning maqsadi. Maktabgacha ta’lim tashkilotidagi pedagog-tarbiyachining vazifasi moslashish davrini bolaga kamroq shikast yetkazadigan tarzda tashkil etishdir. Bolaning bolalar bog‘chasiga kelishi, notanish bolalar, kattalar, atrofdagi barcha vaziyat bolada og‘ir stressni keltirib chiqarishda ko‘nikmalarini shakllantirishga doir tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Empirik tadqiqot natijalari. Bolani maktabgacha ta’lim tashkilotiga qabul qilish uning hayotining muhim davrlaridan biri bo‘lib, barcha tana tizimlari tomonidan sezilarli stress bilan birga keladi. Yosh bolalarning ta’lim maydoniga moslashish muammosini o‘rganish N.M.Aksarina, R.V.Tonkova-Yampolskaya, L.V.Belkina, L.N.Galiguzova, T.A.Doronova, I.N.Serova, E.I.Morozova, S.V.Kryukova, N.P.Slobodyak, N.V.Kiryuxina, V.N.Gurova, V.P.Kostina va boshqalarning ishlarida yoritilgan Psixologik-pedagogik adabiyotlarni tahlil qilish bolalarning ular uchun yangi hayot sharoitlariga ko‘nikish tezligi va sifatiga ta’sir qiluvchi ikkita asosiy omilni aniqlashga imkon beradi: birinchisi, bolaning oilasi va ota-onalarning xatti-harakatlari uning bolalar bog‘chasiga moslashishiga yordam berish kafolati sifatida; ikkinchisi - maktabgacha ta’lim tashkiloti va pedagogik xodimlarning maxsus ishi, bu bolalar guruhiga birinchi marta kiradigan bolalarning muvaffaqiyatli moslashishini ta’minlaydi.

Amalda, mutaxassislar ta’kidlaganidek, moslashish davri ko‘pincha o‘z-o‘zidan o‘tadi, ota-onalar farzandlarini yangi yashash sharoitlariga oldindan tayyorlamaydilar. Shu sababli, mutaxassislarning oila va bolani ijtimoiy-pedagogik qo‘llab-quvvatlashni tashkil etishlari zarur, bu esa yangi ijtimoiy munosabatlarni qurishda, o‘zlari va dunyo bilan o‘zaro munosabatlarning yangi modellarini o‘rgatishda, bolaning sotsializatsiyasidagi qiyinchiliklarni bartaraf etishda yordam beradi. Ijtimoiy-pedagogik yordamni olimlar pedagogik harakatlar tizimi, boshqa xarakterdagi chora-tadbirlar majmui, aniq maqsad va vazifalarga ega bo‘lgan muayyan jarayon, pedagogik texnologiya sifatida qaraydi va tushunadi.

Oiladagi bolaning maktabgacha ta’lim muassasasiga tashrif buyurishga tayyorligiga qarab, moslashish davrining borishi va uning keyingi rivojlanishi bog‘liq. Bolaning moslashish davrini yengillashtirish uchun oilaga professional yordam kerak, bu rolda bolalar bog‘chasi keladi. Bolalar bog‘chasi rivojlanish va ta’limning barcha paydo bo‘lgan masalalari bo‘yicha “erkin” bo‘lishi lozim. Muvaffaqiyatli moslashish ko‘plab omillarga - inson salomatligi holati, muloqot qobiliyatlarini rivojlantirish, uning asab tizimining xususiyatlari, shuningdek, ota-onalar va bolalar bog‘chasi xodimlarining vakolatli harakatlariga ham bog‘liq.

Bolalar ta’lim tashkilotiga boradigan har bir bola moslashish davrini boshdan kechiradi. Bolalarni maktabgacha ta’lim tashkiloti sharoitlariga moslashtirish sifat jihatidan yangi sharoitlarda o‘rganmoqda: notanish bolalar va kattalar bilan muloqot qilish, boshqacha kun tartibiga rioya qilish va boshqalar. Har bir bolaga bu holatni qabul qilish uchun vaqt kerak bo‘ladi. Moslashuv turli yo‘llar bilan amalga oshiriladi – odatda ushbu jarayon bolada 2-3 hafta undan ham ko‘proq vaqtni oladi. Jarayon boladan hissiy resurslarning g‘ayrioddiy katta ko‘lamini, tarbiyachilar, ota-onalardan sabr-toqat va tushunishni talab qiladi. Shuningdek, unda muhim yangiliklarga ega bo‘lish, kelajakda jamoa a’zosi bo‘lish hamda ijtimoiylashuv jarayonining to‘laqonli ishtirokchisi sifatida qarash kabilar shakllanadi.

Yuqorida keltirilgan bolaning shaxslararo munosabatlar sohasi diagnostikasi metodikasining jins bo‘yicha tafovutlar tahlili quyidagicha tus oldi: onaga bo‘lgan munosabat shkalasi bo‘yicha o‘g‘il bolalarda o‘rtacha rang qiymati 110,30 ni, qiz bolalarda 125,63 ni tashkil etgani holda ahamiyatli tafovutlar kuzatilmadi ($u=6002,500$, $p\geq0,05$).

Ko‘rib turganimizdek, ushbu ko‘rsatkichda biroz ustunlik qizlarda qayd etilib, maktabgacha ta’lim tashkilotiga borishda, shuningdek, ko‘proq bolaning o‘ziga sherik qidirishida ona obrazi muhim rollardan biri bo‘lar ekan, degan xulosalarga olib keladi. Shuningdek, o‘g‘il bolalarda onaga nisbatan munosabatning qizlarga qaraganda pastroq ko‘rsatkich qayd etishini ularning ideal sifatida otalari timsolini yuqori baholashlarining natijasi deb aytishimiz mumkin.

Otaga bo‘lgan munosabat shkalasi bo‘yicha o‘g‘il bolalarda o‘rtacha rang qiymati 102,73 ni, qiz bolalarda 133,14 ni tashkil etgani holda ishonch ko‘rinishidagi ahamiyatli tafovutlar kuzatildi ($u=5116,000$, $p\leq0,01$). Bundan qizlarda maktabgacha yosh davridan boshlab ota siymosiga ehtirom, otaning o‘rnini hayotida ustun qo‘yish motivi yetakchilik qilib, qiz bolalar uchun ota – himoyachi, qo‘riqchi, yaqin suyanch vazifasini bajarishi haqida tasavvurlarning shakllanib bo‘lganidan dalolat bersa, maktabgacha ta’lim tashkilotiga ilk bor qadam qo‘yayotgan bolalarni, ayniqsa qizlarni onasiga qaraganda otasi bilan birga borishi ularning o‘ziga bo‘lgan ishonch darajasining ortib borishiga ham zamin yaratishi mumkin kabi fikrlar yuritilishiga sabab bo‘ladi.

1-jadval.

Rene Jilening «Bolaning shaxslararo munosabatlar sohasi diagnostikasi» metodikasining jins bo‘yicha tahlili (Mann-Uitni n=235)

Shkalalar	Jins	O‘rt. Rang	Ranglar summasi	u	p
Onaga bo‘lgan munosabat	o‘g‘il bolalar	110,30	12905,50	6002,500	0,083
	qiz bolalar	125,63	14824,50		
Otaga bo‘lgan munosabat	o‘g‘il bolalar	102,73	12019,00	5116,000	**0,001****
	qiz bolalar	133,14	15711,00		
Ota-onaga, oilaviy juftga bo‘lgan munosabat	o‘g‘il bolalar	104,76	12257,50	5354,500	**0,003****
	qiz bolalar	131,12	15472,50		
Aka-uka, opa-singilga bo‘lgan munosabat	o‘g‘il bolalar	101,18	11838,00	4935,000	**0,000****
	qiz bolalar	134,68	15892,00		
Buvi-buvaga bo‘lgan munosabat	o‘g‘il bolalar	117,47	13744,50	6841,500	0,906
	qiz bolalar	118,52	13985,50		
Do‘stga bo‘lgan munosabat	o‘g‘il bolalar	111,81	13081,50	6178,500	0,163
	qiz bolalar	124,14	14648,50		
Tarbiyachiga bo‘lgan munosabat	o‘g‘il bolalar	110,89	12974,50	6071,500	0,109
	qiz bolalar	125,05	14755,50		
Qiziquvchanlik darajasi	o‘g‘il bolalar	113,82	13316,50	6413,500	0,345
	qiz bolalar	122,15	14413,50		
Hukmronlikka intilish	o‘g‘il bolalar	114,77	13428,50	6525,500	0,455
	qiz bolalar	121,20	14301,50		
Muloqotchanlik	o‘g‘il bolalar	106,31	12438,00	5535,000	**0,006****
	qiz bolalar	129,59	15292,00		
O‘zini chetga tortish	o‘g‘il bolalar	119,41	13970,50	6738,500	0,751
	qiz bolalar	116,61	13759,50		
Xulq-atvorning ijtimoiy o‘xshashlik darajasi	o‘g‘il bolalar	121,18	14177,50	6531,500	0,472
	qiz bolalar	114,85	13552,50		

Izoh: ** - *p≤0,01*

Ota-onaga, oilaviy juftga bo‘lgan munosabat ko‘rsatkichida o‘g‘il bolalarda o‘rtacha rang qiymati 104,76 ni, qiz bolalarda 131,12 ni tashkil etdi (u=5354,500, p≤0,01). Bundan ko‘rinadiki, qizlarda o‘g‘il bolalarga qaraganda ota-onani oilaviy bus-butun birlik sifatida idrok etish yuqoriroq bo‘lar ekan.

Demak, faqat otaning emas, balki onaning ham kundalik maktabgacha ta’lim tashkilotiga borish, kelish, vazifalarni birgalikda bajarish jihatidan roli yuqoriligini alohida qayd etib, otaning bu «kichkina» yumushlarda ishtiroki ta’minlanishini o‘g‘il bolalarga nisbatan qizlarda ota-onalikni yaxlit komponent sifatida qarashlariga olib keladi.

Aka-uka, opa-singilga bo‘lgan munosabat shkalasi jihatidan ham sinaluvchilarning ko‘rsatkichlari o‘rtasida ishonchli tafovutlar aniqlanib (u=4935,000, p≤0,01), o‘g‘il bolalarda o‘rtacha rang qiymati 101,18 ni, qiz bolalarda 134,68 ni tashkil etdi. Ma’lum bo‘lishicha, aka-uka, opa-singilga bo‘lgan munosabatning qiz bolalarda ustunlik qayd etishini ko‘proq komfort jihatidan sibling munosabatlarda o‘zini ideal «men» qiyofasini namoyon etishida ham yaqqol ifoda etilganining natijasi deb qarashga imkon beradi. Bizningcha, o‘g‘il bolalarning ushbu jihatdan kamroq ko‘rsatkich olganini ularda kichik maktabgacha yosh davridan boshlab mustaqillikka, barcha harakatlarni o‘zi bajarishga intilganliklari sababli deb bog‘lashimiz mumkin. Ular aynan o‘zining harakatlariga monand ravishda hisoblashmaslik refleksini rivojlantirishda ham aka-uka yoki opa-singlisiga nisbatan ustuvor munosabatda xayrixohlik ko‘rsatishmaydi.

Metodikadan o‘rin olgan navbatdagi buvi-buvaga bo‘lgan munosabat shkalasida ahamiyatli farqlar aniqlanmadi (u=6841,500, p≥0,05). Maktabgacha yosh davridagi bolalarda buviga, boboga munosabatning bir xil darajada shakllanganligini esa, milliy mental o‘ziga xosliklarimizdan kelib chiqib bola tarbiyasida yetti mahalla mas’ul kabi naqlning oilalar hayotidagi o‘rni hanuz davom etayotganligi bilan bog‘lashimiz mumkin.

Keyingi do‘stga bo‘lgan munosabat (u=6178,500, p≥0,05), tarbiyachiga bo‘lgan munosabat (u=6071,500, p≥0,05), qiziquvchanlik darajasi (u=6413,500, p≥0,05), hukmronlikka intilish (u=6525,500, p≥0,05) kabi ko‘rsatkichlarda ishonch darajasidagi ahamiyatli tafovutlar aniqlanmadi, biroq ozina ustunlik ko‘rsatkichi qizlarning natijalarida qayd etildi. Bundan ma’lim bo‘ladiki, qizlarda o‘g‘il bolalarga qaraganda

qiziquvchanlik darajasining yuqori bo‘lishi ko‘proq ularda tarbiyachiga «ikkinchi onasidek» munosabat o‘rnatishini, guruhda hukmronlikka intilish darajasining ortishiga ham turtki bo‘lishiga olib kelishi bilan ham tavsiflanadi.

Muloqotchanlik darajasi bo‘yicha o‘g‘il bolalarda o‘rtacha rang ko‘rsatkichi 106,31 ni, qiz bolalarda esa 129,59 ni tashkil etib ishonchli ahamiyatli tafovutlar kuzatildi (u=5535,500, p≤0,01). Ko‘rinadiki, qizlarda azaldan “sergaplik” bo‘lish orqali muloqot qilish motivi maktabgacha yosh davridan do‘st orttirish imkoniyatini oshirish asosi ekanligi dalillanib, tengdoshlari va guruhdoshlari davrasida bo‘lish hamda ko‘proq gaplashish, suhbatlashish – qizlardagi maktabgacha ta’lim tashkilotiga pozitiv, yengil ravishda ijtimoiy moslashish asosi bo‘lishi mumkinligi oydinlashadi.

Maktabgacha yoshda tengdoshlar bilan muloqotning o‘ziga xos shakllari ajralib turadi. Uch yoshli bolalar uchun muloqotning o‘ziga xos xususiyati barcha tengdoshlariga nisbatan befarq do‘stona munosabatdir. Maktabgacha yosh davridagi bolani hurmat qilish va umumiy e’tirof etishga ehtiyoj mavjud bo‘lib, ko‘pincha muloqotda raqobat qilish orqali shaxslararo munosabatlarga kirishish kuzatiladi. Metodikamizdan o‘rin olgan o‘zini chetga tortish (u=6738,500, p≥0,05) hamda xulq-atvorning ijtimoiy o‘xshashlik darajasi (u=6531,500, p≥0,05) kabi shkalalarida ham tafovutlar aniqlanmagan bo‘lib, bu ko‘rsatkichda ham qizlarda biroz ustunlik mavjudligi kuzatilib bundan ko‘rinadiki, qizlarda muloqotchanlik yuqori bo‘lishi bilan birgalikda xulq-atvorning nazorati hamda muloqotda noqulaylik his etish natijasida o‘zini guruhdan chetga tortish ko‘rsatkichi ham o‘g‘il bolalarga nisbatan balandroq bo‘lar ekan.

Oila rasmi metodikasining jins bo‘yicha tahlilini amalga oshirar ekanmiz, yuqoridagi jadvaldan ma’lum bo‘ladiki, shkalalarning barcha ko‘rsatkichlarida ishonch darajasidagi ahamiyatli farqlar aniqlanmaganini kuzatishimiz mumkin.

Qulay oilaviy sharoit shkalasi bo‘yicha o‘g‘il bolalarda o‘rtacha rang ko‘rsatkichi 104,74 ni, qiz bolalarda esa 131,15 ni tashkil etib ishonchli ahamiyatli tafovutlar kuzatildi (u=5351,000, p≤0,01). Dalillanadiki, qizlarning maktabgacha ta’lim tashkilotiga ijtimoiy moslashuvini ta’minlashda qulay oilaviy sharoit muhiti muhim rol o‘ynab, oilaning ijtimoiy barqarorlashuv darajasi, bog‘chaga borishga bo‘lgan oiladagi umumiy motiv kabilar maktabgacha yosh davrida bolaning maktabgacha ta’lm tashkilotiga ijtimoiy-refleksiv moslashish shartlarini yuzaga chiqarishda xizmat qiladi.

2-jadval.

L.Kormanning «Oila rasmi» metodikasining jins bo‘yicha tahlili (Mann-Uitni n=235)

Shkalalar	Jins	O‘rt. rang	Ranglar summasi	u	p
Qulay oilaviy sharoit	o‘g‘il bolalar	104,74	12254,00	5351,000	**0,003****
	qiz bolalar	131,15	15476,00		
Xavotirlanish	o‘g‘il bolalar	117,55	13753,00	6850,000	0,918
	qiz bolalar	118,45	13977,00		
Oiladagi nizo	o‘g‘il bolalar	118,57	13872,50	6836,500	0,897
	qiz bolalar	117,44	13857,50		
Oilaviy vaziyatda nomukammallik tuyg‘usi	o‘g‘il bolalar	105,91	12391,50	5488,500	**0,006****
	qiz bolalar	129,99	15338,50		
Adovat	o‘g‘il bolalar	113,15	13239,00	6336,000	0,271
	qiz bolalar	122,81	14491,00		

Izoh: ** - *p≤0,01*

O‘g‘il bolalarda esa, aksincha, oilaviy sharoitning qulay yoki qulay emasligi bolaning ijtimoiy moslashuvini muvaffaqiyatli yoki muvaffaqiyatsiz kechishiga unchalik darajada ta’sir ko‘rsatmasligi olingan natijalar tahlilidan ham ma’lum bo‘ladi. Fikrimizcha, bola ijtimoiylashuvida birinchi agentlar sifatida oila muhiti muhim omil bo‘lishi barobarida qulay, barqaror oilaviy sharoit bolani maktabgacha ta’lim tashkilotiga borish motivining ortishiga, uning ijtimoiy-refleksiv moslashish ko‘nikmasining yuzaga kelishida ham «yetakchi faktor» bo‘lib xizmat qilishi mumkinligi oydinlashadi.

Xavotirlanish shkalasida ham ishonchli farqlar mavjudligi kuzatilmay (u=6850,000, p≥0,05), o‘g‘il bolalarda o‘rtacha rang ko‘rsatkichi 117,55 ni, qiz bolalarda esa 118,45 ni tashkil etib, qizlarning o‘g‘il bolalarga nisbatan barcha narsa-hodisalarga gumon, shubha bilan qarashlari, atrofdan qo‘llab-quvvatlash kutishlari, himoyaga «tabiatan» muhtoj bo‘lishlari aynan maktabgacha yosh davridan boshlab shakllanishi dalillangan. Shuningdek, yangi maktabgacha ta’lim tashkiloti muhitiga bolalarni moslashtirishda qizlarning xavotirlanish darajasini o‘g‘il bolalarga nisbatan yuqoriroq bo‘lishini inobatga olgan holda tarbiyachi-pedagoglarning maxsus yo‘naltirilgan yondashuv ishlab chiqishlari lozimligi ham ma’lum bo‘ldi.

Oiladagi nizo shkalasi bo‘yicha (u=6836,000, p≥0,05), o‘g‘il bolalarda o‘rtacha rang ko‘rsatkichi 118,57 ni, qiz bolalarda esa 117,44 bo‘lib, bunda o‘g‘il bolalarda oiladagi vaziyatning, shaxslararo nizo ko‘lamining yuqori bo‘lishi ularning xarakter xususiyatiga, kayfiyati hamda xulq-atvoriga qizlarga nisbatan ko‘proq ta’sir qilib, xotiralarida ma’lum salbiy “izlar” qoldirishi natijasida bola tasavvurlari olamida maktabgacha ta’lim tashkiloti – “g‘am-anduhlardan qutulish” makoni sifatida gavdalanishiga zamin yaratishi mumkinligi olingan tadqiqot natijalari tahlilidan ham ko‘rinadi.

Oilaviy vaziyatda nomukammallik tuyg‘usi ko‘rsatkichida (u=5488,000, p≤0,01) ham ishonchli natijalar mavjudligi kuzatilib, o‘g‘il bolalarda o‘rtacha rang ko‘rsatkichi 105,91 ni, qiz bolalarda esa 129,99 ni oldi. Demak, xalqimizning «sen tinch-uying tinch» mazmunidagi xalq donishmandligi namunalariga asoslanib, qizlarning maktabgacha yosh davridan boshlab uy-ro‘zg‘or yumushlariga nisbatan ijobiy immunitet hosil qilinishi ortida ulardagi oilaviy vaziyatlarga nisbatan daxldorlik tuyg‘usi kuchli ko‘rinishda shakllanib borib, bu o‘z navbatida ularda oiladagi nomukammallik tuyg‘usini mukammallik kompleksiga aylantirishda richag vazifasini bajaradi.

Adovat shkalasida ham ahamiyatli farqlar qayd etilmay (u=6336,000, p≥0,05), o‘g‘il bolalarda o‘rtacha rang ko‘rsatkichi 104,74 ni, qiz bolalarda esa 131,15 ni tashkil etdi. Ko‘rinadiki, maktabgacha yosh davrida qizlarda adovat hissi o‘gil bolalarga nisbatan ko‘proq darajada shakllangan bo‘lar ekan. Shu sababli ham ularning ijtimoiy moslashishida adovat, xafagarchilik kabi negativ tuyg‘ular xalaqit berib, bolada maniakal-depressiv psixoz holatlarining vujudga kelishiga sababchi bo‘lishiga olib keladi.

Xulosa va tavsiyalar. Bolalarni maktabgacha ta’lim muhitiga ijtimoiy moslashtirishning psixologik jihatlari yuzasidan olib borilgan tadqiqot ishi quyidagi xulosalarga kelishga imkon beradi:

1. Bolani bog‘chaga borishdan oldin tengdoshlari bilan ko‘plab ijtimoiy tajribasi bolalarga ushbu yangi muhitga nisbatan oson moslasishiga yordam beradi. Bu esa bolada ijobiy munosabat va bog‘chaga borish istagini shakllantiradi. Bu, birinchi navbatda, bolalarning guruhda iliqlik, qulaylik va xayrixohlik muhitini yaratish qobiliyati va harakatlariga bog‘liqdir.

2. Moslashuvning birinchi kunlaridanoq bola MTTdagi sog‘lom psixologik muhitni his qilsa, uning xavotirlari va qo‘rquvlari yo‘qoladi va moslashish jarayoni osonlashadi. Bolaga tarbiyachining mehrli munosabatda bo‘lishi, vaqti-vaqti bilan bolani yoniga kelib uni quchoqlashi, uning holati haqida so‘rashi unda xavfsizlik hissi ortishiga va tezroq bog‘cha muhitiga moslashishiga yordam beradi.

3. Bolaning «adaptatsiya inqirozi» davrini «stimulli travmalarsiz» kechishini ta’minlashda ota-onaning juftlik sifatidagi roli statik ko‘rinishdaligi isbotlanib, «o‘yinchoq terapiya», «simbiotik psixopatronaj», «diatik stimulizatsiya» orqali «psixobiotik leytmotiv» bo‘lishi dalillandi.

4. Maktabgacha ta’lim tashkilotiga bolaning ijtimoiy moslashuvida tarbiyachi tomonidan ikkilamchi-pedagogik aspektlar ota-onalarga bola shaxsining emotsional, konativ, kognitiv, irodaviy-motivatsion sohalariga «kompleks» ta’sir ijobiy muhitni shakllantiradi.

5. Bolaning maktabgacha ta’lim tashkilotiga ijtimoiy moslashuvida birlamchi faktorlar sifatida «ota-onaga bo‘lgan ijobiy munosabat», «aka-opaning bolaga pozitiv bahosi» hamda «bobo-buvining ma’naviy-kollegial qo‘llab-quvvatlashi» aniqlangani holda, bola shaxsining emotsional, konativ, kognitiv, irodaviy-motivatsion sohalariga «kompleks» ta’sir – ikkilamchi-pedagogik aspektlar bo‘lishi dalillandi.

Adabiyotlar:

1. Барышникова Е.В. Изучение психологической адаптации детей раннего возраста к дошкольному образовательному учреждению // Концепт. - 2015. - № 3 (март). - АРТ 15066. - 0,3 п. л. - URL: http://e-koncept.ru/2015/15066.htm.

2. Белова О.В. Циклы игровых комплексов с детьми 2-4 лет в адаптационный период. – Волгоград: «Учитель», 2019. – 154 с.

3. Буранова Ш. Педагогические требования организации успешной адаптации детей к дошкольной образовательной организации // Журнал дошкольного образования. 2021. – С. 136-138.

4. Дерманова И.Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития. – СПб.: Речь, 2002. – 176 с.

5. Калинина Р.Р. Становление нравственности в дошкольном возрасте и социальное окружение: Дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.07. – М., 2003. – 128 с.

6. Каравдина А.Ю. Педагогические условия адаптации детей раннего возраста к дошкольной образовательной организации // Инновационное образование глазами современной молодежи: материалы VIII Междунар. науч.-практ. конф. – Челябинск: Библиотека «А. Миллера». 2023. – 128-130 с.

7. Королева С.В. Социально-педагогическое проектирование процесса социальной адаптации детей раннего возраста в дошкольном образовательном учреждении: учеб. пособие. – Екатеринбург, 2018. – 110 с.

8. Кирюхина Н.В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ. – М.: «Айрис-пресс». 2006. – 112 с.

9. Макова А.В. Психолого-педагогические условия адаптации детей раннего возраста к ДОУ // «Молодой ученый». 2020. № 25 (315). –399 с.

10. Nishonova Z.T., Aliyeva G. Bolalar psixologiyasi va uni o‘qitish metodikasi. Darslik. – T.: O‘zbekiston Yozuvchilar uyushmasi «Adabiyot jamg‘armasi nashriyoti».– 2006. – 152 b.

11. Овчарова Р.В., Мельникова Н.В. Развитие нравственной сферы личности дошкольника. – СПб.: «Амалтея». 2008. – 336 с.

Ismatova Halovat Baxtiyorovna,
Buxoro davlat universiteti Pedagogika kafedrasi o‘qituvchisi

O‘SMIRLARDA DESTRUKTIV XULQNING PSIXOLOGIK ASOSLARI: ICHKI VA TASHQI OMILLAR

Annotatsiya. *Mazkur maqola o‘smirlarda destruktiv xulq-atvorning shakllanishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni o‘rganadi. O‘smirlik davri shaxsning shakllanishi uchun eng muhim va murakkab davr bo‘lib, aynan shu davrda ijtimoiy, psixologik va biologik omillar ta’sirida o‘smirlarda turli xil destruktiv xulq-atvorlarning shakllanishi mumkin.*

Kalit so‘zlar: *o‘smirlik davri, destruktiv xulq-atvor, ijtimoiy omillar, psixologik omillar, oila ta’siri, do‘stlar ta’siri, stress, ijtimoiy muhit, xulq-atvorni shakllantirish.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ: ВНУТРЕННИЕ И ВНЕШНИЕ ФАКТОРЫ

Аннотация. *В данной статье исследуются социально-психологические факторы, влияющие на формирование деструктивного поведения у подростков. Подростковый возраст - наиболее важный и сложный для становления личности период, именно в этот период под влиянием социальных, психологических и биологических факторов у подростков может формироваться различное деструктивное поведение.*

Ключевые слова: *подростковый возраст, деструктивное поведение, социальные факторы, психологические факторы, влияние семьи, влияние друзей, стресс, социальная среда, формирование поведения.*

PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF DESTRUCTIVE BEHAVIOR IN ADOLESCENTS: INTERNAL AND EXTERNAL FACTORS

Abstract. *This article examines the socio-psychological factors that influence the formation of destructive behavior in adolescents. Adolescence is the most important and complex period for the formation of a personality, and it is during this period that various destructive behaviors can develop in adolescents under the influence of social, psychological, and biological factors.*

Keywords: *adolescence, destructive behavior, social factors, psychological factors, family influence, friends influence, stress, social environment, behavior formation.*

Kirish. O‘smirlik davri inson hayotidagi eng muhim va murakkab bosqichlardan biridir. Bu davrda yoshlar biologik, psixologik va ijtimoiy jihatdan katta o‘zgarishlarni boshdan kechiradilar. O‘smirlar o‘z shaxsiyatini shakllantirish jarayonida yangi ijtimoiy aloqalarni o‘rnatadi, o‘zini jamiyatdagi o‘rni va rollarini aniqlaydi. Afsuski, bu jarayonda ba’zi o‘smirlar destruktiv xulq-atvorlar — jamiyatga zararli, noxush yoki xavfli xatti-harakatlar ko‘rsatishga moyil bo‘lishi mumkin. Destruktiv xulq-atvorlarning shakllanishi esa ko‘plab ijtimoiy va psixologik omillar bilan chambarchas bog‘liqdir.

O‘smirlarda destruktiv xulq-atvorlarning yuzaga kelishiga turli omillar ta’sir qiladi. Bu omillardan biri — oila muhitining ta’siri bo‘lib, ota-ona munosabatlari, oilaviy munosabatlar va moliyaviy sharoitlar o‘smirning xulq-atvoriga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shuningdek, do‘stlar, maktab va ijtimoiy guruhlar o‘smirlar orasida boshqalar bilan o‘zaro munosabatlarning shakllanishida muhim o‘rin tutadi. Psixologik stress va jamiyatdagi ijtimoiy normalar ham o‘smirlarda destruktiv xulq-atvorning rivojlanishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Ushbu maqolada o‘smirlar orasida destruktiv xulq-atvorning shakllanishi jarayonini tahlil qilishga, unga ta’sir qiluvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillarni o‘rganishga harakat qilinadi. Shuningdek, destruktiv xulq-atvorning oldini olish va unga qarshi kurashish uchun qanday ijtimoiy va psixologik yondashuvlar samarali bo‘lishi mumkinligi haqida fikr yuritiladi.

Destruktiv xulq-atvor, ya'ni odamni yoki jamiyatni zararli ta'sirga olib keladigan xatti-harakatlar, o‘smirlik davrida yuzaga kelishi mumkin. Bu xulq-atvorlar ijtimoiy, psixologik va iqtisodiy omillarning o‘zaro ta'siri natijasida shakllanadi. O‘smirlar o‘zlarini qanday qabul qilishlari, oila va do‘stlar bilan aloqalari, ularning psixologik holati va jamiyatdagi ijtimoiy normalar ular xulq-atvorining shakllanishida muhim omillardir.

Ijtimoiy-psixologik omillar, masalan, oila muhitining o‘zgarmasligi, ota-onalar o‘rtasidagi munosabatlar, o‘smirning maktabdagi ahvoli, do‘stlar ta’siri, jamiyatdagi iqtisodiy sharoitlar va ijtimoiy tengsizliklar kabi faktorlar, o‘smirning ijtimoiy moslashuvi va psixologik holatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Destruktiv xulq-atvorlar esa o‘smirning o‘zini anglashida, o‘ziga nisbatan munosabati va boshqa insonlarga nisbatan xatti-harakatlarida salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin.

Shunday qilib, o‘smirlik davrida yuzaga keladigan destruktiv xulq-atvorlarning sabablari va ularning ijtimoiy-psixologik omillari har tomonlama tahlil qilinishi zarur. O‘smirlarda ushbu xulq-atvorlarni oldini olish uchun ijtimoiy va psixologik choralar ko‘rish, ular bilan to‘g‘ri ishlash va shaxsiy rivojlanishni qo‘llab-quvvatlash katta ahamiyatga ega. Maqola davomida ana shunday omillarni batafsil o‘rganish va ularga ta’sir etuvchi mexanizmlar haqida so‘z yuritiladi.

Adabiyotlar tahlili. O‘smirlar orasida destruktiv xulq-atvorning shakllanishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni o‘rganishda bir nechta muhim tadqiqotlar va ilmiy asarlar mavjud. Ular asosan ijtimoiy, psixologik va madaniy aspektlarda o‘smirlarning xulq-atvorini shakllantiruvchi omillarni tahlil qilgan. Quyidagi adabiyotlar bu sohadagi ilmiy tadqiqotlarga asos bo‘ladi:

L. Vygotskining ishlarida, o‘smirlik davrida shaxsiyatning shakllanishi va ijtimoiy o‘rganish jarayoni yoritilgan. U ijtimoiy aloqalar va o‘smirlarning jamiyat bilan o‘zaro ta'sirini psixologik rivojlanish uchun muhim omil deb hisoblagan. Vygotskining ijtimoiy o‘rganish nazariyasi, o‘smirlar orasida destruktiv xulq-atvorlarning shakllanishi jarayonida ota-ona, do‘stlar va jamiyatning rolini tushunishga yordam beradi.

E. H. (1968) Eriksonning shaxsiyat rivojlanishi haqidagi g‘oyalari o‘smirlik davrini o‘rganishda asosiy manba hisoblanadi. U o‘smirlik davrida "shaxsiyatni izlash" bosqichining muhimligini ta'kidlab, o‘smirlar o‘z kimligini aniqlash jarayonida ko‘plab ichki va tashqi ta'sirlarga duch kelishini ko‘rsatgan. Bu jarayon o‘smirl arning destruktiv xulq-atvorlarining yuzaga kelishiga olib kelishi mumkin.

R. F., & Leary, M. R. Baumeister va Learyning tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlar o‘zlarining ijtimoiy aloqalarini o‘rnatishga intilishadi. O‘smirlar orasidagi destruktiv xulq-atvor ko‘pincha jamiyatdan tashqarida qolish, o‘zlarini ishonchli his qilmaslik yoki ijtimoiy jihatdan izolyatsiya qilish natijasida yuzaga keladi. Ularning ijtimoiy aloqalarga bo‘lgan ehtiyoji, bunday xulq-atvorning oldini olish yoki uni kuchaytirish mumkin bo‘lgan asosiy faktor hisoblanadi.

A. (1977). Bandura ijtimoiy o‘rganish nazariyasini ishlab chiqqan bo‘lib, bu nazariyaga ko‘ra, odamlarning xulq-atvori o‘rgatish va taqlid qilish orqali shakllanadi. O‘smirlar do‘stlari, oila a'zolari yoki boshqa ijtimoiy guruhlarning xulq-atvorlarini kuzatib, ularni o‘ziga qabul qilishi mumkin. Destruktiv xulq-atvorlar ko‘pincha ijtimoiy muhitdan yoki ota-onaning xatti-harakatlaridan olingan namunalarga asoslanadi.

Muhokama. O‘smirlik davri - insonning shaxsiyatining shakllanishida eng muhim bosqichlardan biri bo‘lib, shu davrda o‘smirlar ijtimoiy, psixologik va biologik o‘zgarishlarga duch keladilar. Ushbu jarayonning har bir bosqichi o‘smirlarning xulq-atvorini va dunyoqarashini shakllantiradi. Biroq, bu davrda destruktiv xulq-atvorning shakllanishi ko‘plab ijtimoiy-psixologik omillarga bog‘liqdir. O‘smirlar orasida noqonuniy xatti-harakatlar, tajovuzkorlik, o‘zini past baholash, alkol yoki narkotik moddalarga qaramlik kabi destruktiv xulq-atvorlarning yuzaga kelishi, ko‘pincha jamiyatda mavjud bo‘lgan turli ijtimoiy va psixologik sharoitlar bilan bog‘liqdir.

Ijtimoiy-psixologik omillarni tahlil qilish, o‘smirlar orasida destruktiv xulq-atvorlarning shakllanishiga ta’sir etuvchi omillarni yanada aniqroq aniqlashga imkon beradi. O‘smirlarning xulq-atvori, ayniqsa, ularning oila a'zolari va do‘stlari bilan munosabatlariga bog‘liq. Oilada mavjud bo‘lgan konfliktlar, ota-onaning o‘zaro munosabatlari yoki ular bilan o‘zaro aloqaning sifati o‘smirning xulq-atvorini bevosita shakllantiradi. Shuningdek, do‘stlar, sinfdoshlari yoki boshqa tengdoshlar bilan o‘zaro munosabatlar ham katta ta’sirga ega. O‘smirlar bu davrda o‘z shaxsiyatini topishga harakat qilib, ko‘pincha boshqalar tomonidan qabul qilinishga intilishadi. Agar o‘smir o‘zini ijtimoiy guruhda o‘rganayotgan xatti-harakatlarni qo‘llab-quvvatlashga majbur bo‘lsa, bu uning destruktiv xulq-atvorga moyil bo‘lishiga olib kelishi mumkin.

Psixologik omillar, masalan, stress, tashvishlar va o‘ziga bo‘lgan ishonchning pastligi ham o‘smirlarning destruktiv xulq-atvorlarini kuchaytiradi. O‘smirlar, ayniqsa, maktabda yoki oila muhitida qiyinchiliklarga duch kelganlarida, o‘zlariga bo‘lgan ishonchni yo‘qotishi va bunday holatlarni yo‘qotish uchun noto‘g‘ri yo‘llarni tanlashlari mumkin. O‘smirlar o‘zlarini ko‘proq qabul qilingan his qilish uchun ba’zan xavfli va noqonuniy xatti-harakatlarga murojaat qiladilar.

O‘smirlik davrida ijtimoiy muhit, madaniyat va jamiyatdagi o‘zgarishlar ham o‘smirlarning xulq-atvoriga ta’sir qiladi. Jamiyatdagi tengsizlik, ijtimoiy adolatsizlik yoki o‘ziga xos qiyinchiliklar o‘smirning his-tuyg‘ulariga ta’sir ko‘rsatib, destruktiv xulq-atvorning paydo bo‘lishiga sabab bo‘lishi mumkin. Misol uchun, iqtisodiy qiyinchiliklar, oila muammolari yoki jamiyatdagi ijtimoiy tengsizlik o‘smirni noxush his qilishga va o‘zini himoya qilish uchun noxush xatti-harakatlarga undashi mumkin.

Destruktiv xulq-atvorlarning oldini olish yoki ularni kamaytirish uchun psixologik yordam va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash zarur. O‘smirlarga psixologik yordam berish, ularning o‘ziga bo‘lgan ishonchlarini oshirish va ijtimoiy kompetensiyalarini rivojlantirishga yordam beradi. Shuningdek, oila va jamiyat tomonidan o‘smirlarga qo‘llab-quvvatlash ko‘rsatish, ularning muammolarini hal qilish va ularga ijtimoiy normalarni o‘rgatish ham o‘smirlarning destruktiv xulq-atvorlarga moyil bo‘lishining oldini oladi.

O’smirlarda destruktiv xulqning psixologik asoslari: ichki va tashqi omillar mavzusi psixologik va ijtimoiy omillarning o’smirlarda destruktiv xulqning shakllanishiga ta’siri

1-jadval.

Omillar	Tavsifi	Psixologik ta’siri	Destruktiv xulqni keltirib chiquvchi natijalar
Ichki psixologik omillar			
O‘zlikni anglash va identifikatsiya	O’smirning o‘zini qabul qilish, o‘zining kimligini aniqlash jarayoni.	O‘smir o‘zining hayotdagi o‘rni, qadr-qimmatini anglashga harakat qiladi.	O‘zlikni qabul qilmaslik, salbiy o‘zlik tasavvuri, o‘zgacha va radikal yo‘llarga yo‘naltirish.
Ichki konfliktlar	O’smirning o‘z qarashlari va tashqi dunyo o‘rtasidagi muvozanatsizlik.	Ichki bezovtalik, xavotirlar va o‘z-o‘ziga ishonchsizlikni yuzaga keltiradi.	Stress, depressiya, intellektual va hissiy noaniqlik, destruktiv xulqlarga olib kelishi mumkin.
O‘zgacha ta’sir qilish istagi	Jamiyatga qarshi turish, alohida shaxs sifatida tanilish istagi.	Xavfli yoki yo‘ldan chetga chiqadigan xulq-atvorni namoyon qilish.	Ijtimoiy qoidalar va normativlarga qarshi chiqish, jinsiy, jinoyat va narkotik moddalar bilan tajriba qilish.
Tashqi ijtimoiy omillar			
Oila va ota-onalar ta’siri	Ota-onalarning tarbiyasi, munosabatlari va oila muhitining o’smirga ta’siri.	O’smir oila muhitida o‘zini himoya qilishga va xulqini sozlashga harakat qiladi.	Oila ichidagi zo‘ravonlik, e’tiborsizlik, o‘rnak bo‘lmagan ota-onalar, salbiy ta’sirlar.
Maktab va tengdoshlar ta’siri	Maktabdagi o‘qituvchilar va tengdoshlar bilan munosabatlar. O‘qituvchilarning pedagogik yondoshuvi va tengdoshlar orasidagi ijtimoiy bosim.	O‘qituvchi yondoshuvi va tengdoshlar o‘rtasidagi munosabatlar o’smirning o‘zini qanday his qilishi va jamiyatda o‘zini qabul qilishiga ta’sir qiladi.	Psixologik zo‘ravonlik, bullying, tengdoshlar bosimi, ijtimoiy muammolar.
Ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy axborot vositalar	O’smirlar orasida ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy axborot vositalarining ko‘payishi. Bular orqali tarqalgan salbiy ma’lumotlar va tajribalar.	Ijtimoiy tarmoqlar orqali o‘tkaziladigan vaqt, qabul qilingan salbiy ta’sirlar, tajriba orqali xulqni shakllantiradi.	O‘zini izlash, kimligini yo‘qotish, radikal fikrlar, kimdir bilan raqobatlasha boshlash, o‘zini past baholash.
Jamiyatdagi iqtisodiy muammolar	Ijtimoiy va iqtisodiy tengsizlik, iqtisodiy qiyinchiliklar o’smirlarning xulqiga ta’sir qiladi.	Ijtimoiy va iqtisodiy tengsizlikka nisbatan xulqiy reaksiya ko‘rsatish (masalan, agressiya, depressiya).	Salbiy ijtimoiy xulqlar, jinoyatga jalb qilish, yoshlarning asosiy ehtiyojlarini qondirishga intilish, anti-sotsial harakatlar.

1. Ichki psixologik omillar: O‘smirning ichki dunyosidagi konfliklar va o‘zini qabul qilmaslik, ular uchun salbiy psixologik holatlarni yaratadi. Bu esa o‘zlikni anglashdagi muammolarni kuchaytiradi va ularni radikal xulqlarni tanlashga yo‘naltiradi.

2. Oila ta’siri: Oila ichidagi salbiy omillar (zo‘ravonlik, etiborsizlik) o‘smirni destruktiv xulqlarga undaydi. Bunday sharoitda, ota-onalarning yomon namunalari va noto‘g‘ri tarbiya natijasida o‘smirlar asosiy ijtimoiy va xulqiy me’yorlarni buzishga moyil bo‘ladi.

3. Tengdoshlar va maktabdagi ta’sir: O‘qituvchilar va tengdoshlar o‘rtasidagi salbiy munosabatlar ham o‘smirning destruktiv xulqini shakllantirishga olib kelishi mumkin. Maktabda o‘tkaziladigan vaqt va tengdoshlarning bosimi ham ko‘p hollarda yo‘ldan chetga chiqishga sabab bo‘ladi.

4. Ijtimoiy tarmoqlar ta’siri: Ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy axborot vositalari, o‘smirlarni yanglish qabul va salbiy xulqlarga undashda kuchli vosita bo‘lib xizmat qiladi. Salbiy va radikal kontentlar ular uchun jozibali bo‘lishi mumkin.

5. Iqtisodiy muammolar: O‘smirlar uchun iqtisodiy qiyinchiliklar, jamiyatdagi adolatsizlik va tengsizlik ularni destruktiv xulqlarga olib kelishi mumkin. Ular ijtimoiy tizimga qaramay, hayotda o‘z o‘rnini topish uchun noto‘g‘ri yo‘llarni tanlashi mumkin.

Xulosa. O‘smirlik davri inson hayotidagi muhim bosqich bo‘lib, bu davrda o‘smirlarning shaxsiyati shakllanadi va jamiyatdagi o‘rni aniqlanadi. Ushbu davrda yuzaga keladigan destruktiv xulq-atvorlar ijtimoiy-psixologik omillarning ta’sirida shakllanadi. O‘smirlarning oila muhitidagi munosabatlar, tengdoshlar bilan aloqalari, maktabdagi o‘rni va jamiyatdagi iqtisodiy sharoitlar ularning xulq-atvoriga bevosita ta’sir qiladi. Destruktiv xulq-atvorlar, o‘smirlar o‘zlarini jamiyatda qabul qilinishini istashlari, stress va psixologik ta’sirlarga moyil bo‘lishlari bilan bog‘liqdir.

Adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 13-fevraldagi “2019–2025-yillarda O‘zbekiston Respublikasi aholisining ruhiy salomatligini muhofaza qilish xizmatini rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi PQ-4190-son Qarori.

2. G‘afforov, A. (2023). “Yoshlar va o‘smirlar psixologiyasida xavfli xulqlar: Ta'lim muassasalarida monitoring”.

3. Nazarov A. Umumiy psixologiya. O‘quv qo‘llanma. “Durdona” 2020 yil. – 345 b.

4. Barotov Sh.R. Umumiy psixologiya. Darslik. Toshkent.: “Navro’z” nashriyoti, 2020. – 401 b.

5. Matniyozova M.A. O‘zbekiston psixologlari tomonidan talaba yoshlarda psixologik yordam haqidagi ijtimoiy tasavvurlarni o‘rganishning asosiy yo‘nalishlari // “Ta’limda istiqbolli izlanishlar” – Buxoro, 2024. -№ 10-41-47 b.

6. Matniyozova M.A. Talaba yoshlarda psixologik yordam haqidagi ijtimoiy tasavvurlarni shakllantirishning psixologik xususiyatlari // “Psixologik tadqiqotlarda muammolar, yutuqlar, innovatsiyalar”, Buxoro 2024, 22-noyabr, 459-461 b.

7. Радина Н. К. Возрастные и социокультурные аспекты гендерной социализации подростков / Радина Н. К., Терешенкова Е. Ю. // Вопросы психологии. 2006. № 5. С. 49 – 59.

Ismoilova Nurjaxon Zuxuriddinovna,
Toshkent davlat pedagogika universiteti Psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi, psixologiya f.b.f.d.(PhD)
Nurjahon.Ismoilova@bk.ru

O‘QUVCHI VA TALABALARDA STRESSGA BARQARORLIKNI OSHIRISHDA LOKUS NAZORAT SHAKLLARI VA SHAXS HAYOTIY POZITSIYALARINING O‘RNI

Annotatsiya. *Mazkur maqola stressga barqarorlik va uni oshirishga ta’sir etuvchi koping zaxiralarning tahliliga bag‘ishlangan. Stressga barqarorlik haqidagi qarashlarda odatda birinchidan, organizmning ichki yoki tashqi ta’sirlarga reaksiyasi muhim ekanligi ta’kidlansa, ikkinchi tomondan, tashqi ta’sirga bildirilayotgan reaksiya shaxsning o‘ziga xos subyektiv xususiyatlari bilan bog‘liqligi qayd etiladi. Shunga ko‘ra, stressga barqarorlikni oshirishda asosiy determinant vazifasini bajaruvchi o‘ziga xos psixologik omillarni ham tahlil qilish maqsadga muvofiq. Maqolada bugungi kun yoshlarida stressga barqarorlikni oshirishga qaratilgan treninglarda lokus nazoratning o‘rni muhim ekanligi ko‘rib chiqilgan.*

Kalit so‘zlar: *stress, koping zaxira, lokus kontrol, internal lokus, eksternal lokus, determinant, organizm, reaksiya.*

ФОРМЫ ЛОКУСА КОНТРОЛЯ И РОЛЬ ЖИЗНЕННОЙ ПОЗИЦИЙ ЛИЧНОСТИ В ПОВЫШЕНИИ СТРЕССОВОЙ УСТОЙЧИВОСТИ УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ

Аннотация. *Данная статья посвящена анализу копинг-ресурсов, влияющих на стрессоустойчивость и её повышение. В представлениях о стрессоустойчивости обычно подчеркивается, что, во-первых, важна реакция организма на внутренние или внешние воздействия, а во-вторых, реакция на внешние воздействия связана с индивидуальными субъективными особенностями личности. Соответственно, целесообразно также проанализировать специфические психологические факторы, выполняющие роль основного детерминанта в повышении стрессоустойчивости. В статье рассматривается важная роль локуса контроля в тренингах, направленных на повышение стрессоустойчивости у современной молодежи.*

Ключевые слова: *стресс, копинг ресурсы, локус контроль, интернальный локус, экстернальный локус, детерминанта, организм, реакция.*

FORMS OF LOCUS CONTROL AND THE ROLE OF PERSONALITY LIFE ATTITUDES IN INCREASING STRESS RESILIENCE OF PUPILS AND STUDENTS

Abstract. *This article is devoted to the analysis of coping resources that affect stress resilience and its increase. Views on stress resilience usually emphasize, firstly, that the body's reaction to internal or external influences is important, and, secondly, that the reaction to external influences is associated with the individual's specific subjective characteristics. Accordingly, it is appropriate to analyze specific psychological factors that play a key determinant in increasing stress resilience. The article examines the importance of locus of control in training aimed at increasing stress resilience among today’s youth.*

Keywords: *stress, coping resources, locus of control, internal locus, external locus, determinant, organism, reaction.*

Kirish. Bugungi kunda yoshlarning stressga nisbatan barqarorligini oshirish masalasi o‘ziga xos dolzarblik kasb etib, bu borada olib borilayotgan ilmiy izlanishlarda shaxsning stressga barqarorligini oshirishga ta’sir etuvchi omil va determinantlarni aniqlash hamda ularni korreksiyalash yoki rivojlantirish orqali stressga barqarorlikni oshirish masalasiga e’tiborning qaratilganligi nafaqat jahon psixologiyasida, balki o‘zbek psixologiyasida ham o‘ziga xos yo‘nalish sifatida o‘rtaga chiqmoqda.

Adabiyotlar sharhi. Shaxsning stressga barqarorligi masalasida mamlakatimiz psixologlari tomonidan chuqur ilmiy izlanishlar amalga oshirilmagan bo‘lsada mazkur masala so‘nggi yillarda o‘zbek psixologlarining e’tibor markazidagi masalaga aylandi va bu borada borada bir nechta tadqiqot ishlari amalga oshirildi. Xorij davlatlari olimlari ham mazkur masalaga katta e’tibor qaratishgan va pedagogik sohaga tegishli muammolar sifatida stress va stressga barqarorlik masalasini o‘rganish yuzasidan ilmiy izlanishlar olib borishgan, ular asosan pedagoglar, talabalar, o‘quvchilar misolida mazkur masalaning yechimini topishga uringanlar.

Tadqiqot mazmuni. Tadqiqotning g‘oyasi o‘quvchi va talabalarda stressga barqarorlikning lokus nazorat shakllari bilan o‘zaro aloqadorlik xususiyatlarini o‘rganish orqali ularda stressga barqarorlikni oshirish imkoniyatlari mavjudligini izohlashdan iborat. Shu g‘oyani isbotlash maqsadida tadqiqot usullari sifatida N.P.Fetiskinning «Stressga barqarorlikni aniqlash» metodikasi, J. Rotterning «Lokus nazoratni aniqlash» so‘rovnomasi va N.Vodjpyanova, M.Shteyn tomonidan modifikatsiya qilingan «Shaxs hayotiy pozitsiyalarini o’rganish» metodikalaridan foydalandik. Dastlabki ikki metodika asosida olingan natijalarni Spirman mezoniga ko‘ra tahlil qilganimizda quyidagi ko‘rinishdagi jadvalni hosil qildik. 1 - jadvaldan ko‘rinib turibdiki, lokus nazoratning internal shakli stressga barqarorlik bilan ($r=0,312$; $p\leq0,01$) ijobiy korrelyatsiyani ko‘rsatgan bo‘lsa, lokus nazoratning eksternal shakli stressga barqarorlik bilan ($r=0,305$; $p\leq0,01$) salbiy korrelyatsiyani ko‘rsatgan.

Ma’lumki, tashqi lokus nazoratga ega bo‘lgan shaxslar atrofida sodir bo‘layotgan ijobiy yoki salbiy voqea-hodisalarni tasodif yoki taqdir hukmi sifatida idrok etishga o‘rganishgan, shuning uchun bu toifa shaxslar muammolarni nazorat qilishga va hal etishga urinishmaydi, balki ularning taqdir hukmi bilan hal bo‘lishiga ishonib qolishadi. Natijada kutaverib vaqtdan yutqazish muammoning kattalashuviga va stressogen holatning intensivlashishiga sabab bo‘lishi mumkin, shunga ko‘ra lokus nazoratning eksternal shakli yuqoriligi o‘ziga xos tarzda shaxsda stressga barqarorlikni pasaytiruvchi omil sifatida namoyon bo‘ladi.

1 – jadval.

Shaxsda stressga barqarorlik va unga ta’sir etuvchi lokus nazorat o‘rtasidagi korelyatsion aloqadorlikning namoyon bo‘lishi

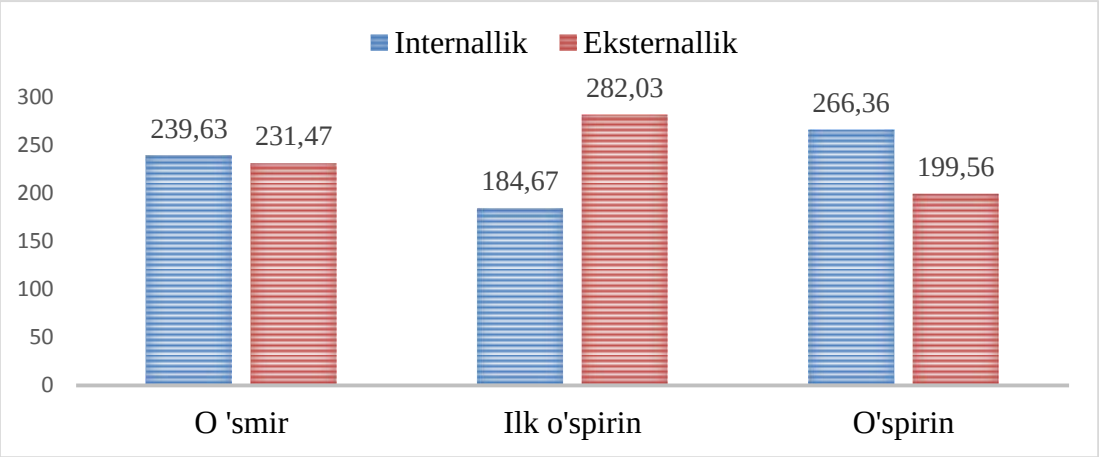
Psixologik o‘zgaruvchilar	Stressga barqarorlik	Ahamiyatlilik darajasi
Internal lokus nazorat	0,312	r≤0,01
Eksternal lokus nazorat	-0,305	r≤0,01

Internallar esa aksincha, atrofida sodir bo‘layotgan ijobiy yoki salbiy voqea-hodisalarni, o‘z shaxsi bilan bog‘liq holda, ya’ni shaxsiy harakatlarining natijasi sifatida sodir bo‘lishiga ishonishadi va iloji boricha ularni nazoratga olishga harakat qilishadi. Shuningdek, bu toifa shaxslar stressogen ta’sirlarga ham shu taxlit javob berishadi, ya’ni stressogen vaziyat yuzaga kelishi bilan internallar mazkur vaziyatni hal etish uchun mavjud imkoniyatlarini ishga solishadi, muammoning yechimiga yo‘naladi va aksariyat hollarda buning uddasidan chiqishadi. Shunga ko‘ra ular sodir bo‘lgan stressogen voqelikni boshqarishga va hal etishga urinishadi hamda bu ularning stressga barqarorligini oshiradi.

Yuqorida qayd etilganidek, bu borada chuqur tadqiqot olib borgan olimlardan biri Dj.Rotter o‘zining ijtimoiy o‘rganish nazariyasida shaxsning lokus nazorati tushunchasini kiritgan [4]. Muallifning fikriga ko‘ra, shaxsning lokus nazorati unda ma’lum bir reaksiyalarning mustahkamlanishiga ko‘ra shakllanadi. Bu fikrni isbotlash uchun muallif quyidagi misolni keltiradi: ta’lim oluvchi agar dam olish kunlarida har doim nazorat ishlariga tayyorgarlik ko‘rib, buning natijasida yaxshi baho olib kelgan bo‘lsa, u holda unda internallik rivojlanishiga moyillik uyg‘onadi. Aksincha agar u dam olish kunlarida bir necha marotaba do‘stlari bilan uchrashuvlar, suhbatlar bilan chalg‘ib nazoratlarga tayyorgarlik ko‘rmasdan ham yaxshi baho ola olgan bo‘lsa, unda eksternal nazorat rivojlanishi kuzatiladi [4; 58 b]. Muallifning klassifikasiyasiga ko‘ra, o‘z faoliyatida ichki lokus nazoratga ega bo‘lgan shaxslar, ijtimoiy bosim ostidagi stressogen yoki ekstremal vaziyatlarda tashqi lokus nazoratga ega bo‘lgan kishilarga nisbatan disstressga kamroq uchraydilar [4; 56 b]. Lokus nazoratni tadqiq etish bo‘yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlarning ko‘rsatishicha, eksternal lokus nazorat shakli stress, depressiya, xavotir va tashvishlanish, shuningdek stressni yengib o‘tishdagi qiyinchiliklar bilan o‘zaro aloqadorlikni ko‘rsatgan. Shuningdek, internal lokus nazorat shakli shaxsning psixologik yetukligi bilan aloqador ekanligi aniqlangan. Shaxs lokus nazorati uning stressogen vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik xususiyati bilan ham aloqadorlikni ko‘rsatganligini asoslovchi tadqiqotlar bor.

Shaxsning lokus nazorati masalasi qadimdanoq falsafa, sotsiologiya, psixologiya sohalarining muhim tadqiqot obyektlaridan biri sifatida qiziqish uyg‘otib kelgan va bunda shaxsning o‘z faoliyati va harakatlarini boshqarish qobiliyati tahlil qilingan. Tarixan bu mavzu shaxsning irodaviy erkinligi va taqdir hukmiga bo‘ysunishi bilan bog‘lab o‘rganib kelingan. Shunday qilib, lokus nazorat o‘z atrofida sodir bo‘layotgan voqea-hodisalarni qay darajada effektiv nazorat qilishi yoki boshqara olishini aniqlashga yordam beruvchi xususiyat hisoblanadi. Bunda odamlar ikki toifaga ajratiladi: tashqi (eksternal) lokus nazoratga ega bo‘lganlar va ichki (internal) lokus nazoratga ega bo‘lganlar.

Biz tadqiqotda qo‘lga kiritgan natijalarning miqdor tahliliga ko‘ra sinaluvchilarda lokus nazoratni yoshga ko‘ra namoyon bo‘lishini o‘rganish uchun olingan natijalarning ko‘rgazmalilik xususiyatini ta’minlash maqsadida diagramma holatida ifodalashni ma’qul ko‘rdik va quyidagi diagrammani hosil qildik.

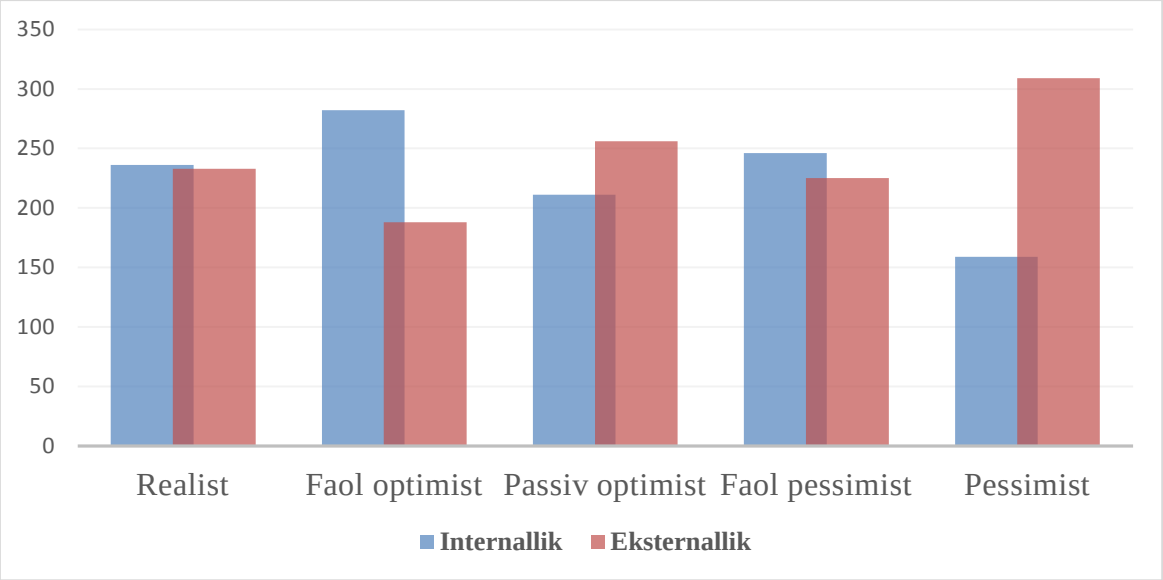


1-rasm. Sinaluvchilarda lokus nazorat shakllarining yoshga ko‘ra namoyon bo‘lishi

1-rasmdagi holatdan ko‘rish mumkinki, o‘smirlar guruhida internal va eksternal nazorat ko‘rsatkichlari deyarli farq qilmagan. Buni, shunday izohlash mumkinki, demak o‘smirlik davridagi ayrim o‘quvchilar o‘z muammolarini, stressogen vaziyatlarni hal qilishda o‘zining kuch va imkoniyatlariga ishongan holda harakat qilishadi va uni hal qilishga urinishadi, ayrim o‘quvchilar esa bunday vaziyatlarni taqdir hukmiga havola qilish bilan qanoatlanishadi. Demak, sinaluvchi o‘smirlar orasida lokus nazoratning har ikki shaklini qo‘llashi mumkin bo‘lganlar mavjud ekan.

Ilk o‘spirinlarda esa internallikning past va eksternallikning yuqori ekanligini ko‘rishimiz mumkin, bunday natija mazkur yosh davrida aksariyat sinaluvchilar stressogen vaziyatda muammolarni o‘zi hal qilishdan ko‘ra, boshqalarning yordamiga tayanishi, juda bo‘lmaganda muammoni taqdir hukmiga havola qilishi bilan cheklanishi bilan izohlanishi mumkin.

O‘spirinlar guruhida lokus nazoratning internal shakli yuqori natijani va shunga parallel ravishda eksternallik xususiyati ko‘rsatkichlari past natijani namoyon etgan. Ya’ni o‘spirin yoshiga kelib shaxs o‘z muammolarini, qiyin vaziyatlarni va ularni hal etish uchun zarur bo‘lgan o‘z qobiliyatlarini to‘g‘ri anglash imkoniyatiga ega bo‘lganligi bois muammolarni o‘zi hal qilish ko‘nikmasiga ega bo‘la boshlaydi va unda internallik xususiyatlari orta boshlaydi. Internal lokus nazorati yuqori bo‘lgan o‘spirinlar ko‘proq kognitiv tizimga suyanishini hisobga olinsa, ular o‘zining asosiy vaqti va aqliy energiyalarini o‘zi uchun ahamiyatli bo‘lgan voqea hodisalarni boshqarish va ularning qay tarzda kechishiga ta’sir o‘tkazish maqsadida ko‘proq informasiya olish uchun sarflashadi. Shuningdek, ular asosiy kuch-quvvatini o‘z shaxsini rivojlantirish, ijtimoiy va hayotdagi muhitini yaxshilashga qaratishadi. Internallar stressogen vaziyatlarda o‘z rejalarini ishlab chiqishadi va shunga ko‘ra harakat qilishadi. Shu tarzda ular stressli vaziyatlardan muvaffaqiyatli chiqib ketish usullarini o‘rganib olishadi va buni o‘z hayotida qo‘llashadi hamda stressli vaziyatlardan jismoniy va ruhiy yo‘qotishlarsiz chiqib keta olishadi.



2-rasm. Sinaluvchilarning shaxs pozitsiyalariga ko‘ra lokus nazorat shakllarining namoyon bo‘lishi

Keyingi o‘rinda biz sinaluvchilardagi lokus nazorat shakllarining shaxs hayotiy pozitsiyalariga ko‘ra namoyon bo‘lishini o‘rganishga urindik va natijalar quyidagi diagrammada aks ettirildi.

2-rasmdan ko‘rinib turibdiki, realikt kategoriyasiga kiruvchi sinaluvchilarda internallik ham, eksternallik ham bir xil darajani ko‘rsatganligiga ko‘ra, bu toifa shaxslar hayotida sodir bo‘layotgan stressogen voqea hodisalarga nisbatan real munosabatda bo‘lishadi, shu bois muammoning qanday yo‘l bilan bo‘lsada hal bo‘lishiga ishonishadi, ya’ni ular “muammo mavjudmi, demak, uning yechimi ham mavjuddir” degan tamoyilga amal qilishadi. Ma’lumki, shaxs qay darajada realist bo‘lsa, uning stressogen vaziyatni ijobiy baholashga moyilligi ham shunchalik kuchli bo‘ladi, ya’ni realist toifasidagi shaxslar odatda, stressogen vaziyatning “mag‘zini chaqib” ko‘rib, bu holatni o‘zining shaxs sifatida rivojlanishi uchun imkoniyat sifatida qabul qilishadi.

Faol optimistlarda internallik ko‘rsatkichi eksternallikka nisbatan anchagina yuqori natijani aks ettirganligini ko‘rish mumkin. Bu natijani shunday izohlash mumkinki, faol optimist toifasiga kiruvchi shaxslar avvalo faolligi, qolaversa optimistik kayfiyatning ustunligi bois odatda o‘z kelajagiga pozitiv qaraydilar, shunga ko‘ra ular stressogen vaziyatlarni kelajak hayotidagi ijobiy o‘zgarishlarning omili sifatida qaraydi. Ayrim tadqiqotchilarning, xususan T.O.Gordeyevaning izlanishlarida qayd etilishiga ko‘ra, “o‘z e’tiborini faqat ijobiy jihatlarga qaratuvchi optimist shaxslar o‘zi istagan maqsadga erishish yo‘llarini aniq ko‘ra oladi va bu maqsadga erishish yo‘lida uchraydigan qiyinchiliklarni kuch va irodasini sarflab yengib o‘tishga harakat qiladi. Hatto bu yo‘ldi olg‘a borish sekin yoki o‘ta qiyin kechsa ham ular o‘z yo‘lidan qaytmaydilar. Ularda hissiy barqarorlik kuchli bo‘lib, nazariy fikrlash, mavhum tafakkur shaklining va faktlarni tahlil qilishning ustunligi kuzatilgan” [1; 89 b]. Bu esa ularda stressga barqarorlikni oshiruvchi moillardan biri hisoblanadi.

Passiv optimistlarda lokus nazorat shakliga ko‘ra internallikka nisbatan eksternallik ko‘rsatkichining ustunligi kuzatilgan. Mazkur natijani tahlil qilish uchun, bu toifa shaxslar garchi optimist bo‘lsalarda, ularning passivligi stressogen vaziyatni hal etishda xalaqit qilishi bilan izohlash mumkin. Natijada ular muammoning yechimi yoki uni hal qilish uchun harakatlarning sustligi sabab qayta stressga tushadilar. Passiv optimist internallar o‘zidagi emotsional beqarorlikning namoyon bo‘lishi bilan bog‘liq holda aksariyat hollarda muammoni hal etish uchun shunchaki harakat qilib ko‘radilar, natijaga erishishiga ko‘zi yetmasa, uni oxiriga yetkazmay o‘z holicha tashlab qo‘yadilar.

Faol pessimist toifasiga kiruvchi sinaluvchilarda internallik ko‘rsatkichi eksternallikka nisbatan bir oz ustunligini ko‘rish mumkin. Bu holatni izohlash uchun ularga xos bo‘lgan xususiyatlarga e’tibor qaratish lozim bo‘ladi, ya’ni ular garchi pessimist bo‘lsalarda, faollikning ustunligi bois stressogen vaziyatlarga duch kelganda harakatdan to‘xtamaydilar, biroq hayotning negativ tomonlariga ko‘proq e’tibor qaratganligi bois o‘z xulqida ham aynan negativ xulq-atvorni ko‘proq o‘zlashtirganligi bois, ular tomonidan amalga oshiriladigan harakatlar ham ko‘proq destruktiv xarakterga ega ekanligini alohida qayd etib o‘tish lozim.

Passiv pessimistlarda qolgan shaxs pozitsiyasidagilarga nisbatan eksternallik ustuni internallik ustuniga nisbatan anchagina yuqoriligi qayd etilgan. Bu natija shuni ifodalaydiki, bunday toifaga mansub shaxslar stressogen vaziyatda muammoning yechimi uchun hech qanday harakat ham qilmaydilar, bu ham yetmaganday, masalaning yechimi uchun hatto jon ham kuydirmaydilar. Passiv pessimist eksternallar o‘z maqsadlariga erishib bo‘lmas deb qaraydilar yoki maqsadlariga erishish yo‘lida uchraydigan to‘siqlarni yengib bo‘lmas deb qaraydilar, shuningdek, stressogen vaziyatlarni hal etish uchun harakat qilish, kuch sarflash ham befoyda deb hisoblaydilar.

Bunday o‘quvchi va talabalarni qo‘llab quvvatlash va hamdard bo‘lish nihoyatda muhimdir, aks holda ular o‘qishdan butunlay sovib ketishi, hatto hayotiy maqsadlarini yo‘qotib qo‘yishlari ham mumkin. Shuni alohida ta’kidlash lozim, ularga hamdard bo‘lgandan so‘ng ulardan alohida minnatdorchilik kutmaslik lozim.

Xulosa. Tahlillardan xulosa qilish mumkinki, shaxsning lokus nazorati yoshga bog‘liq holda o‘zgaruvchan xarakter kasb etishi bilan birga o‘quvchi va talabalarda stressga barqarorlik lokus nazoratning har ikki shakli bilan ham korrelyatsion aloqadorlikni ko‘rsatgan. Bu natija esa bizning tadqiqotimiz g‘oyasini isbotlaydi, ya’ni, o‘quvchi va talabalarning stressga barqarorligini oshirishda ularning lokus nazorat shakllarini va shaxs hayotiy pozitsiyalarini ham hisobga olish muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, kelajakdagi tadqiqotlar uchun stressga barqarorlik va lokus nazorat shakllari o‘rtasidagi aloqadorlik o‘rganilganda sinaluvchilarning diniy e’tiqodlarini o‘rganish ham qiziqarli natijalarni berishi mumkin.

Adabiyotlar:

1. Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н. Оптимистический атрибутивный стиль и диспозиционный оптимизм: эмпирическая проверка сходства и различия двух конструктов. / Т.О. Гордеева, О.А. Сычев, Е.Н. Осин // Психология. Журнал ВШЭ. – 2017. – том 14. №4. – С. 756–765

2. Ismoilova N.Z. Stressga barqarorlikni oshirishning psixologik omillari (o‘quvchi va talabalar misolida): ps.f.d. (DSc) diss.: 19.00.06. – T.: TDPU, 2024 –220 s

3. Муздыбаев К. Оптимизм и пессимизм личности // СОЦИС: Социологические исследования. – 2003. № 12. С. 87-91

4. Rotter J.B. The Development and Application of Social Learning Theory: Selected Papers, Oxford University Press, 2002. P. 124

Jalilova Saboxat Xalilovna,
Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti dotsenti, ps.f.n.
jalilova_s @mail.ru

O’SPIRINLARDA PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZMLARI NAMOYON BO‘LISH XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Maqola shaxsning psixologik himoya mexanizmlarini tadqiq qilish natijalariga bag’ishlangan bo’lib, unda psixologiyada ushbu muammoning o’rganilishi hamda unga bo’lgan turli yondashuvlar nazariy jihatdan tahlil qilinadi, 8 turdagi psixologik himoya mexanizmlari mohiyatiga to’xtab o’tiladi. Shuningdek, o’tkazilgan tadqiqot natijalari asosida o’spirinlarda himoya mexanizmlari namoyon bo’lish xususiyatlari bayon qilinadi.*

Kalit so’zlar: *psixologik himoya, konstruktiv va destruktiv himoya, emotsional komponent, xulq komponenti, refleksiv komponent, siqib chiqarish, regressiya, inkor etish, proyeksiya (ko‘chirish), kompensatsiya, giperkompensatsiya, ratsionalizatsiya.*

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. *Статья посвящена результатам исследования механизмов психологической защиты личности. В ней теоретически анализируется изучение данной проблемы в психологии и различные подходы к ней, рассматривается сущность 8 видов механизмов психологической защиты. Также на основе результатов проведенного исследования описываются особенности проявления защитных механизмов у подростков.*

Ключевые слова: *психологическая защита, конструктивная и деструктивная защита, эмоциональный компонент, поведенческий компонент, рефлексивный компонент, вытеснение, регрессия, отрицание, проекция (перенос), компенсация, гиперкомпенсация, рационализация.*

FEATURES OF THE DEMONSTRATION OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS IN ADOLESCENTS

Abstract. *The article is devoted to the results of the study of the mechanisms of psychological defense of the individual. The article theoretically analyzes the study of this problem in psychology and various approaches to it, and also considers the essence of 8 types of psychological defense mechanisms. Based on the results of the study, the features of the manifestation of defense mechanisms in adolescents are described.*

Keywords: *psychological defense, constructive and destructive defense, emotional component, behavioral component, reflexive component, repression, regression, denial, projection, compensation, hypercompensation, rationalization.*

Kirish. Shaxsda ichki ruhiy zo‘riqish holatini pasaytirishda psixologik himoya mexanizmlari alohida ahamiyat kasb etadi. Psixologik himoya ifodalanishi jihatidan ikki turda - agressiv va pozitiv ko’rinishda namoyon bo’lib, hissiyot, ehtiyojlar, qiziqishlarni ichki va tashqi tahdidlardan muhofaza qilishni nazarda tutadi. Psixologik himoya – shaxsga qaratilgan ichki va tashqi tahdidlar ko’rsatishi mumkin bo’lgan ta’sirlarni kamaytirish, psixologik barqarorlikni ta’minlash, shaxs psixologik holatini muvozanatga keltiruvchi tizim bo’lib, boshqaruvchilik vazifasini bajaradi.

Psixologik himoya bajaradigan vazifalardan biri ongni nomaqbul instinktiv mayllardan muhofaza qilish bo’lib, u ijtimoiy munosabatlar jarayonida vujudga kelishi mumkin bo’lgan nizolarni konstruktiv hal qilinishiga xizmat qiladi [1].

Psixologik himoya shaxsning psixologik rivojlanishiga ikki jihatdan ta’sir ko’rsatishi mumkin. Mazmuniga ko’ra psixologik himoyani konstruktiv hamda destruktiv himoya turlariga ajratish mumkin. Konstruktiv himoya shaxsni yangi sharoitlarga moslashishiga xizmat qiladi va o’ziga bo’lgan bahoning barqarorligini hamda psixik salomatlikni ta’minlaydi [3]. Psixologik himoyning destruktiv turi esa uni haddan ortiq qo’llanilishi oqibatida shaxsning psixik salomatligini izdan chiqarishi hamda shaxsda turli ichki nizolarning kelib chiqishiga sabab bo’lishi mimkin.

Psixologik tadqiqotlarning ko’rsatishicha, psixologik himoyaning tarkibida emotsional, xulq komponenti va refleksiv komponentni farqlash mumkin. Emotsional komponent emotsiyalarning mahsuli bo’lib, murakkab hayotiy vaziyatlarda xulq strategiyasini tanlanishini ta’minlaydi. Psixologik himoyaning konstruktivligi yoki destruktiv xarakterda bo’lishini salbiy yoki ijobiy emotsiyalarning ta’siri ta’minlaydi.

Emotsiyalar ongsizlik darajasida ifodalanadi va bunda inkor etish, siqib chiqarish, almashtirish hamda regressiya kabi sodda psixologik himoya mexanizmlaridan foydalaniladi [2]. Psixologik manbalarga ko’ra, zo’riqishni keltirib chiqaruvchi vaziyatlarda, vaziyat kognitiv tahlil etilmaydi, inobatga olinmaydi, dedan xulosa chiqariladi. Uning salbiy jihati shundaki, salbiy emotsional reaktsiyalar boshqalarga, boshqa bir ob’ektga o’tkaziladi.

Psixologik himoyaning xulq komponenti shaxsni faoliyatga passiv yoki aktiv munosabatida namoyon bo’ladi, konstruktiv yoki destruktiv munosabatlarni keltirib chiqaradi va koping (engib o’tuvchi) xulq strategiyasi shaklida psixologik jihatdan baholanadi, stress vaziyatini yumshatishda qo’llanilib, stixiyali tarzda muammodan “qochish”da yoki “ma’suliyatni zimmasiga olishdan” o’zini tortishda namoyon bo’ladi. O’zini tortish esa boshqa bir faoliyat turi bilan shug`ullanishda ifodalanadi va muammoli vaziyatni to’xtatishga qaratiladi [5].

Psixologik himoyaning refleksiv komponenti stixiyali darajadan empirik darajaga o’tishda ifodalanadi va shaxsning o’zini nazorat qilishini, o’z-o’zini anglashni va o’z xatti-harakatlarini baholashni ta’minlashga xizmat qiladi. Refleksiv komponent ongsiz tarzda qo’llaniladigan psixologik himoya mexanizmidan o’z-o’zini nazorat qiladigan darajadagi xulqni namoyon qilishni ta’minlaydi.

Metodika. O’spirinlarda psixologik himoya mexanizmlari namoyon bo’lish xususiyatlarini o’rganish maqasadida tadqiqot ishlari olib borildi. Psixologik himoya mexanizmlari mohiyatini ochib berishda R.Plutchik va G.Kellerman tomonidan X.Konte hamkorligida ishlab chiqilgan “Hayot tarzi indeksi” so‘rovnomasini qo’llash samarali hisoblanadi [4].

Ushbu so‘rovnoma shaxs “Men”i psixologik himoya mexanizmlarini aniqlashga qaratilgan va “to‘g‘ri-noto‘g‘ri” tarzida munosabat bildirilishi kerak bo’lgan 92 ta ta’kiddan iborat. So’rovnoma yordamida psixologik himoya mexanizmlarining 8 turi aniqlanadi: siqib chiqarish, rad etish, o‘rnini almashtirish, kompensatsiya, reaktiv tuzilma, proeksiya, ratsionalizatsiya, regressiya. Ushbu psixologik himoya mexanizmlarining har biriga turli vaziyatlarda shaxsda yuzaga keladigan reaksiyalarni ko‘rsatib beruvchi 10-14 tadan ta’kid to‘g‘ri keladi. Javoblar asosida sinaluvchilarning himoya tizimi profili namoyon bo‘ladi. Metodika siqib chiqarish, regressiya, o‘rnini almashtirish, inkor etish, proeksiya (ko‘chirish), kompensatsiya, giperkompensatsiya, ratsionalizatsiya va boshqa himoya mexanizmlarini namoyon bo‘lish darajasini asoslashga qaratilgan. Tadqiqotimizda Nizomiy nomidagi TDPU talabalari ishtirok etdi.

Natijalar tahlili. Olingan ma’lumotlarga ko’ra, tekshiriluvchilarda psixologik himoya mexanizmlari orasida proyeksiya mexanizmi yuqori ko’rsatkichga ega. Ushbu himoya mexanizmi ko’rsatkichi 62 % tekshiriluvchilarda qayd etildi (1-jadval). Bundan ko’rinadiki, tekshiriluvchilar o’zlarining kechinma, ehtiyoj hamda xususiyatlarini boshqalarga ko’chirishga moyildirlar.

1-jadval.

Tekshiriluvchilarning psixologik himoya mexanizmlari bo’yicha o’rtacha ko’rsatkichlari (% hisobida)

T.r.	Psixologik himoya mexanizmlari	Ko’rsatkichlar
1.	Siqib chiqarish	45
2.	Regressiya	41
3.	Almashtirish	31
4.	Inkor etish	48
5.	Proyeksiya	62
6.	Kompensatsiya	57
7.	Giperkompensatsiya	36
8.	Ratsionalitsiya	60

Proyeksiya insonning boshqa odamlar ham men kabi motiv, istak, qadriyat, xarakter xislatlariga ega, deb hisoblashishlari tendentsiyasida namoyon bo’ladi. Bunda shaxs tomonidan o’zining ijtimoiy ma’qul kelmaydigan, istalmagan motivlari anglanilmaydi. Shaxs bunda nafaqat o’zidagi istalmagan yoki negativ sifatlarini proyeksiyalashi, balki shu bilan birga o’zining pozitiv xislatarini boshqalarga ko’chirishi ham mumkin.

Proyeksiya mexanizmi ifodalangan subektda empatiya qobiliyati, boshqalarga hamdard bo’lish, ularning dardiga sherik bo’lish xususiyati zaif bo’ladi. Proyeksiya mexanizmi ontogenezning ilk davrlaraidayoq atrofdagilar, birinchi navbatda ota-onalar tomonidan qabul qilinmaslik hissini silliqlovchi omil sifatida rivojlanadi. Bu esa yana bir bor ushbu himoya mexanizmining shakllanishiga oila va oiladagi tarbiyaning rolini ko’rsatadi.

Proyeksiya mexanizmini namoyon qiluvchilar hayotda mag’rurlik, izzattalablik, egoizm, kek saqlovchilik, jizzakilik, chidamsizlik kabi shaxs xususiyatlari bilan xarakterlanadilar, ularda adolatsizlik hissi, kamgaplik kuzatiladi, e’tiroz, tanqid, tanbehga nisbatan keskin munosabat bildiradilar.

Proyeksiya odatda yakka holda emas, baki boshqa himoya mexanizmlari bilan kompleks holda namoyon bo’ladi. Proyeksiya ratsionalaizatsiya uchun imkon yaratadi. Buni tekshiriluvchilarning ushbu metodika bo’yicha natijalari ham isbotlaydi. Proyeksiyadan so’ng katta ko’rsatkich ratsionalaizatsiya himoya mexanizmi bo’yicha qayd etildi (60% tekshiriluvchilar). Bu tekshiriluvchilar guruhidagi ma’lum xato fikr, qarashlarni to‘g‘ri deb baholash hamda qilayotgan noto‘g‘ri ishlarini o‘zlari uchun to‘g‘ri ekanligiga ishontirish bilan bog‘liq himoya mexanizmidir.

Ratsionalizatsiya – bu axloqiy normalarga zid keluvchi har qanday harakat va xulq-atvorni oqilona oqlash usuli. Bunda oqlash harakat sodir qilib bo‘linganidan so‘ng amalga oshiriladi. Ratsionalizatsiyada nimagadir qobil emasligini uni qilishni istamaslik bilan oqlash, amalga oshirilib bo‘lingach, ammo qilinishi kerak bo‘lmagan harakatni “obyektiv” holatlar yuzaga kelganligi bilan oqlash kuzatiladi.

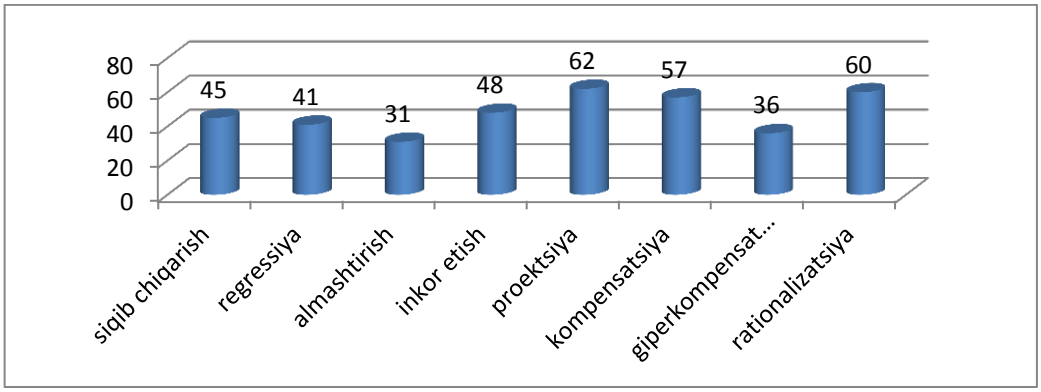
Ratsionalizatsiya mumkin bo‘lmagan fikr, tuyg‘u, xulqni asoslashga ishonchli sabablarni topuvchi himoya mexanizmi. Ratsionallashtirish psixologik himoyaning eng keng tarqalgan mexanizmi, chunki bizning xulq-atvorimiz ko‘plab omillar orqali aniqlanadi va biz uni o‘zimiz uchun ma’qul bo‘lgan yo‘l bilan tushuntirishga harakat qilamiz.

Ratsionalizatsiya inson salbiy kechinmalarni boshdan kechirish vaziyatlarida qolsa, ularga yaxshiroq moslashish imkonini berganda pozitiv rol o’ynaydi. Biroq ushbu mexanizm turini haddan ortiq qo’llash yuzaga keladigan vaziyatlarni noadekvat baholashga olib kelishi mumkin.

Ratsionalizatsiya himoya mexanizmi bo’yicha yuqori ko’rsatkichlar tekshiriluvchi talabalarda nizoli vaziyatlarda kompromissli qaror qabul qilishga tayyorlik, vaziyat mohiyatini anglashda kognitiv usullar qo’llanilishini ko’rsatadi.

Olingan natijalarga ko’ra 57 % tekshiriluvchiarda psixologik himoya mexanizmining kompensatsiya turi namoyon bo’ladi. Kompensatsiya boshqalariga nisbatan kechroq shakillanadigan himoya mexanizmi bo’lib, odatda ongli tarzda qo’llaniladi. Kompensatsiya yo’qotishlar, yetishmovchiliklarda g’am-qayg’u hissini tutib turishga va to’g`rilash yoki o’rnini bosishga qaratilgan.

To’laqonli emaslik hissiga javoban individda himoya mexanizmining ikki shakli yuzaga keladi. Bular: kompensatsiya va giperkompensatsiya. Kompensatsiya shunda namoyon bo’ladiki, inson o’zining yetishmayotgan xislatlarini rivojlantirish o’rniga yaxshi taraqqiy etgan jihatlarini jadal rivojlantira boshlaydi va bu bilan o’z kamchiligini kompensatsiya qiladi.



1-rasm. Psixologik himoya mexanizmlarining namoyon bo’lish ko’rsatkichlari

Giperkompensatsiya esa inson zaif rivojlangan xususiyatlarini yanada taraqqiy ettirishga harakat qilishida namoyon bo’ladi. Tadqiqotda ishtirok etgan tekshiriluvchilarda giperkompensatsiya mexanizmidan foydalanish yuqori darajada emasligi (36 %) aniqlandi.

O’tkazilgan tadqiqot natijalariga ko’ra, inkor etish himoya mexanizmi tekshiriluvchilarda muayyan darajada namoyon bo’ladi. Ushbu psixologik himoya mexanizmi ko’rsatkichi 48 % ni tashkil etadi.

Inkor etish (“Ko‘z yumish”) da inson Super Ego uchun xavf keltiruvchi narsalarning ahamiyatini pasaytirishga harakat qiladi. Uning keng tarqalgan shakllaridan biri – atrofdagilar tomonidan o‘ziga bildiriladigan tanqidni inkor etish, tanqid qilinayotgan narsa aslida yo‘q ekanligini ta’kidlash. Ba’zi hollarda inkor etish muayyan psixologik himoya rolini o‘ynashi mumkin. Masalan, agar inson haqiqatan ham jiddiy kasal bo‘lsa-yu, bu faktni inkor etsa, uni qabul qilmasa. Bu bilan inson o‘zida hayot uchun kurashishga

o‘zida kuch topadi. Biroq ko‘p hollarda inkor etish insonga yashashi uchun xalaqit beradi, chunki tanqidni qabul qilmaslik kamchiliklardan xalos bo‘lishga olib kelmaydi.

Tadqiqot natijalarining ko’rsatishicha, tekshiriluvchi talabalar o’zlari uchun nomaqbul axborotdan qochishga qaratilgan himoya mexanizmini ham qo’llaydilar. Bunda shaxs uchun nomaqbul axborot idrok doirasidan chiqarib yuboriladi, biroq aynan o’sha obyektdan kelayotgan yoqimli, ijobiy mazmundagi axborot idrok etiladi va anglanadi ham. Masalan, talaba pedagog yoki kattalar tomonidan bildirilayotgan tanbehni “eshitmaydi”, lekin ularning maqtovlari va rag`batlariga munosabat bildiradi.

Inkor etish qo’rquvni bostiradigan asosiy mexanizm bo’lib, uning yordamida xavf orqaga surib qo’yiladi va u endi xavf sifatida qabul qilinmaydi. Ushbu himoya mexanizmini qo’llovchi shaxs uchun xarakterli bo’lgan xususiyatlar – egosentrizm, namoyishkoronalik, muloqotchanlik, xulq-atvorning affektiv manerasi hisoblanadi.

Olingan natijalarga ko’ra tekshiriluvchilarda himoya mexanizmining siqib chiqarish (45%), regressiya (41%), almashtirish (31%) himoya mexanizmlari ham qo’llaniladi. Psixologik himoyaning siqib chiqarish mexamizmi bo’yicha xulosa qilish mumkinki, tekshiriluvchilar mavjud insoniy resurslaridan foydalanilgan holda muammoli vaziyatlarning yechimini topish, xavotirli ma’lumotlarni inobatga olmaslik, ong sohasidagi yoqimsiz va ziddiyatli hissiyot, fikr, kechinma, istaklarni o’chirib tashlash, ularni yoddan chiqarishga moyillikni namoyon qiladilar.

Regressiyaning rivojini emotsional zo’riqish va o’ziga ishonchning yetarli emasligini ta’minlaydi. Frustratsiyani boshdan kechirayotgan shaxs o’zini himoyalangan deb his qiluvchi vaziyatga intiladi va buni o’zining o’tmishidan izlaydi. Ushbu himoya mexanizmi bo’yicha tekshiriluvchilarning ko’rsatkichlari ular muammoli vaziyatlarni hal qilishda xulq-atvorning infantil shakllaridan doimo foydalanavermasligini ifodalaydi.

Almashtirish psixologik himoya mexanizmi frustrator sifatida chiquvchi, subyekt uchun ahamiyatli va kuchli g’azab hamda agressiyani ushlab turish zaruriyati tufayli rivojlanadi. Bunda shaxs o’z g’azabini boshqa obyektlar - jonzot yoki o’ziga qaratish orqali zo’riqishni bartaraf etadi. Almashtirish psixologik himoya mexanizmini qo’llar ekanlar tekshiriluvchilar qondirilmagan istak va intilishlarini boshqa obyekt yordamida realizatsiya qiladilar. Almashtirishda frustratsiyani yuzaga keltirgan obyekt yoki ehtiyoj qadrsizlantiriladi.

Demak, talaba shaxsida himoya mexanizmini yuzaga kelishi bir qator omillar bilan bog’liq bo’lib, bunda shaxsning o‘z- o‘ziga nisbatan bo‘lgan munosabatlari va o’z-o’ziga baho berish tizimi ham muhim rol o‘ynaydi.

O‘quv faoliyati bilan shug`ullanish jarayonida o’spirin talabalarda psixologik himoya mexanizmlarining o’ziga xos tarzda qo’llanilishini ko’rish mumkin.

Xulosa. Shaxs himoya mexanizmlarini tadqiq qilishning metodologik asoslarini hamda empirik tadqiqotni tashkil etish jihatlarini tahlil qilish asosida quyidagi xulosalarni berish mumkin:

- shaxsning hayot faoliyatida himoya mexanizmlari muhim o‘rinni egallaydi;
- insonlar kundalik faoliyatlarida u yoki bu ko‘rinishdagi himoya mexanizmlaridan o‘rinli ravishda foydalanadilar;
- shaxsda himoya mexanizmlarining namoyon bo‘lishi yuzaga kelgan aniq vaziyat yoki psixik holat bilan belgilanishi mumkin;
- shaxsda himoya mexanizmlarini tarkib topishi ulardagi ichki psixik tuzilmani namoyon bo‘lishi bilan belgilanashi mumkin;
- himoya mexanizmlari shaxsning emotsional sohalarning namoyon bo‘lishi bilan ham belgilanishi kuzatiladi;
- shaxsning himoya mexanizmlari ko‘p qirrali jarayon sifatida namoyon bo‘lishi mumkin.

Adabiyotlar:

1. Киршбаум Э., Еремеева А. Психологическая защита. 3-е изд. - М.: Смысл; СПб.: Питер, 2005.
2. Крот А. Ф. Механизмы психологической защиты / Учебно-методическое пособие. – Минск: БГМУ, 2015.
3. Никольская, И.М. Психологическая защита у детей /И.М. Никольская, Р.М. Грановская. - СПб.: Речь, 2009.
4. Пантелеев С.Р., Жилина Е.Ю. Методика диагностики защитных механизмов личности. – Вестник МГУ, сер.14, Психология, 2009, №1.
5. Тулупьева Т.В. Психологическая защита и особенности личности в период ранней юности. - СПб.: СПбГУ, 2000.

Kasimova Xulkar Atabayevna,
Ma’mun universiteti Psixologiya kafedrasi dotsenti, PhD
x.a.kasimova@gmail.com

SUBYEKTIV FAROVONLIK VA SHAXS XUSUSIYATLARI ORASIDAGI BOG‘LANISHLAR

Annotatsiya. *Mazkur maqolada subyektiv farovonlik, baxt tushunchasi haqida nazariy ma’lumotlar keltirilgan. Shu bilan birgalikda shaxs subyektiv farovonligini aniqlash ko‘rsatkichlari va hayotdan qoniqish darajasi hamda vaziyatli va shaxsiy xavotirlanish darajasini aniqlash» so‘rovnomasi o‘rtasidagi o‘zaro korrelyatsion aloqadorlik natijalari keltirilgan.*

Kalit so‘zlar: *subyektiv farovonlik, baxt, hissiy farovonlik, ego farovonlik, ijtimoiy farovonlik, hayotdan qoniqish, vaziyatli xavotirlanish, shaxsiy xavotirlanish.*

СВЯЗЬ МЕЖДУ СУБЪЕКТИВНЫМ БЛАГОПОЛУЧИЕМ И ЛИЧНОСТНЫМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ

Аннотация. *В данной статье представлены теоретические данные о субъективном благополучии и понятии счастья. Также приведены показатели для определения субъективного благополучия личности, уровень удовлетворённости жизнью, а также результаты корреляционного анализа взаимосвязи между анкетами для определения уровня ситуационной и личной тревожности.*

Ключевые слова: *субъективное благополучие, счастье, эмоциональное благополучие, эго-благополучие, социальное благополучие, удовлетворённость жизнью, ситуационная тревожность, личная тревожность.*

RELATIONSHIPS BETWEEN SUBJECTIVE WELL-BEING AND PERSONAL CHARACTERISTICS

Abstract. *This article presents theoretical information about subjective well-being and the concept of happiness. Additionally, it includes the indicators for determining an individual's subjective well-being, the level of life satisfaction, as well as the results of the correlational relationship between the questionnaires for assessing situational and personal anxiety levels.*

Keywords: *subjective well-being, happiness, emotional well-being, ego well-being, social well-being, life satisfaction, situational anxiety, personal anxiety.*

Kirish. Jahonda nogironlar sonining ortishi ishlab chiqarish jarayonlarining murakkablashuvi, transport oqimining keskin ortishi, urushlar oqibatida, ekologik vaziyatning yomonlashuvi, zararli odatlarning ortishi va boshqa bir qator sabablarga bog‘liqdir. Bugungi kunda dunyoda nogironlar soni bir milliarddan ortiq bo‘lib, ularning dunyo aholisidagi ulushi 15% tashkil etadi [10]. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma’lumotlariga ko‘ra, nogironlar soni yil sayin ortib bormoqda. Iqtisodiy jihatdan zaif mamlakatlarda nogironligi bo‘lgan shaxslarning yarmidan ko‘pi tibbiy yordam ololmaydi. Shu bilan birgalikda bunday mamlakatlarda nogironligi bo‘lgan bolalarni maktabda o‘qish ehtimoli kamroq bo‘lib buning natijasida ularni kelajakda ishsiz qolish darajasi ham oshadi. Bu esa nogironligi bo‘lgan insonlarning to‘laqonli, baxtli va farovon hayot kechirishi uchun salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Nogironlik va subyektiv farovonlik muammosining tadqiq qilinishi hozirgi zamon psixologiya sohasida jismoniy va ruhiy farovonlikni saqlashga, hayot sifatini yaxshilashga va o‘zini to‘liq anglashga hissa qo‘shadigan strategiyalarini tanlash muammosini hal qilishga yordam beradi. Har doim farovonlikka intilish insoniyatning asosiy harakatlantiruvchi kuchi bolib inson hayotining to‘laqonli kechishi uchun muhim omillardan biri hisoblanadi. Shuning uchun subyektiv farovonlikning o‘ziga xos xususiyatlari, omillari, komponentlarini aniqlash dolzarb muammolardan bo‘lib qolmoqda.

Mavzuga oid adabiyotlarning tahlili. Farovonlik – bu insonning butun umri davomida u bilan sodir bo‘ladigan va boshdan kechiradigan holatlari, yo‘qotish yoki erishadigan yutuqlari jarayonidir. Uzoq vaqt davomida tadqiqotchilar «yaxshi hayot» parametrlarini ajratib olishga, uni moddiy ko‘rsatkichlar, o‘rtacha umr ko‘rish, tug‘ilish, o‘lim va boshqalar bilan bog‘lashga harakat qilishdi. Biroq bu belgilarning barchasi qandaydir tarzda hayotning «sifatiga» emas, balki «miqdori»ga to‘g‘ri keladi. Farovonlik tushunchasi ko‘pgina xorijiy adabiyotlarda baxt so‘zining sinonimi sifatida qaraladi. So‘nggi yillarda farovonlik

tushunchasini o‘rganish psixologiya doirasida faol rivojlanmoqda. U qoniqish, ijobiy tajribalar, qadriyatlar, fazilatlar, iste’dodlar va ular farovon hayotga qanday hissa qo‘shishi kabi toifalarga qaratilgandir [1].

Psixologiyaning ushbu muammoli sohasini o‘rganish muhimligini birinchilardan bo‘lib 1969-yilda «Psixologik farovonlikning tuzilishi» (The structure of psychological well-being) monografiyasini nashr etgan N.Bradburn qayd etadi. N.Bradburn “psixologik farovonlik” muammosini nazariy jihatdan birinchi bo‘lib tadqiq qilgan. U farovonlik ikki xildagi ta’sir natijasida erishiladigan muvozanat ekanligini tushuntirgan. Bu ijobiy va salbiy his-tuyg‘ular shaklida namoyon bo‘lishini tushuntirib o‘tgan. Psixologik farovonlik muammosini nazariy jihatdan birinchi bo‘lib tadqiq qilgan amerikalik psixolog N.Bradburnning ilmiy izlanishlarini E.Diener davom ettiradi. E.Diener fikricha, ikkita asosiy tarkibiy qism o‘rganilayotgan hodisaning asosidir: kognitiv qism bu – inson hayotining turli sohalaridan qoniqishni intellektual baholash; hissiy qism bu – vaziyatga nisbatan yaxshi yoki yomon kayfiyatning yuzaga kelishini ajratib olish. [2].

M.Argayl va E.Diener farovonlikni «insonning haqiqiy holati» deb ta’riflab, o‘z asarlarida u haqiqatan ham «obyektiv» ekanligini ta’kidlaganlar [3].

Psixologik farovonlikni turli yo‘llar bilan belgilaydigan yondashuvlarning jiddiy nazariy asosliligiga qaramasdan, keyingi paytlarda har-xil nazariyalarni birlashtirish va farovonlikni har tomonlama o‘rganish tendensiyasi kuzatilmoqda. Bir qator tadqiqotlar psixologik va subyektiv farovonlik o‘rtasidagi ijobiy korrelyatsiyani keltirib chiqarish mumkin [4].

Hozirgi vaqtda xorijiy psixologiyada subyektiv farovonlikka ta’sir ko‘rsatadigan tadqiqotlar olib borilishiga qaramay, farovonlikni tushunishga turli yondashuvlar yuzaga kelmoqda [5].

Tadqiqot metodologiyasi. Xorijiy mualliflarning asarlariga murojaat qilib, subyektiv farovonlikni tizimli hodisa sifatida ko‘rib chiqish uchun faqat uning tarkibiy qismlarini ajratish yetarli emasligi aniq ko‘rinadi, chunki ularning integratsiyasi ushbu hodisani shakllantirish uchun mas’ul bo‘lgan ma’lum bir mexanizm orqali amalga oshiriladi.

Butun tizimni muvozanatlashtirish bu – rivojlanish vazifasi hisoblanib, o‘z-o‘zini rivojlantirish, ehtiyojlarni qondirish, tashqi sharoitlarni ta’minlash yo‘nalishi hisoblanadi [6].

Subyektiv farovonlikka bag‘ishlangan asarlarda ko‘pincha affektiv komponent yoki affektiv farovonlik (ijobiy va salbiy ta’sir) va kognitiv komponent yoki kognitiv farovonlik (hayotdan qoniqish) kabi tushunchalar mavjuddir [7], [8], [9].

Farovonlik muammosiga bag‘ishlangan xorijiy ilmiy ishlarning aksariyati ikkita paradigmaga asoslangan – gedonistik va evdemonistik, ular tubdan farq qiladigan va nisbatan o‘xshash pozitsiyalarga egadirlar. Ushbu sohadagi fundamental munosabat va g‘oyalarning kelib chiqishi qadimgi falsafada kuzatilishi mumkin.

Evdemonizm g‘oyalarini Aristotel, Volter, Xolbax, Didro, Monteyn, Spinoza, Foma Akvinskiy, Epikurlar rivojlantirgan hisoblanadi.

Gedonizm g‘oyalarini Aristipp, Bentam, Devid Pirs, Jon Lokk, Tomas Gobbslar asarlarida kuzatish mumkin. Unga ko‘ra, bir vaqtning o‘zida baxt, qoniqish va farovonlikni o‘rganishga bag‘ishlangan ilmiy tadqiqot ishlarini ko‘rish mumkin.

Tahlil va natijalar. Tadqiqotimiz doirasida jami 362 nafar sinaluvchi ishtirok etgan bo‘lsa, shundan 181 nafari nogironligi bo‘lgan talabalar, qolgan 181 nafari esa sog‘lom talabalardir. Tanlangan sinaluvchilarning bazasi ishonchli ma’lumotlar tahlili uchun yetarlicha asos bo‘la oladi. Tadqiqotda nogironligi bo‘lgan talabalarning subyektiv farovonlikka erishish xususiyatlari bo‘yicha tanlangan har bir metodika asosida olingan ma’lumotlarning o‘zaro aloqadorlik korrelyatsiyasi aniqlandi.

«Shaxsning subyektiv farovonligini diagnostika qilish» metodikasi ko‘rsatkichlarining o‘zaro korrelyatsion aloqadorligi, n=181

	Ta’lim olayotgan bosqichi	Hissiy	Ekzistensional	Ego	Gedonistik	Ijtimoiy
Ta’lim olayotgan bosqichi	1					
Hissiy	-,132	1				
Ekzistensional	-,132	0,785**	1			
Ego	-,098	0,681**	0,701**	1		
Gedonistik	-,073	0,403**	0,498**	0,442**	1	0,508**
Ijtimoiy	-,056	0,668**	0,633**	0,576**	0,508**	1

Izoh: **p≤0,01;

Tadqiqotning maqsad va faraziga asosan, shaxsning subyektiv farovonlik ko‘rsatkichlari o‘zaro korrelyatsion aloqadorligi tahlil qilinganda, bir qator ishonch darajasidagi bog‘liqlik qonuniyatlari mavjudligini kuzatishimiz mumkin. Ekzistensial va hissiy farovonlik shkalalar musbat (r=0,785; p≤0,01) aloqadorlikda ekanli aniqlandi. Demak, tana resurslarining yetishmasligi mavjud bo‘lsa ham, farovonlikka erishish uchun imkoniyat darajasida barchasini qilishlik, o‘z yutuqlarini qadrlash nogironligi bo‘lgan talabalarda ijobiy his-tuyg‘ularni paydo bo‘lishiga olib keladi, natijada ekzistensional farovonlik oshishi hissiy farovonlini oshishiga ham sabab bo‘ladi. Ego farovonlik va hissiy farovonlik shkalasi musbat (r=0,681; p≤0,01) aloqadorlikda ekanliga aniqlandi. Nogironligi bo‘lgan talabalarda tashqi ko‘rinishdan qoniqish hosil qilish o‘ziga ishonchning ortishi o‘z hayotiga optimistik yondashishga sabab bo‘ladi. Bu esa ego va hissiy farovonlikni birgalikda ortishiga olib keladi. Ego farovonlik va ekzistensional farovonlik shkalasi o‘rtasida musbat (r=0,701; p≤0,01) aloqadorlik aniqlandi. O‘z faoliyatidan zavqlanish, yutuqlarini qadrlash o‘z xarakteridan shaxsiyatidan qoniqishga olib keladi. Bu esa ego farovonlikni ortishi bilan ekzistensional farovonlikni ortishiga sabab bo‘ladi. Gedonistik farovonlik va hissiy farovonlik shkalasi o‘rtasida musbat (r=0,403; p≤0,01) aloqadorlikda ekanliga ma’lum bo‘ldi. Yashash sharoitlaridan qoniqish, va u yerdagi xavfsizlik shartlari nogironligi bo‘lgan talabalarning hissiy barqarorligini ta’minlaydi. Demak gedonistik farovonlikning ortishi hissiy farovonlikning ham ortishiga sabab bo‘ladi. Gedonistik farovonlik va ekzistensional farovonlik shkalalari o‘zaro musbat (r=0,498; p≤0,01) aloqadorlikda ekanliga aniqlandi. Maqsadga muvofiq harakat qilish va shaxsning asosiy ehtiyojlarini qondirish gedonistik va ekzistensional farovonlikning o‘zaro bog‘liq jihati hisoblanadi. Bundan ma’lum bo‘ladiki, gedonistik farovonlikning oshishi natijasida ekzistensional farovonlik ham oshadi. Gedonistik farovonlik shkalasi bilan ego farovonlik shkalasi o‘zaro musbat (r=0, 442; p≤0,01) aloqadorlikda ekanligi aniqlandi. Nogironlgi bo‘lgan talabalarning o‘z ehtiyojlaridan qoniqishi o‘z shaxsiyatidan qoniqishiga sabab bo‘ladi. Demak gedonistik farovonlikning ortishi ego farovonlikning ortishiga olib keladi. Gedonistik farovonlik va ijtimoiy farovonlik shkalasi o‘rtasida musbat (r=0,508; p≤0,01) aloqadorlik aniqlandi. Nogironligi bo‘lgan talabalar hayotini o‘z shaxsiy g‘oyalari asosida tashkil qilishi va shu g‘oyalar asosida hayot kechirishi gedonistik farovonlik bilan ijtimoiy farovonlikning birgalikda ortishiga olib keladi. Ijtimoiy-me’yoriy farovonlik bilan hissiy farovonlik shkalasi o‘rtasida o‘zaro musbat (r=0,668; p≤0,01) aloqadorlik aniqlandi. Bu esa xatti - harakatlarni hayotiy yo‘nalishlarga moslash va bu faoliyatdan pushaymon bo‘lmaslik o‘zini baxtli his qilish imkonini beradi. Demak, ijtimoiy-me’yoriy farovonlikning ortishi hissiy farovonlikning ortishiga sabab bo‘ladi. Ijtimoiy-me’yoriy farovonlik va ekzistensional farovonlik shkalasi o‘rtasida musbat (r=0,633; p≤0,01) aloqadorlik aniqlandi. Nogironligi bo‘lgan talabalarning hayot me’yorlariga asosan harakat qilish o‘z harakatlaridan, faoliyatidan zavqlanish ijtimoiy va ekzistensional farovonlikni birgalikda ortishiga olib keladi. Ijtimoiy-me’yoriy farovonlik va ego farovonlik shkalasi o‘rtasida musbat (r=0,576; p≤0,01) aloqadorlik aniqlandi. Nogironligi bo‘lgan talabalarning o‘z hayotiy yo‘riqnomalariga muvofiq harakat qilishi, hayotdan va o‘z-o‘zidan qoniqishiga olib keladi. Ijtimoiy-me’yoriy farovonlik va gedonistik farovonlik shkalasi o‘rtasida musbat (r=0,508; p≤0,01) aloqadorlik aniqlandi. Bunda nogiron talabalarning hayotiy me’yorlari va qadriyatlari asosida o‘zining asosiy ehtiyojlarini qondirishlari itimoiy-me’yoriy farovonlik va gedonistik farovonlik shkalalarining uyg‘un ravishda ortishini bildiradi. Ijtimoiy farovonlik nogironligi bo‘lgan talabalarning shaxslararo munosabatlardan, uning ijtimoiy mavqeyidan va shaxs mansub bo‘lgan jamiyatning hozirgi holatidan mamnunligini bildiradi.

So‘nggi yillarda farovonlik tushunchasini o‘rganish psixologiya doirasida faol rivojlanmoqda. U qoniqish, ijobiy tajribalar, qadriyatlar, fazilatlar, iste’dodlar va ular farovon hayotga hissa qo‘shishi kabi toifalarga qaratilgandir.

«Shaxsning subyektiv farovonligini diagnostika qilish» ko‘rsatkichlari hamda «Hayotdan qoniqish darajasi» o‘rtasidagi korrelyatsion aloqadorlik, n=181

	Jinsi	**Ta’lim Bosqichi**	**Hissiy**	**Ekzistensional**	**Ego**	**Gedonistik**	**Ijtimoiy**
Hayotdan qoniqish	,075	-,011	0,437**	0,413**	0,448**	0,382**	0,365**

Izoh: **r≤0,01;

Tadqiqotning maqsad va faraziga asosan, «Shaxsning subyektiv farovonlik ko‘rsatkichlari» va «Hayotdan qoniqish o‘lchovi» metodikasining o‘zaro korrelyatsion aloqadorligi tahlil qilinganda, bir qator ishonch darajadagi bog‘liqlik qonuniyatlari mavjudligini kuzatishimiz mumkin. Hayotdan qoniqish va hissiy farovonlik shkalalari o‘rtasida musbat (r=0,437; p≤0,01) aloqadorlik aniqlandi. Hayotdan qoniqishning ortishi bilan birgalikda hissiy farovonlikni ortishi ham kuzatiladi. Hayotdan qoniqishning ortishi nogironligi bo‘lgan talabaning quvonch, ilhom, baxt, optimizmga moyillik kabi ijobiy his-tuyg‘ularni boshdan kechirishiga sabab bo‘ladi. Bu esa hayotdan qoniqish va hissiy farovonlikning uyg‘un ravishda ortishiga olib keladi.

Hayotdan qoniqish va ekzistensional farovonlik shkalalari o‘rtasida musbat (r=0,413; p≤0,01) aloqadorlik kuzatildi. Hayotdan qoniqishning ortishi bilan ekzistensional farovonlik ortib borishiga sabab nogironligi bo‘lgan talabaning muvaffaqiyatlaridan zavqlanishi, yutuqlarini qadrlashi hayotdan qoniqishning ortishi sabab bo‘ladi.

Hayotdan qoniqish va ego farovonlik shkalalari o‘rtasida musbat (r=0,448; p≤0,01) aloqadorlik aniqlandi. Hayotdan qoniqish oshib borishi natijasida ego farovonlik ham ortishiga sabab hayotdan qoniqishning ortishi o‘ziga ishonch, o‘z qobiliyatlari va imkoniyatlariga ishonchning yuqori ekanligidir.

Hayotdan qoniqish va gedonistik farovonlik shkalalari o‘rtasida musbat (r=0,382; p≤0,01) aloqadorlik kuzatildi. Hayotdan qoniqish oshib borishi natijasida, gedonistik farovonlik ham ortishi kuzatildi. Bunga sabab - shaxsning asosiy ehtiyojlarini qondirish: xavfsizlik, turmush darajasi, moddiy farovonlik, uy-joy sharoitlari, atrof-muhit sharoitlari va boshqalar hayotdan qoniqishning ortishiga olib keladi. Hayotdan qoniqish va gedonistik shkala bir-biri bilan uyg‘un ravishda ortib boradi.

Hayotdan qoniqish va ijtimoiy me’yoriy farovonlik shkalalari musbat (r=0,365; p≤0,01) aloqadorlikda ekanligi kuzatildi. Hayotdan qoniqish oshib borishi natijasida, ijtimoiy - me’yoriy farovonlik ham ortishi kuzatildi. Bunga sabab – shaxsning ijtimoiy me’yoriy, qadriyatlari bilan o‘z hayotini tashkil qilish va buning natijasida hayotidan qoniqish hissining oshishidir. Hayotdan qoniqish bo‘yicha tadqiqotlar hech qachon o‘z ahamiyatini yo‘qotmaydi, chunki insonning barcha faoliyati ularning ehtiyojlarini qondirishga qaratilgan bo‘lib, pirovardida hayotdan qoniqish hosil qiladi.

«Shaxsning subyektiv farovonligini diagnostika qilish» metodikasi ko‘rsatkichlari hamda «Vaziyatli va shaxsiy xavotirlanish darajasini aniqlash» so‘rovnomasi o‘rtasidagi korrelyatsion aloqadorlk, n=181

	Hissiy	Ekzistensional	Ego	Gedonistik	Ijtimoiy
Reaktiv xavotir	-0,237**	-0,144	-0,331**	-0,054	-0,138
Shaxsiy xavotir	-0,245**	-0,181*	-0,252**	-0,020	-0,156*

Izoh:*-p≤0,05; **r≤0,01;

Tadqiqotning maqsad va faraziga muvofiq «Shaxsning subyektiv farovonligini diagnostika qilish» metodikasi hamda «Havotirlanish darajasini aniqlash» test so‘rovnomasi shkalalari o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik tahlil qilinganda, bir qator ishonch darajasidagi bog‘liqlik qonuniyatlari mavjudligini kuzatishimiz mumkin. Hissiy farovonlik shkalasi va reaktiv xavotirlilik shkalasi o‘rtasida manfiy (r=-0,237; p≤0,01) aloqadorlik aniqlandi. Nogironligi bo‘lgan talabalarda reaktiv xavotirlilikning ortishi hissiy farovonlikning pasayishiga olib keladi. Chunki tasodifan sodir bo‘ladigan voqea-hodisalar tufayli yuzaga keladigan asabiylik, stress tushkunlik ulardagi hissiy farovonlikni, ya’ni ijobiy his-tuyg‘ularning yo‘qolishiga optimizmga moyilikning pasayishiga olib keladi.

Ego farovonlik shkalasi va reaktiv xavotirlilik shkalasi o‘rtasida manfiy (r=-0,331; p≤0,01) aloqadorlik aniqlandi. Reaktiv xavotirlilik ortgani sari ego farovonlik pasayadi. Chunki vaziyatli xavotirlilikning ortishi natijasida yuzaga keladigan asabiylik, o‘zini, jahlni boshqara olmaslik oqibatida ego farovonlikning pasayishi, ya’ni o‘zidan shaxsiyatidan qoniqishning susayishi bilan izohlanadi.

Shaxsiy xavotirlilik shkalasi va hissiy farovonlik shkalasi o‘rtasida manfiy (r=-0,245; p≤0,01) aloqadorlik ma’lum bo‘ldi. Shaxsiy xavotirlilikning oshishi hissiy farovonlikning pasayishiga olib keladi. Chunki nogironligi bo‘lgan talabalarda nuqson, kasallik sabab yuzaga keladigan turli xil salbiy his-tuyg‘ular ularda hissiy farovonlikning pasayishiga olib keladi.

Shaxsiy xavotirlilik shkalasi va ekzistensial farovonlik shkalasi o‘rtasida manfiy (r=-0,181; p≤0,05) aloqadorlik aniqlandi. Shaxsiy xavotirlilik oshgani sari Ekzistensial farovonlik pasayadi. Chunki nogironligi

bo‘lgan talabalarda tushkunlik holati, stressli vaziyatlar ulardagi ekzistensial farovonlikni, ya’ni maqsadlarga erishish uchun hamma ishni qilish, muvaffaqiyatga intilish darajasini pasayishiga sabab bo‘ladi.

Shaxsiy xavotirlilik shkalasi va ego farovonlik shkalasi o‘rtasida manfiy (r=-0,252; p≤0,01) aloqadorlik ma’lum bo‘ldi. Shaxsiy xavotirlilik oshgani sari ego farovonlik pasayadi. Chunki stress, asabiylik, tushkunlik kabi holatlar nogironligi bo‘lgan talabalarda ego farovonlikni, ya’ni o‘ziga bo‘lgan ishonchni, o‘z qobiliyat va imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchning pasayishiga sabab bo‘ladi.

Shaxsiy xavotirlilik shkalasi va ijtimoiy – me’yoriy farovonlik shkalasi o‘rtasida manfiy (r=-0,156; p≤0,05) aloqadorlik aniqlandi. Shaxsiy xavotirlilik oshgani sari ego farovonlik pasayadi. Chunki shaxsiy xavotirlilik sabab yuzaga keladigan stressli holatlar, o‘z hayotidan qoniqish his qilmaslik ijtimoiy farovonlikning pasayishiga sabab bo‘ladi.

Xulosa va takliflar. Shunday qilib, olib borilgan empirik tadqiqotlarimiz natijasida nogironligi bo‘lgan talabalarning o‘ziga xos xususiyatlari aniqlandi. Metodika va so‘rovnomalarni qo‘llashda nogironligi bo‘lgan talabalarda subyektiv farovonlikka erishishda yuzaga keladigan muammolar sabablarini o‘rganish, nogironligi bo‘lgan talabalarning farovonlikka erishishini o‘ziga xos tomonlarini tahlil qilish, kuzatish, suhbat metodidan foydalanish, muammoning yechimini topishga imkon beradi. Shu bilan birgalikda subyektiv farovonlik ko‘p komponentli tushuncha bo‘lib nogironligi bo‘lgan talabalarda hissiy, ekzistensial, ego, gedonistik, ijtimoiy-me’yoriy ko‘rsatkichlarini tahlil qiladigan bo‘lsak, aynan nogironligi bo‘lgan talabalarda bu komponentlar sog‘lom talabalarga nisbatan past garajada ekanligi aniqlandi. Subyektiv farovonlik bevosita shaxsning hayotdan qoniqishi bilan hamohang namoyon bo‘lishini kuzatdik. Hayotdan qoniqish bevosita subyektiv farovonlikning gedonistik parametri bilan bog‘liq bo‘lganligi sababli nogironligi bo‘lgan talabalarda har ikkalasida ham nisbatan past ko‘rsatkichlar kuzatilgan. Sog‘lom talabalarda esa ularga nisbatan yuqori ko‘rsatkich aniqlangan. Demak, hayotdan qoniqish va subyektiv farovonlik darajalari o‘zaro bog‘liq holda namoyon bo‘lar ekan.

Adabiyotlar:

1. Peterson S. /A primer in positive psychology /. - New York: Oxford University Press, 2006. - 386 p.

2. Diener, E., Sapyta, J. J., & Suh, E. (1998). Subjective well-being is essential to well-being. Psychological Inquiry, 9, 33-37.

3. Seligman M.E.P. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. New York: FreePress, 2011. 349 p.

4. Kahneman D., Diener E., Schwarz N. Well-being: The Foundations of Hedonic Psychology. – NY.: Russell Sage Found, 1999. – P. 3–25.

5. Diner E. Subjective well-being: Threee decades of progress. [Текст] / E. Diner. - Psychological Bulletin. 1999. P.276 – 301.

6. Маслоу А., Мотивация и личность / А. Маслоу: пер. с англ. – СПб.: Питер, 2014. – 400 с.

7. Burns R.A., Machin M.A. Identifying gender differences in the independent effects of personality and psychological well-being on two broad affect components of subjective well-being//Personality and Individual Differences. – 2010. – № 48. – P. 22–27.

8. Diener E., Chan M. Y. Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity // Applied Psychology: Health and Well-Being. – 2011. – № 3(1). – P. 1–43.

9. Luhmann M., Schimmack U., Eid M. Stability and variability in the relationship between subjective well-being and income // Journal of Research in Personality. – 2011. – № 45(2). – P. 186–197.

10.https://www.gazeta.uz/oz/2019/02/06/statistika/

Korayeva Latifa Zarifovna,
Navoiy innovatsiyalar universiteti dotsenti v.b. (PhD)

BOSHLANG’ICH SINF O‘QUVCHILARIDA BILISH FAOLIYATIGA DOIR MUNOSABAT MOTIVLARINI SHAKLLANTIRISH OMILLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada boshlang’ich sinf o‘quvchilarida bilish faoliyatiga doir munosabat motivltini shakllantirish omillari, ularni bilimga bo‘lgan qiziqishini oshirish yo‘llari va usullari hamda ushbu omillar va ularning ta’limdagi ahamiyati haqida fikr yuritilgan.*

Kalit so‘zlar: *boshlang’ich ta’lim, bilish, faoliyat, motiv, qiziqish, interaktiv ta’lim, his-tuyg’u, samaradorlik, munosabat.*

ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВОВ ОТНОШЕНИЯ К ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

Аннотация. *В статье рассматриваются факторы, формирующие мотивационное отношение к познавательной деятельности у учащихся начальных классов классов, пути и методы повышения их интереса к знаниям, а также эти факторы и их значение в образовании.*

Ключевые слова: *начальное образование, знания, активность, мотивация, интерес, интерактивное обучение, эмоции, эффективность, отношение.*

FACTORS FORMING ATTITUDE MOTIVES TOWARDS COGNITIVE ACTIVITY IN PRIMARY GRADE STUDENTS

Abstract. *This article discusses the factors shaping the attitude motivation towards cognitive activity in primary school students, ways and methods of increasing their interest in knowledge, as well as these factors and their significance in education.*

Keywords: *primary education, knowledge, activity, motive, interest, interactive education, emotion, effectiveness, attitude.*

Kirish. Bilish faoliyati – insonning ma’lumotlarni qabul qilish, ularni o‘zlashtirish, tahlil qilish va ilmiy yangiliklarga erishish jarayonidir. Boshlang’ich sinfda o‘quvchilarning bilish faoliyatiga bo‘lgan munosabatlari va motivatsiyasini shakllantirish, ularning bilimga bo‘lgan qiziqishini oshirish, ta’limning samaradorligini ta’minlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Ma’lumki, ta’lim jarayonida motivatsiya — o‘quvchilarning bilimga bo‘lgan ehtiyojlari, qiziqishlari, harakatga undashiga sabab bo‘lgan omillarning majmuasidir.

O‘qituvchining motivatsiyani shakllantirishdagi ahamiyati, uning o‘quvchiga bo‘lgan munosabati va pedagogik mahoratlari ko‘plab tadqiqotlarda o‘rganilgan. Axmedova (2007) va Vaysman (2013) kabi ilmiy ishlarda ta’kidlanganidek, o‘qituvchining o‘z darslarida o‘quvchilarga qiziqarli va tushunarli usullar bilan taqdim etishi, ularni har tomonlama qo‘llab-quvvatlashi motivatsiyani shakllantirishda muhim omildir. Axmedova (2007) o‘qituvchining o‘quvchiga nisbatan yumshoq va ishonchli munosabati, ularning qobiliyatlariga ishongan holda dars o‘tkazish muhim ekanligini ta’kidlaydi. Bundan kelib chiqib, o‘qituvchilarning pedagogik mahoratlari va o‘quvchilarga munosabatlari ularda bilishga bo‘lgan ishtiyoqni oshirishga yordam beradi.

O‘qituvchining o‘quvchilar uchun to‘g’ri va samarali o‘quv materiallarini tanlashi, ularning qiziqishlari va imkoniyatlariga mos kelishi motivatsiyani shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Boshlang’ich sinf o‘quvchilari uchun faqat yozish va o‘qish emas, balki turli o‘yinlar, testlar, interaktiv ta’lim usullari va tajribaga asoslangan mashqlar ham muhim. Bu usullar o‘quvchilarga bilimni yaxshiroq o‘zlashtirishga yordam beradi va ularda bilimga bo‘lgan qiziqishni yanada oshiradi.

Oila va atrof muhiti o‘quvchilarda bilish faoliyatiga bo‘lgan munosabat shakllanishida asosiy omil bo‘ladi. Agar oilada bilimga bo‘lgan ehtiyoj va qiziqish o‘zlashtirilsa, o‘quvchida o‘ziga xos motivatsiya shakllanadi. Shuningdek, ota-onalarning yordami, ularning ta’limga bo‘lgan hurmati va o‘quvchilarga ko‘rsatgan qiziqishlari o‘qishga bo‘lgan muhabbatni oshiradi. Oiladagi o‘qishga bo‘lgan katta diqqat va his-tuyg’ular o‘quvchining motivatsiyasini musbat tomonga o‘zgartiradi.

Boshlang’ich sinf o‘quvchilarining shaxsiy qiziqishlari va ehtiyojlari ham motivatsiyani shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Agar o‘quvchi o‘ziga qiziqarli bo‘lgan predmetlar va mavzular bilan

shug’ullansa, uning bilimga bo‘lgan muhabbati oshadi. Shaxsiy qiziqishlar, qobiliyatlar va istaklar o‘quvchiga bilimga bo‘lgan ijobiy munosabatni shakllantiradi. Ushbu shaxsiy omillarni inobatga olish, o‘quvchiga o‘zining individual, xususan, qobiliyatlariga asoslanib ishlash imkonini beradi.

O‘quvchilarning har qanday kichik muvaffaqiyatiga rag’bat berish ulardagi motivatsiyani oshiradi. Boshlang’ich sinf o‘quvchilariga sovrinlar, maqtovlar, ishlarning samarali natijalarini ko‘rsatish orqali rag’batlantirish ularning bilish faoliyatiga bo‘lgan munosabatini shakllantiradi. SHuningdek, har bir o‘quvchini tartibga solish va muvaffaqiyatlarga erishish uchun ularni ijobiy ko‘rsatkichlarga erishishga undash muhimdir.

O‘quvchi o‘zi oladigan bilimga va uning amalga oshirishga qiziqishni sezishi kerak. Misol uchun, agar o‘quvchi darslarning foydali va kundalik hayotdagi ahamiyatini ko‘rsa, unda bilishga bo‘lgan ichki motivatsiya shakllanadi. Agar o‘quvchi yangi bilimlarni o‘rganishda aniq natijalarga erishsa, bu uning o‘z-o‘zini ishonchini oshiradi va kelajakda bilish faoliyatiga bo‘lgan munosibati ijobiy bo‘ladi.

Olingan natijalar va ularning tahlili. O‘quv faolligiga munosabat motivatsiyasini shakllantirishga xizmat qiluvchi quyidagi yo‘nalish tanlab olindi va shu yo‘nalishlar tadqiqotning umumiy maqsadiga singdirildi: birinchi yo‘nalishda maktabga munosabat motivatsiyasini o‘rganish, ikkinchi yo‘nalishda o‘quv komponentlarini shakllanganlik darajalarini o‘rganish, uchinchi yo‘nalishda esa shaxs yo‘nalganligini o‘rganish orqali o‘quv faoliyatiga munosabat motivatsiyasini tadqiq qilishga qaratilgan usullar majmuasi tanlab olindi va uni amaliyotga tatbiq etish vazifasi qo‘yildi.

Zero, har bir usul asosida qayta ishlangan ma’lumotlarni tadqiq qilishda qo‘shimcha yordamchi usullar orqali munosabatlarning beqarorligi yoki barqarorligi ijtimoiy keng yoki torligi, o‘quv faolligi haqidagi tasavvurlarning mavjud yoki mavjud emasligi, o‘quvchilarning o‘quv jarayoniga mas’uliyat bilan yoki yuzaki qarashlari kabi qator mezonlar inobatga olinib, shartli ravishda munosabat motivatsiyasi deb ataluvchi shkalaga kiritiladi.

Kuzatishlar shuni ko’rsatdiki, mazkur komponentlar barcha boshlang’ich sinf o’quvchilarida ham bir xil darajada namoyon etilmaydi. Ya’ni, qaysidir o’quvchilarda bir komponent ishtiroki ko’proq bo’lsa, boshqa bir komponent ishtiroki kamroq bo’lishi tabiiy. SHu boisdan o’quv faolligini tahlil qilishda mazkur holatlarga aniqliklar kiritish uchun taqdim etilayotgan komponentlar ishtirokini shartli ravishda 3 darajaga (yoki mezonga) bo’lib tahlil qilishni lozim topdik. Ya’ni

“A” mezon yuqori daraja – o’quv faollligiga nisbatan faol – ijobiy munosabat motivatsiyasi ishtirokini belgilaydi.

“B” – o’rta daraja – ya’ni ijobiy munosabat motivatsiya ko’rsatkichlari miqdoridan darak beradi.

“V – quyi daraja – ya’ni “indefferent” munosabat motivatsiyasi miqdoridan dalolat beradi.

Munosabat tizimi shkalasida o‘quvchilar faoliyatida shakllanayotgan o‘quv faolligini tanlash jarayoniga bo‘lgan «faol-ijobiy», «ijobiy», «indifferent» munosabatlar motivatsiyasining kichik maktab yoshidagi o‘quvchilar xarakteriga mos o‘rtacha umumiy, qiyosiy-tipik ko‘rsatkichlari ko‘lami kiritiladi va bu esa tadqiqot maqsadiga mos ijtimoiy psixologik mezonlarni tahlil qilish imkoniyatini yaratadi.

Shaxs umumiy yo‘nalganligiga asoslangan faol-ijobiy munosabat motivatsiyasi (FIMM) ko‘rsatgichlarining umumiy yo‘nalganlik mezonlari bo‘yicha tutgan o‘rinlari.

№	daraja / mezonlar	2-sinf $n_1 = 1000$			4-sinf $n_2 = 1000$		
		A	B	V	A	B	V
1	O‘z-o‘ziga yo‘nalganlik	2	1	3	1	2	3
2	Muloqotga yo‘nalganlik	1	2	3	2	1	3
3	Faoliyatga yo‘nalganlik	3	2	1	2	1	3

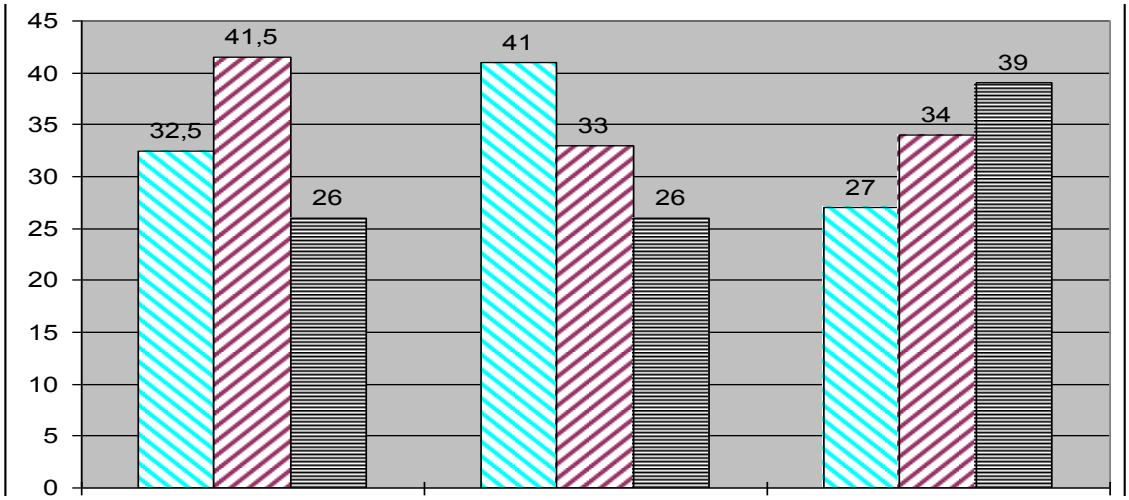
Ikkinchi va to‘rtinchi sinf o‘quvchilari orasida shaxs umumiy yo‘nalganligi asosida shakllangan F.I.M.M darajalarining umumiy ko‘rsatkichlar diapozonidagi o‘rinlari

	o‘rinlar / mezonlar	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	O‘z–o‘ziga yo‘nalganligi “B”									
2	Muloqotga yo‘nalganlik “A”									

3	Faoliyatga yo‘nalganlik “V”									
4	Faoliyatga yo‘nalganlik “B”									
5	Muloqotga yo‘nalganlik “B”									
6	O‘z–o‘ziga yo‘nalganlik “A”									
7	Faoliyatga yo‘nalganlik “A”									
8	Muloqotga yo‘nalganlik “V”									
9	O‘z–o‘ziga yo‘nalganlik “V”									
4 **sinf**										
1	O‘z–o‘ztga yo‘nalganlik “A”									
2	Muloqotga yo‘nalganlik “B”									
3	Faoliyatga yo‘nalganlik “B”									
4	O‘z–o‘ziga yo‘nalaganlik“B”									
5	Muloqotga yo‘nalgan “A”									
6	Faoliyatga yo‘nalgalik “A”									
7	Muloqotga yo‘nalganlik “V”									
8	Faoliyatga yo‘nalganlik “V”									
9	O‘z–o‘ziga yo‘nalganlik “V”									

Izoh:
“A” “yuqori” – daraja ko‘rsatkichlari
“B” “o‘rta” – daraja ko‘rsatkichlari
“V” “quyi” – daraja ko‘rsatkichlari

Qo‘lga kiritilgan empirik ma’lumotlar tahlili shuni tasdiqlaydiki, kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarda o‘quv faolligiga bo‘lgan munosabat tizimi (faol-ijobiy, ijobiy, indifferent) motivatsiyasining shakllanishi va uning u yoki bu darajada namoyon etilishi o‘quvchi shaxsiga, psixologik ta’sir etuvchi «qiziqishlar»ga, «shaxs yo‘nalganligi» ga, «ma’lum darajadagi o‘quv ustanovkalari»ga va «qadriyatlar»ga bevosita bog’liqdir. Aniqrog’i, empirik ma’lumotlar tahliliga asoslanib shuni aytish mumkinki, mazkur sifatlarning o‘quvchi shaxsida beqaror yoki barqaror holda tarkib topishiga qarab, o‘quvchining o‘quv jarayoniga nisbatan faol-ijobiy, ijobiy, yoxud indifferent munosabatlarining ifoda etilayotganligi haqida tasavvur hosil qilish mumkin.



Shaxs umumiy yo’nalganligi doirasida shakllangan ko’rsatkichlarning F.I.M.M. diagramma ko’rinishi 2-sinf.

Shartli belgilar: - A yuqori - B o’rta V quyi	**I** - O’z- o’ziga yo’nalganlik **II** - muloqotga yo’nalganlik **III** – faoliyatga yo’nalganlik

Maxsus keltirilgan raqamlar shundan dalolat beradiki, o’quvchi shaxsining umumiy yo’nalganlik tarkibiga kiruvchi o’z-o’ziga yo’nalganlik (a), odamlarga yo’nalganlik (b) va faoliyatga yo’nalganlik (v) kabi motivlari asosida yotuvchi o’quv jarayoniga munosabatlar tizimi ko’rsatkichlari haqiqatdan ham turli darajalarda shakllanganligi bilan alohida ajralib turadi.

Xulosa o‘quv faolligiga munosabat tizimining shakllanishi o‘ziga xos individual, hududiy va yosh xususiyatlariga ega bo‘lib, uning dinamikasi ma’lum ijtimoiy psixologik omillar asosida belgilanishi va baholanishi hamda bu jarayon o‘quvchi shaxsining ma’lum darajadagi qiziqishlari, o‘quv komponentlari, umumiy yo‘nalganligi, kabi psixologik omillar asosida qurilishi va namoyon etilishi mumkinligi empirik ma’lumotlarda yordamida asoslab berildi. Boshlang’ich sinf o‘quvchilarida bilish faoliyatiga bo‘lgan ijobiy munosabat va motivatsiyani shakllantirishda bir qator omillar, jumladan, o‘qituvchining pedagogik qobiliyatlari, ta’lim metodikasi, oila va atrof-muhit, o‘quvchining shaxsiy xususiyatlari, rag’batlantirish va kognitiv his-tuyg’ular muhim ahamiyat kasb etadi. Shuning uchun, ushbu omillarni birgalikda qo‘llash orqali o‘quvchilarda bilish faoliyatiga bo‘lgan munosabatni shakllantirish va ularni ta’limga rag’batlantirish mumkin.

O’quv faolligi komponentlarining namoyon etilishi, asosan o’quv materialini o’zlashtirish va bu jarayonda astoydil kirishgan holda o’zini o’quvchi sifatida his etish, o’z-o’zini adekvat baholash, o’zini-o’zi boshqarish, o’z-o’zini faoliyatga safarbar qilish kabi xislatlar bilan bevosita bog’liq ekanligi ma’lum bo’ldi. O’rganilgan har bir komponent, o’quvchi shaxsining ijtimoiy taraqqiyotida muhim ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar:

1. Axmedova M.T. Yoshlarda ilmiy dunyoqarashni shakllantirish va ularni aqliy tarbiyalashning o‘ziga xos xususiyatlari. // Integration of science, education and practice, 2022.
2. G’oziyev E.. Umumiy psixologiya. Darslik. Toshkent - "Universitet" – 2002.
3. Вайсман В.А. Психология мотивации. 2013.
4. Mamajonov T. Boshlang’ich ta’limning pedagogik asoslari. 2008.
5. Barotov Sh.R. Boshlang’ich ta’lim tizimida psixologik xizmat muammosi «Boshlang’ich ta’limning dolzarb muammolari» Resp. ilmiy-amal. anjum. tezislari to‘plami.-Buxoro, 1995. 15-21-b.

Kosimova Sarvinoz Bakhtiyorovna,
Bukhara State University Department of Psychology (PhD)

PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF PROTECTING YOUNG PEOPLE FROM MANIPULATIVE INFLUENCES IN THE CONTEXT OF GLOBALIZATION

Abstract. *In this article, the factor of protecting an individual from manipulative influences, the mechanisms of psychological protection, the phenomenon of psychological protection, national psychology and ideological immunity are intertwined with each other, any thought that appears in human thinking, any view becomes a tool of social power in personality psychology, conclusions on studied and analyzed work, the scientific-practical study of protecting students from manipulative, in them, it is possible to achieve their belief in the historical values of their nation and their people through the formation and development of a culture of information consumption, as well as student behavior and psychic activity, age laws of psychic progress, professional knowledge, features of interaction with adults and peers, relying on the improvement of the educational process, giving opportunities for an individual, analytical approach, it has been said that the level of being able to identify ways to make psychological conclusions will be achieved.*

Keywords: *democratic development, criticism, positive manipulation, negative manipulation, self-esteem, confidence.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗАЩИТЫ МОЛОДЁЖИ ОТ МАНИПУЛЯТИВНЫХ ВОЗДЕЙСТВИЙ В УСЛОВИЯХ ГЛОБАЛИЗАЦИИ

Аннотация. *В данной статье рассматривается взаимосвязь между факторами защиты личности от манипулятивных влияний, механизмами психологической защиты, феноменом психологической защиты, национальной психологией и идеологическим иммунитетом. Любая мысль, возникающая в человеческом мышлении, любая точка зрения становится инструментом социальной власти в психологии личности. На основе изученных и проанализированных работ, а также научно-практического исследования защиты студентов от манипуляций, можно достичь их веры в исторические ценности своей нации и своего народа через формирование и развитие культуры потребления информации. Рассматриваются также поведение и психическая активность студентов, возрастные закономерности психического развития, профессиональные знания, особенности взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Опираясь на совершенствование образовательного процесса и предоставляя возможности для индивидуального, аналитического подхода, утверждается, что будет достигнут уровень умения выявлять способы делать психологические выводы.*

Ключевые слова: *демократическое развитие, критика, позитивная манипуляция, негативная манипуляция, самооценка, уверенность.*

YOSHLARNI GLOBALLASHISH HAYOTIDAGI MANIPULYATIV TA’SIRLARDAN HIMOYA QILISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada shaxsni manipulyativ ta'sirlardan himoya qilish omili, psixologik himoya mexanizmlari, psixologik himoya fenomeni, milliy psixologiya va mafkuraviy immunitet bir-biri bilan uzviy bog'liq bo'lib, inson tafakkurida paydo bo'ladigan har qanday fikr, shaxs psixologiyasida har qanday qarash ijtimoiy kuch vositasiga aylanadi, talabalarning ilmiy-amaliy tadqiqotlari, ilmiy-amaliy tadqiqotlari bo'yicha xulosalar o'rganiladi. Ularda axborotni iste’mol qilish madaniyatini shakllantirish va rivojlantirish, shuningdek, o‘quvchilarning xulq-atvori va psixik faoliyati, psixik taraqqiyotning yosh qonuniyatlari, kasbiy bilimlari, kattalar va tengdoshlar bilan o‘zaro munosabat xususiyatlari, ta’lim-tarbiya jarayonini takomillashtirishga tayangan holda, shaxsga imkoniyat yaratish, tahliliy yondashish, psixologik saviyaga erishish yo‘llarini aniqlash orqali ularning o‘z millati va xalqining tarixiy qadriyatlariga, e’tiqodiga erishish mumkinligi ta’kidlandi.*

Kalit so'zlar: *demokratik rivojlanish, tanqid, ijobiy manipulyatsiya, salbiy manipulyatsiya, o'z-o'zini hurmat qilish, ishonch.*

Introduction. Currently, a new vision of human, society and state relations is manifested in connection with modern information technologies. Especially in the context of democratic development,

media in particular, the achievement of the internet as an active subject of politics is becoming increasingly relevant. The study of such specific aspects of the phenomenon of the Internet based on the object of research in political science is important in determining and eliminating the scope of problems in this direction in the future. Indeed, in our country, institutions of state and civil society, mechanisms of public control, forms of political participation of citizens are changing, informational features of the internet as a factor of such changes are gaining more and more new political meaning. From this point of view, on the one hand, the internet makes it possible to equalize the information space – the trend of globalization. On the other hand, the differences in the rates of technical development of different countries make it possible to deepen. This is primarily due to the fact that not all countries, due to their economic development, are able to produce mass integration into the network.

Manipulation is a psychological method used to obtain something desired, without taking into account the interests of the partner. With his actions, a person encourages a loved one to the desired answer. In this, the victim thinks that he has acted voluntarily [1]. Not always people realize manipulation in their behavior. Such destructive behavior may have been studied. For example, a girl can act this way in adult life towards men if she sees her mother manipulating her father. In criticism, a person leaves an opportunity for the individual to act in their own way. The person may not agree to this and may also make this decision. And in manipulation, a person does not have the right to choose. If a person does not do what his partner wants, he will be offended, angry and react incorrectly. He ignores your desire and seeks only to ensure his own comfort. He does not try to understand his feelings by placing himself in the place of the victim and is not interested in his desires and desires. Criticism helps to improve a person. It shows the weaknesses of the individual. The purpose of the manipulation is to change your behavior so that they satisfy the partner. In doing so, the individual may feel unhappy. Sometimes he gives up growth and development and gives up his goals in order to satisfy his beloved person. Reasons for the origin of dependence on the manipulator The fact that people are often addicted to manipulators is due to childhood emotional trauma. A person who did not receive the love and attention of parents in childhood, seeks to communicate with them in adult life. For such people, romantic relationships always choose people who are similar to their father or mother. For example, daughters of cold and indifferent fathers often fall in love with men with such characteristics. This phenomenon is known as "displacement".

Manipulators often affect unstable individuals (people with low self-esteem, without weak internal support). They are strongly dependent on the opinions of others and do not have their own life principles. Manipulators see their vulnerability and use it. At first they offer help, but later they are subjected to their own will, forcing the partner to follow them in any case, even if he is suffering. There are 2 different manipulations in a relationship:

1.Positive manipulation. Positive manipulation is based on mutual understanding and romantic feelings. The person moves gently and slowly to bring the beloved person to the necessary decision. At the same time, both can enjoy the events that are happening. For example, a person does something for a loved one, waiting for an answer from him.

2.Negative manipulation. The manipulator seeks to achieve its own desires, while not taking into account the needs, desires, preferences of the beloved person. Uses the partner as a tool to make a profit. At the same time, he does not show gratitude to her. The victim experiences strong psychological discomfort. He often becomes addicted to the manipulator, which negatively affects the psyche. Low self-esteem, loss of confidence in their abilities. Manipulation is the use of others in their own interests, influencing them through their management. Excessive manipulation is the trick of tricksters, scammers and liars who do not respect moral principles, cheat and take advantage of the weakness and disbelief of others. At least manipulation is an influence that is transferred to establish control at the expense of others, to make a profit or to gain benefits. Manipulation is different from simple interaction and persuasion. Exposure is generally considered harmless because it respects and does not over-impose the person being affected on their right to accept or not influence. Persuasion is the ability to direct others towards a desired act, usually at the time of a certain goal. Influence and persuasion are neither negative nor positive.

Object of the study. It is important to comprehensively reveal the goals and objectives of the research work, to approach the essence of scientific work on the basis of empirical data, of course. In line with the goals and objectives set, relying on theoretical analysis, the organization of research and the choice of methods is one of the main works. Therefore, we got acquainted with a number of research works for organizing the study and choosing methodologies in accordance with it. As a research area and object of the problem, 100 students studying at Bukhara State University and Karshi state universities were involved.

Motivation for manipulation can be self-service or helping or benefiting others. Anti-social manipulation is" the use of skills to use at the expense of others to reach their own personal goals or interests", while social behavior is"a voluntary act designed to help or benefit another person or group of individuals". Research into predictive factors of emotional manipulation suggests that the mechanisms behind emotional manipulation vary by gender: "high levels of emotional intelligence for men, social data processing, indirect aggression, and cognitive distortions for self-interest have significantly predicted emotional manipulation". "For women, however, being younger, higher levels of emotional intelligence, indirect aggression, primary psychopathic traits, and lower levels of social awareness have significantly predicted emotional manipulation. However, for women, emotional intelligence served as a suppressor". Manipulators typically use the following vulnerabilities: personality boundary violation has a specific grouping-for example, "boundary" manipulation is characterized as unintentional and dysfunctional manipulation. M.Linehan argues that people with personality borderline disorder often exhibit non-manipulative behavior when manipulating.

According to Linehan, these are often unintended behaviors of intense pain, and are often not considered true manipulative as they are not deliberately done. In the management of society, it is necessary to look for new ways and methods of ensuring the development of personality based on the norms of the present time. In particular, such a series as the management of the political-legal organizational and economic, socio-psychological and information system assumes finding the most optimal method of Management in inextricably linked directions, ensuring the unity of citizens, spiritual and ideological, in ensuring direct power and reliable, community and state development for it. What is the danger of” mass culture"? The mechanism of absorption of certain ideas into the structures of the subconscious is widely used by opponents. By itself, the mode of operation of the psychological mechanism that creates a predisposition in relation to something or phenomenon in any person or animal that is naturally transmitted is extremely simple, and showing and broadcasting something or information of the same sex, the same content or form more than three times in a row will give the previously expected effective results. The purposeful influence on the individual, on the other hand, is the basis for the beginning of processes of confirmation or denial of information accumulated over a certain period of time in the structures of the subconscious, which, even at the beginning, begins in a kind of automatic way, that is, out of human will. The motive, which is why a person is more inclined, also plays an important role here. A person, in particular, seeks to achieve the confirmation of what he wants.

Therefore, our opponents pay great attention to how to convey them, rather than what information to give them, mainly to arouse desire, inclination in the interlocutor. In particular, the activities of false religious organizations, fanatical groups are clearly visible in the effects and consequences of manipulation. First of all, it affects the consciousness of people, affecting their behavior (control of individual physical life, the emergence of tobelik and subordination), hiding the true state of the information being received or distorting reality, prohibiting critical information, forcibly absorbing a certain idea, an event in reality- by dividing events into “good” and “bad”, controlling emotions (weakening the feelings of the individual, instilling in him a sense of guilt, encouraging him to officially admit sin, shortcomings and mistakes, using the feeling of fear in him), those who perform any task or task, subject to a certain idea and ideology, deprived of their self are formed. Against this we must be alert and alert. The evil of ”popular culture " is that it opposes human thinking with its teeth and claws. True, one sees that “mass culture” is strange, it seems that a person is an adherent, but when attention is paid to the basis, it is clear that it contradicts the thinking, thinking of a person. So what is the purpose of this? Subjugation as a result of insincerity – a thousand more tragic than subjugation by force. Thus, their goal is revealed so that by distracting the mind and thinking of people, they try to direct them to a meaningless life. At the same time they try to instill in themselves the ideology – the idea they want-as a consequence of subjugating people's discretion.

Methods. Based on the conclusions of the experimental results of the study, the inevitable changes in the psyche of students, the occurrence of specific difficulties of negative effects of information, the formation of impressive psychological pathways in the work of psychodiagnostics, psychoprophylaxis, psychotre, psychocorrection and psychological counseling, which are carried out in this regard, became necessary. In the course of our research, a psychologically impressive socio-psychological training program was developed on the protection of students from manipulative influences. In terms of the system, content and direction of psychological propaganda, immunity against manipulative influences based on high ideological stability, creativity and humanity in students will be aimed at forming an uncompromising position against disinformation attacks of enemies of our independence, that is, teaching resistance to foreign ideas and views on the basis of evidence. When students are able to independently analyze events and react

against them without their own mental deviations, the formation of immunity against stable and strong manipulative influences is successful in them. In this case, the program of psychologically impressive training, which is applied on a topic corresponding to what is happening and what is happening, will be effective. In students, it was necessary to choose a more economical and effective method, suitable for the formation of immunity, aimed at protecting against stable manipulative influences. It was also concluded that during the professional activities of psychologists, educators, promoters, preventive inspectors, effective psychological methods serving the formation of stable ideological immunity in students, it is advisable to carry out them without interruption with the help of a psychologist attached to institutions.

Table 1.

General statistical analysis of data from the methodology for determining the motivational content of information activity (By the criterion Kolmogorov-Smirnov)

Specification	Min	Max	Average	Z	p
Communication motivation	3	9	6,35	2,41	0,000
Relaxative motivation	3	9	6,53	2,87	0,000
Reactivation motivation	3	9	6,24	2,83	0,000
Cognitive motivation	-16	39	17,09	1,00	0,271
Compensatory motivation	3	9	6,71	3,11	0,000

Among the motivational composition of Information activity, the statistical data analysis reflected in the table above, only indicators related to “cognitive motivation” give a 70% basis information. In this case, the larger the value Z, the more it does not obey the rule of normal distribution, the more it does not differ. The remaining motivations do not correspond to the normal distribution. Non-parametric criteria also have to be used for incompatibility. People who are simple, kind, altruistic and capable of self-sacrifice, often succumb to manipulation. These personality traits are certainly good, but they make a person more vulnerable in front of a manipulator[2]. Manipulators successfully use human fears, such as the fear of being abandoned or being alone. By clicking on these points, it will be very easy to control the actions and even thoughts of others. Manipulators easily achieve people's confidence using the usual increase in sound or changes in tone, timbre, social distance, tactile relationships wisely. In addition, manipulators also know how to manage a conflict situation very well. For example, a manipulator who knows that you will be afraid of a quarrel or run away can also control you by deliberately organizing a quarrel. In studies on psychological factors of the formation of immunity against manipulative influences in students, it was studied by linking it with a number of psychological (such as personality components, socialization process, the subconscious and subconscious of the individual, the system of personality values, the system of basal beliefs of the individual, psychological defense mechanisms, personality Masters, orientation aspects and motivational features) mechanisms.

The relationship between the psychological factors of the formation of immunity against manipulative influences and the specific psychological characteristics of the student's personality in the work carried out in this regard showed that it is important to apply in practice the impressive psychological measures of the formation of strong immunity, taking into account the psychological, physiological, social difficulties that inevitably arise in when forming immunity against stable manipulative influences in students, it is advisable to form them by taking into account their personality components, namely cognitive, behavioral and emotional states, as well as psychological, physiological, social factors that inevitably occur. The culture of information consumption is also considered an important factor in the formation of immunity against manipulative influences in students. Information culture reflects the possibility of achieving significant results in student acceptance and processing of incoming information flows by their nature and content.

Conditionally, these flows can be divided into internal and external. Internal flows include filtered textbooks, visual manuals, educational documents and other educational and educational information, the electronic contribution of which is growing at a rapid pace. Students are faced with such a flow of information every day and usually quickly acquire skills in their application. In this regard, the development of internal information flows in most cases does not call for serious, relatively invincible and negative consequences in students. Alternatively, the volume and intensity of external information flows, as well as the risk of disappointing consequences, are considered very powerful.

Conclusion. Manipulation has a strong effect when applied to people who cannot say no. People who know how to say "no" can also be victims of manipulators. In doing so, your rejection (saying "No") can

walk in favor of the manipulator. In fact, any person can be controlled. It is enough just to find the thin side of it, that is, the method that suits it. Manipulations in relationships cause discomfort in a girl or guy, making him dependent on the wishes of the other person. In order to prevent such situations, maintain love and respect, it is important to learn to identify and combat the actions of the manipulator as soon as possible. However, in order to protect yourself, it is necessary, first of all, to recognize unwanted behavior.

References:

1. Qosimova S.B. Talabalarni manipulyatsion ta’sirlardan himoya qilishning o’ziga xos ijtimoiy-psixologik determinantlari. “Zamonaviy dunyoda innovatsion tadqiqotlar: Nazariya va amaliyot” Respublika ilmiy amaliy-amaliy konferensiyaning 2023 10(38)-son.

2. Qosimova S.B. Specific features of protecting higher education students from manipulative influences. // International conference on higher education teaching Hosted from Hamburg, Germany 17.08.2023 64-67.

3. Qosimova S.B. Психологическая защищенность личности от манипулятивных воздействий как функция психологической культуры студентов. // “Zamonaviy psixologiyada ilmiy tadqiqotlar: muammolar, yutuqlar, innovatsiyalar” xalqaro ilmiy-amaliy anjuman. 19.05.2023 56-60.

4. Skinner B.F. About Beheviorism (New York: Knopf, 1991)

5. Suinn R. “The Relationships Between Self-Acceptence and Acceptence of Others: A Learning-Theory Analysis”, // Journal of Abnormal and Social Psychology 63 (1989): 37-42.

Kushakova Barno Komilovna,
Urganch texnologiyalar universiteti magistranti
barnoqoshaqova87@gmail.com

ZAMONAVIY OILALAR BOLALARIGA NISBATAN ZO‘RAVONLIK MUAMMOSINI PSIXODIAGNOSTIK TAHLIL QILISH

Annotatsiya. *Ushbu maqolada zamonaviy oilalarda bolalarga nisbatan zo‘ravonlik muammosi psixodiagnostik jihatdan tahlil qilinadi. Oiladagi zo‘ravonlikning bolalarga ta’siri, uning psixologik oqibatlari va diagnostik metodlari ko‘rib chiqiladi. Tadqiqot davomida psixodiagnostik vositalardan foydalanilib, bolalarning ruhiy holati o‘rganiladi. Zo‘ravonlikning oldini olish va uni bartaraf etish usullari tahlil qilinadi. Ushbu maqola psixologlar, pedagoglar va ota-onalar uchun foydali bo‘lishi mumkin. Tadqiqot natijalari zamonaviy oilaviy muhitni yaxshilashga hissa qo‘shadi.*

Kalit so‘zlar: *psixodiagnostika, zo‘ravonlik, bola psixologiyasi, oilaviy muhit, ruhiy salomatlik, psixologik ta’sir, diagnostik usullar, oldini olish, oilaviy tarbiya, pedagogika, stress, ruhiy jarohatlar, psixologik yordam, bolalar huquqlari.*

ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ НАСИЛИЯ ПО ОТНОШЕНИЮ К ДЕТЯМ В СОВРЕМЕННЫХ СЕМЬЯХ

Аннотация. *В данной статье проводится психодиагностический анализ проблемы насилия в современных семьях по отношению к детям. Рассматривается влияние насилия в семье на детей, его психологические последствия и методы диагностики. В ходе исследования используются психодиагностические инструменты для изучения психического состояния детей. Анализируются способы предотвращения насилия и его устранения. Эта статья может быть полезна психологам, педагогам и родителям. Результаты исследования способствуют улучшению современной семейной среды.*

Ключевые слова: *психодиагностика, насилие, детская психология, семейная среда, психическое здоровье, психологическое воздействие, диагностические методы, профилактика, семейное воспитание, педагогика, стресс, психологическая травма, психологическая помощь, права детей.*

PSYCHODIAGNOSTIC ANALYSIS OF THE PROBLEM OF VIOLENCE AGAINST CHILDREN IN MODERN FAMILIES

Abstract. *This article presents a psychodiagnostic analysis of the problem of violence against children in modern families. It examines the impact of domestic violence on children, its psychological consequences, and diagnostic methods. Psychodiagnostic tools are used in the study to assess children's mental state. Methods of preventing and addressing violence are analyzed. This article may be useful for psychologists, educators, and parents. The research findings contribute to improve the modern family environment.*

Keywords: *psychodiagnostics, violence, child psychology, family environment, mental health, psychological impact, diagnostic methods, prevention, family education, pedagogy, stress, psychological trauma, psychological support, children's rights.*

Kirish. Zamonaviy jamiyatda oilaning bola tarbiyasidagi roli juda muhim hisoblanadi. Oilaviy muhit va undagi munosabatlar bolaning ruhiy holati va shaxsiyati shakllanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Afsuski, ayrim oilalarda bolalarga nisbatan zo‘ravonlik holatlari uchrab turadi. Bu zo‘ravonlik jismoniy, ruhiy, hissiy yoki beparvolik shaklida namoyon bo‘lishi mumkin. Bunday salbiy omillar bolaning psixologik rivojlanishiga jiddiy zarar yetkazishi, uning o‘ziga bo‘lgan ishonchini pasaytirishi va kelajakdagi ijtimoiy hayotiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Bolalarga nisbatan zo‘ravonlik muammosini chuqur o‘rganish va tahlil qilish hozirgi kunning dolzarb masalalaridan biridir. Ushbu muammoni aniqlash va baholashda psixodiagnostik usullarning ahamiyati katta. Psixodiagnostika vositasida bolalarning hissiy va ruhiy holati, stress darajasi, depressiya alomatlari va boshqa psixologik muammolar aniqlanadi. Shu sababli oiladagi zo‘ravonlikning bolalarga ta’sirini o‘rganish, uning oqibatlarini tahlil qilish va oldini olish choralari to‘g‘risida ilmiy tadqiqotlar olib borish muhim hisoblanadi. Ushbu maqolada zamonaviy oilalarda bolalarga nisbatan zo‘ravonlik muammosi psixodiagnostik jihatdan tahlil qilinadi. Oiladagi zo‘ravonlikning psixologik oqibatlari, diagnostik usullari va uni oldini olish bo‘yicha samarali strategiyalar ko‘rib chiqiladi. Mazkur

tadqiqot natijalari psixologlar, pedagoglar va ota-onalar uchun foydali bo‘lishi, bolalar psixologik holatini yaxshilash va oilaviy muhitni barqarorlashtirishga yordam berishi kutilmoqda.

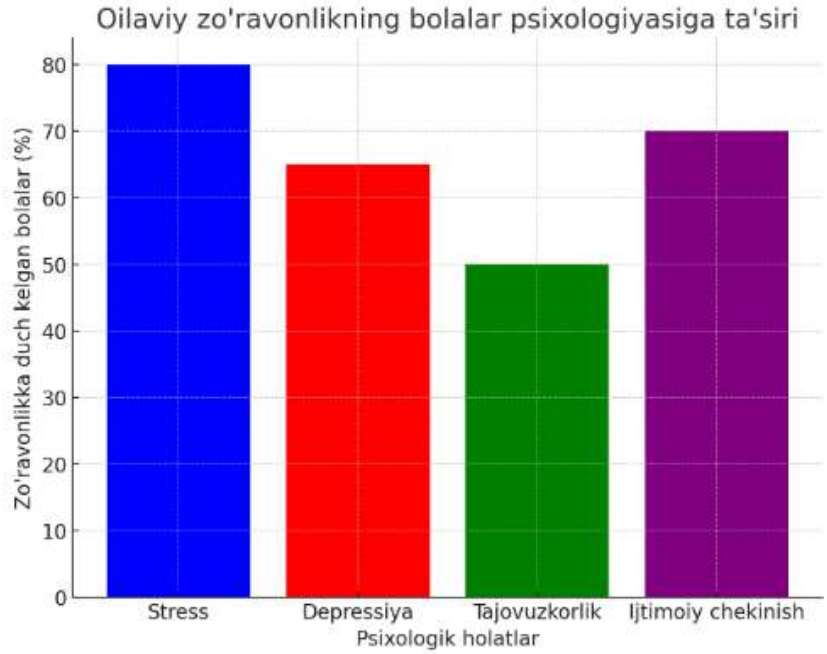
Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Bolalarga nisbatan zo‘ravonlik muammosi bo‘yicha ilmiy tadqiqotlar turli fan sohalarida keng yoritilgan. Psixologiya, pedagogika, sotsiologiya va huquqshunoslik sohalarida olib borilgan tadqiqotlar oiladagi zo‘ravonlikning bolaning psixologik rivojlanishiga ta’sirini chuqur o‘rganishga qaratilgan. Psixologik tadqiqotlarda bolalarga nisbatan zo‘ravonlik ularning hissiy holatiga, xulq-atvoriga va kelajakdagi ijtimoiy moslashuviga qanday ta’sir qilishini o‘rganishga alohida e’tibor qaratiladi. Tadqiqotchilar oilaviy zo‘ravonlik natijasida bolalarda qo‘rquv, tashvish, depressiya va o‘z-o‘ziga ishonchsizlik rivojlanishi mumkinligini ta’kidlaydilar. Ayrim olimlar bunday sharoitda ulg‘aygan bolalar kattaligida tajovuzkorlik yoki o‘zini ijtimoiy jihatdan yakkalash kabi muammolarga duch kelishini aniqlashgan. O‘qituvchilarning kuzatuvlari shuni ko‘rsatadiki, oilaviy zo‘ravonlikka duch kelgan bolalar maktabda darslarga qiziqish bildirmasligi, o‘qish samaradorligining pasayishi va ijtimoiy faolligining kamayishi kuzatiladi. Shu bois pedagoglar va psixologlar tomonidan bunday bolalar bilan ishlash strategiyalari ishlab chiqilgan bo‘lib, ular bolalarni ruhiy qo‘llab-quvvatlash va motivatsiyasini oshirishga qaratilgan. Ijtimoiy-iqtisodiy holat, oiladagi tarbiya uslubi, ota-onaning stress darajasi va ijtimoiy muhit oilaviy zo‘ravonlikning paydo bo‘lishiga sabab bo‘lishi mumkin. Ayrim tadqiqotlarda qashshoqlik va ishsizlik zo‘ravonlik xavfini oshiruvchi muhim omillar sifatida ko‘rsatiladi. Bolalar huquqlari bo‘yicha BMT konvensiyasi, milliy qonunlar va huquqni muhofaza qilish organlarining choralari oilaviy zo‘ravonlikka qarshi kurashishda muhim rol o‘ynaydi. Shu bilan birga, huquqiy tizimning mustahkamligi va huquqni muhofaza qilish organlarining faoliyati bolalar himoyasini ta’minlashda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Ushbu masalani samarali hal qilish uchun kompleks yondashuv zarur bo‘lib, psixologik diagnostika, pedagogik yordam, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va huquqiy choralarni o‘z ichiga olgan tizimli tadbirlar amalga oshirilishi lozim.

Ko‘plab tadqiqotlarda bolalarga nisbatan zo‘ravonlikning uzoq muddatli oqibatlari ham keng yoritilgan. Olimlar tomonidan olib borilgan kuzatishlar shuni ko‘rsatadiki, oilaviy zo‘ravonlik qurboni bo‘lgan bolalar kelajakda o‘z oilalarida ham shunga o‘xshash muammolarni boshdan kechirish ehtimoli yuqori bo‘ladi. Bu hodisa “zo‘ravonlik avloddan-avlodga o‘tadi” degan nazariyaga asoslanadi. Chunki bunday sharoitda ulg‘aygan bolalar zo‘ravonlikni normal holat sifatida qabul qilishi va kelajakda o‘z farzandlariga nisbatan ham shunday munosabatda bo‘lishi xavfi mavjud. Shuningdek, psixologik adabiyotlarda oilaviy zo‘ravonlikka uchragan bolalarning ruhiy salomatligiga salbiy ta’siri haqida ham ko‘plab dalillar keltirilgan. Tadqiqotchilar oilaviy zo‘ravonlikka duch kelgan bolalar orasida depressiya, tashvish buzilishlari, posttravmatik stress sindromi (PTSS) va o‘z joniga qasd qilish xavfi yuqori ekanligini ta’kidlaydilar. Bu esa bunday bolalar uchun erta psixologik yordam ko‘rsatish va profilaktika choralari ishlab chiqish muhimligini anglatadi. Ba’zi tadqiqotlar oilaviy zo‘ravonlik va bolalarning ijtimoiy moslashuv qobiliyati o‘rtasidagi bog‘liqlikni o‘rganadi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, bunday bolalar o‘z tengdoshlari bilan muloqot qilishda qiyinchiliklarga duch kelishi, tajovuzkor yoki aksincha, haddan tashqari tortinchoq bo‘lib qolishi mumkin. Bu ularning jamiyatda muvaffaqiyatli shaxs sifatida shakllanishiga to‘sqinlik qiladi. Xorijiy va mahalliy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, oiladagi zo‘ravonlik muammosini hal qilishda faqat bitta yo‘nalishga emas, balki kompleks yondashuvga e’tibor qaratish zarur. Bu jarayonda davlat idoralari, ta’lim muassasalari, psixologik xizmatlar va jamoatchilik tashkilotlari o‘zaro hamkorlik qilishlari muhim. Mavzuga oid ilmiy adabiyotlarning chuqur tahlili shuni ko‘rsatadiki, bolalarni oilaviy zo‘ravonlikdan himoya qilish va uning salbiy oqibatlarini kamaytirish uchun muntazam tadqiqotlar olib borish, zamonaviy psixodiagnostik usullarni takomillashtirish va oilaviy muhitni yaxshilash bo‘yicha amaliy tadbirlarni amalga oshirish zarur.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tadqiqotda zamonaviy oilalarda bolalarga nisbatan zo‘ravonlik muammosini psixodiagnostik tahlil qilish uchun kompleks yondashuv qo‘llanildi. Tadqiqotda bolalarning psixologik holatini baholash, oiladagi munosabatlarni tahlil qilish va zo‘ravonlikning ruhiy oqibatlarini aniqlash maqsad qilib qo‘yildi. Tadqiqotning asosiy metodlari sifatida psixodiagnostik testlar, so‘rovnomalar, intervyular va eksperimental usullar qo‘llanildi. Psixodiagnostik testlar bolalarning stress darajasi, ruhiy salomatligi va hissiy barqarorligini o‘rganish uchun ishlatildi. So‘rovnomalar yordamida ota-onalar va bolalar o‘rtasidagi munosabatlar, oilaviy muhit va tarbiya uslublari haqida ma’lumot to‘plandi. Intervyular psixologik yordamga muhtoj bolalarning shaxsiy tajribalarini chuqurroq tahlil qilish imkonini berdi. Tadqiqotda ishtirok etgan respondentlar tasodifiy tanlanib, maktab o‘quvchilari, ota-onalar va psixologlardan iborat bo‘ldi. Tadqiqot namunasi yosh bolalar va o‘smirlarni o‘z ichiga olib, ularning oilaviy muhitda duch keladigan muammolari tahlil qilindi. Respondentlarning maxfiyligi va tadqiqot natijalarining anonimligi ta’minlandi. Olingan ma’lumotlar statistik tahlil usullari yordamida qayta ishlanib, bolalarga

nisbatan zo‘ravonlik va ularning psixologik holati o‘rtasidagi bog‘liqlik aniqlashga harakat qilindi. Natijalar asosida oilaviy zo‘ravonlikning oldini olish va bolalarning ruhiy salomatligini himoya qilish bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqildi. Ushbu metodologik yondashuv tadqiqotning ilmiy ishonchliligini oshirib, bolalarga nisbatan zo‘ravonlik muammosini har tomonlama o‘rganishga imkon berdi.

Tahlil va natijalar. Tadqiqot natijalari zamonaviy oilalarda bolalarga nisbatan zo‘ravonlikning keng tarqalganligini va uning bolalarning psixologik holatiga jiddiy ta’sir ko‘rsatishini tasdiqladi. Olingan ma’lumotlar asosida zo‘ravonlik turli shakllarda – jismoniy, ruhiy, hissiy bosim va beparvolik sifatida namoyon bo‘lishi aniqlangan. Tadqiqot qatnashchilarining aksariyati (bolalar va ota-onalar) oilaviy muhitning bolaning ruhiy holatiga ta’sir qilishini tan olishgan. Psixodiagnostik testlar natijalari shuni ko‘rsatdiki, zo‘ravonlikka duch kelgan bolalar orasida stress darajasi yuqori, o‘ziga bo‘lgan ishonch past va depressiya belgilari ko‘proq kuzatiladi. Ayniqsa, ruhiy bosim va doimiy tanqidga uchragan bolalarda tashvish va qo‘rquv holatlari ko‘proq aniqlangan. Jismoniy zo‘ravonlikka duch kelgan bolalarda esa tajovuzkorlik va konfliktlarga moyillik yuqori ekani kuzatilgan. So‘rovnoma natijalari oilaviy muhitning bolaning ijtimoiy moslashuviga ta’sirini ham ko‘rsatdi. Oilaviy zo‘ravonlik sharoitida ulg‘aygan bolalar maktabda ijtimoiy faollikdan chetlashishlari, tengdoshlari bilan muloqot qilishda qiyinchiliklarga duch kelishlari va o‘zlarini yolg‘iz his qilishlari aniqlangan. Bunday bolalar stressli vaziyatlarda moslashuvchanlik darajasining pastligi sababli o‘z muammolarini mustaqil hal qilishda qiynalishadi.Olingan natijalar oilaviy zo‘ravonlik muammosini hal qilish uchun kompleks yondashuv zarurligini ko‘rsatadi. Zo‘ravonlik qurboni bo‘lgan bolalarga psixologik yordam ko‘rsatish, ota-onalar uchun psixopedagogik treninglar tashkil etish va jamiyatda oilaviy munosabatlar madaniyatini oshirish bo‘yicha tadbirlarni amalga oshirish muhimligi aniqlandi.



Tadqiqot natijalari oilaviy zo‘ravonlikning bolalar psixologiyasiga salbiy ta’sirini yaqqol ko‘rsatdi. Gistogrammadan ko‘rinib turibdiki, zo‘ravonlikka duch kelgan bolalarning **80%** stressdan aziyat chekadi, **65%** depressiya belgilari namoyon qiladi, **50%** tajovuzkorlik holatlarini namoyon etadi, va **70%** ijtimoiy chekinishga moyil bo‘ladi. Ushbu ko‘rsatkichlar bolalarning ruhiy salomatligi va jamiyatga moslashuv jarayonida jiddiy muammolarga duch kelish ehtimolini oshiradi. Olingan natijalar shuni ko‘rsatadiki, oilaviy zo‘ravonlik nafaqat bolaning hozirgi ruhiy holatiga, balki uning kelajakdagi ijtimoiy xulq-atvoriga ham ta’sir qiladi. Ayniqsa, stress va depressiyaning yuqori darajada bo‘lishi bolalarning hissiy barqarorligiga jiddiy zarar yetkazadi. Tajovuzkorlikning yuqori darajada kuzatilishi esa kelajakda jamiyatda konfliktlarga moyillikni oshirishi mumkin. Shu sababli, oilaviy zo‘ravonlikni kamaytirish va bolalarga psixologik yordam ko‘rsatish muhim ahamiyat kasb etadi. Oilalar uchun psixopedagogik dasturlar, zo‘ravonlikni oldini olish bo‘yicha profilaktik chora-tadbirlar va bolalar uchun maxsus psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimlarini yo‘lga qo‘yish zarur. Oilaviy zo‘ravonlikning salbiy oqibatlarini bartaraf etish uchun kompleks yondashuv zarurligini tasdiqlaydi. Shu bois, ota-onalar, pedagoglar, psixologlar va jamiyatning barcha a’zolari bu muammo bo‘yicha birgalikda harakat qilishlari lozim.

Xulosa va takliflar. Tadqiqot natijalari oilaviy zo‘ravonlikning bolalar ruhiy salomatligiga salbiy ta’sirini tasdiqladi. Bolalar orasida stress, depressiya, tajovuzkorlik va ijtimoiy chekinish kabi psixologik muammolar keng tarqalgan bo‘lib, bu ularning kelajakdagi xulq-atvoriga ham salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Zo‘ravonlikning jismoniy va ruhiy shakllari bolaning ijtimoiy moslashuv jarayonida qiyinchiliklarga duch kelishiga olib keladi. Olingan ma’lumotlar shuni ko‘rsatadiki, oilaviy muhit bolalarning shaxs sifatida shakllanishida muhim rol o‘ynaydi. Oilaviy zo‘ravonlikning oldini olish va bolalarning ruhiy barqarorligini ta’minlash uchun kompleks yondashuv talab etiladi. Ota-onalar, pedagoglar va psixologlar tomonidan muammoga nisbatan o‘z vaqtida e’tibor qaratilishi, maxsus profilaktik dasturlar ishlab chiqilishi zarur.

Takliflar.

1. **Ota-onalar uchun psixologik treninglar tashkil etish** – bolalar bilan sog‘lom va mehribon munosabatlarni shakllantirish maqsadida oilalar uchun psixopedagogik dasturlar joriy etish.
2. **Maktablarda psixologik xizmatni kuchaytirish** – bolalarga psixologik yordam ko‘rsatish tizimini kengaytirish, ularga o‘z his-tuyg‘ularini ifodalash va boshqarish ko‘nikmalarini o‘rgatish.
3. **Huquqiy va psixologik yordam markazlarini rivojlantirish** – oilaviy zo‘ravonlik qurbonlari uchun maxsus markazlar tashkil etish, ular orqali anonim yordam va maslahat berish tizimini yo‘lga qo‘yish.

Adabiyotlar:

1. Abdullajonovna Y. K. Factors in the formation of communicative competence in a future teacher. Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И. Помощь детям, пострадавшим от жестокого обращения и их родителям. М., 2001.С.25.
2. Burxanova B.K Conceptual model of development communicative competence of the future teacher in the innovative educational space. // Research Focus, 1(4), 333-340.
3. Tinibekov B M Boliboyev A. X. Nogironligi bor shaxslarga mehnat qilish sharoitlarini yaratish mexanizmlari. // O'zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va ilmiy tadqiqotlar jurnali, 2(13), 409-414.
4. Rustamov A (2021). Conceptual model of development communicative competence of the future teacher in the innovative educational space. // Academicia: An International Multidisciplinary Research Journal, 11(9), 784-791.
5. Yulbarsova K. A. (2022). Factors in the formation of communicative competence in a future teacher. // Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, 2(Special Issue 27), 16-23.
6. Yulbarsova X.A., & Rustamova D. (2022). Gender tengligini v bolalarni zo’ravonlikda asrash sotsial muammo sifatida. // O'zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va ilmiy tadqiqotlar jurnali, 2(14), 193-196.

Makhmudova Zulfiya Mekhmonovna,
Bukhara State University, Associate Professor,
Department of Psychology, PhD

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PROFESSIONAL COMPETENCE OF SECURITY SERVICE PERSONNEL

Abstract. *This article discusses the issues of manifestation and development of professional qualifications of security service personnel and their improvement, and presents the results of relevant research. The psychological protection service system reveals completely new tasks related to moral support of all personnel and military personnel serving in the system, as well as improving the general outlook, spiritual and intellectual potential of personnel, raising feelings of patriotism, pride, loyalty to their profession, and increasing their sense of responsibility.*

Keywords: *security service employees, professional competence, competence, emotional intelligence, interpersonal relations, professional activity, social-psychological competence.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ СОТРУДНИКОВ СЛУЖБ БЕЗОПАСНОСТИ

Аннотация. *В данной статье рассматриваются вопросы проявления и развития профессиональной квалификации сотрудников службы безопасности, а также представлены результаты соответствующих исследований. Система психологической защиты раскрывает совершенно новые задачи, связанные с моральной поддержкой всего персонала и военнослужащих, проходящих службу в системе, а также совершенствованием общего мировоззрения, духовного и интеллектуального потенциала сотрудников, воспитанием чувства патриотизма, гордости, преданности своей профессии и повышением чувства ответственности.*

Ключевые слова: *сотрудники службы безопасности, профессиональная компетентность, компетенция, эмоциональный интеллект, межличностные отношения, профессиональная деятельность, социально-психологическая компетентность.*

QO‘RIQLASH XIZMATI XODIMLARI KASBIY KOMPETENSIYASINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada qo‘riqlash xizmati xodimlarining kasbiy malakasi omillarining namoyon bo'lishi va rivojlanishi va uning omillarini takomillashtirish masalalari muhokama qilinib, tegishli tadqiqot natijalari taqdim etiladi. Psixologik himoya xizmati tizimida xizmat qilayotgan barcha xodimlar va harbiy xizmatchilarni ma’naviy qo‘llab-quvvatlash, shuningdek, xodimlarning umumiy dunyoqarashi, ma’naviy-intellektual salohiyatini yuksaltirish, vatanparvarlik, g‘urur, o‘z kasbiga sadoqat tuyg‘ularini yuksaltirishning mutlaqo yangi vazifalari, mas'uliyat hissini oshirish bilan bog'liq vazifalar ochib berilgan.*

Kalit so‘zlar: *xavfsizlik xizmati xodimlari, kasbiy kompetensiya, kompetensiya, hissiy intellekt, shaxslararo munosabatlar, kasbiy faoliyat, ijtimoiy-psixologik kompetensiya.*

Introduction. Acceleration of the process of globalization in the world shows the need to improve the system of educating the individual and social-psychological impact on him in accordance with the specific principles of social development. Particular attention is paid to the formation of a person who meets the requirements of large-scale reforms implemented in Uzbekistan, has high intellectual potential, can quickly adapt to sudden changes, is competitive, and works effectively at the level of the requirements for the qualifications of specialists in the labor market.

This dissertation serves to a certain extent in the implementation of the tasks defined in the decision of the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan dated June 7, 2019 No. 472 "On further improvement of the system of training personnel in the field of psychology and measures to prevent crimes in society" and other regulatory legal documents related to this activity .

Literature analysis and methodology. Social competence is the ability to show activity in the process of interpersonal relations, to be able to engage in interpersonal communication in the process of professional activity. Socio-psychological competence refers to the professional activity of a specialist, in which emphasis is placed on pedagogical activity and pedagogical behavior at a sufficiently high level.

Therefore, the socio-psychological competence of the educator can be assessed by the ratio of his qualifications and psychological qualities.

In modern psychology, the concept of "emotional intelligence" is widely used, and this concept was introduced to science by P. Selov and Dj. Meyers brought in [6.56].

According to the authors, emotional intelligence is the ability to express and evaluate emotions; understanding of emotion and possessing emotional knowledge; in addition, it is the ability of emotional management that unites the emotional and intellectual maturity of a person. With the introduction of the term "emotional intelligence" into science, a gradual change occurred in terms of the ratio of emotional and cognitive processes.

The following traditional classifications of competence are also noted in the scientific and methodical literature:

- political and social competences related to the ability to assume responsibility, participate in joint decision-making;

- competences found in society, aimed at living with other people, regardless of their culture, language and religion, origin, understanding them, helping them and eliminating mutual disagreements;

- competencies that demonstrate the possession of written and oral communication, which are important in professional activities and in community life.

Analyzing and interpreting how and in what way socio-psychological competence is studied as a psychological problem in general is of great importance today. Because without adequately evaluating the scope of theoretical-scientific and practical-methodical researches on social-psychological competence, it is impossible to comment on the issue of improving and developing the social-psychological competence of employees working in the security service within the framework of professional activity. It can also be seen from the above considerations that the requirements for the security service personnel's activity are quite responsible, in many cases it depends on the factors affecting social-psychological competence.

Completely new tasks of moral and spiritual support of all employees and military personnel serving in the system of psychological protection service, as well as raising the general outlook, moral and intellectual potential of employees, patriotism, pride, loyalty to their profession. and assign tasks to increase the sense of higher responsibility.

Organization of moral and spiritual support for employees and military personnel is carried out in accordance with the Constitution and laws of the Republic of Uzbekistan, decisions of the chambers of the Oliy Majlis, decrees, decisions and orders of the President of the Republic of Uzbekistan, decisions of the Cabinet of Ministers and normative documents of the Ministry and this Regulation. is increased.

Moral and spiritual support of employees is carried out in psychodiagnostic, psychoprophylactic and psychocorrective work.

Psychodiagnostics is a branch of psychology that studies individual psychological conditions of a person. Psychodiagnosis is carried out using psychological test methods, questionnaires and projective methods.

Psychocorrection (correction) is the elimination of negative emotional states in certain psychological processes and the improvement of a person's ability to work by exerting a psychological influence.

Psychoprophylaxis is a comprehensive program of measures aimed at preventing negative situations that may arise in the mental state of employees and adapting personal content to service conditions [7.19].

Functions, duties and powers of expert psychologists

Functions of expert psychologists:

moral and spiritual support of employees, mandatory consideration of their psychological portraits, including provision of psychological support for the process of adaptation of young employees to the service;

timely detection and correction of negative changes in the morale and depression of employees, taking into account the specific characteristics of their activities;

control and coordinate the activities of specialist psychologists working in the penitentiary system.

Tasks of specialist psychologists:

During psychodiagnosis:

in order to prevent the employees from becoming morally and spiritually restless, and to prevent negative situations that may arise in their mental state, every six months, the personnel undergo mandatory psychodiagnostics;

regularly conducts a psychological interview with the employees who provide service with a weapon and once a quarter examines their mental and emotional stability using the psychological test methodology;

examines the intellectual and individual-psychological characteristics of candidates for the security service, and based on the results, each candidate gives a conclusion with a separate recommendation;

examines management and organizational skills of employees appointed to leadership positions in the security service and makes recommendations;

conducts a moral-educational survey of employees' working mood and interpersonal relations in the team every six months, analyzes the results, and develops suggestions for preventing negative situations that may arise in the team;

gives a separate psychological description to each employee based on the results of the abilities of managers appointed to higher positions;

conducts moral and spiritual support of employees and mandatory calculation of their psychological portraits.

In the direction of psychocorrection:

develops the necessary measures to create a healthy moral and spiritual environment in service teams;

carries out work aimed at increasing the level of psychological preparation of personnel and further improving professional and psychological characteristics;

taking into account the specific characteristics of the employees' activities, he carries out psychocorrective work aimed at preventing negative changes in their morale, depression.

In the direction of psychoprophylaxis:

the process of adapting young employees to the service provides psychological support;

provides mental stability of employees using psychological methods in extreme situations;

studies personal, interpersonal, international relations of employees on the basis of socio-psychological laws and implements a healthy moral and spiritual environment;

the security service gives psychological recommendations to the management staff in working with subordinates and managing the service process;

prevention and psychological correction of professional and domestic stress, depression and other negative mental states.

gives recommendations to responsible employees on the wide use of psychological tools and methods in the process of training personal content;

studies the social, moral and spiritual environment in service teams and relations between employees, develops recommendations for their improvement;

identifies employees with a high tendency to negative behavior, conducts psychological interviews with employees, studies personal and family problems and helps to solve them;

through targeted application of modern scientific and psychological methods in the security service, develops scientific and methodical manuals for solving the problems of the service and family environment of the employees.

Powers of expert psychologists:

collection of personal content for psychodiagnostic and psychoprophylactic measures; to give 3 days of rest to employees who are in a state of severe stress or have noticed negative changes in their morale (exemption from service);

studying family conditions and personal problems of employees and collecting (receiving) information;

conducting examination of employees using polygraph and other psychodiagnostic devices if necessary;

in addition to official duties, engage in pedagogical activities in order to work on oneself, improve one's qualifications and form the necessary skills;

control and coordinate the activities of specialist psychologists working in the penitentiary system;

development of proposals for continuous study of advanced foreign experience and wide promotion of practice.

Organization of moral and spiritual support.

Psychologists use the following methods to provide moral and spiritual support to employees: observation, interview, consultation, survey, test taking, sociometry and psychological training.

In order to effectively organize the work of specialist psychologists and provide quality psychological support to employees in a timely manner, service rooms are allocated and their material and technical base is constantly being improved.

Psychologists are provided with special services, diagnostic, consultation and "Mental relaxation" rooms.

At the initiative of the head of the body where there is no position of psychologist, rooms for "Mental relief" can be organized with the participation of local specialists-psychologists.

First of all, psychological work is carried out with the following: candidates who expressed their desire to join the security service; young employees admitted to the security service;

employees with negative changes in their mental state;

employees who are constantly in service with a sign weapon.

The list of psychological and psychophysiological methods and methods used by specialist psychologists in providing moral and spiritual support to employees is determined by the Service of Spiritual and Educational Affairs.

The results of the psychological test obtained from the candidates who expressed their desire to join the security service are valid only during the competition.

Candidates who failed to pass the competition will undergo a psychological examination again in the next competition.

Every employee must undergo mandatory psychodiagnostics at least once every six months.

Twice a year (once every six months) in each service team, the moral and spiritual stability of employees and the relationship between them are studied, and according to the results of the investigation, the environment is found to be unhealthy in order to eliminate negative situations in the teams. appropriate measures will be determined.

This interview form is kept for each employee after the interviews conducted by psychologists with the employees (psychological interview, psychological counseling, interview with the employees who serve with weapons).

In cooperation with the inspectors on women's issues, based on the principle "the employee does not go to the psychologist - the psychologist goes to the employee":

problems identified by psychologists in the family of employees;

family disputes determined on the basis of the "khodimbay" work system; A separate "employee" work system will be introduced with each employee and his family members who are included in the risk group due to unhealthy family environment and family quarrels.

Based on the "Khodimbay" work system, psychological interviews are conducted with the living conditions of each employee, as well as spouses and children, and their psychological state and the mental environment in the family, as well as the relationships between family members. is studied.

An individual psychological interview will be conducted with each of the employee's family members.

The individual and psychological characteristics of each family member of the employee are taken into account, and practical preventive work (psychological counseling and training sessions) is carried out with them.

A report is kept on the work done.

Specialist psychologists provide services based on the "weekly workload".

At the end of every quarter, the work done by psychologists and the shortcomings are discussed in the presence of the heads of the departments of the Ministry's structural and territorial divisions of the Ministry of Spiritual and Educational Affairs and personnel provision. will be done.

Monthly and quarterly reports on the work performed by expert psychologists are kept.

Reports on the performed work are submitted to the Spiritual and Moral Affairs Service by the 28th of each month.

By the 28th of the last month of each quarter, submit a report on the work carried out, a reference (with photos of the events) and the minutes of the meeting to the Department of Spiritual and Educational Affairs and Human Resources will be done.

Regarding the application of disciplinary measures against specialist-psychologists who did not submit reports on time or filled them in incorrectly to the Department of Spiritual-Educational Affairs and Personnel Supply. an offer is made to the head of the personnel department.

In order to provide high-quality psychological services to employees, to constantly control and monitor their mental state, to identify and correct negative changes in time, a separate "Psychological report" is kept for each employee by specialist psychologists.

The procedure for keeping a "psychological collection".

"Psychological collection" is kept by specialist-psychologists for each employee from the day of admission to the service of individual business affairs bodies or to the higher education institution of the ministry until the day of his dismissal.

Psychological assessments are primarily conducted against the "Positive and Leading Personnel Reserve" and the employees included in the "risk group".

The meeting must contain the following documents:

a certificate about the employee himself and his family members (lens); results of the employee's psychological test;

the results of the interview with the employee (interview sheets);

references (with photos) about training, roundtable discussions and other psychological events attended by the employee;

an interview sheet or document (with photos) recording the interviews conducted with the participation of the employee himself and his family members;

psychological description of the employee; psychological portrait of the employee;

Psychological portraits include the following information in their work:

socio-demographic characteristics (gender, age, education, type of activity),

individual-psychological characteristics (temperament, character, ability, orientation, intelligence, motivation, range of interests),

emotional-volitional qualities (emotional state, volitional qualities, level of self-assessment and control);

interpersonal relations (communicativeness, ability to work in a team, ability to cooperate).

Also, a psychological portrait is created based on the results of interview, observation and psychodiagnostic research.

In addition, the specialist-psychologist can additionally use other methods.

During the creation of a psychological portrait, a specialist-psychologist must act within his authority, observe the culture of behavior, respect the dignity and honor of a person.

Psychologists regularly add information to the employee's psychological portrait, taking into account changes in his personality and behavior.

When an employee is appointed to another position, his "Psychological summary" is sent to the body where the employee was appointed with the signature of the head.

When the employee starts from the security service, his psychological collection is given to the HR departments to combine it with the personal collection.

Results. Social-psychological competence is necessary to ensure a person's effective introduction to interpersonal relationships and successful adaptation. In the section devoted to the theoretical analysis of the problem, special emphasis was placed on the fact that it is impossible not to rely on theoretical approaches in the formation of the program for the development of socio-psychological competence of preschool teachers (M.I. Bobneva, A.L. Yujaninova, G.Yu. Aysenk, etc.).

One of the scientists promoting the modern interpretation of the socio-psychological structure is M.I. According to Bobneva, it is not for nothing that it is emphasized that socio-psychological competence is the result of the mutual harmony of individual and socialization aspects of the social development of a person.

A.L. The socio-psychological guidelines developed by Yujaninova can serve to determine the specific importance of the implementation of this program. The author emphasizes that communicative competence is similar to the concept of socio-psychological competence and that it is formed due to the internalization of social experiences, which is an endless and continuous process.

Now let's turn to the overview of the main results.

Personality types play an important role in determining the socio-psychological competence of security service personnel. After all, the professional activity of security service employees requires a certain level of harmony with personality traits.

Security personnel can develop through factors such as socio-psychological competence, communicative competence, personality types and social competence.

Extroversion means "directed from the inside out", people with this type of tendency like to be inside people more, share their experiences more with others. Sociable, has a wide circle of acquaintances. In some cases, they lack seriousness. He is quick to gain people's trust and is also quick to offend.

Introversion means "directed from outside to inside", people of this type are heavy, restrained, sensitive, careless, strictly following the rules of friendship, limited communication circles, shy, more busy with their inner world and like solitude. It can be seen from the definition that people belonging to this type are people who organize positive interpersonal relations in social relations and can quickly adapt to the social environment. G.Yu. The statistical values of the empirical data obtained on Eysenck's questionnaire

"Determining extroversion, introversion and neuroticism" can be interpreted on the basis of the table below (Table 1).

Table 1.

General values of security personnel personality types

	Scales	M	S
Based on Yu.G. Eysenck's methodology	Extrovert	15,61	0,93
	Introvert	11,93	0,55
	Neuroticism	13,41	0,62
	Fake	1,99	1,94

In order to accept the results of the survey in practice, the indicators of the "fake" scale, which means the neutrality of the respondents' answers, were also taken into account.

According to the requirements of the questionnaire, the value of this scale is smaller than the standard of the test, that is, according to the standard, the value around 5 points has objectivity. In general, the extroversion type of educators of the analyzed preschool educational organization is in a normal state (15,61). This indicates that the extrovert type of security guards are sociable, like to be among people, active, can openly express their feelings, and are quick to adapt to situations. Also, the willingness of this type of people to learn social experiences can be found out from the results of the survey. According to this result, the value of their neuroticism scale (13.41) shows that the person has tension in the nervous system and has the ability to control it.

In our study, the values of preschool teachers belonging to the introvert type (11.93) indicate that they are more restrained and able to manage their nervous system. However, our goal was to determine the influence of a certain type on the formation of social-psychological competence, not the personality types of preschool teachers. Therefore, the results are explained based on the type of personality and the social-psychological competence relationship of preschool teachers.

Quantitative values between social-psychological competence index and personality types of security service personnel were observed (Table 2).

Table 2.

The results of the correlation relationship between the personality types of security service employees and indicators of socio-psychological competence index

Criteria		Personality types		
		Extrovert	Introvert	Neuroticism
Index of social-psychological competence	Social-perceptual competence	0,476**	-0,083	-0,467**
	Communicative competence	0,299*	-0,094	-0,335*
	Cognitive competence	0,302*	-0,023	-0,068
	Self-psychological competence	-0,386**	0,341*	-0,058

Note: * p≤ 0,05, ** p≤ 0,01

In this case, extrovert educators have a well-developed ability to carefully conduct communication, to understand the interlocutor's feelings, experiences, and wishes. It can be seen that they carry out their activities cheerfully, they are able to solve the unpleasantness that they may encounter in relationships without restraint, restraint and excessive passions, and the decrease in the ability of communicative competence and neuroticism is also characteristic of extrovert type educators.

But in extroverts, there is a decrease in "interpersonal interaction analysis" and a slight increase in interactions in introverts. This can be explained as a consequence of security guards' observability, calmness in interpersonal interactions, correct use of words when reacting to interlocutors, lack of excessive nervousness and caution in dealing with tensions.

Conclusion. In the course of our research, it was noted that the factors of social-psychological competence of security service personnel each have their own dynamics and results, and this method, in turn, naturally becomes important in determining the effectiveness of social-psychological competence in the science of social psychology.

The role of personality types in the development of social-psychological competence of security service personnel is incomparable. It may depend on the growing demands for the professional activity of security service personnel and the formation of social experiences.

The increase in indicators of socio-psychological competence factors of security service employees is directly related to the increase of experience in their professional activities, as well as the formation of social skills and qualifications.

The role of socio-psychological competence in the development of security service personnel depends not only on the increase in the duration of the activity, but also on the socialization of the individual.

In general, when evaluating indicators of socio-psychological competence, which are important in the manifestation of the harmony of personal and professional activity of security service employees, forensic psychologist experts assess professional competence by in-depth study and analysis of factors such as their adequate communication, adequate emotional attitude and drawing relevant empirical conclusions. The possibility of provision was confirmed once again.

References:

1. Maxmudova Z.M., Olimov L.Ya. O`smirlarda ekstremal vaziyatlarda psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish. Monografiya. “Buxoro viloyat bosmaxonasi MChJ” nashriyoti. Buxoro. 2021. -B. 160.

2. Maxmudova Z.M., Olimov L.Ya. Psychodiagnostics. O‘quv qo‘llanma. “Turon zamin ziyo” nashriyoti. Toshkent. - 2014. - B. 298.

3. Olimov L.Ya. Psixodiagnostika va psixometrika asoslari. Darslik. “Durdona” nashriyoti. Buxoro. 2021. - B. 747.

4. Olimov L.Ya. Umumiy psixodiagnostika. “Durdona” nashriyoti. Buxoro. 2020. -B. 1103.

5. Olimov L.Ya., Maxmudova Z.M.. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. O‘quv qo‘llanma. “Turon zamin ziyo” nashriyoti. T. 2020. -B. 820.

6. Olimov L.Ya., Nazarov A.M.. Xulqi o‘gishgan bolalar psixologiyasi. O‘quv qo‘llanma. “Tafakkur avlodi” nashriyoti. Buxoro. 2020. -B. 490.

7. Олимов Л.Я., Махмудова З.М. Диагностика управленческих способностей. // Вестник интегративной психологии журнал для психологов. Выпуск № 2, 2020 г. С 204-209.

8. Олимов Л.Я., Махмудова З.М. Психологические механизмы девиантного поведения. // Психология XXI века. Ярославль., 2020. –С. 125-127.

Mamadiyarova Dilfuza Umirzakovna,
Samarkand State Medical University
Associate Professor of the Department of Pedagogy and Psychology
dilfuza-mamadiyarova@mail.ru

THE LEVEL AND PSYCHODYNAMICS OF MENTAL INJURY IN WOMEN WITH CHILDBIRTH COMPLICATIONS

Abstract. *This article discusses the changes in the psycho-emotional state of women after childbirth, the clear symptoms and causes of postpartum stress, as well as treatment methods. It also covers the emotional and physical changes that may accompany this period. During the first three months after childbirth, known as the "postpartum" period, women may experience intense anxiety, sadness, depression, distress, and insomnia. This condition is linked to physical and emotional changes associated with childbirth, physical exhaustion, responsibilities related to a newborn, as well as familial and social challenges.*

Keywords: *emotional state, stress, depression, postpartum, somatic disorders, endocrine-diencephalic and emotional instinct dysregulation, microsocial factors, fear, anxiety, postpartum psychoses.*

УРОВЕНЬ И ПСИХОДИНАМИКА ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ У ЖЕНЩИН С ОСЛОЖНЕНИЯМИ ПРИ РОДАХ

Аннотация. *В данной статье рассматриваются изменения психоэмоционального состояния женщин после родов, явные симптомы и причины послеродового стресса, а также методы лечения. Статья также охватывает эмоциональные и физические изменения, которые могут сопровождать этот период. В течение первых трёх месяцев после родов, известных как «послеродовой» период, женщины могут испытывать сильную тревогу, грусть, депрессию, дистресс и бессонницу. Это состояние связано с физическими и эмоциональными изменениями, вызванными родами, физическим истощением, обязанностями по уходу за новорождённым ребёнком, а также семейными и социальными трудностями.*

Ключевые слова: *эмоциональное состояние, стресс, депрессия, послеродовой период, соматические расстройства, нарушение регуляции эндокринно-диэнцефалической системы и эмоционального инстинкта, микросоциальные факторы, страх, тревога, послеродовые психозы.*

TUG‘RUQ ASORATLARI MAVJUD BO‘LGAN AYOLLARDA RUHIY JAROHATLAR DARAJASI VA PSIXODINAMIKASI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada ayollarda tug‘ruqdan keyin uchraydigan psixoemotsional holatning o‘zgarishi, oqibatda stress holatining aniq simptomlari, sabablari va davolash usullari haqidagi faktlar hamda bu tug‘ruqdan keyingi davrda ayollarda kuzatiladigan, hissiy va fizik o‘zgarishlar bilan birga bo‘lishi mumkinligi haqida so‘z boradi. Tug‘ruqdan keyingi uch oy davomida, ya'ni "postpartum" davrida ayollarda kuchli xavotir, qayg‘u, depressiya, tashvish va uyqusizlik belgilarini keltirib chiqarishi mumkin. Bu holat tug‘ruq bilan bog‘liq fizik va emotsional o‘zgarishlarga, jismoniy charchashga, yangi bola bilan bog‘liq mas'uliyatlarga, oilaviy va ijtimoiy qiyinchiliklarga sabab bo‘lishi ochib berilgan.*

Kalit so‘zlar**:** *emotsional holat, stress, depressiya, postpartum, somatik buzilishlar, endokrin-dientsefal va emotsional instinkt dezregulyatsiyasi, mikrosotsial omillar, qo‘rquv, xavotir, tug‘ruqdan keyingi psixozlar.*

Introduction. The emotional state of a postpartum woman affects her family members, especially the newborn and their relatives. For a newborn, the mother serves as a bridge to their new and unfamiliar world. The highest prevalence of postpartum depression occurs in the first few months after childbirth, negatively impacting the child's cognitive and social development. Neglecting a woman's mental and physical health can lead to serious social and economic consequences for society. The postpartum period should not be seen merely as the birth of a new person but also as a critical phase in transforming a woman into a mother—someone who, from the very first days, assumes great responsibility for the life and upbringing of a small human being.

Postpartum stress requires psychological and emotional support for a woman after childbirth. Perspectives on this condition vary: for some, it changes over time, while for others, it may lead to severe symptoms or full-blown depression. To reduce postpartum stress, social support, professional assistance, and treatment methods tailored to a woman's individual needs are essential.

Relevance of the Topic. Some women experience various psychological and emotional disorders after giving birth. Regardless of the positive attitude of those around them, a new mother’s mood can change drastically. Symptoms such as irritability, emotional sensitivity, frequent crying, panic, anxiety, and sleep disturbances are commonly observed. These symptoms may resolve without medical or psychological intervention, particularly in first-time mothers, often manifesting as extreme fatigue. In such cases, the support, care, and attention of a spouse, parents, and other close relatives can help alleviate these psychological changes more quickly.

According to specialists, postpartum psycho-emotional disorders occur in approximately 20% of women and may last up to a month. These disorders become more severe if the baby is born prematurely or has birth defects. In most cases, anxiety that begins before childbirth persists afterward as well. Therefore, in developed countries, it is a standard diagnostic practice for pregnant women to undergo psychological evaluation before delivery. If a new mother is surrounded by a negative environment, the risk of severe depression increases. This can lead to extreme outcomes such as abandoning the child or even suicidal tendencies.

Among psycho-emotional disorders, postpartum depression holds a special place, requiring psychological intervention. A woman may be unable to overcome this condition on her own. Postpartum depression is particularly common in cases where the baby is stillborn or born with defects. One of the primary symptoms of postpartum depression in women with live births is a loss of interest in their child and spouse. In such cases, family members often have to beg the mother to breastfeed the baby. The mother may ignore the crying infant, refuse to hold the baby even when placed in her arms, or return the baby after holding them briefly. She may also experience persistent crying spells or, in some cases, become emotionally detached, turning away from her child and the people around her.

In many cases, depression is accompanied by fear, anxiety, and various autonomic and somatic disorders. Masked depression, in particular, presents a significant diagnostic challenge for physicians. As previously mentioned, masked depression can manifest in the form of various somatic diseases or syndromes. Proper identification of masked depression requires medical and psychological examinations. Typically, in masked depression, somatic complaints are subjective and are not confirmed through objective medical assessments.

Modern antidepressants are widely used to treat anxiety-depressive disorders observed after childbirth. However, when treating mental disorders with these medications, it is essential to consider their potential contraindications for breastfeeding mothers, possible side effects on the infant, and the severity of the mental disorder.

Preventing anxiety-depressive disorders that may develop after childbirth is extremely important. For this purpose, every pregnant woman should fill out a "Medical-Psychological Questionnaire," and a medical psychologist should monitor them. Only a medical psychologist can identify the hidden signs of developing depression and eliminate them in a timely manner through psychotherapeutic methods, recommending antidepressants if necessary.

Postpartum psychoses are characterized by amential disturbances of consciousness and depressive symptoms. These mental disorders may be the initial stages of endogenous psychosis (schizophrenia, epilepsy). Postpartum psychoses usually begin 1.5 to 2 months after childbirth. In some cases, due to the influence of endogenous and exogenous factors (endocrine-diencephalic and emotional instinct dysregulation, microsocial factors, etc.), their development may be delayed.

Amential and oneiroid disorders often arise in various infectious gynecological complications. Amential states become particularly severe in septic processes. In such cases, symptoms such as amentia, hallucinations, obsessive thoughts, oneiroid experiences, stupor, mutism, and immobility are observed. The appearance of these symptoms indicates the progression of the pathological process.

Indeed, an imbalance between the severity of the patient’s condition and body temperature is observed, along with relative changes in the reproductive organs. These mental disorders are associated not only with postpartum somatic diseases but also with cerebral pathology.

1. Psychological Trauma Associated with Birth Complications.

Psychological trauma following complicated childbirth can manifest as:

- Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD);

- Depressive states;
- Anxiety disorders;
- Feelings of guilt and self-doubt.

The primary factors contributing to psychological trauma include:

- Physical pain and fear for the child's life;
- Complications such as cesarean section, fetal hypoxia, and bleeding;
- Insufficient emotional support from medical staff and family;
- Previous traumatic pregnancy and childbirth experiences.

2. Psychodynamics of Postpartum Psychological Trauma.

The psychodynamics of traumatic states involve several stages:

- **Acute reaction** – intense emotional outbursts, anxiety, tearfulness;
- **Processing phase** – searching for reasons behind the event, possible feelings of guilt;
- **Adaptation** – developing coping strategies and transitioning to a new life reality.

Some women may become stuck in the first or second phase, requiring professional intervention.

3. Socio-Psychological Methods for Overcoming Psychological Trauma.

Various approaches exist for rehabilitating women with psychological trauma after childbirth:

3.1. Psychotherapeutic Methods

- **Cognitive Behavioral Therapy (CBT)** – helps modify negative beliefs and automatic thoughts;
- **Psychoanalytic approach** – focuses on uncovering and addressing deep-seated conflicts;
- **Body-oriented therapy techniques** – reduce anxiety levels and improve emotional well-being.

3.2. Social Support

- Establishing support groups for women who have experienced complicated childbirth;
- Involving family members in the recovery process (psychoeducation, partner training sessions);
- Improving communication with medical staff and integrating psychologists into maternity wards.

3.3. Individual Adaptation Strategies

- Keeping a journal of emotions and experiences;
- Practicing mindfulness and meditation;
- Learning relaxation techniques.

Postpartum Depression. Postpartum depression usually occurs 1.5 to 2 months after childbirth. It often begins a few days after the mother is discharged from the maternity hospital and returns home. Symptoms include low mood, decreased activity and thinking, insomnia, and obsessive feelings of guilt. The depressive state can last from several weeks to 2–3 months, and in some cases, it may become chronic.

Reactive psychosis may develop in cases where the baby is born with a defect, the baby dies, or other psychogenic events occur. In such situations, the mother may feel that life is difficult, that she is incapable, and may complain about her inability to see or care for the baby. Fear of being unable to provide for the family and an increasing sense of guilt may lead to emotional detachment from loved ones. Some mothers even refuse to feed their baby, citing a lack of interest in life. Suicidal thoughts may also arise in such patients.

It is important to note that postpartum depression is not as deep as endogenous depression. The use of antidepressants and tranquilizers yields good results. Insulin coma therapy and electroconvulsive therapy (ECT) have also been found to be effective.

Psychological Stress After Childbirth. Women may experience various psychological stress conditions after childbirth. These conditions are influenced not only by the childbirth process itself but also by the woman’s personal psycho-emotional state, social environment, and family relationships. Let’s discuss the levels of stress, its psychodynamics, and ways to overcome it.

1. Levels of Stress.

The level of psychological stress after childbirth can vary among women. Several factors contribute to this stress, including:

- **Physical Changes:** Postpartum hormonal fluctuations and bodily changes can affect a woman's psycho-emotional state, increasing stress.
- **Poor Adaptation:** Adjusting to the new role of motherhood and the responsibilities of caring for a newborn can intensify stress.
- **Temperature and Home Environment:** Insufficient support from doctors and family members or stressors at home (such as living conditions or financial concerns) can intensify stress.
- **Intimate Relationships:** Changes in intimate relationships between spouses after childbirth can also affect a woman's psychological state.

- **Accepting a New Role:** Embracing the role of motherhood leads a woman to understand her new purpose in life and the changes it brings.
- **Emotional Security:** More attention should be given to unsupported women and their surrounding environment. Providing emotional support can help boost a woman’s confidence and assist in coping with stress.
- **Family Relationships:** The level of family support and attitudes towards the mother can significantly influence her stress levels and psycho-emotional state.

Psychodynamics:

The psychodynamics of postpartum psychological stress are highly complex and depend on multiple factors. The following psychodynamic processes can influence it:

- **Pleasant Changes:** Becoming a mother can bring immense joy and happiness, but these emotions often come with physical changes and certain stressors that must be balanced.
- **Meaning and Role:** The process of accepting the new "mother" role after childbirth can increase psychological stress, making a woman feel physically and emotionally challenged.
- **Difficult Thoughts and Worries:** After childbirth, a woman may experience concerns about her child's future, health, or the possibility of having another child.

Translation from Russian to English:

• **Special psychological support**: Providing special psychological assistance to women can play an important role in reducing stress and improving their condition. Working with a psychologist and psychotherapist helps to understand emotional states and improve them.

• **Family support and assistance**: Empathy and support from family members are extremely important for a woman. However, when a woman experiences anxiety and stress, help may be especially necessary.

• **Social environment and community support**: Public and social organizations can help women by understanding their condition and providing necessary support. Relationships, harmony, and social assistance can play a positive role.

• **Yoga, meditation, and breathing techniques**: Yoga practices, meditation, and breathing exercises can help a woman better understand and control her emotions.

• **Building self-confidence**: To help women feel confident and strong, specialized psychological training can be undertaken if necessary.

Conclusion. Postpartum complications can significantly increase psychological stress in women. These conditions are related to various factors, including psychodynamic processes and psychological aspects of stress.

I aim to reveal the main causes of postpartum stress and present psychosocial methods for its elimination. Postpartum psychological stress is associated with significant and important changes in a woman's life. In stressful situations, working with psychodynamic methods can be effective.

Additionally, social and psychological support play an important role in improving a woman's condition. Joint support from family, society, and psychologists can help overcome stress.

Postpartum psychosis is polymorphic in nature, ranging from behavioral disorders in the form of anxiety, emotional instability, and delusions to psychoses with altered consciousness. The management and treatment of postpartum psychosis largely depend on the characteristics of the predominant psychopathological syndrome and require the use of medications with a balanced spectrum of action.

If left unnoticed, this condition can lead to severe mental and physical health disorders. In this regard, the role of the obstetrician-gynecologist is crucial in recognizing the early symptoms of postpartum psychosis and subsequently referring the patient to a neuropsychiatrist for consultation.

References:

1. WHO. Depression. Information Bulletin No. 369, October 2015.
2. Marcus M. et al. Depression: A Global Public Health Concern. WHO Department of Mental Health and Substance Abuse, 2012.
3. Schore A. N. Effects of a Secure Attachment Relationship on Right Brain Development, Affect Regulation, and Infant Mental Health. // Infant Ment. Health J., 2001. Vol. 22, pp. 7–66.
4. Kornetov N. A. Recognition and Management of Anxiety and Depressive Disorders During Pregnancy and Postpartum: A Methodological Guide. Tomsk, 2003, p. 78.

5. Kornetov N. A. Postpartum Depression – A Central Issue in the Protection of Early Motherhood Mental Health. // Bulletin of Siberian Medicine, 2015. Vol. 14, No. 6, pp. 5–24.

6. Umirzakovna M. D. Эффективность программы тренинговых занятий по профилактике нервно-психического напряжения и ситуативной тревожности у будущих врачей общей практики //Journal of biomedicine and practice. – 2022. – Т. 7. – №. 3.

7. Umirzakovna M. D. Dynamics of the level of manifestation of personal adaptation potential in future general practitioners // International Journal of Philosophical Studies and Social Sciences. – 2022. – Т. 2. – №. 3. – С. 230-234.

8. Umirzakovna M. D. Prevention of neuropsychic stress in future general practitioners // International Journal of Philosophical Studies and Social Sciences. – 2022. – Т. 2. – №. 3. – С. 288-294.

9. Muratova S. Психик ривожланиш ҳақидаги асосий назариялар // Центральноазиатский журнал междисциплинарных исследований и исследований в области управления. – 2024. – Т. 1. – №. 9. – С. 44-48.

10. Muratova Sh.N. and Analysis of theoretical approaches to the pedagogical and psychological education of boys in the family. // NamDU scientific news release. ISN: 2181, 2019, 6th edition, published by B. 409-415

11. Muratova Sh. N. (2024). The psychological structure of the person, the person and his activity. // Journal of education, ethics and value, 3(10), 11–14.

12. Muratova Sh. N. (2024). Motives of Social Behavior and Personal Motivation. // American Journal of Alternative Education, 1(8), 30–34.

Mavlonov Doniyor Ergash o‘g‘li,
O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti tayanch doktoranti

O‘SMIR SUZUVCHILARDA SHAXS ICHKI NIZOLARI NAMOYON BO‘LISHINING O‘ZIGA XOS JIHATLARI

Annotatsiya. *Tadqiqot ishimizda ilgari surilgan ilmiy muammo shaxs ichki nizolarining o‘smir yoshidagi suzuvchilar sport faoliyatiga ta’sirining psixologik xususiyatlarini aniqlashdan iborat. Bundan ko‘zlangan maqsad o‘smir suzuvchilarda kuzatiladigan shaxs ichki nizolarining sport faoliyatiga ta’sir etuvchi psixologik xususiyatlar o‘rganiladi. Ma’lumki shaxsda kuzatiladigan har qanday holatlar uning faoliyati uchun ijobiy yoki salbiy ahamiyat qayd etishi mumkin. Shu asosida o‘smir suzuvchilarning sport faoliyatida shaxs ichki nizolarining ta’sir ahamiyati ham kuchli bo‘lib, sportchi tomonidan uni boshqarish malakasi bilan xarakterlanadi.*

Kalit so’zlar: *o’smir, nizo, ichki nizo, havaskor o’smir suzuvchi, professional o’smir suzuvchi, reaktiv xavotirlanish bezovtalik, asabiylashish, taranglashish.*

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ВНУТРЕННИХ КОНФЛИКТОВ ЛИЧНОСТИ У ПЛОВЦОВ-ПОДРОСТКОВ

Аннотация. *Научная проблема, выдвинутая в нашей исследовательской работе, заключается в определении психологических особенностей влияния внутренних конфликтов личности на спортивную деятельность пловцов-подростков. Цель исследования состоит в изучении психологических особенностей внутренних конфликтов личности, наблюдаемых у юных пловцов, и их влияния на спортивную деятельность. Известно, что любые наблюдаемые у человека состояния могут иметь положительное или отрицательное значение для его деятельности. Исходя из этого, влияние внутренних конфликтов личности на спортивную деятельность юных пловцов также значительно и характеризуется умением спортсмена управлять ими.*

Ключевые слова: *подросток, конфликт, внутренний конфликт, юный пловец-любитель, юный пловец-профессионал, реактивная тревожность, беспокойство, раздражительность, напряжение.*

SPECIFIC ASPECTS OF THE MANIFESTATION OF INTERNAL CONFLICTS IN ADOLESCENT SWIMMERS

Abstract. *The scientific problem addressed in our research is to determine the psychological characteristics of how internal conflicts affect the sports activities of adolescent swimmers. The aim of this study is to examine the psychological features of internal conflicts observed in teenage swimmers that influence their sports performance. It is known that any conditions observed in an individual can have either positive or negative implications for their activities. On this basis, the impact of internal conflicts on the sports activities of adolescent swimmers is also significant, characterized by the athlete's ability to manage these conflicts.*

Keywords: *adolescent, conflict, internal conflict, amateur teenage swimmer, professional teenage swimmer, reactive anxiety, uneasiness, irritability, tension.*

Kirish. Mazkur tadqiqot ishining obyekti sifatida o‘smir suzuvchilarda shaxsiy ichki nizolarni kamaytirish orqali ularda g‘alabaga nisbatan ichki motivlarni rivojlantirishning psixologik xususiyatlarini aniqlash jarayoni tanlangan bo‘lib, suzish sportida faoliyat olib borayotgan Mirzo Ulug‘bek tumani 2-son sport maktabidan 64 nafar, Chirchiq olimpiya va paraolimpiya sport turlariga tayyorlash markazidan 76 nafar, Yangihayot tumani sport maktabidan 67 nafar jami 207 nafar professional va havaskor suzuvchilar tadqiqotga respondent sifatida jalb etildi. Ta’kidlash joizki, o‘smir suzuvchilarda shaxs ichki nizolarining sport faoliyatiga ta’sirini aniqlashga qaratilgan diagnostika ichimiz uchun o‘tkazilgan metodikalardan olingan natijalar IBM SPSS 22 dasturi imkoniyatlaridan foydalangan holda Kolmogrov-Smirnov mezoni asosida variatsion qatorlarning normal taqsimlanish qonuniga mos kelishi yoki mos kelmasligi tekshirildi. Mazkur mezon natijalariga ko‘ra respondentlarning ko‘rsatkichlari normal taqsimlanish qonuniga mos kelganligi aniqlandi. Shu boisdan Styudent t-mezoni va Pirson mezonlaridan foydalanildi.

Tahlil va natijalar. Tadqiqot ishimizda o‘smir suzuvchilarning sport faoliyati bilan bog‘liq jihatlarni o‘rganib, ularni havaskorlar va professionallar sifatida o‘rganishni lozim topdik. Tadqiqotimizda ishtirok etgan respondentlar haqidagi ma’lumotlar quyidagi 1-jadvalda batafsil bayon qilingan.

1-jadval.

Tadqiqotda qatnashgan respondentlar haqida umumiy ma’lumot

Tadqiqot obyekti	**Havaskor suzuvchilar**	**Professional suzuvchilar**	**Jami**
Mirzo Ulug‘bek tumani 2-son sport maktabi	17	47	64
Chirchiq olimpiya va paraolimpiya sport turlariga tayyorlash markazi	21	55	76
Yangihayot tumani sport maktabidan	15	52	67

***Izoh:** Havaskor suzuvchilar – 1 oydan 1 yilgacha mashg‘ulotlarda qatnashganlar; Professional suzuvchilar – 1 yildan 6 yilgacha mashg‘ulotlarda qatnashganlar.

Ta’kidlash joizki, o‘smir suzuvchilarda shaxs ichki nizolarining sport faoliyatiga ta’siri namoyon bo‘lishini o‘rganish tadqiqot ishimizning asosiy vazifafalaridan biridir. Xususan, o‘smir suzuvchilarda shaxs ichki nizolari darajasini aniqlash va frustratsiya darajasini aniqlash nechog‘lik ahamiyatli ekanligi ko‘zda tutilgan. Shu boisdan respondentlarda D.M.Ramendikning “Shaxs ichki nizolarini aniqlash” metodikasi o‘tkazildi.

Mazkur metodika respondentlar guruhida shaxs ichki nizolarining darajalari, emotsional beqarorlik, kayfiyatning keskin tushishi, o‘zidan qoniqmaslik kabi psixologik holatlar o‘smir suzuvchilarda shaxs ichki nizolari va uning namoyon bo‘lishiga ta’sirini aniqlash imkonini beradi. O‘smir suzuvchilar guruhida mazkur metodika o‘tkazilib, olingan ma’lumotlar miqdor va sifat jihatidan tahlil qilindi hamda ularning umumiy natijalari 2-jadval va 1-rasmda aks etgan.

2-jadval.

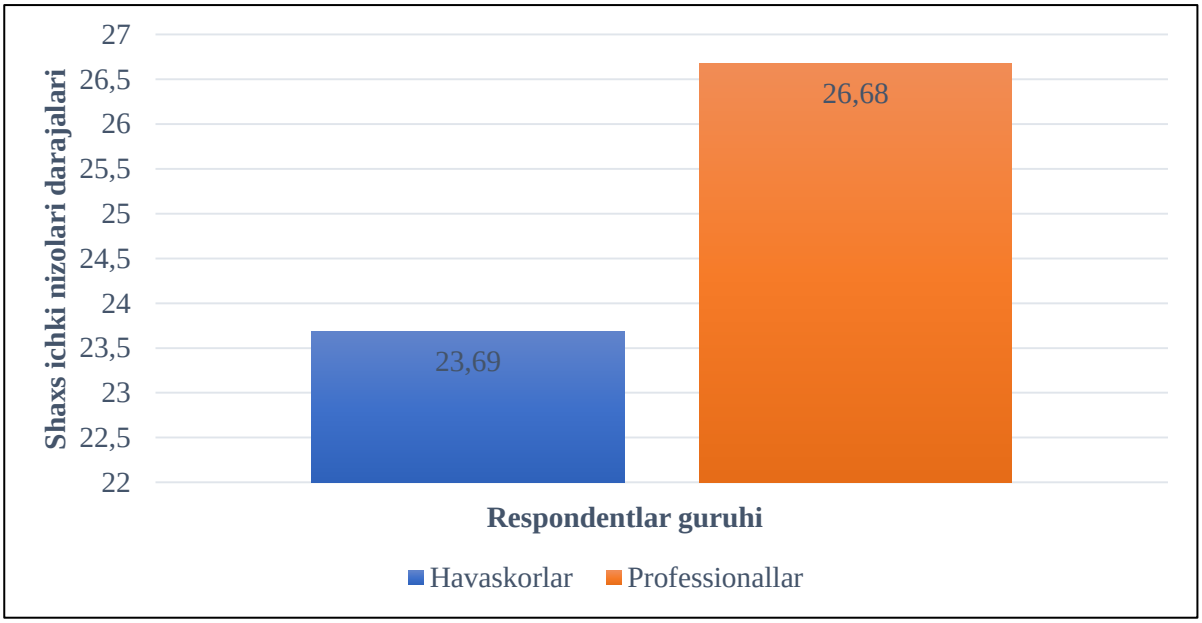
O‘smir yoshidagi suzuvchilarda shaxs ichki nizolari bo‘yicha tafovutlarning sportchilar turlari kesimida ifodalanishi (n=207) (Styudent t-mezoni bo’yicha)

Komponentlar	Sportchilar turlari	N	O’rtacha qiymat	t (Styudent mezoni qiymati)	p (ishonch-lilik darajasi)
Shaxs ichki nizolari	Havaskorlar	53	23,69	-4,313	p≤0,001
	Professionallar	154	26,68		

Shaxs ichki nizolarining o‘smir suzuvchilar sport faoliyatiga ta’sirining psixologik xususiyatlarini o‘rganish jarayonida o‘smir suzuvchilarni havaskorlar va professionallar guruhi tarzida o‘rganildi. D.M.Ramendikning “Shaxs ichki nizolarni aniqlash” so‘rovnomasi asosida havaskorlar va professionallar guruhidagi o‘smir suzuvchilarning farqlari o‘rganilganda ishonchli farqlar aniqlandi (t=-4,313; p≤0,001). Bunda professionallar guruhidagi suzuvchilarda shaxs ichki nizolari havaskorlar guruhidagi suzuvchilarga nisbatan yuqoriroq natijalar kuzatildi. Buni shunday izohlashimiz mumkinki, professional o‘smir suzuvchilar sport faoliyatida kuzatilishi mumkin bo‘lgan shaxs ichki nizolari asosan musobaqa va musobaqa oldi jarayonlarida muvaffaqiyatga erishish motivatsiya strukturasiga ta’sir etuvchi sabablar bilan doimiy qarama-qarshiliklar, shaxs va shaxslararo munosabatlar tizimida kuzatilayotgan shaxsiylik xususiyatlari bilan bog‘liqlik holati namoyon bo‘lganligi professional suzuvchilar sport faoliyatida shaxs ichki nizolarida yuqori natijalar qayd etilishiga sabab bo‘lgan.

Juda yuqori darajadagi ichki nizolar shaxsda o‘z faoliyatidan qoniqmaslik, o‘ziga adekvat baho bermaslik shu bilan birga unda shaxs va shaxslararo munosabatlar tizimida doimiy konfliktli munosabatlarning kuzatilishi bilan izolash mumkin.

Havaskor o‘smir suzuvchilarda esa shaxs ichki nizolari bilan bog‘liq jihatlardagi xususiyatlarni pastligi ularda hali sport faoliyatiga doir qiziqish, ehtiyoj va motivlar professional suzuvchilarga qaraganda hali yetarli darajada shakllanmaganligi, musobaqa va musobaqa oldi jarayonlarida muvaffaqiyatga erishish motivlari va ularga qaraganda o‘zlarini professional tarzida ko‘ra olmaganliklari uchun ma’lum ma’noda shaxs ichki nizolari pastroq natija qayd etgan.



1-rasm. O‘smir yoshidagi suzuvchilarda shaxs ichki nizolari bo‘yicha tafovutlarning sportchilar turlari kesimida ifodalanishi

Yuqorida keltirilgan natijalar asosida qayd etish mumkinki, havaskor va professional o‘smir suzuvchilarda shaxs ichki nizolari bilan bog‘liq jihatlarda tafovutlar aniqlandi. Mazkur ko‘rsatkichlardan ko‘rinadiki, havaskor va professional o‘smir suzuvchilarda muvaffaqiyatga erishish, musobaqa va musobaqa oldi jarayonlarida kuzatiladigan emotsional holatlar, hayajonli vaziyatlar bilan bog‘liq kelib chiqadigan holatlar professional o‘smir suzuvchilarda (M=26,68) shaxs ichki nizolari havaskorlarga (M=23,69) nisbatan yuqoriroq natija qayd etilishiga sabab bo‘ladi.

Tadqiqot ishimizda o‘smir suzuvchilarda shaxs ichki nizolarining jinslar bo‘yicha tafovutlarini aniqlashga harakat qildik. Bunda o‘smir o‘g‘il bolalarda shaxs ichki nizolarining namoyon bo‘lishining o‘rtacha arifmetik qiymati 24,45 bo‘lib, o‘smir qizlarda shaxs ichki nizolarining namoyon bo‘lishi esa (M=26,67) ni tashkil etmoqda. O‘smir suzuvchilarda shaxs ichki nizolaring namoyon bo‘lishini aniqlashdagi jins bo‘yicha farqlarida ishonchli farqlar kuzatildi (t=-2,694; p≤0,05).

3-jadval.

O’smir yoshidagi suzuvchilarda ichki nizolar bo’yicha tafovutlarning jinslar kesimida ifodalanishi (N=207) (Styudent t-mezoni bo’yicha)

Komponentlar	Jins	n	O‘rtacha qiymat	t (Styudent mezoni qiymati)	p (ishonch-lilik darajasi)
Shaxs ichki nizolari	O‘g‘il bolalar	128	24,45	-2,694	p≤0,05
	Qiz bolalar	79	26,67		

Olingan natijalar asosida shunday xulosa qilishimiz mumkinki, o‘smir qizlar yigitlarga nisbatan shaxs ichki nizolarining yuqoriroq natija qayd etganligi ular emotsional munosabatlarga ta’sirchan bo‘lib, ular bilan bog‘liq har qanday nizoli holatlarga nisbatan munosabat bildirishga moyillikni namoyon qiladilar. Bu esa ularda shaxs ichki nizolarini keltirib chiqarishiga sabab bo‘ladi. Shaxs ichki nizolarini jinslar bo‘yicha tafovutlari aniqlanganda o‘smir yigitlar sport faoliyatida o‘smir qizlarga qaraganda o‘zlarini nazorat qilish, emotsional munosabtlarga ta’sirchanlik jihatidan barqarorligini namoyon qilganlar.

O‘smir suzuvchilar sport faoliyatida shaxs ichki nizolarining kelib chiqishiga ta’sir ko‘rsatuvchi omillardan biri frustratsiya holati bo‘lib, u o‘smir suzuvchilarning sport faoliyatida, musobaqa va musobaqa oldi jarayonlarida yuzaga keladigan stressli holatlar o‘smir suzuvchilarning muvaffaqiqyatga erishishdagi motivlariga ta’sir etmasdan qolmaydi.

Tadqiqot ishimizda V.V.Boykoning “Frustratsiya darajasini aniqlash” metodikasidan foydalangan holda o‘smir suzuvchilarning frustratsiya darajalarini aniqlashga harakat qildik. Bilamizki, frustratsiyaning yuqori darajasi shaxsning maqsadga erishish yo‘lida paydo bo‘ladigan turli to‘siqlarga befarq hissiy

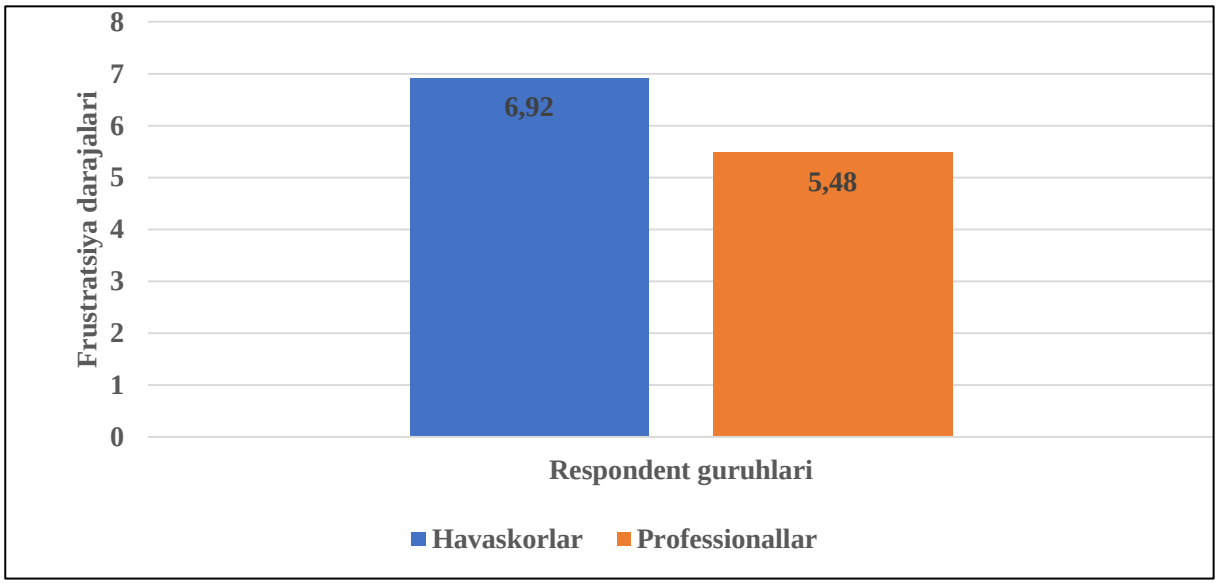
reaksiyasi sifatida namoyon bo‘lib, u vaziyatga salbiy baho berish, keskinlik, pushaymonlik va afsuslanish kabi emotsional holatlardan xoli bo‘ladi, shuningdek, yuzaga kelgan noqulay hodisani o‘z-o‘zidan hal bo‘lishi mumkin bo‘lgan tabiiy voqelik sifatida his qilish bilan kechadi. O‘smir yoshidagi suzuvchilarning frustratsiya holatidagi natijalari 4-jadval va 2-rasmda aks etgan.

4-jadval.

O’smir yoshidagi suzuvchilarda frustratsiya bo’yicha tafovutlarning sportchilar turlari kesimida ifodalanishi (n=207) (Styudent t-mezoni bo’yicha)

Komponentlar	Sportchilar turlari	n	O’rtacha qiymat	t (Styudent mezoni qiymati)	p (ishonchlilik darajasi)
Frustratsiya	Havaskorlar	53	6,92	2,237	p≤0,05
	Professionallar	154	5,48		

Tadqiqot ishimizda qatnashgan respondentlarimizning sport faoliyatida yuzaga kelishi mumkin frustratsion holatlar ularning sport faoliyati va shaxsiy xusuiyatlariga ham ta’sir etmasdan qolmaydi. Bu jarayonda o‘smir suzuvchilarda shaxs ichki nizolarining paydo bo‘lishi va bu ularning sport faoliyatiga ham ta’sir etish natijalari 4-jadvalda bayon etilgan. Havaskor va professional o‘smir suzuvchilarning natijalari o‘rganilganda ishonchli farqlar aniqlandi. Bunda havaskorlar guruhidagi suzuvchilarda shaxs frustratsiya darajalari professionallar guruhidagi suzuvchilarga nisbatan yuqoriroq natijalar kuzatildi (t=2,237; p≤0,05).



2-rasm. O‘smir yoshidagi suzuvchilarda frustratsiya bo’yicha tafovutlarning sportchilar turlari kesimida ifodalanishi

Keltirilgan natijalardan shunday xulosa qilishimiz mumkinki, havaskor o‘smir suzuvchilar (M=6,92) guruhida professional o‘smir suzuvchilarga nisbatan yuqoriroq natija (M=5,48) qayd etgan. Buni quyidagicha izohlashimiz mumkin.

Frustratsiyaning o‘rtacha darajasi shaxsning o‘z ehtiyojlarini qondirish jarayonida namoyon bo‘ladigan to‘siqli, nizoli vaziyatlarga ba’zan turli salbiy kechinmalar bilan munosabatda bo‘lishini, ayrim paytlarda esa holatning ahamiyatligiga qarab yechim izlashga harakat qilishini anglatadi.

Tadqiqotimiz davomida o‘smir suzuvchilarda frustratsiya darajalarini jins farqlarini aniqlashga harakat qildik. Frustratsiya darajasining qanchalik yuqori bo‘lishi bu ularning sport faoliyatlarida kuzatiladigan shaxs ichki nizolarini rag‘batbatlantirishi mumkin. Frustratsiya darajalarining jins xususiyatlari bo‘yicha farqlari 5-jadvalda aks etgan.

5-jadval.

O’smir yoshidagi suzuvchilarda frustratsiya bo’yicha tafovutlarning jinslar kesimida ifodalanishi (n=207) (Styudent t-mezoni bo’yicha)

Komponentlar	**Jins**	**N**	**O’rtacha qiymat**	**t (Styudent mezoni qiymati)**	**p (ishonch-lilik darajasi)**
Frustratsiya	O‘g'il bolalar	128	6,53	2,107	p≤0,05
	Qiz bolalar	79	5,29		

O‘smir suzuvchilarda frustratsiya darajalarining jins xususiyatlari bo‘yicha tafovutlari aniqlanganda, o‘smir yigitlarning natijlarida ishonchli farqlar kuzatildi (t=2,107; p≤0,05). Buni shunday izohlashimiz mumkinki, o‘smir yigitlar qizlarga qaraganda frustratsiya holatlarida asosan o‘zlarini nazorat qilish, maqsadlariga erishishda paydo bo‘ladigan to‘siqli vaziyatlarga jiddiy e’tibor berish, shu asosida tushkunlikka tushish kabi holatlar paydo bo‘ladi.

Frustratsiyaning past darajasi shaxsning o‘z maqsadlariga erishishga qaratilgan xatti-harakatlari jarayonida paydo bo‘ladigan kutilmagan noxush vaziyatlarga salbiy munosabatni ifodalab, u tushkunlik, o‘zini aybdor his qilish, agressiv munosabatlarda bo‘lish, qaror qabul qilishdagi qiyinchiliklar bilan tavsiflanadi.

Havaskor o‘smir suzuvchilar sport faoliyatiga kirib kelish jarayonida ularning oldida bir qancha muammolar paydo bo‘ladiki, bulardan birinchisi, sport faoliyatidagi rejim bo‘lib, ularda ma’lum ma’noda qiyinchiliklarni keltirib chiqarishiga sabab bo‘ladi. Ikkinchidan, tartib-intizom, belgilangan qonun va qoidalarda amal qilish majburiyati ham ularda ichki nizolarni keltirib chiqarishiga sabab bo‘ladi. Bunday vaziyatda esa ularda yuzaga kelgan muammoli vaziyatlar, frustratsiya holati bevosita havaskor o‘smir suzuvchilarda frustratsiya darajalarini oshishiga sabab bo‘ladi, deb izohlashimiz mumkin.

Tadqiqotimizda qo’llanilgan asosiy metodikalaridan biri K.Tomasning “Nizoli vaziyatlarni aniqlash” metodikasi bo‘lib, o‘smir suzuvchilarda kuzatilishi mumkin bo‘lgan nizoli xulq-atvor ko‘rinishlarini diagnostika qilish imkonini beradi.

O‘smir suzuvchilar sport faoliyatida ularda aniqlangan nizoli xulq-atvor ko‘rinishlari, albatta, suzuvchilarning shaxsiy ichki nizolarini keltirib chiqarishiga sabab bo‘ladi deb aytsak, xato bo‘lmaydi. Bu jarayonda o‘smir suzuvchilarning nizolashuvchanlik darajalari, shaxs va shaxslararo munosabatlar tizimida adekvat munosabatlarning shakllantirilishi, o‘smir suzuvchilarda o‘z faoliyatidan qoniqish hissi, muvaffaqiyatga erishishdagi ichki va tashqi motivlar kurashi ularda nizoli xulq-atvorni paydo qiluvchi determinant sifatida ko‘rsatsak bo‘ladi. O‘smir suzuvchilarda nizoli xulq-atvorning natijalari 6-jadval va 3-rasmda o‘z aksini topgan.

6-jadval.

O’smir yoshidagi suzuvchilarda nizoli xulq-atvor shakllari bo’yicha tafovutlarning sportchilar turlari kesimida ifodalanishi (N=207) (Styudent t-mezoni bo’yicha)

Komponentlar	Sportchilar turlari	N	O’rtacha qiymat	t (Styudent mezoni qiymati)	p (ishonch-lilik darajasi)
Bahs-munozara	Havaskorlar	53	4,01	-2,990	p≤0,01
	Professionallar	154	5,59		
Hamkorlik	Havaskorlar	53	5,01	-0,317	p>0,05
	Professionallar	153	5,12		
Kelishuv	Havaskorlar	53	5,28	-0,934	p>0,05
	Professionallar	154	5,62		
O‘zini chetga olish	Havaskorlar	53	5,89	2,220	p≤0,05
	Professionallar	154	5,01		
Moslashuv	Havaskorlar	53	5,83	2,225	p≤0,05
	Professionallar	154	5,03		

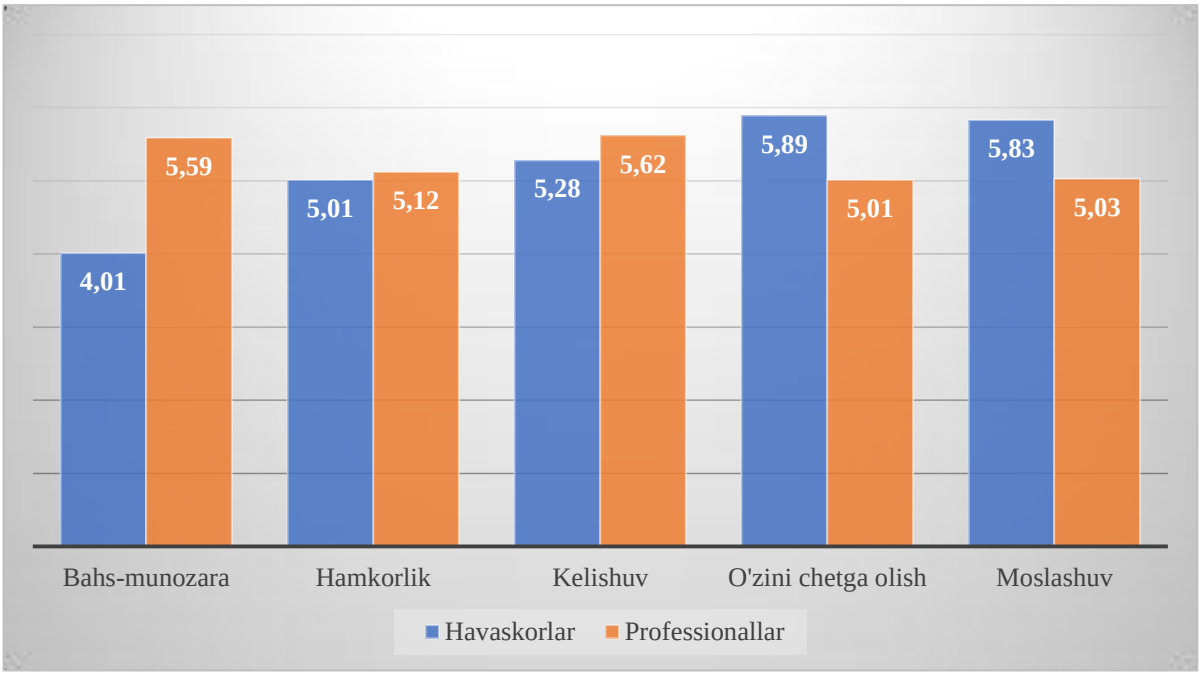
Respondentlarimizdan “Nizoli xulq-atvorni aniqlash” metodikasi havaskorlar va professional suzuvchilarning natijalari tahlili ko‘ra “Bahs munoza” omili (t=-2,990; p≤0,01), “O‘zini chetga olish” omili (t=2,220; p≤0,05),

“Moslashuv” (t=2,225; p≤0,05) omillarida ishonchli statistik farqlar kuzatildi.

Natijalarni sifat jihatdan tahlillarini amalga oshiradigan bo‘lsak, “Bahs munozara” omili (t=-2,990; p≤0,01) bo‘yicha professional suzuvchilar havaskor suzuvchilarga qaraganda yuqori natija qayd etgan. Bunda o‘smir suzuvchilarda nizoli xulq-atvorning kuzatilishi asosan, sport faoliyatidagi munosabaqalashuv, g‘alabaga erishishdagi o‘zaro kurashishda odatda bir tomonning ikkinchi tomon ustidan ustun kelishi hisobiga boshqasining to‘liq yengilishini nazarda tutib, shaxsning o‘z manfaatlari uchun faol ravishda kurashayotganligi, o‘z oldiga qo‘yilgan maqsadlarga erishishda barcha imkoniyatlardan foydalanayotganligini anglatadi, ya’ni o‘z hukmini qaror toptirish, tazyiq o‘tkazish, raqiblarni ma’naviy jihatdan kamsitish, boshqa ichtirokchilarning o‘ziga tobeligidan foydlanish holatlarini misol qilish mumkin. Bunda shaxs tomonidan voqelik juda ahamiyatli va muhim deb baholanadi, raqiblar bilan bo‘lgan munosabat qat’iy bo‘lishi, ishtirokchilar noroziligiga keskin qarshilik ko‘rsatish ushbu xulq-atvorning ahamiyatli jihatidir.

Metodikamizning keyingi omili “O‘zini chetga olish” omili (t=2,220; p≤0,05), bo‘yicha havaskor suzuvchilarda professional suzuvchilarga nisbatan yuqori natija qayd etilgan. Bunda havaskor suzuvchilar sport faoliyatiga kirib kelishlari jarayonida shaxs va shaxslaro munosabatlar tizimi, murabbiy va sportchi, sportchi va sportchi o‘rtasidagi munosabatlar sohasida o‘zining huquqlarini himoya qilishni xohlamaydi, nizoning mavjudligini tan olmaydi, qaror qabul qilishda ishtirok etmaydi, o‘z fikrini bildirishdan bosh tortadi, bahslashishni istamaydi.

“Moslashuv” omili bo‘yicha (t=2,225; p≤0,05) havaskor suzuvchilar yuqori natijani qayd etishgan bo‘lib, ushbu holatning sabablarini quyidagicha izohlash mumkin: bu nizoga kirishuvchi tomonlardan birini yuzaga kelgan holatga “ko‘ndirish”, moslashtirish va shu orqali o‘zining ham muayyan manfaatlarini himoya qilishdir. “Mayli, men yutqizsam ham, sening ishing hal bo‘la qolsin” degan fikr bilan nizoga aralashgan shaxs vaziyatni yumshatishga erishadi, xuddi o‘zini qurbon qilib bo‘lsa ham, tomonlarning yarashib ketishi uchun barcha imkoniyatni yaratishga tayyor bo‘ladi. Bundan tashqari, shaxsning harakatlari raqib bilan bo‘lgan munosabatlarni saqlab qolish va qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan bo‘ladi va bu maqsadga erishish uchun o‘z manfaatining qisman amalga oshmasligiga ham qisman tayyor bo‘lishini anglatadi.



3-rasm. O‘smir suzuvchilarda nizoli xulq-atvor xususiyatlarining ifodalanishi

Bunday o‘smir suzuvchilar uchun nizoning natijasi muhim emas yoki vaziyatning juda murakkabligi va uning bartaraf etilishi ishtirokchilardan katta kuch talab qilishi yoki individning nizoni o‘z foydasiga hal qilishga kuchi yetmasligidir. Bunday kishilar vaziyat taqozosi bilan paydo bo‘lgan kelishmovchilik vaqt o‘tishi bilan o‘z-o‘zidan yechimini topishi, boshqalarning o‘z tashabbusi bilan mojaroni hal qilishini kutishadi. Havaskor suzuvchilar faoliyatida o‘zini chetga olish ma’lum vaqt o‘tganidan keyin jamoaga, sport faoliyatiga moslashuvini namoyon qilishi mumkin.

Tadqiqot ishimizda qo‘llagan navbatdagi metodika Spilberg va Xaninning “Reaktiv va shaxsiy xavotirlikni aniqlash” metodikasidan foydalangan holda havaskor va professional o‘smir suzuvchilarda xavotirlanish bilan bog‘liq xususiyatlardagi tafovutlarni aniqlashga harakat qildik. Havaskor va professional suzuvchilarda reaktiv va shaxsiy xavotir bilan bog‘liq natijalarda ishonchli tafovutlar aniqlandi (t=-2,318; p≤0,05).

7-jadval.

O’smir yoshidagi suzuvchilarda reaktiv va shaxsiy xavotirlanish darajasi bo’yicha tafovutlarning sportchilar turlari kesimida ifodalanishi (N=207)
(Styudent t-mezoni bo’yicha)

Komponentlar	Sportchilar turlari	n	O’rtacha qiymat	t (Styudent mezoni qiymati)	p (ishonch-lilik darajasi)
Reaktiv va shaxsiy xavotirlanish darajasi	Havaskorlar	53	40,32	-2,318	p≤0,05
	Professionallar	154	45,72		

Natijalar tahliliga ko‘ra, professional suzuvchilarda muvaffaqiyatga erishish, musobaqa jarayonidagi hayojonli vaziyatlar, g‘alaba qozonish maqsadlarini amalga oshirishda kelishi mumkin bo‘lgan omadsiz urinishlar qilishdan qo‘rqish ularda havaskor suzuvchilarga nisbattan shaxsiy va reaktiv xavotirlanishlarda yuqori natijalar qayd etilishiga sabab bo‘ladi. O‘smir suzuvchilarda shaxsiy xavotirlanish holatlarning aksariyat qismini tahdid soluvchi sifatida qabul qiladi, bunday vaziyatlarga xavotir holati bilan munosabat bildiradi.

Reaktiv xavotirlanish bezovtalik, asabiylashish, taranglashish bilan namoyon bo‘ladigan xulq-atvor unda shaxs ichki nizolarini kelib chiqishiga sabab bo‘luvchi asosiy omillardan hisoblanadi. O‘smir suzuvchilarda juda yuqori reaktiv xavotirlanish diqqatning buzilishi, ba’zida nozik koordinatsiyalarning buzilishi bilan tavsiflanadi.

8-jadval.

O’smir yoshidagi suzuvchilarda reaktiv va shaxsiy xavotirlanish darajasi bo’yicha tafovutlarning jinslar kesimida ifodalanishi (n=207)
(Styudent t-mezoni bo’yicha)

Komponentlar	Jins	n	O’rtacha qiymat	t (Styudent mezoni qiymati)	p (ishonchlilik darajasi)
Reaktiv va shaxsiy xavotirlanish darajasi	O‘g‘il bolalar	128	42,73	2,203	p≤0,05
	Qiz bolalar	79	39,15		

Respondentlarimizda reaktiv va shaxsiy xavotirlanish bilan bog‘liq tafovutlarni jins nuqtayi nazaridan farqlarini aniqlashga harakat qildik. Bunda o‘g‘il va qizlarda reaktiv va shaxsiy xavotirlanishlarida ishonchli tafovutli farqlar aniqlandi (t=2,203; p≤0,05).

4-rasm. O‘smir suzuvchilarda reaktiv va shaxsiy xavotirlanishni jins xususiyatlarida namoyon bo‘lishi

Aniqlangan natijalarga koʻra, oʻsmir suzuvchilarda reaktiv va shaxsiy xavotirlanishlaridagi farqlarning mavjudligi ularning sport faoliyatlarida ham oʻz ta’sirini namoyon qilib muvaffaqiyatga erishish, shaxsning oʻz-oʻzidan qoniqishi, doimiy nizoli holatlarning vujudga keltiruvchi vositasi sifatida izohlashimiz mumkin.

Oʻsmir suzuvchilarda juda yuqori shaxsiy xavotirlanish asabiy nizolar, emotsional va kuchli asabiylashish natijasida natijasida kelib chiqadigan psixologik oʻzgarishlar va psixosomatik kasalliklarni keltirib chiqaradi.

Tadqiqotimiz maqsad va vazifalaridan kelib chiqqan holda oʻsmir suzuvchilarda shaxs ichki nizolarining namoyon boʻlishida shaxsiylik xususiyatlarining psixologik ta’sirlarini oʻrganishni maqsad qilgan edik. Olib borilgan tadqiqot ishimizda oʻsmir suzuvchilarda shaxs ichki nizolarining namoyon boʻlishi bevosita shaxslilik xususiyatlari bilan bogʻliqligi aniqlandi.

9-jadval.

O’smir yoshidagi suzuvchilarda shaxs xususiyatlari bo’yicha tafovutlarning sportchilar turlari kesimida ifodalanishi (N=207)
(Styudent t-mezoni bo’yicha)

Komponentlar	Sportchilar turlari	n	O’rtacha qiymat	t (Styudent mezoni qiymati)	p (ishonchlilik darajasi)
Asabiylashganlik	Havaskorlar	53	5,64	-5,072	p≤0,001
	Professionallar	154	6,92		
Spontan tajovuzkorlik	Havaskorlar	53	5,15	-4,279	p≤0,001
	Professionallar	154	6,41		
Ruhiy siqilganlik	Havaskorlar	53	5,94	-2,816	p≤0,01
	Professionallar	154	6,57		
Jizzakilik	Havaskorlar	53	5,69	-2,226	p≤0,05
	Professionallar	154	6,24		
Dilkashlik	Havaskorlar	53	4,73	3,811	p≤0,001
	Professionallar	154	3,79		
Ogʻirlik, vazminlik	Havaskorlar	53	6,77	4,205	p≤0,001
	Professionallar	154	5,58		
Reaktiv tajovuzkorlik	Havaskorlar	53	7,33	-0,774	p>0,05
	Professionallar	154	7,52		
Tortinchoqlik	Havaskorlar	53	5,73	-4,853	p≤0,001
	Professionallar	154	6,80		
Oshkoralik	Havaskorlar	53	5,33	2,952	p≤0,01
	Professionallar	154	4,48		
Ekstravertlik-introvertlik	Havaskorlar	53	5,83	4,265	p≤0,001
	Professionallar	154	4,62		
Emotsional labillik	Havaskorlar	53	5,16	-1,863	p>0,05
	Professionallar	154	5,65		
Maskulinizm–feminizm	Havaskorlar	53	6,11	6,009	p≤0,001

Frayburgning koʻp omilli shaxs soʻrovnomasi orqali havaskor va professional oʻsmir suzuvchilarning shaxslilik jihatlaridagi farqlar aniqlandi.

Metodikaning “Asabiylashganlik” (t=-5,072; p≤0,001), “spontan tajovuzkorlik” (t=-4,279; p≤0,001), “ruhiy siqilganlik” (t=-2,816; p≤0,01), “jizzakilik” (t=-2,226; p≤0,05), “dilkashlik” (t=3,811; p≤0,001), “ogʻir vazminlik” (t=4,205; p≤0,001), “tortinchoqlik” (t=-4,853; p≤0,001), “oshkoralik” (t=2,952; p≤0,01), “ekstravertlik-introvertlik” (t=4,265; p≤0,001), “maskulinizm–feminism” (t=6,009; p≤0,001) omillarida ishonchli tafovutlar aniqlandi.

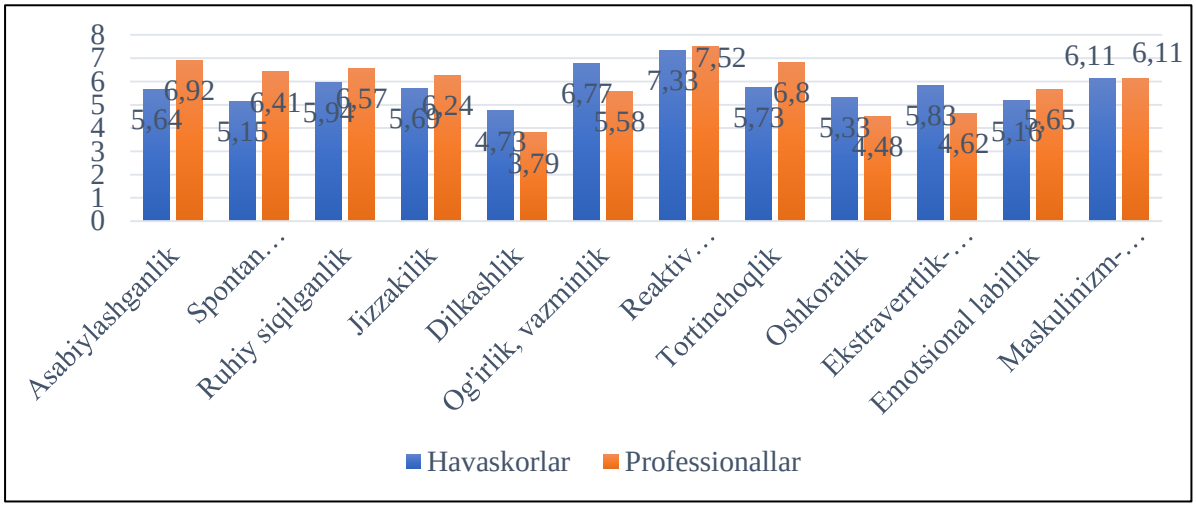
Olingan natijalarni quyidagicha izohlashimiz mumkin: oʻsmir suzuvchilarda asabiylashganlik shkalasining (t=-5,072; p≤0,001) yuqori natija qayd etishi unda mavjud boʻlgan shaxsning nevrotizm darajasini belgilaydi. Yuqori baholar psixosomatik buzilishlar bilan jismoniy zaif kishilarning asabiylashganlik holatiga mos kelib, suzuvchilarda sport faoliyati davomida yuzaga kelishi mumkin boʻlgan

ichki nizoli holatlarda yaqqolroq ifodalanib o‘smir suzuvchilarda asabiylik, nevrotik, biror-bir holatdan chiqib ketolmaydigan, o‘z hissiyotlariga berilgan shaxsiy sifatlarida ko‘rinadi.

Metodikaning ikkinchi spontan tajovuzkorlik shkalasida (t=-4,279; p≤0,001) ham o‘smir suzuvchilarda introtensiv turdagi psixopatik holatni aniqlash va baholashga imkonini berib uning natijasida suzuvchilarda g‘ayriixtiyoriy xulqqa ega bo‘lgan kishilarga xos xususiyatlarni bildiradi. O‘z-o‘zidan paydo bo‘ladigan (spontan) tajovuzkorlik - bu agressiv, beixtiyor, chiqisha olmaydigan, murosasiz shaxslarni misol qilsak bo‘ladi.

Keyingi omil ruhiy siqilganlik (depressivlik) shkalasi (t=-2,816; p≤0,01) psixopatologik, ruhiy siqilganlik holatlari uchun xos bo‘lgan belgilarga tashxis qo‘yish imkonini berib, musobaqa jarayonida suzuvchilarning kayfiyatida paydo bo‘ladigan har qanday emotsional o‘zgarishlar ularda ma’lum ma’noda o‘z faoliyatlarida kuzatilishi mumkin bo‘lgan omadsizliklar, depressivlik, ta’bixiralik, tortinchoqlik, ishonchsizlik, g‘amginlik, ichki azoblanish xususiyatlarini namoyon qiladi.

O‘smir suzuvchilarda jizzakilik shkalasi (t=-2,226; p≤0,05) emotsional beqarorlikni keltirib chiqaradi. Yuqori baholar emotsional holatlarning noturg‘unligidan darak beradi. Jizzakilik – bu chidamsizlik, beixtiyor asabiylashish, jiddiy taranglik, injiqlik demakdir.



5-rasm. O‘smir suzuvchilarda shaxsiylik sifatlarining namoyon bo‘lish tafovutlari

Olingan natijalarda dilkashlik shkalasi (t=3,811; p≤0,001) bo‘yicha havaskor va professional suzuvchilarda ham ishonchli farqlar qayd etildi. Ushbu omil bo‘yicha havaskor suzuvchilarda professional suzuvchilarga nisbatan yuqori natijalar qayd etilgan bo‘lib, ularda bu xususiyat yangi jamoaga moslashishga yordam beruvchi asosiy xususiyat bo‘lib, sportchi-sportchi munosabatlarida, sportchi-murabbiy munosabatlarida ijobiy muhitning shakllanishiga xizmat qiladi. Dilkashlik omili suzuvchilarda ijtimoiy faollikning imkoniyatlarini va bu xususiyatlarning haqiqiy ko‘rinishini ifodalaydi. Yuqori baholar ehtiyojni ta’minlashda doimiy tayyorlikni va muomala ehtiyojining mavjudligidan dalolat beradi. Do‘stonalik, xushmuomalalik, dilkashlik, uddaburonlik xususiyatlaridir.

Og‘irlik, vazminlik shkalasi (t=4,205; p≤0,001) ruhiy zarbaga chidamlilikni anglatib, yuqori ko‘rsatkichlar havaskor suzuvchilarda kelajakka ishonch va faollik, o‘ziga ishonish, odatdagi hayotiy holatlarda kutilmagan omillar ta’siridan yaxshi himoyalanganligini anglatadi. Vazminlik – bu ijobiy kayfiyat, barqarorlik, matonatlilik, xotirjamlik, o‘z kuchiga ishonch, ishonuvchanlik, faollik jihatlariga ham ta’sir etadi.

Tortinchoqlik uyatchanlik, shkalasi (t=-4,853; p≤0,001) bo‘yicha professional suzuvchilar faoliyatida insonning hayotiy vaziyatlarda o‘zini passiv himoya qilish xususiyatiga moyillikni aniqlaydi, bu esa ularda amalga oshmagan ehtiyojlarni bajarish jarayonida shaxs ichki nizolarning rivojlanishiga xizmat qiladi. Yuqori baholar shkalada xavotirlik, ishonchsizlik, tortinchoqlik xususiyatlarining mavjudligini ifodalab, bular esa o‘z navbatida ijtimoiy munosabatlarga kirishishni qiyinlashtiradi. Tortinchoqlik sifatlari vazminlik, muloqotga kirishmaslik, o‘ziga ishonchning pastligi, xijolat bo‘lish hissi, xavotirlanishga moyillik kabilarda namoyon bo‘ladi.

Havaskor suzuvchilarda oshkoralik shkalasi (t=2,952; p≤0,01) bo‘yicha yuqori natijalarning qayd etilishi ularda o‘z-o‘zini tanqid darajasini, ijtimoiy muhitga munosabatini tavsiflashga imkon beradi. Yuqori baholar o‘z-o‘ziga tanqidning kuchliligidan, atrofdagi kishilar bilan ishonarli, oshkora, birgalikda intilishdan

darak beradi. Ushbu shkala bo‘yicha baholar respondentlarning berilgan savolnoma bilan ishlayotganda u yoki bu darajada javoblarning samimiyligini tahlil qilish imkonini beradi, bu esa boshqa metodikalarning yolg‘on shkalalariga to‘g‘ri keladi. Samimiylik xususiyati o‘z-o‘zini tanqid qilish, oshkoralik, shaxsiy kamchiliklarni tan olish, doimiy o‘z faoliyatidan qoniqmaslik, xatolarni tan olish bilan izohlanadi.

Ekstravertlik va introvertlik shkalasi (t=4,265; p≤0,001) bo‘yicha yuqori baholar shaxsning ekstravertlik, quyi baholar esa introvertlik xususiyatlariga mos keladi. Havaskor suzuvchilarda ushbu shkala bo‘yicha yuqori natijalarning qayd etilishi ularda yangi sport jamoasiga kirish, moslashish imkoniyatini tezlashtiradi. Ekstraversiya so‘zamollik, jamoat ishlarida faollikni namoyon qilish, introversiya esa odamlar bilan muloqot qilishdan qochish, passivlik, emotsional beqarorlik kabi xususiyatlarda namoyon bo‘ladi.

Maskulinizm-feminizm shkalasi (t=6,009; p≤0,001) bo‘yicha yuqori baholar psixik faoliyatning, xususan, erkaklarga xosligidan dalolat bersa, quyi baholar ayollarga xosligidan darak beradi. Mardlik-nazokatlilik xususiyatlari faollik, tashabbuskorlik, fahmlash, topqirlik bilan belgilanadi.

Xulosa. Yuqorida sanab keltirilgan tahlillardan shunday xulosa qilishimiz mumkinki, o‘smir suzuvchilar faoliyatida shaxs ichki nizolarning kelib chiqishida ta’sir ko‘rsatuvchi omillarning hammasi ham unda salbiy ahamiyat qayd etmasdan, balki, suzuvchilarda sport faoliyatiga nisbatan ijobiy natijalarning ham qayd etishiga yordam berishi mumkinligi isbotlandi.

Adabiyotlar:

1. Абдурасулов Р.А., Убайдуллаева У. Ўсмирлардаги ички низолар ва уларни бартараф этиш усуллари. «Умумтаълим мактабларида ўқувчиларни касб-ҳунарга йўналтириш ва психологик-педагогик хизмат кўрсатиш самарадорлигини ошириш муаммолари ва ечимлари» мавзусидаги Республика илмий-амалий конференцияси материаллари. – Тошкент, 2014. –С.85.
2. Arzikulov D.N. Psixologiya va sport psixologiyasi: Darslik / D.N. Arzikulov; Mas’ul muharrir: Z. Gapparov; O‘zbekiston Respublikasi Oliy va o‘rta maxsus ta’lim vazirligi.- Chirchiq: O‘zDJTSU, 2020.- 333b.
3. Дементий Л.И. Фрустрация: Понятие и диагностика / Л.И. Дементий // Учебно-методическое пособие: для студентов специальности психологии. – Омск: Изд-во ОмГУ. - 2004. – 68 с.
4. Дмитриев А., Кудрявцев В., Кудрявцев С. Введение в общую теорию конфликтов. — М., 1993. — 211 с
5. Do‘stmuhamedova Sh.A., Nishanova Z.T., Jalilova S.X., Karimova Sh.K., Alimbayeva Sh.T. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. – Toshkent. - 2013. 363 b.
6. Георгян А.Р. Психолого-педагогические условия профилактики и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций в системе отношений «Учитель- ученик»: автореф. дис. ... канд. пед.наук: 13.00.08 / А.Р. Георгян. - Владикавказ, 2008. – 23 с.
7. Ishtayev J.M. Sport psixologiyasi: O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti talabalari uchun o‘quv qo‘llanma. - Chirchiq: 2020. - 256 b.
8. Karimova V.M., Hayitov O.E., Umarova N.Sh. Sotsial psixologiya: darslik / Mas’ul muharrir V.M. Karimova; O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti. - Chirchiq: 2020. - 225 b.
9. Kamilova N.G‘., Abdullayeva D.U. Ijtimoiy psixologiya (Konfliktologiya). Darslik. - Toshkent: TDPU, 2020. - 235 b.
10. Леонов Н.И. Конфликты и конфликтное поведение. Санкт-Петербург, 2005. – 234 с.
11. Po‘latov J.A, Yeldasheva G. Sportchilarni psixologik tayyorlash [Matn]: o‘quv qo‘llanma / J.A. Po‘latov, G. Yeldasheva. - Toshkent: “Umid Design”, 2021. - 136 b.
12. Умаров Б. М. Конфликтли вазиятларда бошқарув қарорларини қабул қилишнинг ташкилий ва ижтимоий-психологик механизмлари / Б. М. Умаров, А. С. Назаров. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2020. –№ 7(297).– С.352-353
13. Выготский Л.С. "Конфликты в школьном коллективе". - М.: Просвещение, 1960. 38-41 с
14. Xaitov A.U. Sport psixodiagnostikasi va psixokorreksiya: Darslik. – Chirchiq.: O‘ZDJTSU, 2020. 351 b.
15. Хасан Б.И. Разрешение конфликтов и ведение переговоров:учебное пособие / Б.И. Хасан, П.А. Сергоманов.- Красноярск; Москва, 2001. – 236 с.
16. Baratov X.Sh., O‘smir-sportchilarga psixologik xizmat ko‘rsatish amaliyotini takomillashtirishning ilmiy-amaliy mexanizmlari Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori(PhD) ilmiy darajasini olish uchun tayyorlangan dissertatsiya avtoreferati.T.:TDPU – 2023. – 24 b.

UO‘K 174.864-053.(087.3)

Maxammatova Saida Sadriddinovna,
Andijon davlat universiteti Umumiy psixologiya kafedrasi katta o’qituvchisi
Maxammatovasaida@mail.ru

PSIXOLOG TALABALARNI KASBIY KUTISHLARINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya. *Maqolada psixolog talabalarni kasbiy kutishlarining ijtimoiy-psixologik omillari shakllanishiga doir psixologik usul va vositalari, o’ziga xos xususiyatlari o’rganilgan. Talabalarni o’quv faoliyatida kasbiy kutishlarining ijtimoiy-psixologik jarayonida ilmiy yondashuvlar, empirik tahlillar, kasbiy faoliyatga ijtimoiy-psixologik tayyorgarlikni shakllantirish omillari va shartlarini aniqlash va o'rganilayotgan jarayon samaradorligini oshirish bo'yicha usul va vositalari tadqiq qilingan va samarali tavsiyalar keltirilgan.*

Kalit so’zlar: *ijtimoiy vaziyat, mexanizmlar, shakllanish omillar, ijtimoiy-psixologik xususiyatlar, differensial farqlar, kasbga qiziqish va kasb haqida xabardorlik.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОЖИДАНИЙ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Аннотация. *В статье исследованы психологические методы и средства, специфика формирования социально-психологических факторов профессиональных ожиданий студентов-психологов. Исследованы и даны эффективные рекомендации по научным подходам, эмпирическому анализу социально-психологического процесса профессиональных ожиданий студентов в учебной деятельности, методам и средствам выявления факторов и условий формирования социально-психологической готовности к профессиональной деятельности и повышения эффективности изучаемого процесса.*

Ключевые слова: *социальная ситуация, механизмы, факторы формирования, условия и социально-психологические особенности, дифференциальные различия, интерес к профессии и информированность о профессии.*

SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PROFESSIONAL EXPECTATIONS OF PSYCHOLOGIST STUDENTS

Abstract. *The article explores psychological methods and tools, specific features of the formation of socio-psychological factors of professional expectations of psychologist students. In the socio-psychological process of professional expectations of students in educational activities, scientific approaches, empirical analyzes, methods and tools for determining the factors and conditions for the formation of socio-psychological training for professional activities and improving the effectiveness of the process under study are researched and presented effective recommendations.*

Keywords: *social situation, mechanisms, factors of formation, conditions and socio-psychological characteristics, differential differences, interest in the profession and awareness of the profession.*

Kirish. Psixologik faoliyatda ham psixologiya nazariyalarida ham professional kutishlar hali ham yagona ta'rifga ega emas. "Kutish" tushunchasining turli xil psixologik talqinlari va ta’riflari ishlab chiqilib turli adabiyotlarda turlicha keltirilgan.

Psixolog talabalarda o’z kasbiga doir psixologik bilimlarni egallashga, shaxs psixologiyasi, uning faoliyati va muloqoti, psixik taraqqiyot qonuniyatlari, shaxsni psixologik metodlar yordamida o’rganish bo’yicha bilim, ko’nikma va malakalarni shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Psixolog talabalarda kasbiy kutishlar tushunchasi o’zlashtirish jarayonida amalga oshiriladigan masalalar doirasida ularda:

- psixologik tushunchalarni, voqelik va jamiyatdagi voqea-hodisalarni, shaxsning o’zida kechadigan ijtimoiy-psixologik jarayonlarni, shaxsni psixologik tadqiq qilish usullarini bilishi;

- talaba voqelikni psixologik mushohada etish, narsa-hodisalarni ilmiylik va mantiqiylik asosida o’rganish, ilmiy tafakkur va psixologik tassavvurning uyg’unligini ta‘minlash, mustaqil va zamonaviy

fikrlash, o’zining shaxsiy va kasbiy faoliyatida psixologik bilimlarni va qonuniyatlarni qo’llay olish ko’nikmalariga ega bo’lishi;

- talaba voqea-hodisalarni psixologik nuqtayi nazardan tahlil va tadqiq qilish, shaxs kasbiy faoliyati motivatsiyasi, faoliyat jarayonida yuzaga chiqadigan emotsional va irodaviy sifatlari, individual psixologik xususiyatlari, shaxs va jamiyat orasidagi munosabatning psixologik qonuniyatlarini aniqlash va ular asosida kasbiy faoliyatni amalga oshirish malakalariga ega bo’ladilar.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Yoshlarni ma’naviy-axloqiy va jismoniy barkamol etib tarbiyalash, ularga ta’lim-tarbiya berish tizimini sifat jihatidan yangi bosqichga ko‘tarish chora-tadbirlari to‘g‘risida” 2018-yil 14-avgustdagi PQ-3907-son qarori[1] ijrosini ta’minlash, shuningdek, umumiy o‘rta va o‘rta maxsus davlat ta’lim muassasalarida o‘quvchilarni psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash tizimini yanada takomillashtirish maqsadida:

- ta’lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini samarali va sifatli tashkil etish, shu jumladan, ish faoliyatiga zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalarini qo‘llash orqali o‘quvchilarni kasb-hunarga yo‘naltirish ishlari samaradorligini oshirish;

- o‘quvchilarning qobiliyati, layoqati, qiziqishlari hamda kasb-hunarga moyilliklari asosida to‘g‘ri kasb-hunar tanlashlariga ko‘maklashish;

- turli yosh davrlarida o‘quvchilarning shaxsiy, aqliy va ijtimoiy rivojlanishini psixologik jihatdan kuzatib borish, ta’lim-tarbiyadagi psixologik nuqsonlarni aniqlash, ularning aqliy taraqqiyotida sodir bo‘lishi mumkin bo‘lgan har qanday salbiy og‘ishlarning oldini olish;

- o‘quvchilar ta’lim muassasasining ijtimoiy muhitiga moslasha olmasligi holatlarini korreksiyalash, ularni ijtimoiy reabilitatsiya qilish bo‘yicha tadbirlarni tashkil etish va amalga oshirish;

- pedagogik jamoalarda sog‘lom psixologik muhitni yaratish va qo‘llab-quvvatlash, jamoa a’zolarining hissiy-emotsional holatlari, shaxslararo munosabatlar va ziddiyatli xatti-harakatlarni korreksiyalash, ularning psixologik madaniyatini yuksaltirish;

- iste’dodli va iqtidorli o‘quvchilarni aniqlash, ularning individual-psixologik, fiziologik xususiyatlari va qiziqishlarini o‘rganish, qobiliyatlarini namoyon etishlari va rivojlantirishlari uchun shart-sharoitlar yaratish;

- axborot-psixologik xurujlarning xavfi, Internet jahon axborot tarmog‘ining salbiy ta’siri, yoshlar tarbiyasiga xavf solayotgan “ommaviy madaniyat”ning kirib kelishi holatlarining oldini olishga qaratilgan tadbirlarni o‘tkazish;

- pedagog xodimlar, o‘quvchilar hamda ota-onalarning psixologik-pedagogik bilimlarini oshirishga ko‘maklashish, pedagog xodimlar, ota-onalar va jamoat tashkilotlarining samarali hamkorligini ta’minlash[2] maqsadida yurtimizda bir qancha islohotlar amalga oshirilmoqda.

Jumladan, psixologiya sohasini rivojlantirish orqali mamlakatimizdagi yoshlarning ma’naviy va aqliy rivojlanishi, barkamol shaxs sifatida shakllanishi, faol ijtimoiy moslashuvi va ularning yosh davrlari bo‘yicha rivojlanishida salomatligini muhofaza qilish, uzluksiz ta’lim jarayonida o‘zligini anglashi, individual psixologik xususiyatlari, shaxsiy imkoniyatlari va qobiliyatlarini namoyon etishlari uchun psixologiya ta’lim yo’nalishi sohasida ta’lim olayotgan talabalarni kasbiy kutishlarni rivojlantirish lozim.

O’zbekiston olimlaridan psixologiya fanini o‘rganishda psixologiya mutaxassisligi o‘qituvchilarni tayyorlashdagi o‘rni va boshqa sohalarga ta’sirini o’ganish, bu sohada amalda faoliyatini tahlil qilishimiz orqali psixolog talabalarni kasbiy kutishlarining ijtimoiy-psixologik omillari shakllashini aniqlashga doir taklif va tavsiyalar ishlab chiqishni lozim topdik.

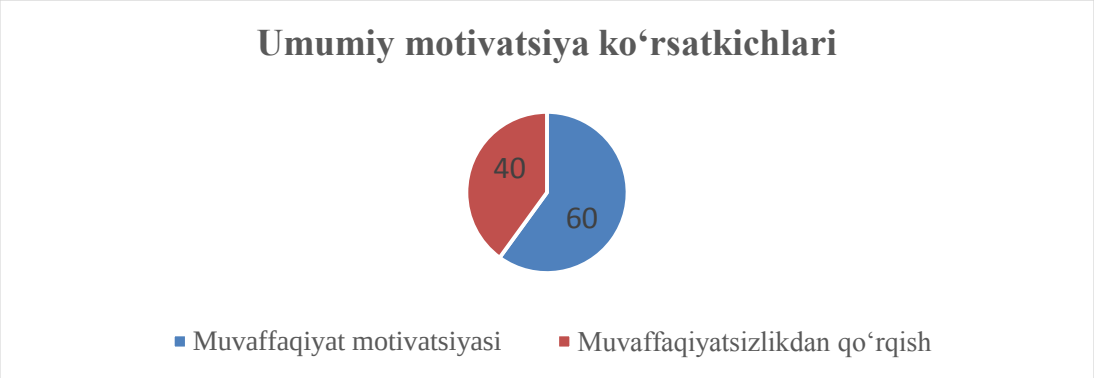
Bugungi kunda Oliy o’quv yurtlarida psixologiya ta’lim yo’nalishlarini tashkil etish va kengaytirish borasidagi amaliy ishlardan, psixologiyaga oid muammolarni hal qilish mamlakat taraqqiyoti uchun naqadar muhimligini shundan ham bilsa bo‘ladiki, ularni yechish nafaqat ta’lim rivojiga, balki iqtisodiyotdan tortib sportgacha, tibbiyotdan tortib tadbirkorlikkacha bo‘lgan sohalar taraqqiyoti tezlashishiga sezilarli ta’sir o‘tkazadi [3].

Tadqiqotning maqsadi. Bu mavzuda o‘zbek psixolog olimlaridan D.N.Arzikulov, M.G.Davletshin, S.X.Djalilova, S.N.Jo’rayeva, V.M.Karimova, N.Dj.Sagindikova, Sh.B.Saparov, B.N.Sirliyev, Sh.J.Usmanova, F.I.Xaydarov, D.I.Xodjakulova, B.R.Kodirov, K.B.Kodirov, E.R.Roziyev va boshqalar kasbiy faoliyat, kasbiy shakllantirish, o’qish motivlari, kasbiy xususiyatlar rivojlanishining o’ziga xosliklari, kasbiy kamolot va uning bosqichlari kabi masalalarni ilmiy tadqiq etilganligini qayd etish o‘rinlidir. Mustaqil Davlat Hamdo‘stligi mamlakatlari olimlaridan L.I.Antsiferova, Ye.A.Klimov, A.K.Markova, N.S. Pryajnikov, A.V.Petrovskiy, S.L.Rubinshteylar, mehnat psixologiyasi doirasida kasbiy kutish professional o'z taqdirini o'zi belgilash elementlarini shuningdek, B.G.Ananev, L.S.Vigotskiy, A.N.Leontev, B.F.Lomovlar esa insonning xulq-atvori va uning shaxsiyati u amalga oshiradigan faoliyatga va ushbu jarayon sodir

bo'ladigan ijtimoiy guruhga bog'liq ekanligini o’rganganlar. Xorij olimlaridan I.N.Aleshina, G.M.Andreyeva, M.L.Gomelauri, E.V.Gordienko, V.G.Maralov, N.I.Iovyakel va T.Shibutanilar psixologiya fanida insonning xulq-atvori ijtimoiy tizim tomonidan tartibga solinishini o’rgangan bo’lsa, Dj.Atkinson, A.Bandura, E.Brunsvik, V.Vrum, V.V.Golubev, Dj.Rotter, E.Tolmen va X.Xekxauzenlar subyektiv kutishlar haqida psixologik ilmiy tadqiqotlar olib borganlar.

Tadqiqotning obyekti sifatida psixolog talabalarning kasbiy kutishlarining asosiy ijtimoiy-psixologik omillarini aniqlash jarayoni olingan bo‘lib, Andijon, Namangan, Farg’ona viloyati oliy ta’lim muassasalarida o‘qishni davom ettirayotgan talaba yoshlardan 450 nafar (225 nafar erkak, 225 nafar ayol) tadqiqotda ishtirok etdi.

Bu metodika yordamida talabalarning kasbiy rivojlanishida asosiy ijtimoiy-psixologik omillarni aniqlash imkoniyati kengayishini tadqiq etish maqsadidda mualliflik asosida tuzilgan «A.AReanning “Muvaffaqiyat motivatsiyasi va muvaffaqiyatsizlikdan qòrqish so’rovnomasi» nomli so‘rovnoma o‘tkazildi va quyidagi natijalarni qo‘lga kiritishga muvaffaq bo‘ldik (1-rasmga qarang).



1-rasm. Psixolog talabalarining kasbiy kutishlarini aniqlash bo’yicha A.AReanning “Muvaffaqiyat motivatsiyasi va muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish so‘rovnomasi natijalari

Ishtirokchi-respondentlar ijtimoiy-psixologik so‘rovnomamizda bergan javoblaridan shu ma’lum bo‘ldiki aksariyat, ya’ni 100 foizlik ko‘rsatkichda Muvaffaqiyat motivatsiyasi sinaluvchilarning 60,0 foizida yuqori bo‘lib, bu ularning maqsad sari intilishi va o‘zlariga bo‘lgan ishonchi balandligini bildiradi. Muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish motivatsiyasi esa sinaluvchilarning 40,0 foizida kuzatilgan bo‘lib, bu ularning qiyinchiliklardan cho‘chishi va qaror qabul qilishda ehtiyotkorlik ko‘rsatishlarini anglatadi. Bu tadqiqotdan kelib chiqib, aksariyat insonlarda muvaffaqiyatga intilish hissi ustun ekanini kuzatishimiz mumkin.

1-jadval.

Psixolog talabalarining kasbiy kutishlarini aniqlash asosida gender bo‘yicha natijalar ko’rsatkichlari n-150

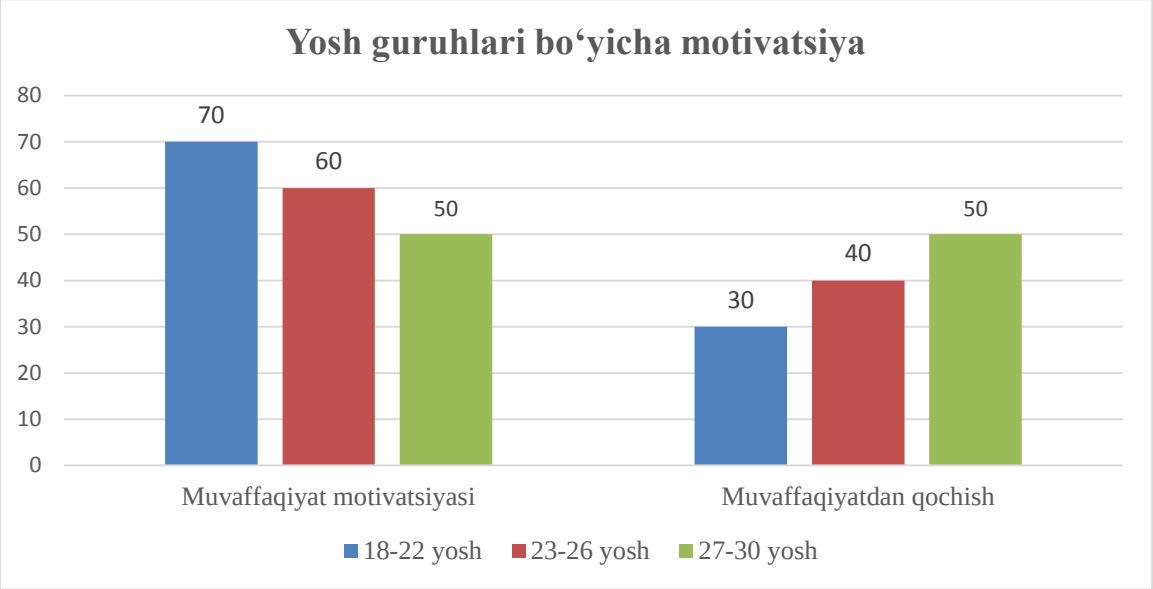
Jinslar	Muvaffaqiyat motivatsiyasi yuqori (n 75, %)	Muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish (n 75, %)
Erkaklar	49 (65%)	26 (35%)
Ayollar	41 (55%)	34 (45%)

Tadqiqotimizda rkaklarda muvaffaqiyat motivatsiyasi va muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish tahlili bo’yicha muvaffaqiyat motivatsiyasi yuqori bo‘lgan erkaklar 65 % bo’lib, bu ko‘rsatkich erkaklarda o‘z maqsadlariga erishishga bo‘lgan qat’iyat va intilishni aniqlandi. Erkaklar odatda ijtimoiy stereotiplar tufayli o‘zlarini muvaffaqiyatga erishuvchi sifatida ko‘rsatishga majbur bo‘lishadi. Bu ular o‘rtasida o‘ziga bo‘lgan ishonchning yuqori ekanligini bildiradi. Erkaklar muvaffaqiyatga erishishni o‘zlarini jamiyatda o‘zini tasdiqlash vositasi sifatida qabul qilishi mumkin. Bu jarayonda ular murakkab vaziyatlarda ko‘proq bardoshlilik va tez qaror qabul qilish qobiliyatlarini namoyon etishlari namoyon bo’ldi.

35 % erkaklarda muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish darajasi nisbatan past ekanligi aniqlandi. Bu ko‘rsatkich ular xatolarni vaqtinchalik to‘siq sifatida ko‘rishlari va qo‘rquvni yengib, oldinga intilishlarini bildiradi. Ya’ni qo‘rquvning pastligi erkaklarning o‘ziga xos mas’uliyat hissi va qiyinchiliklarni hal qilishga bo‘lgan ishonchi bilan bog‘liq. Lekin ba’zi erkaklar qo‘rquvini ichki hissiyot sifatida yashirib, o‘z stresslarini oshirishi mumkin.

Ayollarning 55 foizida muvaffaqiyat motivatsiyasi nisbatan baland bo‘lsada, erkaklarnikiga qaraganda pastroq ekanligi aniqlandi. Ayollar muvaffaqiyatga intilishda ko‘proq ijtimoiy va oilaviy mas’uliyatlarni

hisobga oladilar ya’ni ayollar muvaffaqiyatga erishishga bo‘lgan intilishlarida ko‘proq ichki hissiyotlar va ijtimoiy qadriyatlarga tayanishadi. Bu esa ularning motivatsiyasi ichki muvozanat bilan bog‘liq ekanligini ko‘rsatadi. Ayollarning 45 foizida esa muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish yuqori ekanligi namoyon bo’ldi. Bu ko‘rsatkich ularning ijtimoiy bosim, javobgarlik va oilaviy hayot bilan bog‘liq stress omillari ta’sirida shakllanishini bildiradi. Ko’pincha ayollar muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqishda ko‘proq ijtimoiy va oila-kasb ziddiyatlariga duch keladilar. Ular muvaffaqiyatsizlikni nafaqat shaxsiy muvaffaqiyatsizlik, balki o‘z yaqinlari oldidagi yomon natija sifatida qabul qilishini kuzatishimiz mumkin.



2-rasm. Psixolog talabalarining kasbiy kutishlarini aniqlashda yosh xususiyatlari bo’yicha A.AReanning “Muvaffaqiyat motivatsiyasi va muvaffaqiyatsizlikdan qòrqish so’rovnomasi natijalari

Tadqiqotimizda psixolog talabalarining kasbiy kutishlarini aniqlashda yosh xususiyatlari bo’yicha 8–22 yosh oralig‘idagi respodentlarda muvaffaqiyat motivatsiyasi 70 foiz bilan eng yuqori darajada ekanligi aniqlandi. Bu yoshda energiya va umid hamda motivatsiya baland bo‘lishi tabiiydir. 23–26 yoshli guruhida muvaffaqiyat motivatsiyasi 60 foizga tushgan bo‘lsada, hali ham ustunlik qilishini ko’rsatdi. Bu bosqichda insonlar qiyinchiliklarga moslashish va real hayotga kirib borishni boshlaydi. 27–30 yosh oralig‘ida muvaffaqiyat motivatsiyasi va muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish ko‘rsatkichlari 50 foizdan tenglashgan. Bu yoshda insonlar hayotdagi barqarorlikka intilib, xatolardan ko‘proq ehtiyot bo‘ladilar.

Tadqiqotimizning keyingi bosqichida tadbirkorlik va boshqaruvning umumiy ulushi **43,3 foiz** bo‘lib, respondentlarning deyarli yarmi ushbu yo‘nalishlarga qiziqishini ko‘rsatdi. Ilmiy va ijtimoiy yo‘nalishlarning ulushi birgalikda 30,0 foizni tashkil etdi, bu intellektual va jamiyatga xizmat qilish sohalariga e’tibor hali ham yuqoriligini ko’rsatdi. Texnik, san’at va boshqa yo‘nalishlarning umumiy ulushi **26,7 foiz**ni tashkil etdi, bu esa ushbu sohalarning nisbatan tor doiradagi auditoriyaga qiziq ekanini ko‘rsatadi.

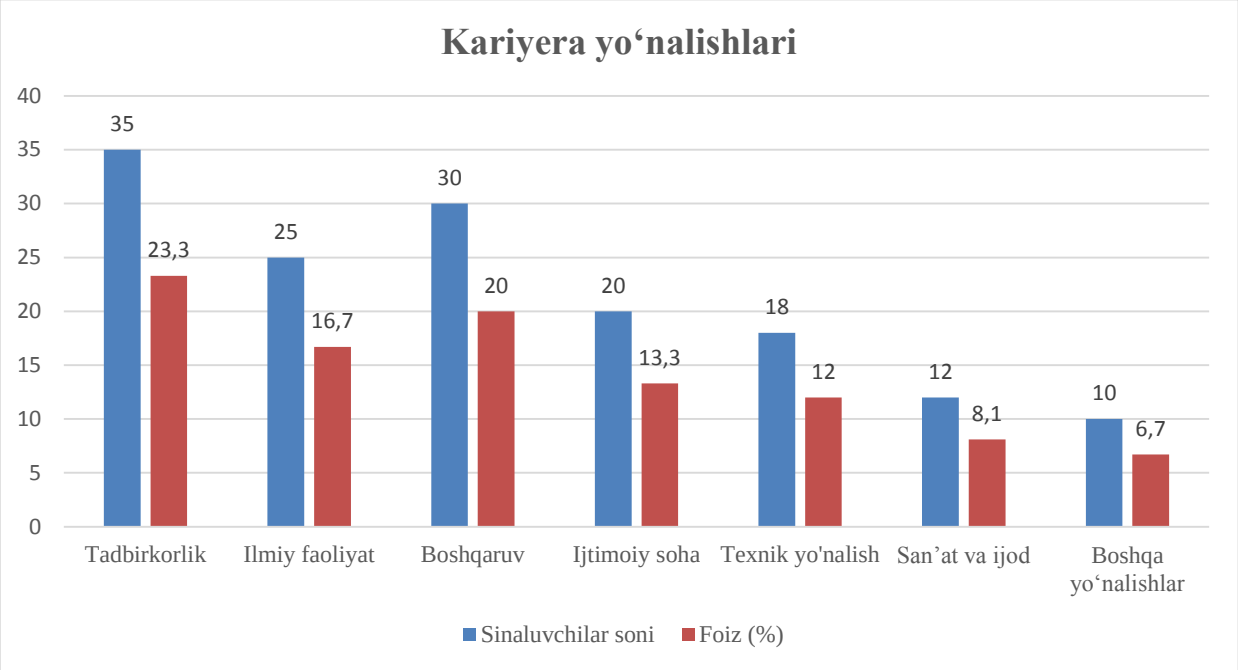
2-jadval.

E.G. Sheyna tomonidan ishlab chiqilgan “Kariyera yo‘nalishlari” so‘rovnomasi ko’rsatkichlari n-150

Kariyera yo'nalishi	Sinaluvchilar soni	Foiz (%)
Tadbirkorlik	35	23,3
Ilmiy faoliyat	25	16,7
Boshqaruv	30	20,0
Ijtimoiy soha	20	13,3
Texnik yo'nalish	18	12,0
San’at va ijod	12	8,1
Boshqa yo‘nalishlar	10	6,7

Eng ommabop yo‘nalishlar tadbirkorlik yo‘nalishi bo’yicha 23,3 foiz 35 nafar respondentlar tomonidan tanlangan bo’lib bu barcha yo‘nalishlar orasida eng yuqori ko‘rsatkichdir. Bu natija bugungi kunda tadbirkorlikka bo‘lgan qiziqishning yuqoriligini ko‘rsatadi. Tadbirkorlikda muvaffaqiyatga erishish

uchun zarur bo‘lgan shaxsiy sifatlar, masalan, tashabbuskorlik va innovatsion fikrlash, ehtimol respondentlar orasida kuchli namoyon bo‘lgan. 20,0 foiz **boshqaruv** yo‘nalishi bo’yicha 30 nafar respondentlar tomonidan tanlangan. Bu yo‘nalish ham yuqori darajada talabgor hisoblanadi. Bu boshqaruv ko‘nikmalariga ega bo‘lishga intilayotgan yoshlarning ko‘pligini anglatadi. Odatda, liderlik, mas’uliyatni bo‘yniga olish va yaxshi muloqot qilish kabi kompetensiyalar boshqaruv yo‘nalishida muhim hisoblanadi. **O‘rtacha ommabop yo‘nalishlar bo’yicha** 25 nafar respondentlar 16.7 foizi tomonidan tanlandi. Bu natija ilm-fanga bo‘lgan qiziqishning hali ham dolzarbligini ko‘rsatadi. Shuningdek yo‘nalishni tanlovchilar, odatda, analitik fikrlash, chuqur o‘rganish va ijodiy yondashuvga ega bo‘lishdi. **Ijtimoiy soha yo’nalishlari bo’yicha** 20 nafar respondentlar 13.3 foizini tashkil etdi. Ijtimoiy yo‘nalishlarni tanlaganlar odatda jamiyatga xizmat qilishni, insonlarga yordam berishni yoki ijtimoiy muammolarni hal qilishni afzal ko‘rishi aniqlandi. 12,0 foiz respondentlardan 18 nafari esa **texnik yo‘nalish**larni tanlandi. Texnik yo‘nalishlar bugungi kunda yuqori talabga ega bo‘lsa-da, u ko‘pchilik uchun qiyin yoki texnologiyaga aloqador bo‘lmagan sabablar tufayli kamroq tanlanishi mumkin. 8,1 foiz respondentlarning 12 nafari **san’at va ijod yo’nalishini tanladilar**. Bu yo‘nalishni tanlovchilar ijodkorlik va san’at sohasida ishlashni afzal ko‘rgan bo‘lishi mumkin, lekin bunday kasblar bo‘yicha raqobat kuchli va barqaror daromad kafolatlanmagani sababli u nisbatan kamroq talabga ega. **Boshqa yo‘nalishlar**ni esa 10 nafar sinaluvchining 6,7 foizini tashkil etdi. Bu turli xil, umumiy tasnifga kirmaydigan kasblarni o‘z ichiga olishi mumkin. Masalan, ekologiya, qishloq xo‘jaligi, sport va boshqa sohalarni o’z ichiga oladi.



3-rasm. E.G. Sheyna tomonidan ishlab chiqilgan “Kariyera yo‘nalishlari” so‘rovnomasi ko’rsatkichlari

3-jadval.

U.S.Rodigina tomonidan ishlab chiqilgan “Bo’lajak psixologlarda kasbiy identiklik so’rovnomasi” asosida (%) ko’rsatkichlari n-150

Jinsi	n	Foizi
Ayol	90	60
Erkak	60	40
Jami	150	100

Tadqiqotimizda qiziqishlar bo’yicha psixologiya kasbi ko‘pincha insoniy his-tuyg‘ular, empatiya, va ijtimoiy o‘zaro aloqalarni o‘rganish bilan bog‘liq. Ayollar orasida bu kabi sohalarga nisbatan qiziqish yuqoriroq bo‘lishi mumkin. Shuning uchun psixologiya yo‘nalishidagi talabalarning ko‘pchiligini ayollar tashkil qilishi tabiiydir. Gender rollari va stereotiplar: Jamiyatda ayollarga ko‘proq g‘amxo‘rlik, his-tuyg‘ularni tushunish va boshqalarga yordam berish kabi rollar yuklanadi. Bu stereotiplar ayollarning psixologiya sohasini tanlashiga ta’sir qilishi mumkin. Erkaklarning kam ulushi: Erkaklar orasida psixologiya yo‘nalishi ko‘pincha kamroq tanlanadi. Buning sababi erkaklar orasida "mardlik" yoki "hissiyotlarga

berilmaslik" stereotipi bo‘lishi mumkin. Erkaklar odatda texnik yoki ilmiy yo‘nalishlarni afzal ko‘rishi mumkin.

O‘rtacha umumiy ball yuqoriroq 4,02 foizni tashkil qildi. Ayollar psixologiya sohasida yuqori motivatsiya va kasbiy qiziqish ko‘rsatadi. Ularning kasbga qiziqishi yuqori bo‘lishi jamiyatdagi empatik va g‘amxo‘rlik fazilatlariga bog‘liq bo‘lishi mumkin. Yuqori darajadagi kasbiy identiklik ulushi 15,6 foizni ko’rsatdi. Ayollar erkaklarga nisbatan o‘z kasbiy yo‘nalishlarini aniqroq anglagan bo‘lishi mumkin. Bu ularda o‘zlikni kasb orqali ifodalash ehtiyojining yuqoriligini ko‘rsatadi. O‘rtacha umumiy ball pastroq 3,84 foizni tashkil etdi. Erkaklar orasida psixologiyaga nisbatan qiziqish va motivatsiya ayollarga qaraganda biroz past bo‘lishi mumkin. Bu soha ular uchun "gender mos emas" deb qabul qilinishi mumkin. Yuqori darajaga ega bo‘lganlar ulushi kamroq 10 foizni tashkil etdi. Erkaklar orasida kasbiy identiklik kamroq rivojlangan bo‘lishi mumkin. Buning sababi ularning ushbu yo‘nalish bo‘yicha shaxsiy qiziqish yoki jamiyatdagi o‘z tasavvurlariga zid kelishi bo‘lishi mumkin.

4-jadval.

U.S.Rodigina tomonidan ishlab chiqilgan “Bo’lajak psixologlarda kasbiy identiklik so’rovnomasi” asosida (%) ko’rsatkichlari n-150

Kasbiy daraja	n	Foiz (%)
Yuqori	20	13.3
Yaxshi	45	30
O‘rtacha	55	36.7
Past	20	13.3
Juda past	10	6.7
Jami	150	100

Tadqiqotimizda talabalarda yuqori daraja 13.3 foiz ko’rsatkichni tashkil etdi. Bu guruh talabalari kasbiy identiklikni aniq anglagan bo‘lib, o‘zlarini psixologiya sohasiga mos va malakali his qiladi. Ular yuqori darajada motivatsiyaga ega, o‘z kasbida bilimlarini oshirishga va bu sohada muvaffaqiyat qozonishga intilishadi. Psixologik oqibatlarida esa talabalar orasida kasbdan qoniqish darajasi yuqori bo‘ladi. Ular o‘z maqsadlariga erishishda barqaror bo‘lib, kasbiy yo‘lida ijobiy natijalar ko‘rsatishi kutiladi. Yaxshi daraja 30 foizni ko’rsatkichni tashkil etdi. Bu guruh kasbiy yo‘nalish bo‘yicha qoniqarli bilim va motivatsiyaga ega. Ular o‘zlariga nisbatan ishonchli, lekin ba’zida aniq maqsadlarni belgilashda ikkilanib qolishi mumkin. O‘rtacha daraja 36,7 foiz ko’rsatkichni tashkil etdi. Xususiyatlari ko‘pchiligini tashkil etuvchi bu guruh hali o‘z kasbiy yo‘nalishlarini to‘liq anglab yetmagan. Ular qiziqish va bilim darajasida barqaror bo‘lsa-da, motivatsiyada sezilarli farq bo‘lishi mumkin. Talabalarning 13,3 foizida esa past daraja daraja ko’rsatkichlarni tashkil etdi. Bunday talabalarda kasbiy yo‘nalishga nisbatan qiziqish va uyg‘unlik past darajada. Ularning o‘z kasbida rivojlanishga bo‘lgan ishtiyoqi sust, va ular boshqa sohalarga qiziqish bildirayotgan bo‘lishi mumkin. 6,7 foiz talaballarda esa juda past daraja ko’rsatkichni tashkil etdi. Ushbu guruh kasbiy identiklikni shakllantira olmagan. Ular o‘zlarining psixologiya yo‘nalishiga mos emasligini his qilishi yoki qiziqishlarining to‘liq yo‘qligi bilan ajralib turadi. Kasbiy darajalar talabalarning o‘z sohasiga bo‘lgan qiziqish, bilim va motivatsiya darajasini aniqlashga yordam beradi. Yuqori darajadagi talabalar muvaffaqiyatli kasbiy rivojlanish uchun kuchli salohiyatga ega bo‘lsa, past darajadagilar uchun maxsus qo‘llab-quvvatlash dasturlari tashkil etish zarur. Shu orqali barcha talabalarning kasbiy identiklik darajasini oshirishga erishish mumkin.

5-jadval.

U.S.Rodigina tomonidan ishlab chiqilgan “Bo’lajak psixologlarda kasbiy identiklik so’rovnomasi” asosida (%) ko’rsatkichlari n-150

Komponentlar	m	Standart og’ish	p
Kasbiy qiziqish	3,95	0,45	0.2025*
Shaxsiy hayot uyg’unligi	3,8	0,41	0.1681**
Kasbiy motivatsiya	4,0	0,36	0.1296***
Kasbiy bilim darajasi	3,9	0,43	0.1849**
Umumiy ball	3,91	0,42	0.1764**

Tadqiqotimizni bu qismida kasbiy qiziqishning o‘rtacha ko’rsatkichi 3,95 ortacha qiymatni tashkil etsa, standart o’gishlar esa 0,45 ni tashkil etdi. Tahliliy natijalari esa bu komponent talabalarning kasbiy sohalariga bo‘lgan ichki qiziqishlarini ifodalaydi. Talabalar o‘rtacha yuqori qiziqishga ega bo‘lib, ushbu

qiymat ular o‘zlarini psixologiya kasbiga jalb etuvchi omillarni sezilarli darajada anglashayotganini ko‘rsatadi. Talabalarning qiziqishini yanada oshirish uchun amaliy mashg‘ulotlar va sohada tajriba orttirish imkoniyatlarini oshirish kerak. Bu kasbga bo‘lgan bog‘liqlikni mustahkamlaydi. Shaxsiy hayot uyg‘unligi o‘rtacha ko’rsatkichi 3,80 tashkil etsa, standart og’ishda esa 0,41 tashkil etdi. Tahliliy natijalarda bu komponent talabalar uchun shaxsiy hayot va kasb o‘rtasidagi muvozanat darajasini aks ettiradi. Natijalardan ko‘rinib turibdiki, talabalar bu jihatni qoniqarli darajada his qilishadi. Biroq, ba’zida shaxsiy va professional hayot o‘rtasidagi muvozanat buzilishi xavfi mavjud. Talabalarga stressni boshqarish va vaqtni to‘g‘ri taqsimlash bo‘yicha treninglar o‘tkazish foydali bo‘lishi mumkin. Bu ularga shaxsiy hayot va kasb o‘rtasidagi uyg‘unlikni saqlashga yordam beradi. Kasbiy motivatsiya bo’yicha o‘rtacha 4,00 ko’rsatkichni tashkil etdi. Standart og’ishda esa 0,36 ko’rsatkichlar namoyon bo’ldi. Kasbiy motivatsiya bo‘yicha natijalar talabalarning psixologiya sohasida muvaffaqiyatga erishish istaklari yuqori ekanligini ko‘rsatadi. Bu komponent soha bo‘yicha ularga ko‘proq kuch va qat’iyat baxsh etadi. Bundan shuni ko’rishimiz mumkinki, talabalarni motivatsiyasini yanada oshirish uchun ularni real loyihalarda ishtirok ettirish va o‘zlari uchun muhim bo‘lgan yutuqlarni boshdan kechirish imkonini yaratish kerak. Kasbiy bilim darajasida esa o‘rtacha ko’rsatkich 3,90 ni tashkil etdi, standart og’ishlar esa 0,43 miqdorni tashkil etdi. Natijada esa bu komponent talabalarning psixologiya bo‘yicha bilim darajasini aks ettiradi. O‘rtacha yuqori bo‘lgan bu natija talabalarning bilim olishga qiziqishi va imkoniyatlaridan yaxshi foydalanayotganini ko‘rsatadi. Shuning uchun talabalarning bilim darajasini oshirish uchun maxsus interaktiv o‘quv materiallar, seminarlar va ilmiy-tadqiqot ishlarini qo‘llab-quvvatlash kerak.

Xulosa va tavsiyalar. Psixolog talabalarda kasbiy kutishlar muammosini ilmiy o‘rganishning psixologik masalalari yuzasidan talaba yoshlarning kasbiy kutishlari muammosini o‘rganish bo‘yicha mavjud nazariy yondashuvlar, ilmiy konsepsiyalar va ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilinib, tadqiqot natijasida quyidagi muhim jihatlarini keltirdik.

Kasbiy kutishlarning mohiyati va ahamiyati bo’yicha talaba yoshlarning kasbiy kutishlari ularning kelajakdagi kasbiy faoliyatini tanlash jarayoniga ta’sir qiluvchi markaziy psixologik omil ekanligi aniqlandi. Ushbu kutishlar nafaqat shaxsning o‘ziga xos xususiyatlariga, balki uni o‘rab turgan ijtimoiy muhitga ham bog‘liqdir. Shuning uchun kasbiy kutishlarni o‘rganish nafaqat individual, balki ijtimoiy omillarni hisobga olishni talab qiladi.

Shaxsiy va ijtimoiy-psixologik omillarning ta’siri yuzasidan bobda talabalarning kasbiy kutishlariga ta’sir qiluvchi omillar shartli ravishda ikki asosiy guruhga bo‘lingan:

- Shaxsiy omillar: o‘zini anglash, shaxsiy qiziqishlar, qobiliyatlar va motivatsiya darajasi kabi individual xususiyatlar.

- Ijtimoiy omillar: ota-onalar, do‘stlar, o‘qituvchilar va guruhdoshlar bilan bo‘lgan o‘zaro munosabatlar, shuningdek, ommaviy axborot vositalari va jamoatchilik fikri ta’siri.

Xulosa. Kasbiy kutishlarning shakllanishi bo’yicha esa, kasbiy kutishlar neytral, ijobiy yoki salbiy bo‘lishi mumkinligi va bu holatlarning talabalarning psixologik xulq-atvori va kelajakdagi kasbiy yo‘nalishlariga ta’sir ko‘rsatishi qayd etildi. Shaxsiy xususiyatlar va ijtimoiy muhit omillarining birgalikdagi ta’siri orqali talabaning kasbiy kelajakka bo‘lgan qarashi shakllanadi.

Kasbiy kutishlarni o‘rganishning dolzarbligi aniqlab, mazkur mavzuni o‘rganishning ilmiy va amaliy ahamiyati yoritildi. Talabalar orasida kasbiy kutishlarni to‘g‘ri shakllantirish ijtimoiy va psixologik jihatdan moslashuvchan mutaxassislar tayyorlashda muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, ushbu jarayonni chuqurroq o‘rganish uchun individual va ijtimoiy ta’sirchanlikni o‘rganish bo‘yicha kompleks yondashuv talab etiladi.

Umuman olganda, ushbu bobda talaba yoshlarning kasbiy kutishlari muammosini o‘rganishning nazariy asoslari belgilandi, shaxsiy va ijtimoiy omillarning o‘zaro bog‘liqligi tahlil qilindi va kelgusi tadqiqotlar uchun asosiy yo‘nalishlar taklif etildi.

Adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 14-avgustdagi PQ-3907-son “Yoshlarni ma’naviy-axloqiy va jismoniy barkamol etib tarbiyalash, ularga ta’lim-tarbiya berish tizimini sifat jihatidan yangi bosqichga ko‘tarish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Qarori, https://lex.uz/docs/-3864155.

2. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 12-iyuldagi 577-son “O‘quvchilarni psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash ishlarini yanada takomillashtirish to‘g‘risida”gi Qarori, https://lex.uz/docs/-4417140.

UO‘K 159.922.6

Mominova Xijran Eldar qizi,
Andijon davlat universiteti Umumiy psixologiya kafedrasi katta o’qituvchisi, PhD
xijraneldarovna@mail.ru

O‘ZBEKISTONDA MAKTABGACHA TA’LIM VA TARBIYA TIZIMIDA PSIXODIAGNOSTIK VA PSIXOKORREKSION ISHLARNING ILMIY-NAZARIY ASOSLARI

Annotatsiya. *Ma’lumki, xalqimiz o‘zining buyuk o‘tmishi, o‘tmish ajdodlarimizning jahon sivilizatsiyasi, ilm-fani, madaniyatiga qo‘shgan beqiyos hissalari bilan haqli ravishda faxrlanib keladi. Shu ham ma’lumki, ular dunyoga kelib ilk bolalik davridan rivojlanayotganda, ya’ni u zamonlarda maktabgacha ta’lim muassasalari va uning psixologlari bo‘lmagan. Shu o‘rinda, “Maktabgacha ta’lim muassasalari va maktabgacha ta’lim muassasasi amaliyotchi psixologi kerakmi?” – degan savol o‘rtaga tashlanishi ehtimol. Bu kabi savollarga javobni avvalgi zamonlardagi va bugungi kunlarimizdagi maktabgacha yosh davridagi bolalar rivojlanishlari sharoitlari o‘rtasidagi tafovutlardan topishimiz mumkin. Ushbu maqolada aynan shu kabi masalalar ko`rib chiqiladi.*

Kalit so‘zlar: *psixodiagnostika, korreksiya, psixolog, sivilizatsiya, trening, konsultatsiya, psixoprofilaktika.*

НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКОЙ И ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ В СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ УЗБЕКИСТАНА

Аннотация. *Как известно, наш народ по праву гордится своим великим прошлым, неоценимым вкладом наших предков в мировую цивилизацию, науку и культуру. Также известно, что когда они появлялись на свет и развивались с раннего детства, в те времена не существовало дошкольных образовательных учреждений и их психологов. В связи с этим может возникнуть вопрос: «Нужны ли дошкольные образовательные учреждения и практикующий психолог в дошкольном учреждении?» Ответы на подобные вопросы мы можем найти в различиях между условиями развития детей дошкольного возраста в прежние времена и в наши дни. В данной статье рассматриваются именно такие вопросы.*

Ключевые слова: *психодиагностика, коррекция, психолог, цивилизация, тренинг, консультация, психопрофилактика.*

SCIENTIFIC AND THEORETICAL BASIS OF PSYCHODIAGNOSTIC AND PSYCHOCORRECTIONAL WORK IN THE SYSTEM OF PRESCHOOL EDUCATION AND UPBRINGING IN UZBEKISTAN

Abstract. *As is well known, our people take rightful pride in their great past and the invaluable contribution of our ancestors to world civilization, science, and culture. It is also known that when these ancestors were born and developed from early childhood, there were no preschool educational institutions or their psychologists in those times. In this regard, a question may arise: "Are preschool educational institutions and practicing psychologists necessary in preschool settings?" We can find answers to such questions by examining the differences between the conditions for preschool children's development in the past and present day. This article addresses precisely such issues.*

Keywords: *psychodiagnostics, correction, psychologist, civilization, training, counseling, psychoprophylaxis.*

Kirish. Ijtimoiy-iqtisodiy hayotimizning jadallashib borayotgan bugungi kunida, odamlar turmush-tarzida urbanizatsiya darajasining hozirgi holati oldingi davrlardagidan tubdan farq qiladi. Urbanizatsiyaga qaratilayotgan e’tibor, bu davr talabi, uni ortga qaytarib bo‘lmaydi, kerak ham emas. Shunday ekan, bugungi kun maktabgacha yoshdagi bola shaxsi shakllanishidagi sharoit oldingilaridek emas. Ya’ni oilalar nafaqat shaharlarda, balki qishloq joylarida ham nuklearlashib, kam (asosan 2-3) farzandli, ikki avlod

vakillaridangina iborat, alohida yashovchi oilalardan bo‘lib bormoqda. Hozirgi zamon oilalarida bola ijtimoiylashuvi uchun muhim omillardan bo‘lmish birlamchi bolalar (referent) guruhlari yo‘q. Unga ertaklar, allalar aytib beradigan buvilar ham deyarli yo‘q. Shoir aytgandek: “Ko‘p ertak eshitardim, So‘ylab berardi buvim”, iboralari bugungi bola uchun yot. Bugungi kun bolasi internet, uyali aloqa olamida yashayotgani allaqochon yangilik bo‘lmay qolgan. Bir so‘z bilan aytganda, hozirgi zamon oilasining tarbiyaviy, muloqot va shaxslararo funksiyasi bilan avvalgidagilar aynan emas. Oilaviy hayotning psixologik olami so‘nggi chorak, yarim asr davomida sezilarli darajada o‘zgarib ketdi. Bu kabi tafovutlar haqidagi ma’lumotlar maxsus adabiyotlarda, OAVda ko‘p berilgan. Bularning barchasi, bugungi kunlarimizda maktabgacha ta’lim muassasalarining zaruratini, ayniqsa ularda maxsus tayyorgarlikdan o‘tgan malakali tarbiyachilar, amaliyotchi psixologlar bo‘lishi zaruratini boshqa har qanday davrlardagidan ortishiga va ularning o‘rnini hozircha boshqa vositalar bilan almashtirib bo‘lmasligiga olib keldi.

Respublikamiz hukumati tomonidan so‘nggi yillarda maktabgacha ta’lim muassasalari haqida olib borilayotgan siyosat, amalga oshirilayotgan chora-tadbirlar ayni shu zaruratga javobdir.

Mazkur qarorda maktabgacha ta’lim tizimini isloh qilishdagi mavjud muammolarni bartaraf etish maqsadida keng ko‘lamli tadbirlarni amalga oshirish ko‘zda tutilgan, shu jumladan, pedagog va rahbar xodimlarning malakasini oshirish jarayonini samarali tashkil etish, bunda zamonaviy pedagogik va axborot texnologiyalardan, xorijiy mamlakat-larning ilg‘or tajribasidan foydalanish, ta’lim muassasalarini yuqori malakali, zamonaviy bilimga ega kadrlar bilan ta’minlash belgilangan.

Mustaqillik yillarida respublikada ta’lim-tarbiya tizimi va barkamol avlodni tarbiyalash davlat siyosatining asosiy ustuvor yo‘nalishlari darajasiga ko‘tarildi. Biroq o‘tkazilgan tahlillar maktabgacha ta’lim sohasida olib borilayotgan ishlarning samarasi va natijasi yetarli darajada emasligini ko‘rsatmoqda». 2021-yilning 19-yanvar kuni Prezident Shavkat Mirziyoyev raisligida o‘tkazilgan yig‘ilishda davlat rahbari uzluksiz ta’lim tizimida ma’naviy tarbiya asoslarini kuchaytirish ishlariga alohida urg‘u berib: «Tarbiyada tanaffus bo‘lmaydi, deymiz. Lekin ma’naviy-ma’rifiy ishlarni tashkil etishda bu qoidaga amal qilinmayapti. Bu borada bog‘cha, maktab, oliy ta’lim, mahalla – har biri alohida ish olib boryapti.[2] Shuning uchun ma’naviy-ma’rifiy ishlarning yagona tizimini yaratish, unda har bir mas’ul idoraning vazifasi va birgalikda amalga oshiriladigan chora-tadbirlarini aniq belgilab qo‘yish zarur.

Tadqiqotning maqsadi. Xalqimiz kundalik turmushida, farzand tarbiyasi va uning shaxsiy komoloti, ijtimoiylashuvi borasida yuzaga kelishi ehtimol bo‘lgan muammolarni xal etish borasida boy ma’naviy, nazariy-amaliy merosga, milliy qadriyatlarga ega. Mavjud muammolarni ijobiy hal etilishini ta’minlaydigan “arxetip”larimiz bor. Psixolog olim N.A.Sog‘inov yozganidek: “Hozirgi vaqtda jahon psixologik amaliyoti amaliy psixologiya yutuqlarini MTT kundalik hayotiga tatbiq etish borasida ma’lum darajada ilmiy-nazariy, ilmiy-amaliy tajribaga ega. Bu borada respublikamiz psixolog olimlari, mutaxassislari ham o‘ziga xos natijalarga erishgan. Mavjud muammolar allaqachon o‘zlarining amaliy yechimini kutmoqda”.[3]

Respublikamiz psixolog olimlaridan M. G. Davletshin, G‘. B. Shoumarov, B.R.Qodirov, V.M.Karimova, Sh.R.Barotov, D.G.Muxamedova, R.S.Samarov, N.S.Safayev, Z.T.Nishonova, S.A.Axundjanova, Sh. A. Do‘stmuxamedova, N.A.Sog‘inov, U.D.Qodirov va boshqalar O‘zbekistonda ta’lim tizimida psixologik xizmatni joriy etish borasida amalga oshirgan qator ilmiy tadqiqot ishlarini amalga oshirdilar, ilmiy-nazariy, ilmiy-amaliy, ilmiy-uslubiy materiallarni yaratishga erishdilar. Jumladan, M. G. Davletshin, G‘.B. Shoumarov, S. A. Axundjanova, N. A. Sog‘inov va boshqa ishchi guruhi a’zolari tomonidan 1994 yilda “O‘zbekiston Respublikasi xalq ta’limi tizimida psixologik xizmat, xalq ta’limi tizimida ishlaydigan psixologlarning malakasini oshirish va ularning attestatsiyasi haqida NIZOM” ishlab chiqildi. Bu Nizom keyinchalik yanada takomillashtirilashtirildi. Psixologiya fanlari doktori, professor Sh.R.Barotovning 1997-yili “O‘zbekistonda psixologik xizmat tashkil etilishining ijtimoiy-psixologik va ilmiy-amaliy asoslari” - mavzusida doktorlik dissertatsiyasi himoya qilindi. Uning mahsuli o‘laroq, muallif tomonidan “Psixologik xizmat asoslari” nomli o‘quv qo‘llanma, “Psixologik xizmat” nomli darslikning O‘zbekiston Respublikasi Oliy va o‘rta maxsus ta’lim vazirligi tomonidan Psixologiya mutaxassisligi bo‘yicha tahsil olayotgan magistrlar uchun darslik sifatida tavsiya etildi. Psixologiya fanlari doktori, professor R.S.Samarov xam psixologik xizmat, xususan psixologning psixodiagnostik faoliyati haqida bir qancha izlanishlar olib borgan. Jumladan, izlanishlar natijasini “Ta’lim tizimida ijtimoiy gumanitar fanlar” ilmiy jurnalida berilgan ilmiy tadqiqot ishida ko‘rish mumkin. Psixologiya fanlari doktori, professor Z.T.Nishonova rahbarligida Z. Qurbonova va S. Abdiyevlarning “Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya”, Nishanova Z.T., Alimbayeva Sh.T., Sulaymonova M.V. “Psixologik xizmat”, psixologiya fanlari doktori A.I. Rasulovning “Psixodiagnostika” o‘quv metodik qo‘llanmasi, psixologiya fanlari doktorlari G‘.B.Shoumarov va U.D. Qodirovlar tomonidan “Maktabgacha ta’lim tizimida psixologik xizmat”

nomli qo‘llanma va boshqa ko‘plab ishlarning yaratilganligi, Respublikamizda psixologik xizmatni joriy etish va rivojlantirish uchun yetarlicha ilmiy-nazariy, ilmiy-amaliy asos yaratilganligidan dalolat beradi.

Empirik tadqiqot natijalari. Maktabgacha yoshdagi bolaning bog‘cha sharoitiga ijtimoiylashuvi ham o‘ziga xos tarzda kechadigan ijtimoiy-psixologik jarayondir. Bu davrda uning rivojlanishidagi ijtimoiy vaziyat yanada murakkablashadi. Agar erta yoshda ijtimoiy vaziyat faqat bolaning yaqinlari bilan munosabatida namoyon bo‘lsa, maktabgacha yoshdan boshlab bola keng ijtimoiy olam bilan munosabatlarni boshlaydi. Kattalar dunyosida mavjud bo‘lgan insoniy munosabatlar bolalar o‘yin faoliyatining mavzusiga aylanadi, bu yerda kattalar bilvosita, mukammal shaklda qatnashadilar. Eng yaqin kattalar bilan bo‘lgan muloqot vaziyatdan tashqari holatda bo‘ladi va yangi ehtiyojlar bilan rag‘batlantiriladi. Bolaning tengdoshlari bilan munosabatlari ijtimoiy aloqalarining yangi sohasi bo‘lib, bola rivojlanishidagi ijtimoiy vaziyatda muhim rol o‘ynaydi. Boshqa bolalar bilan o‘zaro munosabatda bo‘lishning doimiy qiziqishi o‘yinning murakkablashishi va maktabgacha yoshdagi bolani ijtimoiylashuvi doirasini kengaytirish bilan bog‘liq. Tengdoshlari bilan muloqot qilishda bola munosabatlarni kattalar singari bo‘ysunish asosida emas, balki tenglik nuqtayi nazaridan amalga oshiradi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning maktabga psixologik tayyorgarligini shakllantirish jarayonini o‘rganish uch bosqichda o‘tdi:

1. Tayyorgarlik bosqichi, shu jumladan bu muammo bo‘yicha adabiyotlarni o‘rganish, tajriba o‘tkazish uchun metodlarni tanlash.

2. Tajriba-eksperimental bosqich, unda aniqlovchi eksperiment o‘tkazish, natijani qayta ishlash, maktabgacha yoshdagi bolalarning maktabda psixologik tayyorgarligini shakllantirish jarayonini boshqarish dasturini tuzish va amalga oshirish kiradi. Tadqiqot uchun maxsus tanlab olingan A.L.Vengerning bolani maktabga motivatsion tayyorlik darajasini aniqlashga qaratilgan “Motivatsion tayyorgarlik” testidan foydalanildi.

Maktabgacha ta’lim muassasalarida tadqiqot ishlarini MTT kundalik hayoti, ta’lim-tarbiya jarayonlarining tabiiy sharoitida amalga oshirildi.

Maktabgacha ta’lim muassasalarida tadqiqot ishlarini MTT kundalik hayoti, ta’lim-tarbiya jarayonlarining tabiiy sharoitida amalga oshirildi. Tajriba sinov ishlari Andijon viloyatida joylashgan MTT psixologlari va Andijon shahar 5-MTT, Andijon shahar “Raduga” NMTT, Andijon tumani “Bolajon – ko‘zmunchoq” NMTT, Andijon tumani 26-MTTlarda, 2018-2020-yillar davomida olib borildi. Tadqiqotga 180 nafar katta maktabgacha yoshdagi bolalar jalb qilindi. Shuni ta’kidlash joizki, guruhdagi psixologik muhit juda yaxshi bo‘ldi. Bolalar va ularning onalari muassasalarda tashkil etilayotgan barcha mashg‘ulotlarga faol qatnashdilar.

Tadqiqotga 180 nafar katta maktabgacha yoshdagi bolalar va ularda diagnostik va korreksion faoliyat olib borgan maktabgacha ta’lim muassasasi psixologlari jalb qilindi. Ularning diagnostik va korreksion faoliyati nazorat qilindi va o‘rganildi. Shuni ta’kidlash joizki, guruhdagi psixologik muhit juda yaxshi bo‘ldi. Bolalar muassasalarda tashkil etilayotgan barcha mashg‘ulotlarga faol qatnashdilar.

Tadqiqot uchun avval psixologning diagnostik faoliyatini ko‘rib chiqish uchun bolalarning maktabga motivatsion tayyorlik darajasini aniqlash maqsadida maktabgacha ta’lim muassasasi psixologi tomonidan tarbiyalanuvchilarda A.L.Vengerning “Motivatsion tayyorgarlik” testi o‘tkazildi. Psixolog diagnostik faoliyati davomida bolalarning maktabga motivatsion tayyorgarlik darajasini aniqladi va quyidagi natijaga erishdi.

Vengerning metodikasi bo‘yicha maktabga motivatsion tayyorgarlik ko‘rsatkichlari (n=180)

Shahar hududlaridagi MTT tarbiyalanuvchilari n=94		Qishloq hududlaridagi MTT tarbiyalanuvchilari n=86	
To‘la shakllangan (% da)	Sust shakllangan (% da)	To‘la shakllangan (% da)	Sust shakllangan (% da)
64,9	35,1	55,8	44,2

Test natijalariga ko‘ra, guruhlarda mos ravishda 64,9% (shahar) va 55,8% (qishloq) tarbiyalanuvchilarda motivatsiya to‘la shakllanganligi aniqlandi. Bunda tarbiyalanuvchilar savolnomada keltirilgan savollardan 5 tadan ko‘piga to‘g‘ri javob bergan. Motivatsiya sust shakllanganlar ko‘rsatkichi mos ravishda respondentlarning 35,1(shahar) % va 44,2 % (qishloq) miqdorida maktab haqidagi fikrlarida

noaniqliklar namoyon bo‘lgan. Bu esa, ular bilan maktabga motivatsion tayyorgarlikni shakllantirish bo‘yicha ish olib borish lozimligini bildiradi.

Eksperiment davomida qo‘shimcha ravishda bolalar ehtiyojidan kelib chiqqan holda, ularning maktabda o‘qishga intellektual tayyorliklarining asosiy tarkibiy qismlari: xotira, diqqat, tafakkur, idrok, xayol kabi jarayonlarga ham e’tibor qaratildi. Maktabga psixologik tayyorgarlik darajasini ko‘taruvchi korreksion va rivojlantirish dasturi - bilish jarayonlarini, muloqot qobiliyatlarini, hissiy-irodaviy sohani, motorli ko‘nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan bo‘lib, shuningdek, u ota-onalar va tarbiyachilar bilan ham tarbiyaviy ishlarni tashkil qilishni o‘z ichiga oladi, bu esa bolani maktabga tayyorlash uchun eng samarali shartlarni yaratishga yordam beradi. Maktabgacha ta’lim muassasalari psixologlari avval bolalarning maktabga motivatsion tayyorlik darajasini aniqlash maqsadida tarbiyalanuvchilarda A.L.Vengerning “Motivatsion tayyorgarlik” testi o‘tkazdilar. Maktabga motivatsion ravishda tayyor bo‘lgan bola - bu o‘z xatti -harakatlarini, bilim faolligini o‘zi bilan boshqaradigan boladir, bu shakllangan iyerarxik motivlar tizimi yordamida amalga oshadi. Shunday qilib, maktabga tayyor bola rivojlangan ta’lim motivatsiyasiga ega bo‘lishi kerak. Nazariy qarashlarga asoslanib, maktabga "motivatsion tayyorgarlik" konsepsiyasi bolaning maktabda o‘qishni muvaffaqiyatli boshlashi va moslashishiga ta’sir etuvchi asosiy jihatlardan biri sifatida belgilanadi. Bu borada motivatsion tayyorlik deganda kognitiv faoliyatning mavjudligi, yangi mavqeyini egallash istagi - o‘quvchi mavqeyi tushuniladi.

Bolalarning maktabga motivatsion tayyorlik darajasini aniqlash maqsadida A.L.Vengerning “Motivatsion tayyorgarlik” testi o‘tkazildi. Unda quyidagi natijaga erishildi.

Vengerning metodikasi bo‘yicha maktabga motivatsion tayyorgarlik ko‘rsatkichlari n=180

	Shahar hududlaridagi MTT tarbiyalanuvchilari n=94		Qishloq hududlaridagi MTT tarbiyalanuvchilari n=86	
	To‘la shakl-langan (% da)	Sust shakl-langan (% da)	To‘la shakl-langan (% da)	Sust shakl-langan (% da)
Tajribadan oldin	64,9	35,1	55,8	44,2
Tajribadan keyin	76,6	23,4	67,4	32,6
Statistik munosabat K.Pirson mezoni bo‘yicha	0,12**	0,06*	-0,16**	-0,004

Izoh: Ko‘rsatkichlar, A.L.Vengerning “Motivatsion tayyorgarlik” testi bo‘yicha olindi.

Izoh: *p ≤0,05; **p ≤0,01. K.Pirson korrelyatsiyasi mezoni bo‘yicha.

Test natijalariga ko‘ra guruhlarda mos ravishda 76,6 % va 67,4 % tarbiyalanuvchilarda motivatsiya to‘la shakllanganligi aniqlandi. Motivatsiya sust shakllanganlar ko‘rsatkichi mos ravishda respondentlarning 23,4 % va 32,6 % miqdorga kamaydi. Bu esa olib borilgan ishlar, tarbiyalanuvchilarning maktabga motivatsion tayyorgarligini oshirishga xizmat qilganidan dalolat beradi.

Vengerning metodikasi bo‘yicha maktabgacha ta’lim muassasasi psixologining korreksion faoliyatidan so‘ng bolani maktabga motivatsion tayyorlik darajasini aniqlash bo‘yicha olingan empirik natijalar (n=180)

Nazorat guruhi				**Tajriba guruhi**				Statis-tik ahamiyat
Shahar hu-dudlaridagi MTT tarbiya-lanuvchilari n=52		Qishloq hududlaridagi MTT tarbiya-lanuvchilari n=46		Shahar hu-dudlaridagi MTT tarbiya-lanuvchilari n=42		Qishloq hu-dudlaridagi MTT tarbiya-lanuvchilari n=40		
To‘la shakl-langan	Sust shakl-langan	To‘la shakl-langan	Sust shakl-langan	To‘la shakl-langan	Sust shakl-langan	To‘la shakl-langan	Sust shakl-langan	
72,3	27,7	70,9	26,7	76,2	23,8	80,0	20,0	0, 940**

Izoh: A.L.Vengerning “Motivatsion tayyorgarlik” testi bo‘yicha. **r ≤0,01.

Maktabgacha ta’lim muassasasi psixologining tajriba guruhi bilan olib borgan korreksion faoliyatidan so‘ng qayta o‘tkazilgan diagnostika natijalarida ijobiy o‘zgarishlar yuz berdi. Unga ko‘ra, tarbiyalanuvchilarda motivatsiya to‘la shakllanganlar soni oshganlik holatlari kuzatildi. Jumladan, tajriba guruhida mos ravishda 76,2 % va 80 % holatlarda tarbiyalanuvchilarda motivatsiya to‘la shakllangan. Motivatsiya sust shakllanganlar ko‘rsatkichi 23,8 va 20 %ni tashkil qildi. Nazorat guruhida bo‘lgan tarbiyalanuvchilarda esa motivatsiya to‘la shakllanganlar ko‘rsatkichi 72,3% va 70,9%ga, motivatsiya sust shakllanganlar ko‘rsatkichi 27,7% va 26,7% ekanligi aniqlandi. Ularning natijalari maktabga motivatsion tayyorgarlik darajasi avvalgi darajadan yuqori bo‘lganligini ko‘rsatdi.

Xulosa va tavsiyalar. Bolalarning maktabga tayyorgarligi masalalariga oid adabiyotlarni tahlil qilish asosida, shuningdek, eksperimental tadqiqotlar o‘tkazgandan so‘ng biz tarbiyachilar va ota-onalarga katta maktabgacha yoshdagi bolalarni maktabga tayyorlash uchun psixologik va pedagogik sharoitlarni tashkil etish va kata yoshdagi maktabgacha yoshdagi bolalarda ma’lum ko‘nikmalarni shakllantirish jarayonini takomillashtirish bo‘yicha quyidagi xulosa va tavsiyalarni berib o‘tishimizga asos bo‘ldi.

Tarbiyachilarning har bir ishi va tarbiya bola shaxsini shakllantirish va rivojlantirishning uyushgan va maqsadga muvofiq jarayoni ekanligiga asoslandi, bolalar bilan ishlash metodlari va usullarini tanlashda ularning yoshi va psixologik xususiyatlari asosiy mezon hisoblanishini nazarda tutildi, bolalar bilan ishlash samaradorligi birinchi navbatda har bir bolaning rivojlanish darajasi, uning mahorat va qobiliyatlari va xususiyatlarini aniq to‘g‘ri baholashga bog‘liq.[4] Shunga muvofiq, guruhli va individual mashg‘ulotlarning dasturi tuzilishi lozimligi aniqlandi.

Bolalar bilan ishlashning muvaffaqiyati va ijobiy natijalari ko‘p jihatdan tarbiyachi tanlab olishi lozim bo‘lgan ijobiy hissiy ohangga bog‘liq ekan, bunda: xayrixohlik muhiti, xotirjam konsentratsiya, har bir bolaning kuchi va imkoniyatlariga ishonish juda muhimligi ta`kidlandi, maktabgacha yosh uchun egiluvchanlik, ishonuvchanlik, taqlid qilishga moyillik kabi xususiyatlar xarakterlidir.[5] Bu kichik o‘quvchilarni axloqiy tarbiyalash, ijtimoiy o‘zaro munosabatlarning ijobiy qobiliyatlari bilan tanishtirish uchun qulay asos yaratadi.

Maktabgacha tarbiya muassasasida amalga oshiriladigan ta’limiy va tarbiyaviy ishlarning muhim shartlaridan biri bu bolaning qiziqishi va ehtiyojlarini hisobga olgan holda ob’yektiv rivojlanayotgan muhitni to‘g‘ri va puxta tashkil etishdir. Bu esa muloqotga, o‘zaro ta’sir, bilimga bo‘lgan va bolalarning jismoniy faoliyatiga bo‘lgan ehtiyojdan iborat.

Adabiyotlar:

1. Abduraximova K.A., Abdullayev D.Y. Maktabgacha yoshdagi bolalarda mehnat tarbiysi orqali estetik didni shakllantirish. // Yangi O‘zbekistonda ilm-fan va ta’lim. Ilmiy-metodik jurnal. Barcha sohalar bo‘yicha. 3-son, may – 2021. 1-qism. –Toshkent.
2. Axunjanova S.A. Bolalarni maktab ta’limiga tayyorlash haqida. – Toshkent, 1999.
3. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. - М., 1998.
4. Mominova X. Psixokonsultatsiya. – Andijon, 2022
5. Гребень Н.Ф. Психологический тест для профессионалов. – Минск, 2007.

Muhamedova Muxayyo Karimovna,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

TALABALARDA EKOLOGIK ONG VA JAMOAVIY MAS’ULIYAT HISSINI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Mazkur tadqiqotda talabalarning ekologik ongi shakllanishiga ta’sir ko‘rsatadigan asosiy psixologik omillar har tomonlama tahlil qilingan. Unda shaxsiy qadriyatlar, motivatsiya, ijtimoiy bosim, o‘ziga bo‘lgan ishonch, rag‘batlantirish va jazolash tizimi hamda emotsional faktorlarning ahamiyati keng yoritilgan. Shuningdek, oila va mahalla muhitidan tortib, oliy ta’limdagi kooperativ loyiha va amaliy mashg‘ulotlar, ijtimoiy tarmoqlardagi eko-aksiyalar va xalqaro hamkorlik dasturlarigacha bo‘lgan omillar talabaning barqaror ekologik xulq-atvoriga bevosita ta’sir etishi ko‘rsatib berilgan.*

Kalit so‘zlar: *talabalarda ekologik ong, psixologik omillar, jamoaviy mas’uliyat, ijtimoiy bosim va normalar, motivatsiya, o‘ziga bo‘lgan ishonch, rag‘batlantirish va jazolash, emotsional omillar, ijtimoiy tarmoqlar, barqaror rivojlanish.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ И ЧУВСТВА КОЛЛЕКТИВНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. *В данном исследовании разносторонне проанализированы основные психологические факторы, влияющие на формирование экологического сознания студентов. Особое внимание уделено таким аспектам, как личные ценности, мотивация, социальное давление, уверенность в себе, система поощрений и наказаний, а также роль эмоциональных факторов. Кроме того, показано, что различные факторы, начиная от семейной и махаллинской среды и заканчивая кооперативными проектами и практическими занятиями в вузах, экологическими акциями в социальных сетях и международными программами сотрудничества, оказывают непосредственное влияние на формирование устойчивого экологического поведения студентов.*

Ключевые слова: *экологическое сознание студентов, психологические факторы, коллективная ответственность, социальное давление и нормы, мотивация, уверенность в себе, поощрение и наказание, эмоциональные факторы, социальные сети, устойчивое развитие.*

SOCIO-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF DEVELOPING ENVIRONMENTAL AWARENESS AND A SENSE OF COLLECTIVE RESPONSIBILITY AMONG STUDENTS

Abstract. *In this study, the main psychological factors influencing the formation of students’ environmental consciousness are comprehensively analyzed. Particular attention is paid to personal values, motivation, social pressure, self-confidence, the reward-and-punishment system, and the role of emotional factors. In addition, it is shown that various factors-ranging from the family and mahalla (community) environment to cooperative projects and practical sessions in higher education, environmental campaigns on social networks, and international cooperation programs-directly affect the development of students’ sustainable environmental behavior.*

Keywords: *students’ environmental consciousness, psychological factors, collective responsibility, social pressure and norms, motivation, self-confidence, reward and punishment, emotional factors, social networks, sustainable development.*

Kirish. Hozirgi globallashuv davrida inson faoliyati natijasida vujudga kelayotgan ekologik muammolar jahon hamjamiyati diqqat markazida turibdi. Iqlim o‘zgarishi, tabiat resurslarining tobora kamayib borishi, ifloslanish darajasining ortishi, bioxilma-xillikning qisqarishi kabi muammolar nafaqat ma’lum bir hudud yoki davlat, balki butun sayyora kelajagiga ta’sir ko‘rsatmoqda. Mazkur sharoitda barqaror rivojlanish maqsadlariga erishish uchun yosh avlod, xususan, talabalar orasida ekologik ong va jamoaviy mas’uliyat hissini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ekologik ong va jamoaviy mas’uliyat hisining rivojlanishi shaxsning kognitiv, emotsional va ijtimoiy xulq-atvoriga ta’sir qiladigan kompleks jarayon sifatida maydonga chiqadi. Xususan, talabalar ekologik muammolarga qarshi kurashda eng faol qatlamlardan biridir. Ularning yangilikka intilishi, ijodiy g‘oyalarni ilgari surishi va jamoaviy loyihalarga kirishishdagi

tayyorligi atrof-muhitni muhofaza qilish bo‘yicha samarali loyihalarni amalga oshirishda muhim omil bo‘lmoqda. Shuningdek, global miqyosda keng tarqalgan iqlim xavotiri (eko-tashvish), ekologik aksiyalar va yoshlar harakatlari (xususan, “Fridays for Future” kabi tashabbuslar) talabalar ongida ekologik mas’uliyat hissini kuchaytirishga xizmat qilayotgani ham e’tiborga sazovor.

Talabalarda ekologik ong va jamoaviy mas’uliyat hissini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rganish, bir tomondan, yoshlar xulq-atvorining motivatsion omillarini aniqlashga imkon bersa, boshqa tomondan, barqaror rivojlanishni ta’minlashdagi eng samarali pedagogik-psixologik strategiyalarni ishlab chiqishga zamin yaratadi. Zero, mahalliy yoki individual choralar bilan cheklanib qolish global muammolarni hal qilishda yetarli emas; aksincha, jamoaviy harakatlar va hamkorlikda qaror qabul qilishning ahamiyati tobora ortmoqda. Shundan kelib chiqib, mazkur tadqiqot talabalarda ekologik xabardorlikni mustahkamlash, ijodiy tashabbuslarni qo‘llab-quvvatlash va ijtimoiy mas’uliyat hissini uyg‘otish orqali ijtimoiy-psixologik omillarni chuqur tahlil qilishga qaratilgan. Bu esa nafaqat o‘quv muhitida, balki keng jamoatchilik o‘rtasida ham ekologik xulq-atvorni shakllantirishga xizmat qiladi.

Ekologik ong tushunchasi. Ekologik ong (environmental consciousness) – shaxsning atrof-muhitni muhofaza qilish, tabiiy resurslardan oqilona foydalanish va barqaror rivojlanishga erishishga qaratilgan bilish, his-tuyg‘u hamda xulq-atvor majmuidir (Stern, 2000). U insonning o‘z faoliyati va tabiiy muhit o‘rtasidagi o‘zaro aloqadorlikni chuqur tushunishini, ijtimoiy javobgarlik hissini anglashini nazarda tutadi. Ekologik ongning shakllanishiga shaxsiy motivatsiya, ma’naviy qadriyatlar, ijtimoiy norma, iqtisodiy shart-sharoit kabi omillar ta’sir ko‘rsatadi.

Jamoaviy mas’uliyat hissi tushunchasi. Jamoaviy mas’uliyat (collective responsibility) – bu guruh yoki jamiyatning umumiy manfaat va qadriyatlarga asoslanib, ma’lum masalani birgalikda hal qilish, shu jumladan atrof-muhitni himoya qilish bo‘yicha kuch-g‘ayratni safarbar etish holatidir (Bandura, 1986). Bunda shaxs o‘zidan tashqari boshqalarning ham javobgarligini his qiladi, ammo ayni paytda shaxs ham o‘z hissasining muhimligini anglab, mas’uliyatdan qochmaydi. Jamoaviy mas’uliyat, odatda, guruh madaniyati, hamjihatlik, ishonch va o‘zaro hurmat kabi ijtimoiy-psixologik omillarga asoslanadi.

Ijtimoiy-psixologik yondashuvning ahamiyati. Ekologik ong va jamoaviy mas’uliyatni faqatgina ma’ruzalar yoki ta’lim dasturlari orqali shakllantirish etarli emas. U shaxsning atrof-muhit bilan amaliy o‘zaro munosabatlari, guruh ichidagi muloqot, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash (social support), rag‘bat (reward) hamda namuna bo‘lish (modeling) kabi omillarning o‘zaro hamkorligi orqali barqaror rivojlanadi (Ajzen, 1991).

Ushbu mavzu hozirgi kunda bir qator sabablar tufayli alohida ahamiyatga ega:

1. **Global ekologik inqiroz chuqurlashuvi**. Tabiat resurslarining kamayishi, atmosfera va suv havzalarining ifloslanishi kabilar, avvalambor, yoshlar kelajagiga jiddiy xavf tug‘dirmoqda. Bunday sharoitda yoshlar, xususan, talabalar orasida ekologik ongni shakllantirish kelgusida atrof-muhitni asrashdagi barqaror rivojlanish choralarining samarali bo‘lishini ta’minlaydi.

2. **Barqaror rivojlanish maqsadlariga erishish zaruriyati**. BMT tomonidan belgilangan barqaror rivojlanish maqsadlarini (SDGs) amalda qo‘llashda yoshlarning ijtimoiy faolligi va mas’uliyati muhim o‘rin tutadi. Ekologik xabardorlik yuqori bo‘lgan talabalar kelajakda turli sohalarda rahbar, olim yoki mutaxassis sifatida tabiiy resurslardan oqilona foydalanish va yashil texnologiyalarni joriy etish bo‘yicha ilg‘or g‘oyalarni ilgari surishlari mumkin.

3. **Davlatlararo va mintaqalararo hamkorlikning dolzarbligi**. Ekologik inqiroz chegaralarni tan olmaydi. Shu bois, xalqaro, mintaqaviy hamda mahalliy darajada jamoaviy mas’uliyat hissi va hamkorlikni kuchaytirish tobora muhim bo‘lib bormoqda. Bunda aynan talabalar avlodlari o‘zaro tajriba almashinuvi va ko‘p madaniyatli muhitda ekologik muammolarni birgalikda hal qilish borasida yetakchi kuch bo‘lib xizmat qilishi mumkin.

4. **Psixologik omillar rolining ortib borishi**. Ijtimoiy-psixologik jarayonlar, xususan, shaxsiy motivatsiya, jamoaviy qaror qabul qilish, stress va eko-tashvishni boshqarish kabi faktorlar ekologik muammolarga amaliy yechim topishda katta rol o‘ynaydi. Aynan shu omillarni hisobga olish orqali talabalarda ekologik ong va jamoaviy mas’uliyat hissini shakllantirish, ularni real harakatlarga undash mumkin.

Mazkur tadqiqot talabalarda ekologik ongni mustahkamlash, ijodiy tashabbuslarni qo‘llab-quvvatlash va ijtimoiy mas’uliyat hissini uyg‘otish orqali ijtimoiy-psixologik omillarni chuqur tahlil qilishga qaratilgan. Bu esa nafaqat o‘quv muhitida, balki keng jamoatchilik o‘rtasida ham ekologik xulq-atvorni shakllantirishga xizmat qiladi. Shunday qilib, tema hozirgi kunda, ertangi kelajak uchun g‘oyat dolzarb bo‘lib, ilmiy-amaliy tadqiqotlar va ta’lim tizimida ustuvor yo‘nalishlardan biriga aylanmoqda.

Adabiyotlar tahlili. Ekologik ong va jamoaviy mas’uliyat hissini rivojlantirish masalasi bugungi kunda nafaqat G‘arb (Yevropa va Amerika), balki Sharq (Osiyo, MDH davlatlari) tadqiqotchilarining ham diqqat markazida turibdi.

- Sharq olimlari, xususan, O‘zbekiston, Qozog‘iston, Rossiya va boshqa MDH davlatlarining psixolog, pedagog va sotsiologlari ekologik ongni shakllantirishda milliy urf-odatlar, an’ana va ma’naviy qadriyatlarga tayanish lozimligini ta’kidlashadi.
- Masalan, o‘zbekistonlik tadqiqotchilar (Ziyodullaev, 2015; Musurmonova, 2018) “ekologik tarbiya” tushunchasini milliy an’ana, tabiatga ehtiyotkorona munosabat va oilaviy tarbiyani uyg‘unlashtirgan holda qarash lozimligini ko‘rsatadi. Ularning fikriga ko‘ra, tabiatni avaylashga oid qadimiy urf-odatlar, folklor va badiiy adabiyot namunalaridan foydalanish yosh avlodda ekologik ong va ma’naviy qadriyatlarni shakllantirishga yordam beradi.

1. Ijtimoiy munosabatlar va jamoaviy xulq-atvor

- Rossiyalik psixologlar (Rubinshteyn, 1976; Abulkhanova-Slavskaya, 1991) hamda o‘zbek olimlaridan (Abdullaeva, 2020; X. Abdurahmonova, 2021) jamoaviy munosabatlarda shaxsning xulq-atvori, mas’uliyat hissi va motivatsiyasiga e’tibor qaratishadi. Ushbu nazariy qarashlarda jamoaviy munosabatlar orqali shakllanadigan ijtimoiy-psixologik faktorlarga urg‘u berilgan.
- Jumladan, Abdullaeva (2020) talabalarda ekologik munosabatlarni rivojlantirishda guruhiy yoki jamoaviy loyihalarning ijobiy ta’sirini tadqiq qilgan. Uning fikriga ko‘ra, guruh ichidagi hamkorlik va bir-birini nazorat qilish mexanizmlari ekologik xulq-atvorni barqaror shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi.

2. Ko‘p madaniyatli (multikultural) muhitda ekologik ong.

- Osiyo olimlaridan, xususan, Xitoy (Li, 2018; Tang, 2019) va Yaponiya (Suzuki, 2020) tadqiqotchilari, an’anaviy sharq falsafasi (Konfutsiychilik, Shinto dini) hamda zamonaviy ekologik g‘oyalar integratsiyasi natijasida ekologik madaniyatni rivojlantirish bo‘yicha modellarga urg‘u berishgan.
- Bu modellarga ko‘ra, tabiat va jamiyat o‘rtasida uyg‘unlikni saqlash, tabiiy resurslardan me’yorida foydalanish va tabiat bilan “bir butun”lik tuyg‘usini rivojlantirish orqali ekologik ongni shakllantirish mumkin. Bunda ijtimoiy mas’uliyat hissi ham alohida qadrlanadi.

2. G‘arb (Yevropa va Amerika) tadqiqotchilari nazariyalari

1. Ijtimoiy-kognitiv yondashuv

- Albert Bandura (Bandura, 1986) tomonidan ilgari surilgan Ijtimoiy-kognitiv nazariya ekologik xulq-atvorni shakllantirishda shaxsning o‘ziga bo‘lgan ishonchi (self-efficacy), modellashtirish (modeling) va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash muhimligini ta’kidlaydi.
- Ushbu nazariya nuqtai nazaridan qaraganda, talabalar ekologik ongga ega bo‘lishi va ijobiy ekologik faoliyat ko‘rsatishi uchun atrofdagi ijtimoiy muhit — o‘qituvchilar, tengdoshlar, ekologik faollar — namuna bo‘lib xizmat qilishi lozim.

2. Rejalashtirilgan xulq-atvor nazariyasi (Theory of Planned Behavior)

- Ijtimoiy psixolog Icek Ajzen (Ajzen, 1991) tomonidan taklif etilgan ushbu nazariya shaxsning xulq-atvori, xususan, ekologik xatti-harakati, uchta asosiy omilga bog‘liq ekanini ta’kidlaydi: munosabat (attitude), subyektiv norma (subjective norm) va xulq-atvor ustidan nazorat hissi (perceived behavioral control).
- Ekologik ong va jamoaviy mas’uliyat hissi nuqtai nazaridan, talaba yoki yoshlar guruhining o‘zi e’zozlaydigan qiymatlar, jamoa fikri hamda “mening harakatim muammoni hal qilishga yordam bera oladi” degan ishonch darajasi hal qiluvchi omil hisoblanadi.

3. Qadriyat-E’tiqod-Norma (Value-Belief-Norm) nazariyasi

- Paul C. Stern (Stern, 2000) tomonidan ilgari surilgan VBN nazariyasiga ko‘ra, shaxsning ekologik xulq-atvorini belgilashda uning asosiy qadriyatlari (altruizm, biosentrizm yoki egotsentrizm), atrof-muhit haqidagi e’tiqodi va ma’naviy normasining roli muhimdir.
- Mazkur nazariya ekologik mas’uliyat hissini shakllantirishda ijtimoiy va individual qadriyatlarning uyg‘unligi, shaxsiy javobgarlik hissi hamda ekologik inqiroz tahdidini anglash hissi qonuniyatini tushuntiradi. Talabalarda bu omillar uyg‘unlashganda, ular jamoaviy ekologik loyihalarda faol ishtirok etishadi.

4. Ekologik psixologiya va xulq-atvor iqtisodiyoti

- Atrof-muhitga oid xulq-atvorni o‘rganadigan G‘arb olimlari (Gifford, 2008; Clayton & Myers, 2015) ijtimoiy-psixologik omillar bilan bir qatorda, iqtisodiy rag‘batlar va jazolarni ham keltirib o‘tadi. “Nudge” nazariyasi (Thaler & Sunstein, 2008) ekologik xulq-atvorni ijtimoiy cheklovlarsiz, lekin ma’lum “rag‘batlantiruvchi” usullar orqali o‘zgartirishga urg‘u beradi.

- Talabalar orasida zero waste, qayta ishlash (recycling), suv va energiya tejash kabi turmush tarzini ommalashtirish uchun kampaniya, loyihalar, musobaqalar, ijtimoiy tarmoqlar va boshqa instrumentlarni yo‘lga qo‘yish ancha samarali ekani ko‘rsatib berilgan.

Talabalarning ekologik ongi shakllanishiga ta’sir etuvchi psixologik omillar

Psixologik omillar	Tavsif	Ekologik ong shakllanishiga ta’siri	Misollar
Ijtimoiy-psixologik omillar	Insonning ijtimoiy muhit, jamiyat va ta’lim tizimi ta’sirida ekologik ongi shakllanishi	Atrof-muhitga nisbatan mas’uliyat hissini uyg‘otadi, ekologik qadriyatlarni rivojlantiradi	- Ota-onalar tomonidan ekologik tarbiya berilishi - Universitetlarda ekologik targ‘ibot ishlari
Oilaviy tarbiya	Oila ichida ekologik qadriyatlarning targ‘ib qilinishi	Bolalikdan tabiatga ehtiyotkorlik bilan munosabatda bo‘lishni o‘rgatadi	- Ota-onalar bolalarni chiqindilarni ajratishga o‘rgatsa, u kelajakda odatga aylanadi
Ijtimoiy muhit va jamiyat	Atrofdagi insonlarning ekologik madaniyati va jamiyatdagi umumiy ekologik kayfiyat	Agar jamiyat ekologiyaga befarq bo‘lsa, shaxsda ham ekologik ong shakllanishi qiyin bo‘ladi	- Maktab va universitetda ekologik targ‘ibot tadbirlarining bo‘lishi
Ta’lim tizimi	Ekologik ta’lim, fanlar va tashabbuslarning mavjudligi	Talabalarda ekologik savodxonlikni oshiradi, atrof-muhitga mas’uliyat hissini kuchaytiradi	- Oliy o‘quv yurtlarida ekologiya fanlarining kiritilishi
Kognitiv (bilish jarayonlari) omillar	Ekologik bilim, tafakkur va tanqidiy fikrlash orqali ekologik ong shakllanishi	Ekologik muammolarni tushunish va ularga qarshi choralar ko‘rish qobiliyatini oshiradi	- Talabalarning ekologik muammolar bo‘yicha tanqidiy fikrlashni rivojlantirishlari
Ekologik bilimlar	Ekologik muammolar va ularning oqibatlari haqida yetarlicha ma’lumotga ega bo‘lish	Ekologik mas’uliyatni oshiradi va ongli qaror qabul qilishga yordam beradi	- Global isish haqida yetarli bilimga ega bo‘lgan talabalar avtomatik ravishda ekologik xulq-atvor namoyish etadi
Tafakkur va tanqidiy fikrlash	Ekologik muammolarni chuqur tahlil qilish va sabab-oqibatni tushunish	Talabalarning ekologik qarorlar qabul qilish qobiliyatini oshiradi	- Iqlim o‘zgarishining sabablarini tahlil qilish
Emotsional-motivatsion omillar	Ekologik ong shakllanishida hissiyot va motivatsiyaning roli	Ekologik muammolarga nisbatan befarqlikni yo‘qotadi, ekologik harakatlarga rag‘batlantiradi	- Talabalarda tabiatni himoya qilish hissini shakllantirish
Ekologik hissiyotlar	Ekologik muammolar bilan bog‘liq hayajon, qo‘rquv yoki muhabbat hissi	Shaxsda ekologik muammolarga befarqlik kamayadi	- O‘rmonlarning kesilishi haqida film ko‘rib, tabiatga nisbatan qayg‘urish
Motivatsiya	Ekologik muammolarni hal qilishga bo‘lgan shaxsiy qiziqish va intilish	Ekologik faoliyatga jalb etish orqali ekologik ongni shakllantiradi	- Talabalar ekologik loyihalarda qatnashish orqali tabiatga mehr qo‘yadi
Shaxsiy manfaatdorlik	Ekologik muammolar shaxsiy hayotiga qanday ta’sir qilishini tushunish	Ekologik muammolarga e’tibor berish darajasini oshiradi	- Talaba havoning ifloslanishi sog‘lig‘iga zarar yetkazishini tushunsa, ekologik masalalarga e’tibor qaratadi
Xulq-atvor omillari	Ekologik ong real hayotdagi harakatlar bilan bog‘liq	Nazariy bilimlarni amaliyotga joriy qilish imkonini beradi	- Chiqindilarni saralash, energiyani tejash kabi odatlar
Ekologik	Ekologik odatlar va	Ekologik madaniyatni	- Plastik mahsulotlardan voz

xatti-harakatlar	turmush tarziga moslashish	shakllantiradi	kechish
Ekologik loyihalarda ishtirok etish	Ekologik tadbirlar va tashabbuslarda qatnashish	Ekologik ongni kuchaytiradi va ekologik xulq-atvorni shakllantiradi	- Daraxt ekish aksiyalarida ishtirok etish

Mazkur omillar bir-biri bilan chambarchas bog‘liq holda talabaning atrof-muhitga bo‘lgan qarashlari va munosabatlarini shakllantiradi. Shu bois, ijtimoiy-psixologik jarayonlarni har tomonlama hisobga olgan holda talabalar orasida ekologik ongni rivojlantirish va uni barqaror odatga aylantirish muhimdir.

Xulosa. Talabalarda ekologik ong va jamoaviy mas’uliyat hissini rivojlantirish - bu ko‘p qirrali ijtimoiy-psixologik jarayon bo‘lib, unga shaxsiy motivatsiya, ma’naviy qadriyatlar, ijtimoiy norma va texnologik ta’sirlar birdek ta’sir ko‘rsatadi. Sharq olimlarining madaniy-an’anaviy, oilaviy va jamoaviy yondashuvi G‘arb tadqiqotchilarining individual motivatsiya, iqtisodiy rag‘bat va nazariy modellari bilan uyg‘unlashar ekan, integratsion yondashuv shakllanib borayotgani kuzatiladi. Amaliy tajribalar shuni ko‘rsatadiki, talabalarning jamoaviy loyihalarda faol ishtirok etishi, kooperativ o‘quv uslublaridan foydalanish, ekoklublar, ijtimoiy tarmoqlardagi eko-harakatlar va davlat siyosati bilan uyg‘unlikda olib borilgan chora-tadbirlar eng yuqori samara berishi mumkin.

Kelgusida bu boradagi ilmiy izlanishlar talabalarda ekologik ong va jamoaviy mas’uliyat hissini yana-da chuqurlashtirish, ularni ijtimoiy-psixologik jihatdan qo‘llab-quvvatlash va barqaror rivojlanish maqsadlariga erishishga qaratilgan innovatsion usullarni rivojlantirishga xizmat qiladi. Global ekologik muammolar ko‘lamining kengayishi ijtimoiy, siyosiy, iqtisodiy va madaniy choralarni yanada uyg‘unlashtirishni talab etadi. Shuning uchun yosh avlod, xususan, talabalar – jamiyatning kelajak yetakchilari sifatida – ekologik mas’uliyat va ongli xulq-atvor namunasini ko‘rsatishi shartdir. Bu esa nafaqat ma’ruza va amaliy mashg‘ulotlar, balki butun jamiyat, davlat va xalqaro hamkorlik doirasidagi keng ko‘lamli sa’y-harakatlarning o‘zaro uyg‘unligiga bog‘liqdir.

Adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 21-apreldagi PF–5024-son “Ekologiya va atrof-muhitni muhofaza qilish sohasida davlat boshqaruvi tizimini takomillashtirish to‘g‘risida”gi Farmoni.
2. Abdullaeva, M. (2020). Ekologik tarbiyaning ijtimoiy-psixologik omillari. Toshkent: Fan.
3. Musurmonova, O. (2018). Talabalarda ekologik ongni shakllantirishning pedagogik omillari. // Ta’lim va taraqqiyot, 3(2), 15–22.
4. Ziyodullaev, N. (2015). Ekologik tarbiyaga oid milliy qadriyatlarga tayanishning psixologik xususiyatlari. Toshkent: O‘zbekiston Milliy universiteti nashriyoti.
5. Abdurahmonova X. (2021). Yosh avlodda ekologik mas’uliyat hissini shakllantirishda mahalla institutining roli. // Pedagogik innovatsiyalar jurnali, 2(4), 45–52.
6. Рубинштейн, С. Л. (1976). Основы общей психологии (Умумий психология асослари). Москва: Педагогика.

UO’K 159.9(575.1)

Mustafayeva Shirinoy Farxadjonovna,
Central Asian Medical University
Ijtimoiy fanlar va jismoniy madaniyat kafedrasi o‘qituvchisi, (PhD)
shirinopa263@gmail.com

LUDOMANIYANING RIVOJLANISHI VA SHAKLLANIB BORISH BOSQICHLARI: PROFILAKTIKA VA KORREKSIYA

Annotatsiya. *Ushbu maqola ludomaniya va qimor o‘yinlariga qaramlik muammosiga bag‘ishlangan. Maqolada qaramlik xulq-atvorining rivojlanish bosqichlari va shakllanishi keng yoritilgan hamda ushbu xulq-atvorni keltirib chiqaruvchi asosiy sabablar haqida umumiy ma’lumot berilgan. Ludomaniya va qaramlikni oldini olishga qaratilgan profilaktik choralar ko‘rib chiqilgan.*

Kalit so‘zlar: *qaramlik, ludomaniya, qimor, profilaktika, shakllanish, dinamika, rivojlanish, davolash.*

ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ И ФОРМИРОВАНИЯ ЛУДОМАНИИ: ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ

Аннотация. *Данная статья посвящена проблеме лудомании и зависимости от азартных игр. В статье подробно освещаются этапы развития и формирования зависимого поведения, а также представлена общая информация об основных причинах, вызывающих это поведение. Рассмотрены профилактические меры, направленные на предупреждение лудомании и зависимости.*

Ключевые слова: *зависимость, лудомания, азартные игры, профилактика, формирование, динамика, развитие, лечение.*

THE DEVELOPMENT AND FORMATION STAGES OF LUDOMANIA: PREVENTION AND CORRECTION

Abstract. *This article is devoted to the problem of ludomania and gambling addiction. The article widely discloses the degrees of development and formation of addictive behavior, provides an overview of the root causes that contribute to this behavior. Preventive measures to prevent ludomania and dependence are considered.*

Keywords: *addiction, ludomania, gambling, prevention, formation, dynamics, development, treatment.*

“Odamlarga bir zamon kelurki,
unda kishi molni nimadan
olganiga parvo ham qilmaydi:
haloldanmi, haromdanmi...”
Abu Xurayra roziallohu anhu
N.S.A.V

Kirish. “Avlodlar nazariyasi”ga razm soladigan bo‘lsak, ijtimoiy tarmoqlar rivojlangan sari, odamlar ongida o‘ziga xos standartlarni singdirish ma'lum ma'noda tez sur'atlarda rivojlanmoqda. Ya'ni yyengil pul topishga harakatning kuchayishi, lazzatlanish hissiga intilish, kam harakatli hayot tarzi - biz xohlaymizmi yo‘qmi jamiyat ongini egallab borishining guvohi bo‘lyapmiz. Bugungi kunda, tan olish kerakki, geymbling, ludomaniya kabi illatlarning paydo bo‘lishi, o‘sib kelayotgan avlodning ongini zaharlab, talaygina oilalarning moddiy va ma'naviy holatini yemirib bormoqda.

Geymbling-tobelik (gambling (ingl.)— o‘yinga pul tikish) — qimor o‘yinlariga patologik o‘rganib qolish. Bunda insonning turmush tarzi, kasbiy, oilaviy, moddiy va hayotiy qadriyatlarning qadrsizlanishiga asos soladigan tobelik nazarda tutiladi.

Ludomaniya - ludo (lot.) «men» o‘ynayman, μανία – «ehtiros, moyillik, tobelik». Insonda o‘yinga nisbatan kuchli moyillik, qiziqish kuzatiladi.

Xuddi giyohvandda giyohvand moddalarga nisbatan mazza qilish hissi kuchaygani kabi, ludamanda azart va ehtirosdan kayf olish hissi kuchayib boradi. Yomon odatlar va illatlar nafaqat insoniylik fazilatlarini, balki oilalarni, demak, jamiyatni asta-sekin yemirib boradi. Ba'zida o‘zimiz bilmagan holda, bir qarashda go‘yoki “yoqimli, chalg‘ituvchi, asabni tinchlantiruvchi” mashg‘ulotlarga aralashib qoladi. Ular bir kun kelib

“men albatta o‘zimni bundan to‘xtata olaman, men o‘zimga ishonaman”, deb o‘zini aldashni boshlaydi. Bunday “yoqimli, chalg‘ituvchi” illatlar, aniqrog‘i, yomon odatlarga alkogolizm, giyohvandlik, qimor o‘yinlari va ludomaniya kiradi. Ludomaniya - futbol o‘yini, xokkey o‘yini va boshqa sport o‘yinlari va sport o‘yinlari natijalarini bashorat qilishga moyillik. Boshqacha qilib aytganda, odamda sportga pul tikish uchun ishtiyoq paydo bo‘ladi. Ushbu illat psixikaga salbiy ta'sir ko‘rsatib, tobelik, ya'ni “addiksiya” (ing. “addiction” - tobelik, salbiy illat, o‘rganib qolish)ni keltirib chiqaradi. Tan olish kerak, internet-o‘yinlar, onlayn kazinolar va bukmekerlarning mavjudligi va jazosizligi davolanishga muhtoj bo‘lgan giyohvandlar sonini tobora ko‘paytirmoqda. Ludomaniyaning sabablari:

Sportga pul tikish - o‘yinlariga qaramlikning asosiy sababi oson pul olish imkoniyatidir. Ammo vaqt o‘tishi bilan bu ehtirosga aylanadi va pul ikkinchi o‘rinni egallaydi va jarayonning o‘zi davom etadi. Bundan tashqari, ketma-ket yo‘qotishlar odamni to‘xtatmaydi, balki hamma narsa “yana qaytib keladi”, degan fikr kuchayadi.

Pul topishning yengilligi va qulayligi potensial o‘yinchilarni jalb qiladi. Ularda boyib ketishga bo‘lgan cheksiz ishtiyoq paydo bo‘ladi, har safar g‘alaba qozonganidan keyin ehtirosga aylanadi. Ularning fikricha, bu yo‘l bilan pul topish ishlab, mehnat qilib topgandan ancha oson tuyuladi.

Ludomanlarning boshqa faoliyati yoki ishi, kasbi, mehnat turining yo‘qligi.

Irsiyat va o‘z hayotidan norozilik. Yolg‘izlik, ya'ni quvonch, dard va hokazolarni baham ko‘radigan suhbatdoshi yoki ko‘ngliga yaqin insonning yo‘qligi.

Pul tikish istagi asosan muvozanatsiz va ruhiy jihatdan beqaror odamlarga ta'sir qiladi.

Ludomaniyaning bosqichlari:

1-bosqich: o‘ynash xohishi kuchayib boradi, pul tikish miqdori va o‘ynash vaqti o‘sib boradi. Bu bosqichda inson xohish-istagiga qaramay, o‘yinni to‘xtatishi mumkin. Biroq inson irodasizligi o‘yindan voz kechish hissini yo‘qotib boradi.

2-bosqich: Bunda xohish-istaklar yanada kuchayishi kuzatiladi. Motivlar kurashi «yana bitta o‘yin yoki to‘xtatish» kuchayadi, o‘zini omadga ishontirish hissi oshadi, yaqin kunlarda «baxtli onlar» kelishiga, uni katta yutuq kutayotganiga illyuziyalar boshlanadi. Inson xayolan yangi kombinatsiyalar tuzishi, real hayotdan uzoqlashuvi namoyon bo‘la boshlaydi.

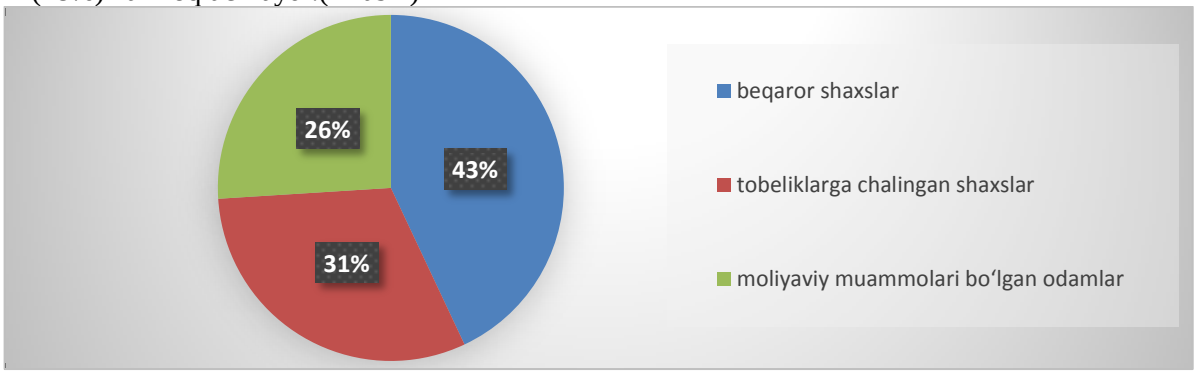
3-bosqich: Ikkilanish va motivlar kurashi to‘xtab- «o‘yin va faqat o‘yin», degan aqidaga qat'iy amal qilish boshlanadi. Bu bosqichda inson o‘yin uchun yashaydi, vaqtning ko‘p qismini faqat o‘yinga bag‘ishlaydi, pul topish asosiy maqsadga aylanib, cheksiz qarzlar, oiladagi janjallar, yaqinlarning ahvoli uni qiziqtirmay qoladi.

4-bosqich: Inson patologik ruhiy buzilishni boshdan kechirayotganini, bu kasallik ekanini tan olmaydi. Bu o‘z-o‘zidan malakali shifokorlarga davolanish rejasini ishlab chiqishga va keyinchalik bemorning xatti-harakatlarini tuzatishga to‘sqinlik qiladi. Ludomanlarning asosiy muammosi: atrofdagi va yaqin odamlarning bemorni davolanishga jalb qilish uchun barcha urinishlariga qaramay, u o‘zining ludomanligini rad etishga harakat qiladi.

Rossiyada o‘tkazilgan so‘rovnomada ludomanlarning psixotipi, aholi munosabati, o‘ynaganlik darajasi o‘rganilganda, quyidagilar ma'lum bo‘ldi:

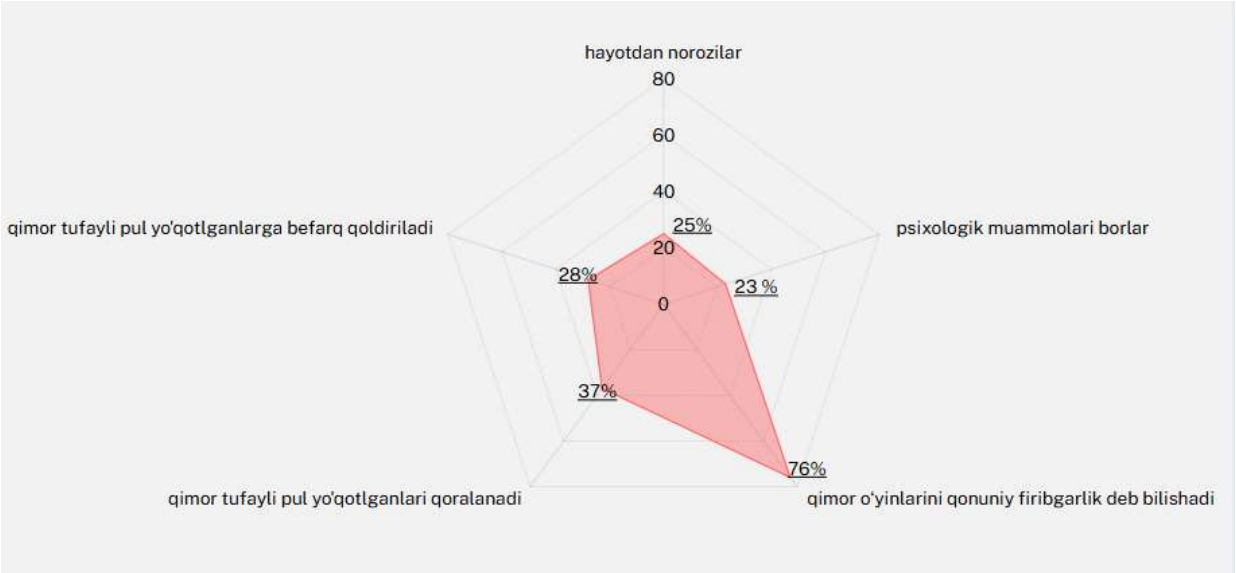
Birinchi o‘rinda impulsiv, hissiy jihatdan beqaror shaxslar (43%), ikkinchi o‘rinda boshqa tobeliklarga chalingan shaxslar (31%), uchinchi o‘rinda moliyaviy muammolari bo‘lgan odamlar (26%). (1-rasm)

Ushbu qayg'uli topni hayotdan norozilar (25%) va psixologik muammolari borlar (23%) tashkil etdi. Respondentlarning 76 foizi qimor o‘yinlarini qonuniy firibgarlik deb bilishadi. Shu bilan birga, bunday sevimli mashg'uloti tufayli pul yo‘qotadiganlar ko‘pincha qoralanadi (37%) va ularga hamdardlik (28%) yoki befarqlik (28%) kamroq uchraydi.(2-rasm)



1-rasm.

Rossiya aholisining deyarli to‘rtdan biri (23%) kamida bir marta pul uchun qimor o‘ynagan. Aksariyat rossiyaliklar (77%) hech qachon qimor o‘ynamaganligini aytishadi. 18%, lekin endi buni qilmaydi va 5% hozirda xuddi shunday sevimli mashg'ulotlariga ega ekanligini tan oldi. (3-rasm)



2-rasm.

3-rasm.

Sport va kibersport o‘yinlariga pul tikib o‘ynash- qaramlikning belgilari:
• asabiylik, tajovuzkorlik;
• beparvolik, chunki uning barcha fikrlari yaqinlashib kelayotgan g‘alaba bilan band;
• keyingi g‘alaba yoki mag‘lubiyatga qarab kayfiyatning keskin o‘zgarishi;
• odamning doimiy ravishda sportdagi stavkalarga qiziqishi;
• boshqalarning so‘rovlariga javob bermaslik;
• uning do‘stlari va yaqinlari oldidagi qarz majburiyatlarining ko‘payishi;
• narsalarni sotish, o‘g‘irlik qilish, keyingi pul tikish uchun mablag‘ topish;
• kredit olish uchun bankka tez-tez tashrif buyurish;
• oiladagi muammolar: nizolar, janjallar,yolg‘on va boshqalar;
• uyqusizlik va dahshatli tushlarning rivojlanishi;
• uyquchanlik va letargiya; beparvo ko‘rinish;
• ichki organlarning disfunksiyasi, xususan, yurak va nafas olish tizimi bilan bog‘liq muammolar;
• kompyuter, uyali aloqa vositasi yoki televizorda ko‘p vaqt o‘tkazish;

Qimor o‘yinlariga qaramlik - bu kuchli nazoratsiz o‘yinga jalb qiladigan ruhiy holat. Bu patologik ruhiy holatda o‘yinga pul topib, o‘yinga tika olmaganlarida stressni boshdan kechirishadi - bu holda ular pul tikish uchun darhol mablag‘ qidirishga kirishadilar. Pulga ega bo‘lish ularni hech qanday tarzda qutqarmaydi - axir, ertami-kechmi u tugaydi va bu muammoni hal qilmaydi. Ko‘pincha, qimor o‘yinlariga qaram bo‘lganlar o‘zlarini kichik miqdorda yo‘qotish bilan cheklamaydilar: mulk ishlatiladi - avtomobillar, kvartiralar va hatto maishiy texnika va zargarlik buyumlari. Qimor o‘yinlari giyohvandlik bilan bir xil, ammo bu holdagi tobelik giyohvandlikdagi "igna" dan ko‘ra kuchliroq bo‘lishi mumkin.

Ludomaniyaning profilaktikasi va davolanishida eng avvalo ularning psixologik portretlarini bilish kerak. Qimor o‘yinlariga qaramlikning boshlanishi kasallikning ma'lum psixologik xususiyatlariga, belgilariga ega:

Ijtimoiy jasoratning kuchayishi: bu g‘ayritabiiy xatti-harakatlarga, xavf va sarguzashtlarga moyillik va "tormoz" ning yo‘qligida namoyon bo‘ladi.

Ekspressivlik: bunday holatda, odam o‘z-o‘zidan paydo bo‘ladigan omadga ishonib, hissiy fon o‘zgarganligi sababli ularning fikrlashi to‘liq o‘yinga yo‘naltiriladi.

Ludoman his-tuyg‘ularini boshqara olmaydi: u o‘zgaruvchan, hamma narsani tasodifga qoldirib, umumiy qabul qilingan xatti-harakatlar normalariga rioya qilolmaydi.

Tarang holat: amalga oshirilmagan intilishlar va umidsizlik stress va tushkunlikka olib keladi.

Ludomaniya profilaktikasi va echim: qimor o‘yinlariga qaramlik psixologik kasallik bo‘lganligi sababli, davolanish uchun birinchi qadam muammoni tan olishdir. Odatda, shifokorga tashrif buyurgan bemorlar bu qadamni qarindoshlarining bosimi ostida qabul qilib, bu shaxsiy qadam bo‘la olmaydi. Psixoterapevt, garchi bunga ludomanni ishontirish murakkab bo‘lsa-da, bu patologik kasallik ekanini aniqlaydi.

Barcha davolash jarayoni uchta asosiy tamoyilni o‘z ichiga oladi:

1. psixoterapiyaga ixtiyoriy rozilik;
2. muvaffaqiyatli davolanishga ishonish;
3. shifokorning barcha tavsiyalariga rioya qilish va dori-darmonlarni qabul qilish.

Psixologik korreksiya: bemorning psixolog bilan suhbati davomida mustaqil ravishda davolanishga qaror qilishi lozim, aks holda, muammodan xalos bo‘lish juda qiyin kechadi. Zero, psixologik jihatdan to‘g‘ri tashkil etilgan korreksion suhbat bemor o‘yinga qaramligini tan olishi, muammoni qabul qilishi va keyingi davolanishni aniqlashga yordam beradi.

Yuqoridagi ma'lumotlarga asoslanib, mantiqiy savol tug‘ilishi tabiiy: ludomaniya, ya'ni qimorga qaramlikni qanday davolash mumkin? Ikki yo‘l bor: dori-darmonlar va psixologik korreksiya. Birinchi holda, hamma narsa qimor o‘yinlariga qaram bo‘lgan odamning boshqa qaramliklari va kasallikning bosqichiga bog‘liq. Bemorning ahvoliga tashhis qo‘yish juda muhim, shundan so‘ng individual reabilitasiya dasturi (IRP) ishlab chiqiladi.

Aynan IPRda psixologik yordam ko‘rsatiladi. Biror kishi uchun oilaviy psixoterapiya elementiga e'tibor berish muhimdir - yaqinlar bilan munosabatlarni to‘g‘rilash, shuningdek, oila doirasidagi xatti-harakatlar uslublarini ishlab chiqish. Shuningdek, bemorning qadriyatlar tizimini o‘zgartirish bo‘yicha ishlarni bajarish kerak – unga ota-onasi va yaqinlari bilan o‘z oilasini yaratish va farzand ko‘rish, munosib ta'lim olish va har tomonlama rivojlanish, katta pul ishlash, to‘g‘ri va sog‘lom munosabatlar o‘rnatish imkoniyatini ochish kerak. Bularning barchasini birinchi o‘ringa qo‘yish kerak, chunki qimor o‘yinlariga qaramlik sanab o‘tilgan tushunchalarni qadrsizlantirishdan boshlanadi.

Bemor uchun "sog‘lom ijtimoiy mavqe" ni tiklash juda muhim, chunki qimor o‘yinlariga moyil bo‘lgan odam ish topishi va jamoa, jamiyat bilan munosabatlarni o‘rnatishda yordamga muhtoj. Uning foydali ko‘nikma va qobiliyatlarini rivojlantirish orqali esa, atrof-muhit bilan aloqani mustahkamlab, hayotda yangi maqsadlarni topishga majbur qiladi.

Xulosa o‘rnida shuni ta'kidlash joizki, qimor o‘yinlariga qaramlikning tashxisi jiddiy va yoqimsiz ruhiy kasallikni nazarda tutadi, bu davolanish va reabilitasiyaga mas'uliyatli yondashuvni talab qiladi. Zamonaviy dunyoda ko‘plab Internet foydalanuvchilari ushbu kasallikka moyil. Qimor o‘yinlariga qaramlikning rivojlanishi uchun juda ko‘p turli xil sabablar mavjud va aksariyat hollarda qimor o‘yinlariga moyil bo‘lgan bemorlar qimor o‘yinlariga bo‘lgan ishtiyoqini tan olmaydilar va davolanishga intilmaydilar. Bemorlarga kasallikdan xalos bo‘lish uchun professional psixiatr-narkologlarga murojaat qilish tavsiya etiladi. Bu mutaxassislar, individual muolajadan so‘ng, bir necha bosqichda katta yoshdagi bemorlar va o‘smirlar uchun to‘g‘ri dori-darmon yo‘nalishini va psixologik davolashni buyurish mumkin.

Adabiyotlar:

1. Аришкова В.В. «Профилактика зависимого поведения: системный подход». Изд-во: Феникс 2014 й.
2. Вагин И.О. “Выиграй у судьбы в рулетку”. - “Питер” Москва. Харьков.
3. Степанов С. “Законы психологии”. - Санкт-Петербург, 2000 г.
4. Сонин В. “Психологический практикум” Москва 1998 г.
5. Симатова О. “Профилактика аддиктивного поведения” Лань, 2023 г.
6. Сельченок К.В. “Психология зависимости: Хрестоматия”-Мн.: Харвест, 2004 г.
7. Пилипенко А.Соловьева И. «Зависимые созависимые и другие трудные клиенты». Изд-во Института психотерапии, - 2023 г.
8. Хуснутдинова З.А., Сафина Э.Н., Максимов К.В. «Аддиктивное поведение в детско-молодежной среде: проблемы, профилактика» Изд-во: Лань 2024 г.
9. Шнейдер Л.Б. “Психология девиантного и аддиктивного поведения детей и подростков: учебник и практикум для ВУЗов. Москва. – 2024 г.

Eshnayev Nortoji Jumayevich,
Chirchiq davlat pedagogika universiteti Psixologiya kafedrasi dotsenti
eshnayev8080@gmail.com

TALABA SHAXSIGA XOS BO‘LGAN KASBIY PSIXOLOGIK MOBILLIK HAMDA UNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada ta’lim jarayonida talaba shaxsiga xos bo‘lgan kasbiy psixologik xususiyatlar, innovatsion pedagogik ta’lim jarayonida kasbiy psixologik mobillikning gorizontal va vertikal jihatlarini aniqlashtirish, ta’lim va tarbiyaning zamonaviy omillarini muvofiqlashtirishning asosini yaratishda muhim omil bo‘lib xizmat qilishi hamda an’anaviy ta’lim va zamonaviy innovatsion dasturlar transformatsion kesishuvda deformatsion omillarni ijtimoiy psixologik jihatlari tahlil etilgan.*

Kalit so‘zlar: *ilmiy tadqiqot, muvofiq mobillik sifatlari, kasbiy yo‘nalganlik, individual qobiliyat, mobillilik, talaba shaxsi, mobil mutaxassis, ta’lim tizimi, zamonaviy innovatsion dastur, transformatsion kesishuv, ijtimoiy psixologik yondashuv.*

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ МОБИЛЬНОСТЬ, ХАРАКТЕРНАЯ ДЛЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА, ЕЁ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ

Аннотация. *В данной статье рассматриваются профессионально-психологические особенности личности студента в учебном процессе, уточняются горизонтальные и вертикальные аспекты профессионально-психологической мобильности в инновационном педагогическом процессе, а также подчёркивается, что координация современных факторов образования и воспитания является важным элементом в создании основы для этого процесса. Также анализируются социально-психологические аспекты деформационных факторов в трансформационном пересечении традиционного образования и современных инновационных программ.*

Ключевые слова: *научное исследование, соответствующие качества мобильности, профессиональная направленность, индивидуальные способности, мобильность, личность студента, мобильный специалист, система образования, современная инновационная программа, трансформационный перекрёсток, социально-психологический подход.*

PROFESSIONAL PSYCHOLOGICAL MOBILITY CHARACTERISTIC OF A STUDENT'S PERSONALITY AND ITS SOCIO-PSYCHOLOGICAL FEATURES

Abstract. *This article examines the professional and psychological characteristics of a student's personality in the educational process, clarifies the horizontal and vertical aspects of professional-psychological mobility in the innovative pedagogical process, and emphasizes that coordinating modern factors of education and upbringing is an important element in creating the foundation for this process. It also analyzes the socio-psychological aspects of deformation factors in the transformational intersection of traditional education and modern innovative programs.*

Keywords: *scientific research, qualities of appropriate mobility, professional orientation, individual abilities, mobility, student personality, mobile specialist, education system, modern innovative program, transformational intersection, social psychological approach.*

Kirish. Bugungi kunda maqsadli tashkil etilayotgan ta’lim har bir davlatning dunyodagi o‘rnini hamda insonning jamiyatdagi mavqeyini belgilab bersa, oliy o‘quv yurtlarida talabalarni tayyorlash darajasi esa mamlakatning keyingi texnologik yutug‘i uchun sarmoyaviy jozibadorligi namoyon etib, ichki va tashqi mehnat bozori uchun mobil raqobatbardosh kadrlarni tayyorlash imkoniyatini oshiradi.

Shu nuqtayi nazardan, mamlakatimiz OTMlarida zamonaviy talablar doirasida kadrlar tayyorlash masalasi kun tartibidagi asosiy masala sifatida e’tirof etilib, bugungi kunda mobil mutaxassislarni tayyorlash va buning uchun zarur bo‘lgan barcha ta’lim resurslarini maqsadli muvofiqlashtirishga alohida e’tibor berilmoqda. Shuningdek, OTMlarda kadrlarni tayyorlash tushunchasidan mutaxassis tayyorlash tamoyiliga ustuvorlik berilib, uning kasbiy mobillilik sifatlarini rivojlantirishga hamda intellektual salohiyatidan maqsadli foydalanishga ustuvorlik berilmoqda. Buda asosan inson kapitalini shakllantirish jarayoniga e’tibor qaratilib, mazkur yondashuvni davlat va jamiyatning ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish darajasini belgilovchi mezonlardan biri sifatida baholanmoqda.

Zamonaviy ta’limga ilmiy nuqtayi nazardan hamda ijtimoiy qadriyat sifatida yondashish, har bir davlat va jamiyatning milliy manfaatlarini o‘zida ifodalab, ta’lim tizimida amalga oshirilayotgan reformatik

yondashuv hamda mobil mutaxassislarni tayyorlashning texnologiya va usullari ta’lim mazmuniga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. OTMlar ta’lim xizmatlarini ko‘rsatish sohasida mobil mutaxassis tayyorlash tizimini pedagogik-psixologik jihatdan qo‘o‘lab-qo‘vvatlanishi bugungi kunda muhim o‘rin tutadi. Mobil mutaxassis tayyorlash ta’lim tizimi bir qator barqaror xususiyatlarga ega bo‘lib, an’anaviy ta’lim va zamonaviy innovatsion dasturlar bilan transformatsion kesishuvda deformatsion omillarni inkor etmagan holda maqsadli muvofiqlashgan pedagogik dasturlarni yangi avlodini yaratishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Shu nuqtayi nazardan, ta’limda mobillilikning o‘ziga xosligin e’tirof etish va ilmiy tahlil etish maqsadga muvofiq. Ta’limda mobillik - bu zamonaviy ta’limda tezkor bilim olish va muqobil kasb tanlash jarayonida tezkor harakat qilish, jamiyat hayotida ro‘y beradigan vaziyatlarni oldidan kasbiy va ilmiy prognozlashtirish, kasbiy faoliyatda professional manyovrlarni bajarish qobiliyatini talabalar shaxsida shakllantirish bilan tavsiflanadi. Shuningdek, ta’limda mobillilik talaba shaxsida ijtimoiy psixologik va individual xususiyatlarini shakllantirishga yo‘naltirilgan ta’lim va tarbiya muvofiqlashuvini o‘zida aks ettirgan innovatsion pedagogik jarayonning mahsuli hamdir.

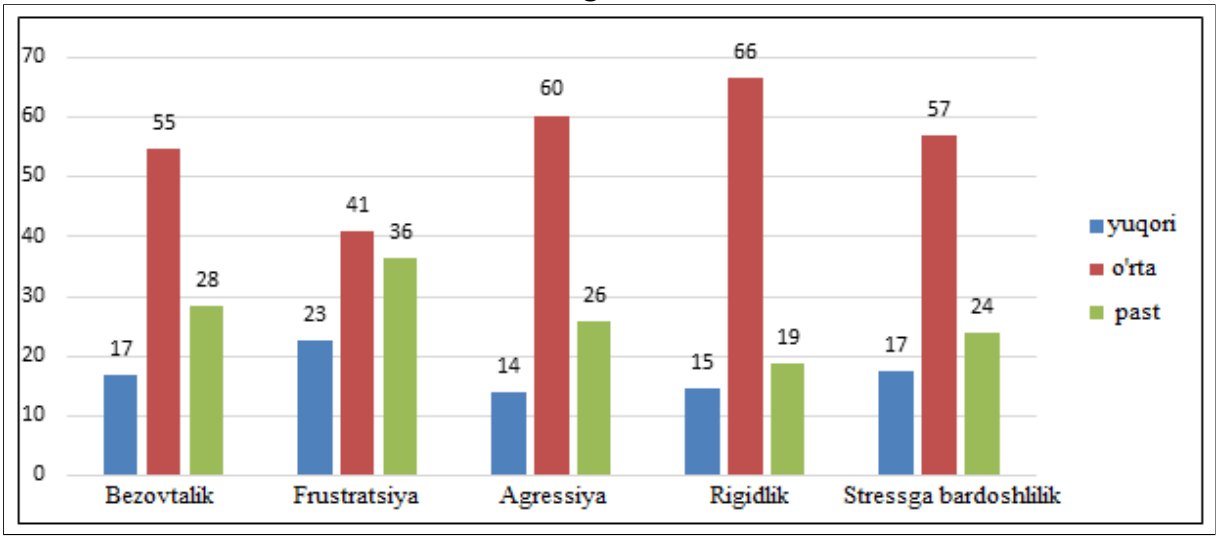
Innovatsion pedagogik jarayon ta’limda mobillikning gorizontal va vertikal jihatlarini aniqlashtirishga xizmat qilib, ta’lim va tarbiyani zamonaviy omillarini muvofiqlashtirishning asosini yaratadi. Gorizontal harakatchanlik, talabani ijtimoiylashuvi uchun zarur bo‘lgan barcha psixologik va pedagogik omillarni ular shaxsida shakllantirish dasturlarini ta’lim-tarbiya mazmuniga singdirishga xizmat qilsa, vertikal harakatchanlik, talabaning o‘zlashtirish jarayonida bilmilarni olish, ijtimoiy maqomini jamitya ko‘z o‘ngida yuqoriga yoki pastga harakatlanishiga olib kelishini pedagogik – psixologik omillarini aniqlashtirishga asos bo‘ladi.

Ta’kidlash lozimki, talaba shaxsida shaklangan mobillik sifati, o‘zlashtirilgan bilim va kasbiy ko‘nikmalarni tezlik bilan amaliy jarayonga qo‘llay olish ko‘nikmasini shakllantirish, maqsad sari harakatlanish, samarasiz faoliyatga nisbatan harakatlanmaslik, faoliyatni nazorat qilish malakasini barqarorlashtirish va uni rivojlantirib borishning individualligi bilan tavsiflanadi. Shuningdek, mobillik, talabani ta’lim olish jarayonida ortiqcha ruhiy va aqliy zo‘riqishi hamda jismoniy toliqishini kamaytiruvchi omil bo‘lib, psixologik “jarohatlar” ehtimolini kamaytiradi hamda motvatsion yondashuv metodlarini klassifikatsiyalashtirishning o‘ziga xos afzalliklarni namoyon etish imkoniyatini oshirib, ijtimoiy mobillik sifatlarini shakllantiradi.

Tahlil va natijalar. Mazkur masalani ilmiy tadqiq etish uchun 2021-yilning mart oyida TVChDPI pedagogik Ilmiy Kengash qaroriga muvofiq, “Talabalarning ijtimoiy-psixologik portretini yaratish” dasturi asosida 1,2,3-kurs talabalari o‘rtasida psixologik test-so‘rov o‘tkazildi.

Olingan natijalar ilmiy nuqtayi nazardan pedagogi-psixologik jihatdan tahlil etilib o‘rganildi.

Institut talabalarining emotsional holatlari

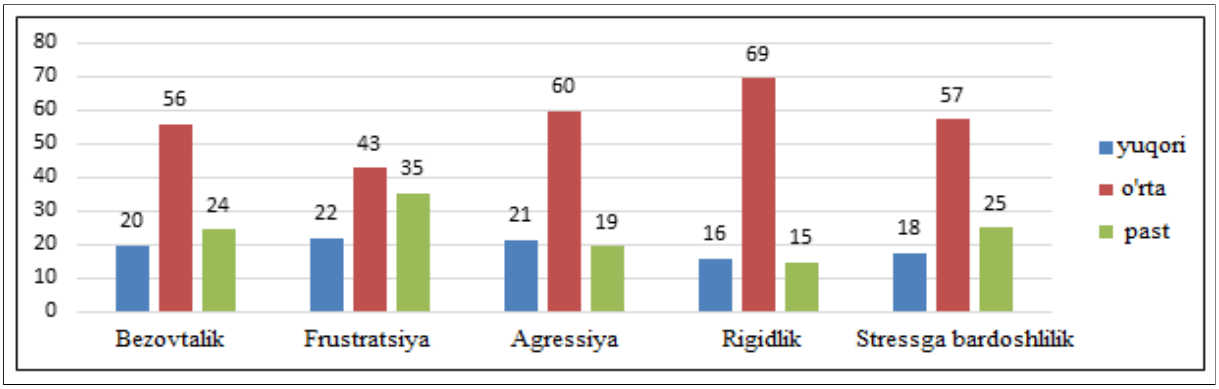


1-kurs

1-kursda tahsil olayotgan talabalarning 17% da bezovtalik yuqori natijani qayd etgan bo‘lsa, frustratsiyaning yuqori darajasi (rejalarni buzilishi yoki istaklar mos kelmaydigan vaziyatda paydo bo‘ladigan ruhiy holat) 23%, agressiyaning yuqoriligi 14%, rigidlikning yuqoriligi 15%, stressga bardoshlilikning past darajasi 24% ni tashkil etganligini kuzatishimiz mumkin. Bu, albatta, 1-kurs talabalarida emotsional holat barqaror degani emas. Bu borada o‘z vaqtida psixoprofilaktik ishlarni olib borish lozimligini taqozo etadi

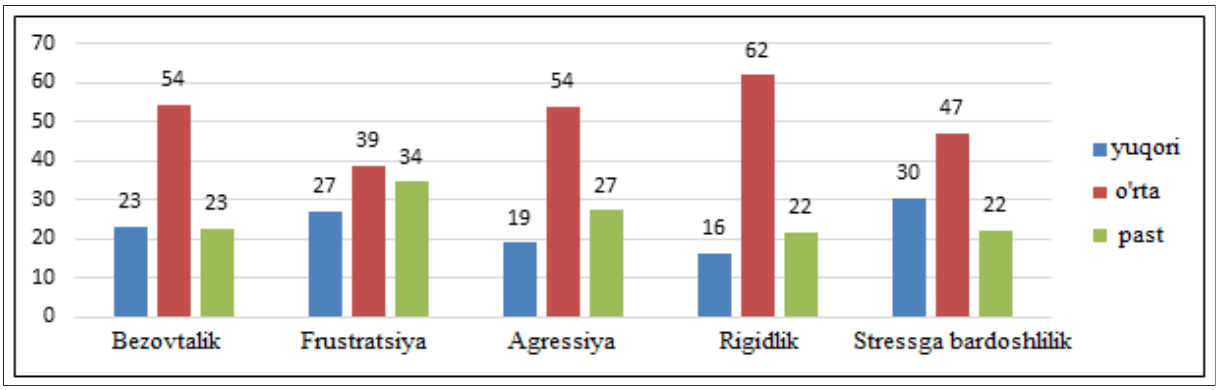
Ijtimoiy mobillik, talabani ijtimoiy tuzilmadagi o‘rnini o‘zgartirishga yo‘naltiruvchi omildir. Bunda har bir talaba kelib chiqishi va ijtimoiy maqomidan qat’iy nazar yaxshi ta’lim olib kasiy ko‘nikmalarni mutaxassis sifatida egallashi yuqori daromadli ishga ishlashi va jamiyatning eng faol shaxsiga aylanishini kafolatlaydi. Shuningdek, ijtimoiy mobillik, talabaning xulq-atvori va moslashuviga ta’sir qilish vositasi bo‘lib, bu har bir individual ijtimoiy maqomga xos bo‘lgan ma’lum bir namunaning mavjudligi, shuningdek, talabani ijtimoiy sharoitdagi o‘zgarishlarga moslashish qobiliyatini yuzaga chiqarib uni rovojlantirish imkoniyatlarini oshiradi.

Kasbiy faoliyatga nisbatan mobillik, talabani ishga joylashish imkoniyatlarini baholash, qobiliyatlarini aniqlashtirish, yo‘naltirish, har qanaqa sharoitda moslashuvchanlik ko‘nikmasini shakllantirish, yangi mehnat sharoitlariga moslashishning adaptiv sifatlarini va emotsional holatlari barqarorlashtirish bilan tavsiflanadi.



2-kurs

2-kursda tahsil olayotgan talabalarning 20% da bezovtalik yuqori natijani qayd etgan bo‘lsa, frustratsiyaning yuqori darajasi (rejalarni buzilishi yoki istaklar mos kelmaydigan vaziyatda paydo bo‘ladigan ruhiy holat) 22%, agressiyaning yuqoriligi 21%, rigidlikning yuqoriligi 16%, stressga bardoshlilikning past darajasi 25% ni tashkil etganligini kuzatishimiz mumkin. Bu albatta 2-kurs talabalarida emotsional holat barqaror degani emas. Bu borada o‘z vaqtida psixoprofilaktik ishlarni olib borish borasida chora-tadbirlar dasturini ishlab chiqishni taqozo etadi.



3-kurs

3-kursda tahsil olayotgan talabalarning 23% da bezovtalik yuqori natijani qayd etgan bo‘lsa, frustratsiyaning yuqori darajasi (rejalarni buzilishi yoki istaklar mos kelmaydigan vaziyatda paydo bo‘ladigan ruhiy holat) 27%, agressiyaning yuqoriligi 19%, rigidlikning yuqoriligi 19%, stressga bardoshlilikning past darajasi 22% ni tashkil etganligini kuzatishimiz mumkin. Bu albatta 3-kurs talabalarida emotsional holat barqaror degani emas. Bu borada o‘z vaqtida psixoprofilaktik ishlarni olib borish lozimligini taqozo etadi.

Institut kesimida bezovtalikning yuqoriligi o‘rtacha 20%, frustratsiyaning yuqori darajasi o‘rtacha 24%, agressiyaning yuqoriligi o‘rtacha 18% ni tashkil etdi. Bu ko‘rsatgich talabalar emotsional holat qoniqarli yoki barqaror deb bo‘lmaydi. Shu nuqtayi nazardan kelib chiqib, ularning emotsiyasiga doimiy ta’sir etib kelayotgan psixologik omillarni obyektiv va subyektiv jihatlarini psixologik diognostika qilish zarur.

Bu toifadagi talabalar bilan psixologik diagnostik ishlarni amalga oshirishda quyidagilarga e’tibor qaratish maqsadga muvofiq:

- Bezovtalik va emotsional beqarorlik omillarini o‘rganish hamda uning tabiati va dinamikasini tahlil qilish;

-surinkali psixoemotsional taranglik va baqaror xavotir hamda qo‘rquvni manbasini diagnostika qilish;

-shaxsiy yoki yaqinlari bilan bog‘liq muammolarining mavjudligi;

-oliy ta’limda yoshiga va aqliga nisbatan materiallarning ko‘pligi yoki mukammalligi, murakkabligi neroemotsional yukni ortishiga olib kelganligi;

-o‘quv ma’lumotlari hajmining doimiy ravishda ortib borishi, uxlash uchun vaqt yetmasligi, vazifalarni topshirish va baholanish borasida doimiy o‘y-xayolning domenantligini negativ omillari;

-bezovtalik tahdid soluvchi, bezovta qiladigan his-tuyg‘ularning ongsiz ravishda kelib chiqadigan ichki emotsional to‘qnashuvi ekanligi;

-xavotir paydo bo‘lishi bilan xulq-atvorda salbiy emotsional holatning kuchayishini yuz berishi;

- xulq-atvordagi salbiy emotsional holatning faoliyatga ta’sirini ortishi va mavjud shart-sharoitga (dezadaptatsiya) nisbatan negativ yondashuvning paydo qilishi;

-bezovtalik nevrotik jarayonlarni xuruj qilishiga olib kelishi;

-bezovtalik anglanmagan norozilikni yuzaga keltirishi va faoliyatga tahdid sifatida qabul qilishi;

-bezovtalik kundalik turmush tarzida nimanidir yetishmasligi hamda samarasiz faoliyat turi sifatida baholanishi hamda stress sindromini shakllantirishi;

-bezovtalik ruhiy zo‘riqish bilan birikishi–ekstremal sharoitda ratsional yondashuvni izdan chiqarishi.

Rigidlikning yuqoriligi o‘rtacha 15,6% ko‘rsatgichini namoyon qildi. Bu toifadagi talabalarda:

- Qotib qolishning mavjudligi, ya’ni tashqi ta’sirning elementar jihatlariga ham deformatsion psixologik holatni namoyon eta olmasligi (ijobiy va munosib javob reaksiyasini tormozlanishining doimiy domenantligi);

- qaysarlikni haddan oshib ketishi oqibatida, o‘z ruhiy holati va individual sifatlaridagi kamchiliklarni ko‘rmaslik;

- eskicha fikr va mulohazalarni domenant sifatida tutib turish hamda analitik va optimistik mulohazali tahlilga ega emaslik;

- turg‘unlik va bir tomonlaman yondashuvni faoliyat turiga aylanib qolishi;

- o‘zini hissiy jihatdan o‘rganishda qiyinchiliklarning mavjudligi, buning oqibatida guruh va ijtimoiy jamiyatda qarshiliklarga ko‘p uchrashi, oqibatda boshqalarni ayblash hissining yuqoriligini ortib ketishi;

- o‘z faoliyati hamda ma’lum vaziyat va holatdagi muvaffaqiyatsizlikning omilini boshqalarni aybdor sifatida baholashi kuzatiladi.

Shuni ta’kidlash mumkinki, ayrim toifadagi talabalarning o‘qish faoliyati, sog‘ligi, moddiy-ma’naviy holti va o‘zlariga ma’lum bo‘lgan boshqa psixologik holatlar bilan bog‘liq bo‘lgan ruhiyatiga ta’sir etuvchi nostandart holatlar ta’sirida ekanligini kuzatish mumkin. Stressga bardoshlilik darajasining 23,7% da past ko‘rsatkichni qayd etilganligi, bu toifadagi talabalar o‘zlari bilan sodir bo‘lishi mumkin bo‘lgan ko‘ngilsiz holatlarga nisbatan irodasizlikni namoyon etish va oqibatda ular o‘zlariga nisbatan zarar yetkazadigan faoliyatni anglamagan holda amalga oshirish ehtimolligi mavjud. Ushbu 23,7% talabalar stressga tez tushishi, ma’lum vaqt ichida ularda deperessiya simptomlari kuzatilishi yoki unga o‘tib qolishi sutsidal holat, o‘z faoliyatiga va xatti-harakatiga javob bera olmay qoladigan darajadagi psixologik anglanmagan harakatlani amalga oshirishi mumkin.

Ushbu masalalar bilan bog‘liq muammolarni oldini olish va bartaraf etish yuzasidan taklif:

- Psixologiya kafedrasi va institut (hozirgi universitet) psixologi hamkorlikda bezovtalik va emotsional beqarorlik omillarini o‘rganish yuzasidan psixologik testlar blokini yaratish va uni amalga oshirish mexanizmini ishlab chiqishi;

-surunkali psixoemotsional taranglik va baqaror xavotir hamda qo‘rquvni bartaraf etish yuzasidan psixologik korrreksiyani amalga oshirish yuzasidan individual va guruhiy ishlash yuzasidan chora-tadbirlar dasturi va “Yo‘l xaritasini” ishlab chiqish;

- guruh murabbiylari (tyutor) va institut (hozirgi universitet) psixologi hamda psixologiya kafedrasi tizimli hamkorlikni maqsadli dasturini ishlab chiqish va chora-tadbirlar rejasini dinamik xususiyatga ega bo‘lgan variantini nostandart va mobillik asosida yaratishi;

- institut (hozirgi universitet) xotin-qizlar qo‘mitasi, institut yoshlar ittifoqi yetakchisi, institut murabbiylar kenganshi rais, institut besh tashabbus mas’uli, talabalar turar joyi tarbiyachisi va institut psixologi o‘zaro faoliyat hamkorlik dasturini yaratishi hamda amalda to‘liq ishlaydigan mexanizmni ishlab chiqish;

- yoshlar bilan ishlash borasidagi dekan o‘rinbosarlari, murabbiylar kengashi va psixologiya kafedrasi murabbiylarni talabalar bilan ishlash yuzasidan psixologik seminar darslarini tashkil etishi;

- psixologiya kafedrasi, institut professor-o‘qituvchilarga talabalarda bezovtalik, agressiya va frustratsiyani vujudga keltiradigan muomala va munosabatni psixologik omillari yuzasidan psixologik konsulm va treninglar o‘tib berishi;

- har bir fan o‘qituvchisi talabada nostandart fikrlashga shart-sharoit yaratib berishning zamonaviy mexanizmidan individual holda foydalanish mahorati va ko‘nikmasini kasbiy kompetentligiga aylantirish;

- pedagogik innovatsion ta’lim klasteri asosida pedagogika va psixologiya kafedralari maktabda ekspremental tadqiqotlarni amalga oshirgan holda, o‘quvchida mavjud rigidlikni bartaraf etish va deformatsion xarakter xususiyatni vujudga keltirish borasida hamkorlik qo‘shma dasturini ishlab chiqishi (bunda MTM, oila va maktabni klaster sxemasiga kiritishi, sababi, rigidlikning keltirib chiqaruvchi manba oila, MTM va maktab muhitidaga nofaol va nostandart yondashuv mahsuli hisoblanadi);

- pedagogik innovatsion ta’lim klasteri doirasida MTM, maktab va oila mexanizmi asosida bola emotsiyasiga ta’sir o‘tkazish orqali, unda kreativ fikrlashni ro‘yobga chiqarishning manfaatli tizimini yaratish;

- har xil psixologik o‘yin (surunkali va dominant bo‘lmaydigan ta’sir doiraga ega bo‘lgan) faoliyati bilan bolada sun’iy stresslarni yuzaga keltirish va uni bartaraf etishga xos bo‘lga individual irodaviy bardoshliligini o‘rganish, psixologik maslahatlar berish;

- stressga bardoshlilik darajasini oshirish borasida ijtimoiy psixologik treninglarni tashkil etish;

- institut (hozirgi universitet) miqyosida ushbu masalani doimiy va tizimli tadqiq etish yuzasidan yilda 2 marta psixologik test-so‘rovlarni amalga oshirib borish va natijasiga ko‘ra chora-tadbirlar rejasini ishlab chiqish.

Xulosa qilib aytganda, mamlakatimizda mobil mutaxassis tayyorlash bilan bog‘liq ta’limni rivojlantirish strategiyasiga doir keng ko‘lamli ta’lim xizmatlarini rivojlantirish, OTMda tahsil oluvchi talabalarda mobil funksiyani qaror toptirishning ijtimoiy pedagogik va psixologik omillarini rivojlantirish bilan tavsiflanadi. Mazkur masalalarni ijobiy hal etishda mobillik omillarini klassifikatsiyalashda etnopsixologik, ijtimoiy psixologiya, yosh davrlar psixologiyasi va kreativlik psixologiyasi metodlari (tarixiy, madaniy va ma’naviy omillari, iqtisodiy-ijtimoiy rivojlanish hamda demografik - yosh, jins, tug‘ilish darajasi, nikoh darajasi, o‘lim darajasi, ajralish masalalariga e’tibor qaratish)dan samarali foydalanish maqsadga muvofiq bo‘lib, zamonaviy psixologik yondashuvlarni pedagogik texnologiyalar bilan amaliyotda uyg‘unligini ta’minlash muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, talabalarning axborot bilan ishlash kompetentligini shakllantirishda informatsion mobillik omillarindan maqsadli foydalanish lozim. Informatsion mobillik, talabalarining axborotni olish va o‘zlashtirishga bo‘lgan qobiliyati, undan faol foydalanishga yo‘naltirish, ma’lumotni qo‘yilgan vazifalarga muvofiq moslashtirish, informatsion oqimlar tezligi va rang-barangligiga barqaror sog‘lom yondashuv kompetentligini shakllantirishga nisbatan ko‘nikmalarni zamonaviy talabaning shaxs xususiyatiga aylantirishni psixologik omillarini ta’lim mazmunga singdirilganligi bilan tavsiflanadi.

Adabiyotlar:

1. Eshnaev N.J. Character as an individual and psychological feature // Fan, ta’lim va amaliyot integratsiyasi. 2021. № 2.

2. Eshnaev N.J. Negative impact of discriminatory factors on mobile and adaptive relationships of students // Science and innovation international scientific journal volume 2 issue 5 may 2023 Uif-2022: 8.2.

3. Заславская Т.И., Ривкина Р.В. (ред.) Трудовая мобильность как предмет экономико-социологического исследования. // Методологические проблемы социологического исследования мобильности трудовых ресурсов. Новосибирск, 1974.

4. Зеер Э.Ф., Кормилцева М.В. Социально-личностные компетенции и профессиональная мобильность как целевая ориентация образования // Сибирский педагогический журнал, 2009, №. 10, С. 72-78.

5. Игошев Б.М. Организационно-педагогическая система подготовки профессионально- мобильных специалистов в педагогическом университете. - Москва, ВЛАДОС, - 2008. - 201 с.

6. Никитина Е.А. Педагогические условия формирования профессиональной мобильности будущего педагога. Дис. Иркутск, 2007.

7. Панкова Т.Н. Профессиональная мобильность как неотъемлемая характеристика современного специалиста в системе непрерывного профессионального образования // Вестник Воронеж. гос. унта. Сер.: Проблемы высшего образования, 2013, №. 1, С. 99-102.

8. Солоненко В.А. Формирование профессиональной мобильности будущих экономистов-менеджеров в образовательном процессе вуза. Дис. Брянск, 2010.

9. Стариченко Б.Е. Синхронная и асинхронная организация учебного процесса в вузе на основе информационно-технологической модели обучения // Педагогическое образование в России, 2013, №. 3, с. 23-31.

Orunbayev Azamat,
Buxoro davlat universiteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasi mustaqil izlanuvchisi
azamatorunbayev@gmail.com

TALABALARNING MASHG’ULOTLARGA BO’LGAN MOTIVATSIYALARINI OSHIRISH

Annotatsiya. *Ushbu tadqiqotning maqsadi; Jismoniy madaniyat 1-2-kurs talabalarning jismoniy tayyorgarlikka qatnashish motivatsiya darajalarini o‘rganishdir. Tadqiqotda 2023-2024-o‘quv yilida qulay tanlash usuli bilan aniqlangan 50 nafar talaba ishtirok etdi. Tahlil natijalariga ko‘ra, sport turi bo‘yicha jamoaviy sport turlari bilan shug‘ullanuvchi talabalarning motivatsiyasi yuqori ekanligi aniqlangan. Kurs darajasi oshishi bilan motivatsiya pasayishi kuzatilgan. Jins va yosh o‘zgaruvchilariga ko‘ra esa motivatsiyada ahamiyatli farq topilmagan.*

Kalit so‘zlar*: jismoniy tayyorgarlik, motivatsiya, talaba, sport, jismoniy faoliyat, psixologik rivojlanish, kurs darajasi.*

ПОВЫШЕНИЕ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ТРЕНИРОВКАМ

Аннотация. *Цель данного исследования – изучить уровень мотивации студентов 1-2 курсов факультета физической культуры к участию в физической подготовке. В исследовании приняли участие 50 студентов, отобранных методом удобной выборки в 2023-2024 учебном году. Согласно результатам анализа, мотивация студентов, занимающихся командными видами спорта, оказалась выше. При этом с увеличением курса наблюдается снижение мотивации. По переменным пола и возраста значительных различий в мотивации выявлено не было.*

Ключевые слова: *физическая подготовка, мотивация, студент, спорт, физическая активность, психологическое развитие, уровень курса.*

INCREASING STUDENTS' MOTIVATION FOR TRAINING

Abstract. *The purpose of this study is to examine the motivation levels of 1st and 2nd-year physical culture students to participate in physical training. A total of 50 students, selected using a convenience sampling method during the 2023-2024 academic year, participated in the study. According to the analysis results, the motivation of students engaged in team sports was found to be higher. However, a decrease in motivation was observed with an increase in course level. No significant differences in motivation were found based on gender and age variables.*

Keywords: *physical training, motivation, student, sport, physical activity, psychological development, course level.*

Kirish. Jismoniy faoliyat inson tanasini harakatga keltirgan holda, jismoniy, hissiy, ijtimoiy va ruhiy rivojlanishni qo‘llab-quvvatlab, sog‘lom va sifatli hayot uchun muhim omil hisoblanadi. Jismoniy tayyorgarlikka qatnashish inson hayot sifatini oshirishi va kasalliklardan himoya qilish uchun muhim qadamlar bo‘lishi mumkin. Jismoniy faoliyat aerobik, anaerobik yoki statik va dinamik kabi mashg‘ulotlarning xususiyatiga qarab farq qilishi mumkin [8; 248-263.].

Insonlarni jismoniy tayyorgarlikka jalb qilishga undovchi sabablar orasida muvaffaqiyat/martaba, atrof-muhit, ijtimoiylashuv, vaqtni mazmunli o‘tkazish va hayot sifatini yaxshilash kabi motivatsiya manbalari mavjud. Sog‘lom va sifatli hayot kechirish uchun muntazam va intizomli tarzda jismoniy faoliyat bilan shug‘ullanish zarur. Jismoniy faoliyat nafaqat jismoniy moslashuvni ta’minlaydi, balki stress bilan kurashishni ham osonlashtiradi. [9; 203-215 b.].

Bugungi kunda talabalarning jismoniy tayyorgarlikga qiziqishi kamayib bormoqda. Bu holat texnologik rivojlanishning qulayliklar yaratishi, mehnat sharoitlarining mental charchoqqa sabab bo‘lishi va an’anaviy o‘yinlar o‘rniga elektron o‘yinlarga bo‘lgan qiziqish bilan bog‘liqdir. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, muntazam jismoniy faoliyat bilan shug‘ullanish imkoniyatiga ega bo‘lmagan talabalarning tana massasi indeksi yuqoriroq bo‘ladi. Ushbu natijalar muntazam jismoniy faoliyat bilan shug‘ullanmaydigan shaxslarda psixologik va jismoniy muammolarni ko‘proq uchratish ehtimolini ko‘rsatadi. [4; 10-14 b.].

Buning asosiy sababi passiv turmush tarzini qabul qilishdir. Passiv turmush tarzi hayot sifatiga salbiy ta’sir qiladi va ayrim kasalliklarning rivojlanish ehtimolini oshiradi. Jismoniy tayyorgarlikga qatnashish yoki

undan voz kechish sabablarini ko‘rib chiqadigan bo‘lsak, shaxsning motivatsion yondashuvi juda muhim rol o‘ynashini aytish mumkin. [5; 14-18 b.].

Motivatsiya - bu, insonni o‘z maqsad va niyatlariga erishish yo‘lida harakat qilishga undovchi va ushbu jarayon davomida maqsad sari yo‘naltiruvchi kuchdir. Boshqa bir ta’rifda esa, motivatsiya insonlarni biror ehtiyojni qondirish uchun harakat qilishga undaydigan istak sifatida talqin etiladi. Bu istak ehtiyojlar qondirilgan paytgacha insonda mavjud bo‘ladi. Texnologiyadagi rivojlanishlar, moddiy tashvishlar, imtihonlarga tayyorgarlik va hayot sur’atining ortishi kabi sabablar jismoniy tayyorgarlikga ajratiladigan vaqtni cheklab qo‘yadi. Shunga qaramay, jismoniy tayyorgarlikni doimiy ravishda amalga oshiruvchi shaxslarni bunga undovchi sabablarni aniqlash muhim ahamiyat kasb etmoqda. [5; 13-51.]. Bu sabablarga e’tibor qaratish, shaxslarni jismoniy tayyorgarlikga jalb qilishda samarali choralar ishlab chiqishga yordam beradi. Ushbu tadqiqotning maqsadi - Jismoniy madaniyat talabalarning jismoniy tayyorgarlikga qatnashish motivatsiyalarini turli o‘zgaruvchilar doirasida o‘rganishdir.

Tadqiqot doirasida quyidagi savollarga javob izlangan.

- Jismoniy madaniyat talabalarning jismoniy tayyorgarlikga qatnashish motivatsiya darajalari qanday?
- Jins o‘zgaruvchisiga ko‘ra motivatsiya darajalari o‘rtasida farq bormi?
- Yosh o‘zgaruvchisiga ko‘ra motivatsiya darajalari qanday o‘zgaradi?
- Kurs darajasiga ko‘ra jismoniy tayyorgarlikga qatnashish motivatsiyalarida statistik ahamiyatli farq mavjudmi?
- Talabalarning sport turi motivatsiyaga qanday ta’sir ko‘rsatadi?

Tadqiqot usuli. Jismoniy madaniyat talabalarning jismoniy tayyorgarlik motivatsiyalarini o‘rganishga qaratilgan ushbu tadqiqotda kuzatuv modeli qo‘llanilgan. Tadqiqotning ishchi guruhini 2023-2024-o‘quv yilida Osiyo Xalqaro Universitetining jismoniy madaniyatda tahsil olayotgan, qulay tanlash usuli bilan aniqlangan 50 nafar talaba tashkil etadi.

Ma’lumotlarni tahlil qilish. Tadqiqotda olingan ma’lumotlar SPSS 24,0 dasturiga kiritildi. Tadqiqot guruhi bo‘lgan 50 talabaning ma’lumotlari statistik tahlilga moslash uchun dastlabki tayyorlov jarayonidan o‘tkazildi. Koeffitsientlari ushbu jarayonda muhim bo‘lib, ularga alohida e’tibor qaratildi. Bu natijalarga ko‘ra, ma’lumotlar normal taqsimot ko‘rsatgan va statistik tahlillarda parametrik testlardan foydalanilgan.

Ma’lumotlarni tahlil qilishda ishtirokchilarning demografik xususiyatlarini tasvirlash uchun chastota (frekans) tahlili qo‘llanildi. O‘zgaruvchilar (jins, yosh, kurs) bo‘yicha motivatsiya o‘lchovlari o‘rtasidagi farqlarni aniqlash uchun t-testi va ANOVA tahlili ishlatildi. O‘zgaruvchilar o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlash uchun esa korrelyatsiya tahlili qo‘llanildi. Testlarda statistik ahamiyatlilik darajasi 0,05 sifatida belgilangan.

SPSS 24,0: Bu statistik tahlil dasturi bo‘lib, ma’lumotlarni tartiblash, tahlil qilish va natijalarni tasvirlash uchun ishlatiladi. Tadqiqotda talabalarning ma’lumotlari dastlab shu dasturga kiritilgan va tahlilga tayyorlangan.

Chastota (Frekans) Tahlili: Bu tahlil yordamida ishtirokchilarning demografik xususiyatlari (jins, yosh, kurs kabi) son va foiz ko‘rinishida tasvirlanadi. Tadqiqotda ishtirok etgan talabalarning 60% erkak, 40% ayol ekanligini aniqlash uchun ishlatiladi.

T-testi: Ikki guruh o‘rtasidagi farqni aniqlash uchun ishlatiladi. Masalan, erkak va ayol talabalarning motivatsiya darajasi o‘rtasidagi farqni aniqlashda foydalaniladi. Agar erkaklarning motivatsiya ko‘rsatkichi ayollarga nisbatan yuqori bo‘lsa, bu t-test orqali ko‘rsatiladi.

ANOVA (Dispersion tahlili): Uch yoki undan ko‘p guruhlar o‘rtasidagi farqlarni aniqlash uchun ishlatiladi. Masalan, 1-kurs va 2-kurs talabalarning motivatsiya darajalarini solishtirishda. Kurs darajasi oshishi bilan motivatsiya pasayishini aniqlash uchun ANOVA ishlatilgan.

Korrelyatsiya tahlili: Bu tahlil yordamida ikki o‘zgaruvchi o‘rtasidagi bog‘liqlik (munosabat) aniqlanadi. Masalan, haftalik sport soati bilan motivatsiya darajasi o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlash uchun ishlatiladi. Ko‘proq sport qilgan talabalarning motivatsiyasi yuqoriroq bo‘lsa, bu korrelyatsiya orqali ko‘rsatiladi.

Statistik ahamiyatlilik ($P<0,05$): **Testlar natijasida olingan farq yoki bog‘liqlik tasodifiy emas, haqiqiy deb hisoblanadi. Agar $p<0,05$ bo‘lsa, bu farq yoki bog‘liqlik statistik jihatdan ahamiyatli hisoblanadi.**

SS (Standard Deviation), bir veri to‘plamidagi har bir qiymatning o‘rtachadan qanchalik farqlanishini o‘lchaydi. Agar SS kichik bo‘lsa, ma’lumotlar o‘rtachaga yaqin joylashgan. Agar SS katta bo‘lsa, ma’lumotlar o‘rtachadan juda uzoqlashgan bo‘ladi.

1-jadval.

O‘zgaruvchi	Kategoriya	n	%
Jins	Erkak	30	60
	Ayol	20	40
Yosh	18-24	45	90
	25-30	5	10
Kurs	1-kurs	30	60
	2-kurs	20	40
Sport turi	Individual sport turlari	25	50
	Jamoaviy sport turlari	25	50

Ishtirokchilarga oid natijalar

Jins: Erkaklar (30 kishi, 60%) tadqiqot ishtirokchilarining ko‘p qismini tashkil etadi. Ayollar (20 kishi, 40%) esa qolgan qismni tashkil qiladi. Bu, tadqiqotda erkaklar soni ayollarga qaraganda ko‘proq ekanligini ko‘rsatadi.

Yosh: 18-24 yosh oralig‘idagi talabalar (45 kishi, 90%) tadqiqotning asosiy qatnashchilari bo‘lgan. 25-30 yosh oralig‘idagi talabalar (5 kishi, 10%) esa kamroq. Bu, tadqiqotning aksariyat qatnashchilari yoshroq talabalardan iborat ekanligini bildiradi.

Kurs: 1-kurs talabalari (30 kishi, 60%) ko‘pchilikni tashkil qiladi. 2-kurs talabalari (20 kishi, 40%) esa qolgan qismni tashkil qiladi. Bu natija, tadqiqotning asosan birinchi kurs talabalari orasida o‘tkazilganligini ko‘rsatadi.

Sport Turi: Individual sport turlari bilan shug‘ullanuvchilar (25 kishi, 50%) va jamoaviy sport turlari bilan shug‘ullanuvchilar (25 kishi, 50%) teng taqsimlangan.

Bu, individual va jamoaviy sport turlari bilan shug‘ullanish motivatsiyasi bir xil darajada o‘rganilganligini bildiradi.

Xulosa: Tadqiqotda qatnashganlar orasida ko‘proq yosh (18-24 yosh) va erkak talabalar bor. 1-kurs talabalari ko‘pchilikni tashkil qiladi, bu esa birinchi kursda sport va motivatsiyani o‘rganish muhimligini ko‘rsatadi. Individual va jamoaviy sport turlari teng miqdorda tahlil qilingan, bu esa sport turlarini solishtirish uchun imkon yaratgan.

2-jadval.

O‘lchovga doir tasviriy statistika

n	min.	max.	o‘rtacha	ss
Jismoniy tayyorgarlikga qatnashish motivatsiyasi o‘lchovi	50	40.00	75.00	68.54

2-jadvalga ko‘ra, talabalarning jismoniy tayyorgarlikka qatnashish motivatsiya darajalari yuqori ekanligi aniqlangan (O‘rtacha = 68.54).

3-jadval.

T-testi natijalari

o‘zgaruvchi	n	o‘rtacha (x)	ss	t	p
Jins	Erkak	30	69.12	8.25	0.824
	Ayol	20	67.84	8.75	
Sport turi	Individual sport	25	66.24	9.12	-2.457
	Jamoaviy sport	25	70.86	7.21	

3-jadvalga ko‘ra, Jins o‘zgaruvchisiga ko‘ra, jismoniy tayyorgarlikka qatnashish motivatsiyasi o‘lchovi ballarida statistik jihatdan ahamiyatli farq topilmagan ($p>0.05$). Sport turi o‘zgaruvchisiga ko‘ra esa statistik jihatdan ahamiyatli farq aniqlangan ($p<0.05$). Jamoaviy sport bilan shug‘ullanuvchi talabalarning motivatsiya darajasi yuqori ekanligi qayd etilgan (O‘rtacha = 70.86).

4-jadval.

ANOVA tahlili natijalari

O‘zgaruvchi	n	O‘rtacha (x)	ss	f	p
Yosh	18-24	45	69.24	8.45	2.315
	25-30	5	66.84	9.12	

4-jadvalga koʻra, yosh oʻzgaruvchisiga koʻra jismoniy tayyorgarlikka qatnashish motivatsiyasi oʻlchovi ballarida statistik jihatdan ahamiyatli farq aniqlanmagan (p>0.05). Ammo, statistik farq topilmagan boʻlsa ham, 18-24 yosh oralig‘idagi talabalarning motivatsiya darajalari boshqa yosh guruhlariga nisbatan yuqoriroq ekanligi kuzatilgan (oʻrtacha = 69.24).

5-jadval.

Korrelyatsiya testi natijalari

Oʻzgaruvchi	**r**	**p**
Kurs darajasi	-0.229**	0.000

5-jadvalga koʻra, kurs darajasi bilan jismoniy tayyorgarlikka qatnashish motivatsiyasi oʻrtasida teskari yoʻnalishda, past darajadagi va statistik jihatdan ahamiyatli bog‘liqlik aniqlangan (r =-0.229; p<0.05). Kurs darajasi oshishi bilan motivatsiya darajasi pasaygani kuzatilgan.

Xulosa. Ushbu tadqiqotda, jismoniy madaniyatda tahsil olayotgan 50 nafar talabaning jismoniy tayyorgarlikka qatnashish motivatsiyasi darajalari oʻrganildi. Talabalarning jismoniy tayyorgarlikka qatnashish motivatsiyasi darajalari yuqori ekani aniqlandi. Talabalar oʻzlariga mos boʻlgan sport turi orqali mavjud qobiliyatlarini rivojlantirishga va yangi qiziqishlarni kashf qilishga intilishgani tufayli motivatsiya darajasi yuqori ekanligini ta’kidlash mumkin.

Jins oʻzgaruvchisiga koʻra motivatsiya darajasida statistik ahamiyatli farq topilmadi. Erkak va ayol talabalarning jismoniy tayyorgarlikka qatnashishda oʻxshash darajada ichki va tashqi motivatsiya omillariga ega ekanligi kuzatildi.

Sport turi oʻzgaruvchisiga koʻra, jamoaviy sport bilan shug‘ullanuvchi talabalarning motivatsiya darajalari yuqori ekanligi aniqlandi. Jamoaviy sport turlarida talabaning oʻzini guruh a’zosi sifatida his qilishi va jamoa bilan oʻzaro bog‘lanish oʻrnatishi motivatsiyani oshirishi mumkin.

Yosh boʻyicha statistik ahamiyatli farq topilmagan boʻlsa-da, 18-24 yosh oralig‘idagi talabalarning motivatsiya darajasi yuqori boʻlganligi qayd etildi. Yosh kattalashgani sayin ichki motivatsiyadan tashqi motivatsiya muhimroq boʻlishi mumkin.

Kurs darajasiga koʻra jismoniy tayyorgarlikka qatnashish motivatsiyasi oʻrtasida teskari bog‘liqlik kuzatildi. Kurs darajasi oshishi bilan talabalarning motivatsiyasi kamaygani aniqlangan. Yuqori kursdagi talabalar oʻqish yuklamalari va kelajak xavotirlari tufayli jismoniy tayyorgarlikga kamroq vaqt ajratishi mumkin.

Mazkur tadqiqot natijalari yoshlarni sportga jalb qilish, ularga mos faoliyatlar orqali qiziqish uyg‘otish va motivatsiyani saqlab qolishda foydali boʻlishi kutilmoqda. Kelgusidagi tadqiqotlarda oilaviy, iqtisodiy, ijtimoiy va madaniy omillarni ham hisobga olib, yoshlarning sportga qatnashish darajasini oshirishga qaratilgan strategiyalar ishlab chiqilishi lozim.

Adabiyotlar:

1. Абдуллаев М.Ж. Ёш енгил атлетикачиларнинг машғулот самарадорлигини оширишда ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикасини такомиллаштириш. п.ф.ф.д.(PhD) диссер... автореферати**,** Т.: 2019, 72 бет.

2. Абдуллаев М.Ж. Бошланғич тайёргарлик босқичида шуғулланувчи ўсмир енгил атлетикачиларнинг жисмоний тайёргарлиги динамикаси // “Фан-спортга” илмий назарий журнал. – Тошкент, 2018, № 2. 13-15 б.

3. Абдуллаев М.Ж. О некоторых особенностях кинематики метания диска с места // Система менеджмента качества в вузе: здоровье, образованность, конкурентоспособность. Сб. науч. тр. VII Междунар. науч. - практ. конф., 2018, С. 7-10.

4. Абдуллаев М.Ж. Физкультурно-оздоровительные подходы в процессе физического воспитания студентов вузов // Система менеджмента качества в вузе: здоровье, образованность, конкурентоспособность. Сб. науч. тр. VII Междунар. науч. - практ. конф., 2018, С. 10-14.

5. Абдуллаев М.Ж. Swot-анализ в структуре информационных технологий физического воспитания // Система менеджмента качества в вузе: здоровье, образованность, конкурентоспособность. Сб. науч. тр. VII Междунар. науч. - практ. конф., 2018, С. 14-18.

6. Абдуллаев М.Ж. Взаимосвязь физического и психического развития детей в процессе физического воспитания. // Журнал Вестник интегративной психологии. Ярославль, 2018. № 17. С. 10-13.

7. Анисимова М.В. Занимаясь оздоровительной аэробикой // Физическая культура в школе. 2004, №6 29 с.

8. Brodkin, P., & Weis, M. R., (1990). Developmental differences in motivation for participating in competitive swimming. // ournal of Sport and Exercise Psychology, 12, 248-263.

9. Gould, D., Feltz, D., & Weiss, M. (1985). Motives for Participating in competitive youth swimming. // International Journal of Sport Psychology, 4, 203-215.

10. Ryan, Richard M., James P. Connell, ve Edward L. Deci (1985). "A Motivational Analysis Of Self-Determination and self regulation in education. // In C. Ames & R. E. Ames (Eds.)," Research On Motivation İn Education: The Classroom Milieu 2, 13-51.

UO‘K 37065

Palvannazirova Yulduz Hasanboy qizi,
Urganch davlat pedagogika insituti tayanch doktoranti
yusupovoybek220620@gmail.com

OLIY TA‘LIM MUASSASALARIDA TALABALARNI OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASHNING METOD VA VOSITALARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada hozirgi davrda yurtimizda oila va oilaviy masalalariga juda katta e’tibor qaratilganligi hatto oilaviy munosabatlar siyosat darajasiga ko‘tarilganligi, shuningdek, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash masalalari ham bayon qilingan. Mazkur maqolada yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash masalalari bo‘ycha bir qancha olimlarning ko‘rsatmalari, fikr va mulohazalari ham keltirib o‘tilgan.Shu bilan bir qatorda oliy ta’lim muassasalarida talaba yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda qo‘llaniladigan ta’lim metodlari (maruza, hikoya, suhbat, tushuntirish) shu bilan bir qatorda tarbiya metodlarida (namuna, nasihat, yo‘riqnoma) kabi metodlar batafsil yoritib o‘tilgan. Shuningdek talabarni oilaviy hayotga tayyorlashda qo‘llaniladigan eng muhim vositalar (kitoblar, audio, video) materiallar,va boshqalar muxtasar holda bayon qilingan. Anketa metodi yordamida talaba yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda qo‘llaniladigan eng muhim vositalar haqidagi fikr mulohazalari yoritib borilgan Oliy ta’lim muassasalarida ta’lim metodlari, tarbiya metodlari va vositalarini qo‘llash natijasida, talabalarda oila, oilaviy munosabatlar, ota-onalik masuliyati, farzand burchi, farzand tarbiyasi haqidagi tushunchalar paydo bo‘la boshlaydi.Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash ma’suliyatli uzoq va uzviy davom qiladigan jarayon, ya’ni faqtgina ta’lim muassasalarida emas, balki oila muhitida bolalik paytida boshlab oilaviy hayotga tayyorgarlik boshlanadi.*

Kalit so‘zlar: *metod, vosita, empatiya, identifikatsiya, suhbat, hikoya, nasihat, namuna, yo‘riqnoma tushuntirish.*

МЕТОДЫ И СРЕДСТВА ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ К СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Аннотация. *В данной статье описывается, что в настоящее время в нашей стране уделяется огромное внимание вопросам семьи и семейным проблемам, причём семейные отношения даже подняты на уровень государственной политики. Также рассматриваются вопросы подготовки молодёжи к семейной жизни. В статье приводятся рекомендации, мнения и комментарии ряда учёных по вопросам подготовки молодёжи к семейной жизни. Кроме того, подробно освещены методы обучения (лекция, рассказ, беседа, объяснение) и методы воспитания (пример, совет, инструкция), используемые в высших учебных заведениях для подготовки студентов к семейной жизни. Также кратко изложены наиболее важные средства (книги, аудио, видео материалы и другие), применяемые при подготовке студентов к семейной жизни. С помощью метода анкетирования были выявлены мнения о наиболее важных средствах, используемых для подготовки студенческой молодёжи к семейной жизни. В результате применения методов обучения, воспитания и различных средств в высших учебных заведениях у студентов начинают формироваться понятия о семье, семейных отношениях, родительской ответственности, долге детей и воспитании детей. Подготовка молодёжи к семейной жизни - это ответственный, длительный и непрерывный процесс, который начинается не только в учебных заведениях, но и в семейной среде с самого детства.*

Ключевые слова: *метод, средство, эмпатия, идентификация, беседа, рассказ, совет, пример, инструкция, объяснение.*

METHODS AND TOOLS FOR PREPARING STUDENTS FOR FAMILY LIFE IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Abstract. *This article discusses the significant attention currently given to family matters in our country, which has elevated family relations to the level of policy. It also addresses issues related to preparing young people for family life. The article presents guidelines, opinions, and considerations of several scholars on preparing youth for family life. Furthermore, it details the educational methods used in higher education institutions to prepare students for family life, such as lectures, storytelling, conversations,*

and explanations, along with upbringing methods like setting examples, giving advice, and providing instructions. The most important tools used in preparing students for family life, including books, audio, and video materials, are briefly described. The article also presents opinions on the most crucial tools for preparing young people for family life, gathered through a survey method. As a result of applying these educational methods, upbringing techniques, and tools in higher education institutions, students begin to develop concepts of family, family relations, parental responsibility, filial duty, and child-rearing. Preparing young people for family life is a responsible, long-term, and continuous process that begins not only in educational institutions but also in the family environment from childhood.

Keywords: *method, tool, empathy, identification, conversation, story, advice, example, instruction, explanation.,*

Kirish. O‘zbekiston Respublikasi mustaqillikning ilk kunlaridan boshlab, yoshlarni har tomonlama yetuk, barkamol shaxs qilib tarbiyalashga alohida e’tibor qaratilgan. Bu jarayonda ilm-fan va texnikaning rivojlanishi, umuminsoniy qadriyatlar bilan birga, zamon talablariga javob beradigan ta’lim tizimining shakllanishi muhim ahamiyatga ega. Yosh avlodni ma’nan yetuk qilib tarbiyalashda ta’lim muassasalaridagi faoliyatning o‘rni beqiyosdir.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyevning “Harakatlar strategiyasi” dasturida yoshlar tarbiyasiga, ularning o‘zligini saqlab qolishiga alohida e’tibor berilgan. Oila, oilaviy tarbiya va yoshlarni oilaga tayyorlash muammolari atroflicha hal qilingan. Umuman olganda, O‘zbekistonning yosh avlodini oilaviy hayotga tayyorlash masalasi nafaqat ta’lim muassasalari, balki jamiyatning barcha qatlamlarida alohida e’tibor va jiddiy yondashuvni talab etadi. Bu jarayonlarda davlat va jamoat tashkilotlarining hamkorligi, oila va ta’lim muassasalari o‘rtasidagi aloqalarni kuchaytirish yoshlarning ma’nan yetuk bo‘lishiga xizmat qiladi.[1.20b]

O‘zbekiston Respublikasi mustaqillikning ilk kunlaridan boshlab yoshlarni har tomonlama yetuk barkamol shaxs qilib tarbiyalashga bor imkoniyatlarini yo‘naltirildi. Umuminsoniy qadriyatlar zamirida ilm - fan, texnika bugungi kunda talab darajasida rivojlanmoqda. Faqatgina uning imkoniyatlaridan samarali foydalanishda ongli yondashuv talab etiladi. O‘sib ulg’ayib kelayotgan yosh avlodni ma’nan yetuk qilib tarbiyalashda ta’lim muassasalaridagi ta’limiy-tarbiyaviy faoliyat muhim ko‘rsatkich hisoblanadi.[2.33b]

Asosiy qism. Oila, oila tarbiyasi, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash muammosi pedagog, psixolog, sosiolog, faylasuf va jamiyatshunos olimlar tomonidan atroflicha o‘rganib kelinmoqda. Markaziy Osiyoda yashab o‘tgan qomusiy olimlardan Abu Nasr Forobiy, Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali ibn Sino, Yusuf Xos Hojib, Ahmad Yugnakiy, Abdurahmon Jomiy, Alisher Navoiy, shuningdek, Mahmudxo’ja Behbudiy, Abdulla Avloniy, Cho’lpon, Abdurauf Fitrat kabi ma’rifatparvar bobolarimizning asarlarida ushbu masalaga alohida e’tibor berilgan.[3.45b] Keyingi yillarda oila, oila tarbiyasi va yoshlarni oilaga tayyorlashga bag’ishlangan bir qator ilmiy-tadqiqot ishlari amalga oshirildi. Jumladan, Y.P.Azarov, G.M.Hamidova, A.K.Atoyev, M.J.Inoyatova, O.To’rayeva, M.Ochilov, J.Yo’ldoshev M.Quronovlarning ushbu masalaga oid yozgan darslik, o‘quv qo‘llanma, uslubiy tavsiya, ilmiy maqola va tadqiqot ishlarida o‘z aksini topgan. [5.78b]

Psixolog olimlardan M.Sherbayev, V.Karimova, G’.Shoumarov, E.G’oziyev, Sh.Baratovlarning ilmiy-tadqiqot ishlarida oila tarbiyasining muhim jihatlarini o‘rganganlar Oila va yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash muammolari masalasida pedagog olimlardan A.Munavvarov, O.Musurmonova, M.Inomova, M.Mahmudova, A.Muxsiyevalar o‘zlarining ilmiy-tadqiqot ishlarida ushbu masalalarni yoritib berishgan. Dastlab yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash o‘zi nima degan savolga javob beradigan bo‘lsak [7.67b]

“Tayyorgarlik” tushunchasi birinchi marta eksperimental psixologiyada paydo bo‘lgan A.A.Uxtomniskiyning ilmiy faoliyati natijasida A.V. Krutetskiy, B.G.Ana Neva, D.N. Uznadze, ishlarida va pedagogik tadqiqotlar va pedagogik adabiyotlarda “tayyorlik” tushunchasi ishlatila boshlagan. Bunga ko‘ra .muammoni muvaffaqiyatli hal qilish,biron bir faoliyatga qiziqish va muvaffaqiyatga erishish va o‘zini eng yaxshi tomondan ko‘rsatishda tayyorgarlik bilan amalga oshadi deb ta’kidlaganlar.[10]

Shuningdek, xalqimiz azal azaldan ham oila va nikoh masalalariga katta e’tibor bergan. **Nikoh** tushunchasining lug‘aviy ma’nosiga e’tibor qaratishimiz lozim. “Nikoh” so‘zi-o‘zbek tilining izohli lug‘atida “qo‘shilish, jamlanish, yaqinlashish” ma’nolarini anglatadi[11.50b]. Ya’ni qarama-qarshi jins vakillarining halol pok yo‘l orqali oila bo‘lib yashashlarini ta’minlovchi aloqalardan biridir. Nikoh insonlar o‘rtasidagi eng muqaddas ibodat darajasiga ko‘tarilgan aloqadir. Chunki nikoh Alloh taoloning amri Payg‘abarimiz {s.a.v.}sunnati, mo‘min musulmonlarning guvohligi asosida quriladi.Insoniyatning Odam alayhisallomdan to hozirgacha yetib kelgan ibodati nikoh va iymondir.[12.36b]

Chunki nikoh odamzod avlodining davomiyligini ta’min etuvchi zaruratdir.Ma’lumki oila jamiyat ichidagi bir bino hisoblanib uning g‘ishtlari nikohdir.G‘ishtlar qay darajada mustahkam pishiq bo‘lsa bino ham mustahkam bo‘ladi. Oila har bir jamiyatning boshlang‘ich hujayrasi hisoblanadi. Oila ichidagi aloqalar, uning a’zolari o‘rtasidagi munosabatlar nikoh orqali yaratiladi va mustahkamlanadi. Nikohning kuchi, oilaning mustahkamligi va farovonligi asosan uning asosida yotgan ijtimoiy va ma’naviy qadriyatlar, bir-birini tushunish va qo‘llab-quvvatlashga bog‘liq.Yoshlarni oilaviy munosabatlarga tayyorlashda oliy ta’lim muasssalarida o‘ziga hos metod va vositalardan foydalaniladi. Metod va vosita o‘zi nima degan savolga javob beradigan bo‘lsak.

Metodologiya. Metod, umuman olganda, maqsadga erishish usuli bo‘lib, belgilangan tartibda faoliyat olib borishni anglatadi. umumiy ma’noda - maqsadga erishish usuli, ma’lum tarzda tartibga solingan faoliyat”.

Vosita esa ta’lim jarayonida foydalaniladigan material yoki resurslar bo‘lib, o‘quvchilarning o‘zlashtirish jarayonini osonlashtiradi. Oliy ta’lim muassasasida yoshlarni nikoh va oilaviy hayotga tayyorlashda quyidagi ta’lim metodlaridan keng qo‘llaniladi:[13.45b]

Suhbat metodi. Yoshlar bilan oilaviy hayot, munosabatlar, va nikoh haqida ochiq va samimiy suhbatlar o‘tkazish, ularning fikr va mulohazalarini tinglash.

Hikoya metodi. Hayotiy hikoyalar va misollar orqali oilaviy munosabatlarni o‘rganish va tajribalar bilan bo‘lishish.

Tushuntirish metodi. Oila psixologiyasi va oilaviy munosabatlar haqida bilim berish, ushbu jarayonlarni tushunishga yordam berish.

Suhbat metodi-Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda oilaviy hayot, oilaviy munosabatlar, qadriyatlar va farzand tarbiyasi bilan bog’liq turli masalalarni aniqlash va tahlil qilish uchun ishlatiladi. Bu metod orqali yoshlarning oilaviy ehtiyojlari shuningdek oilaviy munosabatlarda yuzaga keladigan muammolarini chuqurroq tushunish imkonini beradi. Suhbat metodidan foydalanishning asosiy maqsadi quyidagilar hisoblanadi.

1.Yoshlarning oilaviy hayotga tayyorgarligini baholash: Ya’ni ularning nikoh, oila, farzand tarbiyasiga oid bilim, ko‘nikma va munosabatlarini aniqlash.

2.Umid va qo‘rquvni aniqlash: Yoshlar oilaviy hayotdan nimani kutishlarini va ularda oilaviy munosabatlarga qo‘rquv borligini tushunish imkonini beradi

3.Oilaviy hayotga tayyorlov dasturlarini ishlab chiqish: Yoshlarning real talab va talablaridan kelib chiqqan holda dasturlarni tashkil etish.

Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda suhbat metodidan foydalanish kadrlar tayyorlashga yanada to‘g‘ri va maqsadli yondashishga, yoshlarni muvaffaqiyatli va baxtli oilaviy hayot kechirishi uchun zarur bilim va ko‘nikmalarga ega bo‘lishiga xizmat qilmoqda.

Hikoya metodi. Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda katta ahamiyatga ega chunki bu metod orqali talabalarga hayotiy hikoyalar va shaxsiy hikoyalardan foydalangan holda ularning oilaviy hayotga oid qarashlari, madaniyati va qadriyatlari,chuqurroq o‘rgatiladi.Shuningdek bu metod talabalarda Empatiya,va Identifikatsiyani shakllantiradi, ya’ni talabalarga o‘zlarini boshqalarning hikoyalarida ko‘rishga yordam beradi, bu esa talabalarda empatiyani rivojlantirishga va oiladagi rollarni yaxshiroq tushunishga yordam beradi. Identifikatsiya o‘z-o‘zini aks ettirish: talabalar o‘zlarining qadriyatlari va taxminlarini yaxshiroq tushunishlariga yordam beradi.

Hikoya metodi nikoh, oiladagi o‘zaro muloqot, nizolarni hal qilish, oilada ota- ona va farzandlar rollari kabi asosiy tushunchalarni tasvirlash uchun foydalaniladi. Talabalar boshqalarning hikoyalarini muhokama qilish va tahlil qilish, tanqidiy fikrlash va empatiya ko‘nikmalarini rivojlantirish, oilaviy hayot uchun zarur bo‘lgan ko‘nikmalarni mashq qilish uchun amaliy mashg’ulotlarda rolli o‘yinlarni o‘tkazish kengroq auditoriya uchun ta’lim vositasi bo‘lib xizmat qilishi mumkin bo‘lgan asosiy metodlardan biri hisoblanadi. Yoshlarning oilaviy hayotga munosabatini o‘rgatishda hikoya metodidan foydalanish nikoh va oila bilan bog‘liq qiyinchiliklar va quvonchlarni chuqurroq tushunishga imkon beradi.

Tushuntirish metodi. Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda asosan talabalarga oilaviy munosabatlarni muvaffaqiyatli yaratish va saqlash uchun zarur bilim, ko‘nikma va munosabatlarni o‘zlashtirishga yordam beradigan ta’lim metodi hisoblanadi Ushbu metoddan ma’ruza darslarida amaliy mashg’ulotlar va seminarlarda foydalanish mumkin.Ta’lim tarbiya jarayonida tushuntirish metodidan foydalanishning asosiy maqsadi quyidagicha

1.Talabalarga oilada muloqotni to‘g’ri yo‘lga qo‘yish

2.Oiladagi turli nizolarni hal qilish,

3.Oilani to‘g’ri moliyaviy rejalashtirish, bilan bir qatorda talabalarda hissiyotlarni boshqarish, stressni yengish, oilaviy hayot bilan bog'liq hissiy qiyinchiliklarga tayyorlashda iboratdir. Bu metodlardan tashqari tarbiya metodlaridan ham foydalaniladi ya’ni

Ma’ruza metodi -Yoshlarni psixologik va ma’naviy kamolotini shakllantirish shuningdek nikoh va oilaviy munosabatlarga ongli yondoshishni o‘rgatish bilan bir qatorda Yoshlarni nikohning huquqiy va axloqiy asoslarini tushunishlariga yordam beradi. Oliy ta’lim muasassalarida maruzalar asosan oila psixologiyasi sohasi mutaxassislari, va oila maslahatchilari ishtirokida muntazam ravishda o‘tkazilishi maqsadga muofiqdir.Ma’ruzada turli xil mavzular nizolarni boshqarish, hissiy yaqinlik, moliyaviy rejalashtirish, ota-onalar va oilaviy hayotning boshqa muhim jihatlarini o‘z ichiga olishi mumkin. Ma’ruza metodi yoshlarni psixologik va ma’naviy kamolotini shakllantirishda, shuningdek, nikoh va oilaviy munosabatlarga ongli yondoshishni o‘rgatishda muhim ahamiyatga ega. Ushbu metod, talabalarni nikohning huquqiy va axloqiy asoslari bilan tanishtirib, ularning oilaviy hayotdagi mas’uliyatlarini anglashlariga yordam beradi. Oliy ta’lim muassasalarida ma’ruzalar, asosan, oila psixologiyasi sohasi mutaxassislari va oila maslahatchilari ishtirokida muntazam ravishda o‘tkazilishi maqsadga muvofiqdir.Ma’ruzalarda turli xil mavzular, masalan, nizolarni boshqarish, hissiy yaqinlik, moliyaviy rejalashtirish, ota-onalar va oilaviy hayotning boshqa muhim jihatlari keng qamrovda muhokama qilinadi. Ushbu mavzular orqali talabalar oiladagi munosabatlarni qanday qilib sog‘lom va barqaror saqlash mumkinligini, hissiyotlarni qanday boshqarish va muammolarni hal etish yo‘llarini o‘rganadilar.

Ma’ruzalar, shuningdek, talabalarni o‘zaro aloqalaridagi hissiy jihatlarni tushunishga, oilaviy munosabatlardagi nizolarni hal qilishda samimiy va konstruktiv yondashuvlarni shakllantirishga yordam beradi. Talabalar o‘rtasida o‘zaro ishonch, hurmat va tushunishni rivojlantirishga xizmat qiluvchi amaliy mashg‘ulotlar ham maruza jarayonining ajralmas qismidir.

Bundan tashqari, ma’ruzalarda moliyaviy rejalashtirish, oila byudjetini boshqarish va oiladagi resurslarni qanday oqilona taqsimlash masalalari ham muhokama qilinadi. Bu jarayon, talabalar uchun oila ichidagi mas’uliyat va qaror qabul qilishda ko‘nikmalarni shakllantirishga yordam beradi.Maruza metodi orqali taqdim etilgan bilim va tajribalar, talabalarning oilaviy hayotga tayyorgarlik jarayonida muhim rol o‘ynaydi, bu esa ularni muvaffaqiyatli va baxtli oila qurishga tayyorlaydi.

Namuna metodi bir qancha muhim jihatlarni o‘z ichiga oladi. Ya’ni tarbiyaviy jihati munosabatlarda o‘zligini va juftini tushunish, muloqot qobiliyatlarini rivojlanib borishi Shuningdek ijtimoiy ko‘nikmalar: sog’lom ijtimoiy aloqalarni o‘rnatish, oiladagi rol va mas’uliyatni tushunish uchun o‘zga shaxslardan namunalar olish

1. *Amaliy jihati* Talabalarda oila byudjetini boshqarish, xarajatlar va tejashni rejalashtirishga o‘rgatish.Uy xo‘jaligi ko‘nikmalari: Uyni saqlash, vazifalarni to‘g’ri taqsimlash bo‘yicha namunalar va turli misollar orqali tushunturish va o‘rgatish.

2. *Hissiy jihat*-Hissiy yetuklik: his-tuyg’ularni tushunish ularni to‘g’ri boshqarish va ifoda etish, stressni yengish va hissiy muvozanatni saqlash qobiliyatini rivojlantirish.

Yo‘riqnoma metodi - yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda muayyan bilim, ko‘nikma va malakalarni o‘rgatishda ishlatiladigan pedagogik metodlardan biridir. Bu metod orqali talabalarga o‘qituvchi tomonidan aniq va batafsil ko‘rsatmalar beriladi. Asosiy maqsadi talabalarga oila haqidagi dastlabki tushunchalar va oilaviy munosabatlarda bir birini tushunishni ta’minlashdir. Yo‘riqnoma metodining asosiy xususiyatlari quyidagilardan iborat:

Aniq ko‘rsatmalar berib borilishi, ya’ni o‘qituvchi talabalarga oila haqidagi asosiy tushunchalarni bosqichma-bosqich tushuntiradi va o‘z navbatida aniq yo'riqnoma berib boradi. Yo‘riqnoma metodi ko‘pincha amaliy mashg'ulotlar va laboratoriya ishlarida qo‘llanilishi maqsadga muofiqdir, chunki unda talabalar o‘zlari ishtirok qilib oilaga oid sahna ko‘rinishlari tayyorlashadi. Natijasida esa talabalar nafaqat eshitish, balki his qilish va ko‘rish orqali ham o‘rganadilar. Bu esa materialni yaxshiroq o‘zlashtirishga yordam beradi.

Nasihat metodi - o‘git va nasihat xalq og’zaki ijodida talabalarda insoniy-fazilatlarni tarbiyalab yetishtirishda eng ko‘p qo‘llaniladigan metodlardan biridir. Avvalo kishilarni kishi tomonidan “qadrlanishi, kishilik burchini anglash, halol va rostgo‘y bo‘lishi, yaxshilik haqida teran fikr yuritilgan xalq maqollari asosan pand-nasihat shaklida tinglovchiga (II shaxs) nisbatan maslahat, nasihat, istak va buyruq shaklida ishlatiladi.[15.38b]

Bundan kelib chiqadiki, nasihat metodining mazmun mohiyati: quyidagicha nasihat metodi maslahatchi (nasihat beruvchi) va maslahatchi oluvchi (nasihat oluvchi) o‘rtasidagi munosabatlarni anglatadi. Bu metod odatda inson hayotida yoki ishida qaror qabul qilishda yo‘l-yo‘riq ko‘rsatish uchun ishlatiladi. Maslahatchi odatda tajribali va bilimli kishi bo‘lib, maslahatchi oluvchiga ma'lumot, maslahat va

yo‘nalish beradi.Yoshlarning maslahatga munosabati va tavsiya etilgan qoidalarni amalga oshirishga tayyorligini o‘rgangan.Ota-onalar va muloqot adabiyotlarida maslahatni qabul qilish tushunchasi ko‘p narsani anglatadi . Qabul qilishning ichki holati maslahatning bor yoki yo‘qligini anglatadi qidirilgan yoki xohlagan yoki ijtimoiylashishga tayyormi aniqlaganlar.

Nasihat metodining asosiy maqsadi:

1.Tajribali shaxs kamroq tajribaga ega bo‘lgan shaxsga o‘z bilim va tajribalarini o‘rtoqlashadi.

2.O‘qituvchi shaxsning maxsus maqsadlariga erishishiga yordam beradi va uni rivojlantiradi.

3.Maslahatchi psixologik yoki shaxsiy muammolar bilan bog'liq masalalarda yordam beradi.

4.Bilim va tajriba almashish Maslaha oluvchilar maslahatchilardan ko‘p narsa o‘rganishlari mumkin.

5.Motivatsiya va qo‘llab-quvvatlash: Maslahat oluvchilar maslahatchilar tomonidan qo‘llab quvvatlanadi va motivatsiya oladi.

Ta’lim metodlari ham tarbiya metodlari ham yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda katta ahamiyatga ega har bir metod o‘ziga mos holda ta’lim jarayonida qo‘llaniladi.Metodlar bilan bir qatorda yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda vositalardan ham foydalanamiz.Vositalarga quyidagilarni kiritishimiz mumkin.

1. ***Ta’lim dasturlari.*** Oliy ta’limda fan o‘quv rejasiga oila pedogogikasi,oila psixologiyasi,oilaviy munosabatlar, jinsiy tarbiya va sog‘lom muloqot mavzularini kiritish.Maxsus mazularga oid treninglar va seminarlar o‘tkazish misol uchun nikoh oldi tayyorgarlik,oilada nizolarni hal qilish, oilaning moliyaviy boshqaruvi va birgalikda yashashning boshqa jihatlari bo‘yicha treninglar o‘tkazish

2. Axborot resurslari. Kitoblar va maqolalar: shaxslararo munosabatlar, nikoh va oilaviy hayotga bag’ishlangan adabiyotlar.

Shayx Muhammad Sodiq Muhammad Yusufning “Baxtiyor Oila”asari

Zebiniso Admedovaning “Aqilli ayol bo‘lish qoidalar”

Abdurauf Fitratning “Oila” kabi asarlari yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash vositlari bo‘lib xizmat qiladi.

3. O‘yinlar: Ya’ni amaliy va lobarotoriya darslarida talabalar ishtirokida rolli va sujjetli rolli o‘yinlar orqali oilaviy hayotga oid sahna ko‘rinishlarini sahnalashitish bundan asosiy maqsad yoshlarni oilaviy hayotdagi turli qiyinchiliklarga tayyorlab borish

***Ijtimoiy tarmoqlar*.** Oilaviy hayot va munosabatlarga bag’ishlangan turli video ro‘liklar va oila bo‘yicha mutaxasislar tomonidan tashkil qilinga turli potkastlar ham yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda vosita bo‘lib xizmat qiladi.Bu resurslar o‘z-o‘zini tarbiyalash va oilaviy hayotga tayyorlash uchun keng imkoniyatlar yaratib, yoshlarga kerakli ma’lumotlarni o‘zlari uchun qulay shaklda olish imkonini beradi.

Natija. Tajriba: sinov ishlarida Urganch davlat universiteti pedogogika fakulteti pedogogika va psixologiya yo‘nalishi talabalarining 30 nafari qatnashdi. Ularga quyidagi anketa savollari berildi.

1.Oila to’g’risida nimalarni bilasiz?

2. Oila qurishga tayyorgarlik deganda nimani tushunasiz?

3.Oliygohda o‘qitilayotgan qaysi fanlar ko‘proq yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashga xizmat qiladi?.

4.Ta’lim jarayonida Talaba yoshlarning oilaviy hayotga tayyorlashda qaysi metodlarni qo‘llash avfzal deb bilasiz?

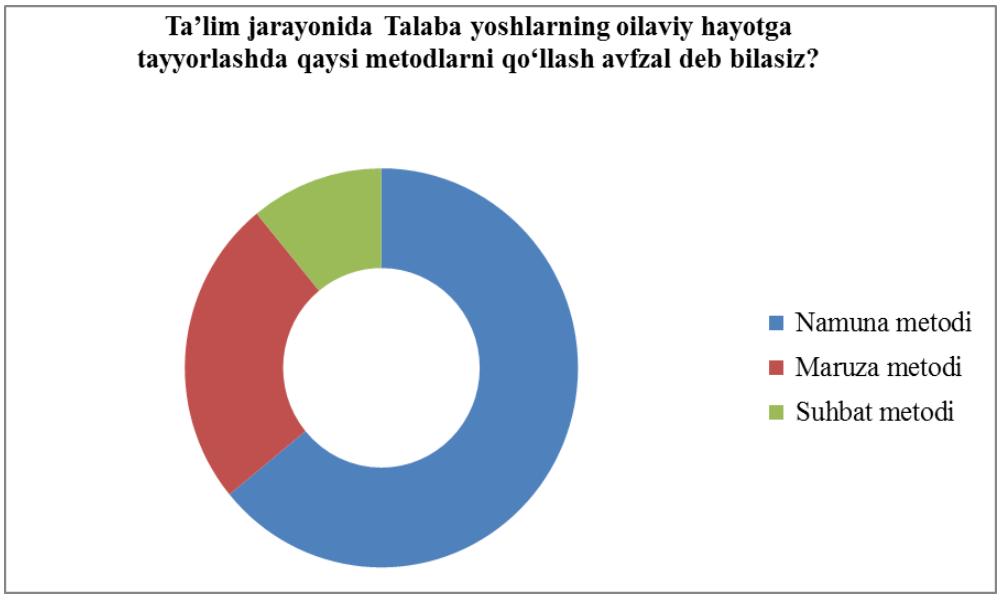
5.Talaba yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda qaysi vositalar bevosita talabalar ongiga ta’sir qiladi deb o‘ylaysiz?

Talabalar anketa savollariga quyidagicha javob berishdi.

1- va 2-savollarga talabalarning barchasi oila haqidagi, shuningdek, oilaviy hayotga tayyorgarlik tushunchalariga ega ekanligi ma’lum bo‘ldi.Chunki barcha talabalar savollarga aniq jaovob yozishgan

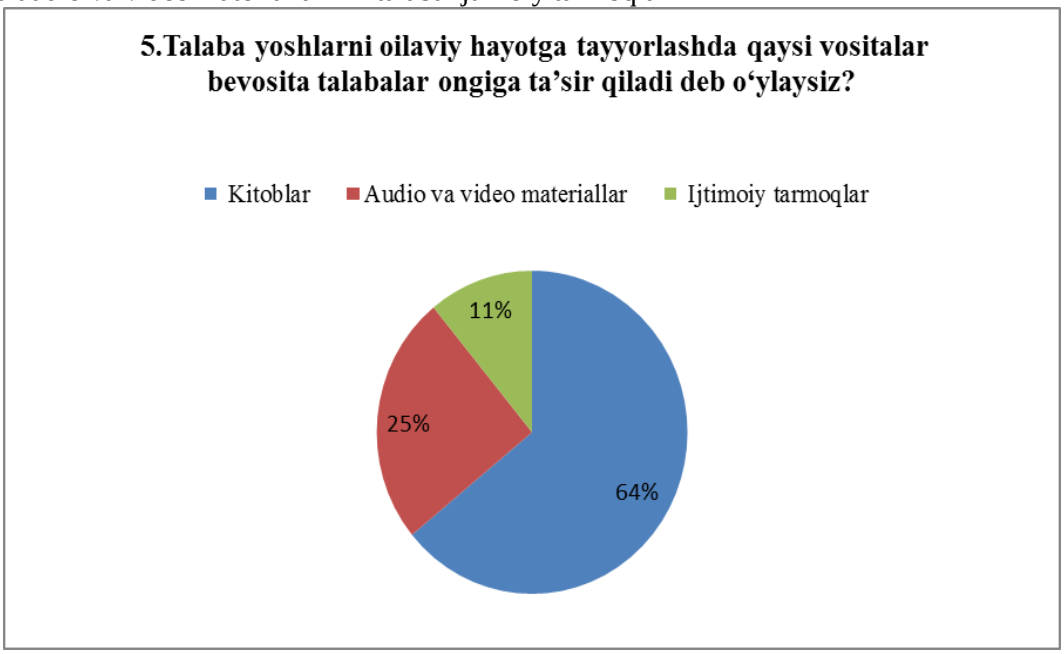
3-savolga talabalarning barchasi yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashga muhim ahamiyatga ega fanlar sirasiga Oila pedagogikasi, Oila psixologiyasi, Tarbiyaviy soatlar, Ijtimoiy psixologiya kabi fanlarni yozishgan

4-savolga esa talabalar quyidagicha javob berishgan {diagrammaga qaralsin}



30 ta talabadan12 tasi Namuna metodini 10 tasi Ma’ruza metodini, 8 tasi Suhbat metodini Talaba yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda qo‘llaniladigan afzal metodlar deb yozishgan Ushbu tajriba sinov natijalari shuni ko‘rsatadiki Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda ko‘proq namuna metodi katta ahamiyatga ega ekanligi yaqqol namoyon bo‘lib turibdi.

5-savolga talabalar quyidagicha javob berishgan 30ta talabadan 19 ta talaba kitoblar, monografiyalarni 7 ta talaba audio va video materiallarni 4 talaba ijtimoiy tarmoqlarni



Muhokama. Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash ancha murakkab va uzviy jarayon hisoblanib yoshlar faqatgina oliy ta’lim muassasasida emas balki oila muhitida yoshlik davrlaridan boshlab oilaviy hayotga, oilaviy munosabatlarga tayyorlab boriladi. Ushbu tajriba sinov natijalari shuni ko‘rsatadiki.Talabalar oliy ta’limda yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda eng muhim metod bu namuna o‘rnak metodi deb hisoblashar ekan. Demak, ta’lim beruvchi{o‘qituvchi}bevosita talabalarga oilaviy hayotida namuna o‘rnak bo‘la oladi. Shuningdek, ta’lim ko‘proq kitoblar oila haqidagi monografiyalar asosiy vosita ekanligi yaqqol nomoyon bo‘lib turibdi. Talabalar oliy ta’limda yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda ularning ongiga ta’sir qiladigan vositalardan ijtimoiy tarmoqni asosiy deb hisoblashganlar. Shunday ekan ijtimoiy tarmoqlarda ko‘proq oilaviy munosabatlarni keng yoritadigan. Shunday ekan, ijtimoiy tarmoqlarda ko‘proq oilaviy munosabatlarni keng yoritadigan.Oilada ota-ona vazifasi farzandlar vazifasi va ular orasidagi munosabatlar aks etgan video ro‘liklar tayyorlash maqsadga muofiqdir. Shu bilan bir qatorda oliy ta’lim o‘quv dasturlariga yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash,oilada to‘g’ri munosabatlarni yo‘lga

qo‘yish, kelinlik va ayollik ,yigitlik va otalik vazifalari kabi asosiy mavzularni o‘z ichiga olgan o‘quv adabiyotlarini kiritish afzaldir.

Xulosa. Tajriba-sinov ishlaridan xulosa qilib aytadigan bo‘lsak, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda namuna metodi katta ahamiyatga ega, chunki ta’lim,tarbiya beruvchining o‘zi avvalo oilaviy hayotda namuna o‘rnak bo‘lishi yoshlar ongiga katta ta’sir ko‘rsatadi.Bundan tashqari yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlshda eng zarur vosita bo‘lib oilaviy hayotga oid kitoblar, monografiyalar xizmat qiladi. Talaba yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash jarayoni uzoq davom qiladigan uzliksiz jarayonlardan biri hisoblanadi. Ta’lim jarayonida talaba yoshlarga ta’lim bilan bir qatorda tarbiya ham berib boriladi. Shunday ekan . Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash va ularda oila, nikoh, oilaviy munosabatlar, farzand tarbiyasi haqidagi dastlabki tushunchalarni tushuntirishda asosan ta’lim metodlari va tarbiya metodlaridan ham foydalaniladi. Har bir metod o‘z navbatida asosiy va muhim metodlar hisoblanadi. Metodlardan samarali foydalanish katta natijalarni yuzaga chiqaradi. Shuningdek, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda metodlar bilan bir qatorda vositalarni ham qo‘llash maqsadga muofiqdir.O’z navbatida vositalar shaxs ongiga juda katta ta’sir ko‘rsatadi. Sababi shundaki-bunda talabalar nafaqat eshitish, ko‘rish, balki o‘zlari ishtirok qilib o‘zlari ham his qiladilar. Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash va ularda oila, nikoh, oilaviy munosabatlar haqidagi dastlabki tushunchalar oila muhitida boshlab tushuntirib boriladi

Adabiyotlar:

1. Mirziyoyev Sh.M. “Yangi O’zbekiston taraqqiyot strategiyasi” “Uzbekistan” T.: 2022.
2. Mirziyoyev.Sh.M. “Tanqidiy tahlil, qat’iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik har bir rahbarb faoliyatining kundalik qoidasi bo‘lishi kerak” “Uzbekistan” T.: 2017.
3. Abdullayeva D, Yarqulov R, Ataboyeva N. “Oila psixologiyasi”. - “Tafakkur bo’stoni” T.: 2015.
4. Basu, S. (2024). Women as carriers of the ‘weaving legacy’: Shifting labour and changing gender relations in marriage. // International Journal of Educational Research Open, 7, 100361. https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2024.100361
5. Hasanboyeva O. va boshqalar “Oila pedagogikasi” T.: 2007.
6. Musaeva, Z. (2020). Role expectations of students about family life and psychological features of their levels of attraction. // Habitus, 17, 102. https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.17.18
7. Tu, K. M., Li, X., Guntzviller, L. M., & Cai, T. (2024). Academic challenges during early adolescence: Mothers’ advice and youth responses to advice. // Journal of Applied Developmental Psychology, 92, 101648. https://doi.org/10.1016/j.appdev.2024.101648
8. Uzdıl, N., Bayrak, M., Özgüç, S., & Başkaya, E. (2023). The mediating effect of work-family life balance on the relationship between the sense of coherence and job satisfaction in nurses. // Archives of Psychiatric Nursing, 46, 33–39. https://doi.org/10.1016/j.apnu.2023.07.004
9. Vu, T. T. (n.d.). Meanings of marriage to young people in Vietnam. // Marriage & Family Review, 54(6), 531–548. https://doi.org/10.1080/01494929.2017.1403991
10. “O‘zbekiston Milliy Ensiklopediyasi”-T.:Davlat Ilmiy Nashiryoti 2004. 65 b.
11. Shayx Muhammad Sodiq Muhammad Yusuf “Baxtiyor oila asari”
12. Sharifzoda, S.O‘., Xudoynazarov, E.M. (2022). Pedagogika nazariyasi va tarixi. - Bookmany print”.
13. Sharipjonovich, O. (2020). Internationalization of higher education in Uzbekistan. // Social Sincences & Humanities Open, 1, 2020, 100015, 10.
14. Mutalipova M. “Xalq pedagogikasi” –T. “Fan va texnologiya”, 2015 yil, - 160 b.

Qulmamatova Fazilat Qarshiyevna,
Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti o‘qituvchisi

YOSHLARDA DESTRUKTIV XULQ SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada yoshlarda destruktiv xulq shakllanishi muammosi yuzasidan psixologlarning qarashlari va asosiy yondashuvlar to‘g‘risida ma’lumotlar keltirilgan va turli adabiyotlarda ijtimoiy me’yorlardan chetga chiqish va ijtimoiy maqbul xulq-atvorni anglatuvchi turli atamalarning tavsifi keltirilgan. Yoshlarda destruktiv xulq ko‘rinishi sifatida manipulyatsiya darajasini aniqlash maqsadida qo‘llash mumkin bo‘lgan “Boshqalarni manipulyatsiya qilish tendensiyasi” so‘rovnomasi tuzilishi, so‘rovnoma savollari hamda o‘tkazilgan tadqiqot natijalari keltirilgan.*

Kalit so’zlar: *yoshlar, destruktiv xulq, psixologiya, manipulyatsiya, xulq-atvor, me’yor.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У МОЛОДЁЖИ

Аннотация. *В данной статье представлена информация о взглядах и основных подходах психологов к проблеме формирования деструктивного поведения у молодёжи, а также описание различных терминов, обозначающих отклонения от социальных норм и социально приемлемое поведение в различных литературных источниках. Приведены структура опросника «Тенденция к манипулированию другими», вопросы анкеты и результаты проведённого исследования, которые можно использовать для определения уровня манипуляции как проявления деструктивного поведения у молодёжи.*

Ключевые слова: *молодёжь, деструктивное поведение, психология, манипуляция, поведение, норма.*

PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF THE FORMATION OF DESTRUCTIVE BEHAVIOR IN YOUTH

Abstract. *This article presents information on psychologists' perspectives and key approaches regarding the issue of destructive behavior formation in young people. It also provides descriptions of various terms from different literature sources that denote deviations from social norms and socially acceptable behavior. The structure of the questionnaire «Tendency to Manipulate Others», which can be used to determine the level of manipulation as a manifestation of destructive behavior in young people, is described. The article includes the questionnaire items and the results of the conducted research.*

Keywords: *youth, destructive behavior, psychology, manipulation, behavior, norm.*

Kirish. Barkamol avlod tarbiyasi O‘zbekistonda muhim strategik masalalardan hisoblanib, mamlakatimizning demografik xususiyatlari inobatga olindanda, bu nafaqat nazariy, balki amaliy ahamiyatga ega vazifadir. Ayniqsa, bugungi globallashuv sharoitida inson ongi va qalbi uchun turli usul va vositalar yordamida olib borilayotgan keskin kurashlar davom etayotganlidi mazkur muammoning dolzarbligini ko‘rsatmoqda. Bu kabi harakatlar to‘g‘ridan to‘g‘ri yoshlarga yo‘naltirilgan bo‘lib, ularda milliy an'ana va qadriyatlarga, mamlakatimizda olib borilayotgan siyosatga nisbatan salbiy munosabatlarni shakllantirishi shubhasizdir. Bunday holatlar quyidagi fojiali xarakterdagi oqibatlarga olib kelishi ehtimoli ortmoqda: - yoshlarda ijtimoiy alogalar doirasining torayishi; - yoshlarda qadriyatlar mazmunining o ‘zgarishi; - yoshlarning faqat bugungi kun uchun yashab, istiqbolni ko‘ra olmasligi; - yoshlarda «Men» siymosining deformatsiyalashuvi; - yoshlarda psixologik tushkunlikning yuzaga kelishi; - o‘z o‘rnini oila, ish, o‘quv jamoasidan o‘zga joylardan topishga intilish va boshqalar.

Xulq-atvorning salbiy ko'rinishlarni o'rganish uzoq tarixga ega bo‘lib, antik davrda ham mutafakkirlarning asarlarida destruktiv xatti-harakatlar haqidagi yondashuvlar va birinchi g'oyalar tasvirlangan. Bularga axloqiy yondashuv kiradi (Aristotel, Gippokrat, Platon), bu erda asosiy g'oya "tabiiy va hissiy" ni ideal tarzda birlashtirgan shaxs ideali edi - har qanday og'ish allaqachon halokatli namoyon bo'lgan. Buzg'unchi xulq-atvorni o'rganadigan ikkinchi yo'nalish - bu tabiatshunoslik (Avitsenna, Averrores, Galen), u psixikaning biologik sabablarga bog'liqligini shakllantirishi kerak edi.

Umumjahon muammolaridan biri hisoblangan yoshlarning destruktiv guruhlar ta'siriga tushishini tadqiq qilish borasida koʻplab xorijiy va hamdoʻstlik mamlakatlarida va shu jumladan, respublikamizda ham ilmiy izlanishlar olib borilgan boʻlib, ularda mazkur muammoning kelib chihishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar, statistik, demografik, huquqiy va hududiy xususiyatlar ilmiy tahlili amalga oshirilgan.

Destruktiv xulq-atvor sabablarining birlamchi tavsifi tadqiqotchilar tomonidan dastlab tabiiy-biologik: degeneratsiya, irsiyat, atavizmlar va rivojlanish sifatidagi shakllari uchun tabiiy shartlarni aniqlash B.O. Morel, V.Magnan, S.Lombrosolar amalga oshirgan. Bu yoʻnalishda bolaning rivojlanishi J.Pritchard tomonidan axloqiy nuqson (axloqiy aqldan ozish) deb ataladigan qarashlarida tasvirlangan. U o'smirlar muammoli xatti-harakatlarining sabablarini irsiy yuk bilan bog'lagan va tug'ma nuqsonlarning namoyon bo'lishi. intellektual va affektiv-irodaviy sohaning buzilishi: axloqiy tuyg'ularning buzilishi va o'smirlik davrida yuzaga keladigan antisosyal xatti-harakatlarga aniq moyillik bilan bog'liqlik asosida tushuntirishga harakat qilgan.

Turli adabiyotlarda ijtimoiy me’yorlardan chetga chiqish va ijtimoiy maqbul xulq-atvorni anglatuvchi turli atamalar mavjud boʻlib, ular ichida eng ko'p qo'llaniladigan atamalar: "deviant xulq-atvor", "deviant xulq", "deviantlik", "deviant xatti-harakatlar", "ijtimoiy og'ishlar"kabilardir. Deviant - bu jamiyat tomonidan nomaqbul deb qabul qilinadigan va bostirish va oldini olishni talab qiladigan xatti-harakatlar hisoblanadi va bunday xatti-harakatlar destruktiv xulq deb ataladi, chunki u jamiyatning mavjudligiga tahdid soladi.

Tahlil va natijalar. Yoshlarning destruktiv xulqi quyidagi bir qator holatlarni keltirib chiqarishga qodir boʻladi:

1. Jamiyatda ijtimoiy taraqqiyot me’yorlaridan chetga chiqish;
2. Beqarorlik va destruktivlik: (organizm, shaxs, yaqin atrof-muhit va makroijtimoiy darajada aziyat chekadigan obyektiv zararlar);
3. Ijtimoiy jihatdan salbiy baholash va jazolanishi;
4. Kompensatsiya xarakteri (mavjud shaxsiy kamchilik va ijtimoiy moslashuvni buzuvchi xatti-harakatlar bilan qoplash);
5. Oʻziga xoslik (destruktiv xulq individual va yoshga xos oʻziga xoslikni koʻrsatadi).

Shu nuqtayi nazardan yoshlar destruktiv xulqi – ruhiy sogʻlom shaxs yoki shaxslar guruhining muayyan jamiyatdagi eng muhim ijtimoiy me’yorlardan chetga chiqib, shaxsning oʻziga, uning yaqin atrofiga, butun jamiyatga real zarar yetkazuvchi barqaror xatti-harakatlarini anglatadi. Psixologiya nazariyasi va amaliyotida destruktiv xulqning shakllanishi sabablari, paydo bo'lish shartlari turli tasniflarini tahlil qilish asosida ikkita asosiy guruhga ajratiladi:

Birinchidan, muhit sabablari boʻlib, ular oʻz navbatida tashqi tabiiy muhit omillari va ijtimoiy muhit omillariga boʻlinadi. Olimlar tashqi tabiiy muhit omillar sifatida yashash hududi, iqlimi, ekologik holati, tabiiy resurslarning boyligi yoki taqchilligi, o'simlik dunyosining mahalliy xususiyatlari va boshqalarni o'z ichiga oladi va destruktiv xulq turlarining tarqalishi va o'ziga xosligi o'rtasidagi bog'liqlik haqida ilmiy ma'lumotlarni keltirishdan. Xuddi akseleratsiya qonuni kabi olimlar deviatsiya portlashlari va quyosh faolligi, oy fazalari va boshqalar o'rtasidagi bog'liqlikni qayd etganlar.

Ikkinchidan, shaxsiy sabablar boʻlib, ular ham, o'z navbatida, shaxsiy biologik omillar va shaxsiy psixologik omillarga bo'linadi. Ijtimoiy muhit omillariga ijtimoiy institutlar faoliyatining nuqsonli, qiyin vaziyatlar jumladan, oila instituti, ta’lim va madaniyat muassasalari, iqtisodiy va siyosiy institutlar funksiyalarini yetarli darajada bajarmaslik kabilar kiritiladi.

Shaxsiy biologik omillarga shaxsning konstitutsiyaviy va biologik zaifligi: organizmning irsiy patologiyalari, markaziy asab tizimining organik va funktsional buzilishlari; ruhiy kasalliklar, cheklangan jismoniy imkoniyatlar; irodasizlik; qo'zg'aluvchanlik, impulsivlik kabilarni kiritish mumkin.

Yoshlarning shaxsiy psixologik omillarga mos kelmaydigan quyidagi shaxsiy xususiyatlar: - normativ-huquqiy ongning buzilishi; - mutaasiblik; - deviant qadriyatlar; - egosentrik fiksatsiya; - muloqot qobiliyatining pastligi; - hissiy-emotsional buzilishlar; - o'zini o'zi boshqarishning pastligi; - shaxsiyat va o'zini o'zi qadrlashning buzilishi; - kognitiv sohadagi buzilishlar kiradi.

Tadqiqot ishimizda yoshlarda destruktiv xulq shakllanishining psixologik determinantlarini oʻrganish maqsadida Kristi va Geislarning “Boshqalarni manipulyatsiya qilish tendensiyasi” soʻrovnomasidan foydalandik. Kristi va Geis tomonidan taklif qilingan soʻrovnoma 20 ta hukmdan iborat boʻlib, ularning yarmi ijobiy, ikkinchi yarmi esa ma'lum bir shaxsiy xususiyat bilan bogʻliq. Javoblar quyidagi daraja boʻyicha beriladi: "toʻliq qoʻshilaman", "qoʻshilaman", "aytishim qiyin", "qoʻshilmayman", "butunlay qoʻshilmayman".

Soʻrovnomaga kiritilgan hukmlar quyidagilarni oʻz ichiga oladi:

1. Agar biror narsa sizga foyda keltirmasa, buni nima uchun qilayotganingizni hech kimga aytmaysiz.

2. Aksariyat odamlar yaxshi va mehribondirlar.
3. Boshqa odamlar bilan til topishishning eng yaxshi yo‘li - ularga faqat yaxshi so‘zlarni aytishdir.
4. Biror narsaning to‘g‘riligiga amin bo‘lsangizgina uni bajarish kerak deb hisoblaysiz.
5. Eng yaxshi narsa, agar to‘g‘ri imkoniyat paydo bo‘lsa, har qanday odam aldashiga ishonishdir.
6. Nima bo‘lishidan qat'iy nazar, siz doimo halol bo‘lishingiz kerak.
7. Ba'zan siz xohlagan narsangizga erishish uchun boshqasiga zarar etkazishingiz mumkin.
8. Aksariyat odamlar majbur bo‘lmasa ham, astoydil ishlamaydilar.
9. Mashhur va insofsizdan ko‘ra oddiy odam va halol bo‘lgan afzal.
10.Qandaydir fantastika o‘ylab topib, uni sizga yordam berishga aldagandan ko‘ra, unga nima uchun sizga yordam berishi kerakligini halol aytib berganingiz ma'qul.
11. Muvaffaqiyatli odamlar asosan halol va yaxshi bo‘ladilar.
12. Hammaga ishongan kishi o‘zini katta xavfga duchor qiladi.
13. Jinoyatchi hammamiz bilan bir xil, faqat u shunchalik ahmoq bo‘lib chiqadiki, qo‘lga tushdi.
14. Ko‘pchilik rostgo‘y.
15. Siz uchun muhim odamlar bilan mehribon, yaxshi munosabatda bo‘lish, hatto ularni sevmasangiz ham, aqlli.
16. Siz har doim va hamma narsada yaxshi odam bo‘lishingiz mumkin.
17. Aksariyat odamlar osonlik bilan aldanmaydilar.
18. Ba'zan siz xohlagan narsangizga erishish uchun ozgina aldashingiz kerak.
19. Yolg ‘on gapirish, aldash har doim yomon odat.
20. Pulni yo‘qotish do‘stni yo‘qotishdan ko‘ra ko‘proq muammo.

Mazkur savolnomaga berilgan javoblarni quyidagicha tahlil qilinadi: har bir hukm 5 balli tizimda baholanadi. "+" belgisi mavjud bo‘lgan xukmlarda: "To‘liq qo‘shilaman" = +5; "qo‘shilaman" = +4; "aytish qiyin" = +3; "qo‘shilmayman" = +2; "To‘liq qo‘shilmayman" = +1. "-" belgisi bo‘lsa, buning aksi to‘g‘ri: "Men to‘liq qo‘shilaman " = +1; va "butunlay To‘liq qo‘shilmayman" = +5.

To‘plangan ballar soni jamlanadi va natijada bu shaxsmning "manipulyatsiya" darajasini ko‘rsatadi (samimiy, ochiq, boshqa odamlarni manipulyatsiya qilishga mutlaqo qodir bo‘lmagan "oddiy" kishi uchun 20 dan - yuqori darajadagi odam uchun 100 gacha. manipulyatsiya).

1-jadval.

“Boshqalarni manipulyatsiya qilish tendensiyasi” so‘rovnomasi bo‘yicha ko‘rsatkichlari

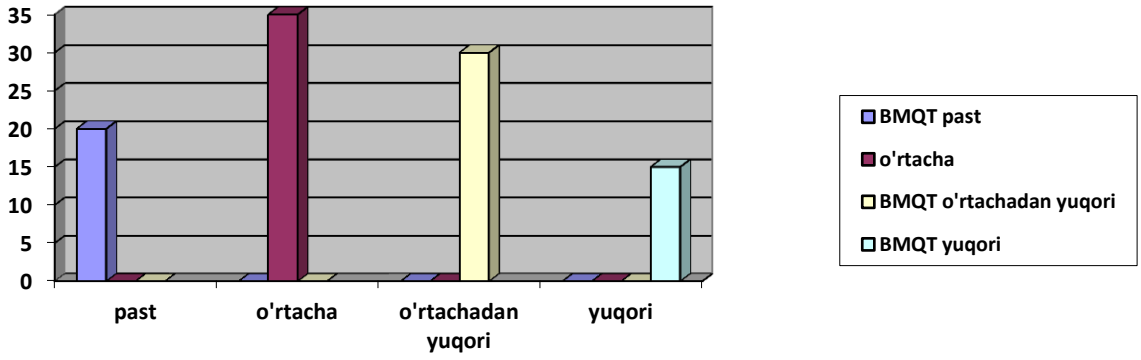
Respondentlar	**O‘smirlar (11-15 yosh) N=60**			
Mezonlar	BMQT past darajada	BMQT o‘rtacha darajada	BMQT o‘rtachadan yuqori daraja	BMQT yuqori daraja
Ko‘rsatkichlar	12	21	18	9
Foizda	20%	35%	30%	15%

“Boshqalarni manipulyatsiya qilish tendensiyasi” (BMQT) so‘rovnomasi bo‘yicha sinaluvchilarning natijalarini quyidagi mezon bo‘yicha tahlil qildik:

1. 20 – 40 ball manipulyatsiya qilish tendensiyasi past darajada;
2. 41 – 60 ball manipulyatsiya qilish tendensiyasi o‘rtacha darajada;
3. 61 – 80 ball manipulyatsiya qilish tendensiyasi o‘rtachadan yuqori daraja;
4. 81 – 100 ball manipulyatsiya qilish tendensiyasi yuqori daraja.

Tadqiqotimizda ishtirok etgan 60 nafar o‘smir va 60 nafar o‘spirinlarning natijalari tahlil qilindi.

“Boshqalarni manipulyatsiya qilish tendensiyasi” so‘rovnomasi bo‘yicha o‘smir yoshdagilarning ko‘rsatkichlari

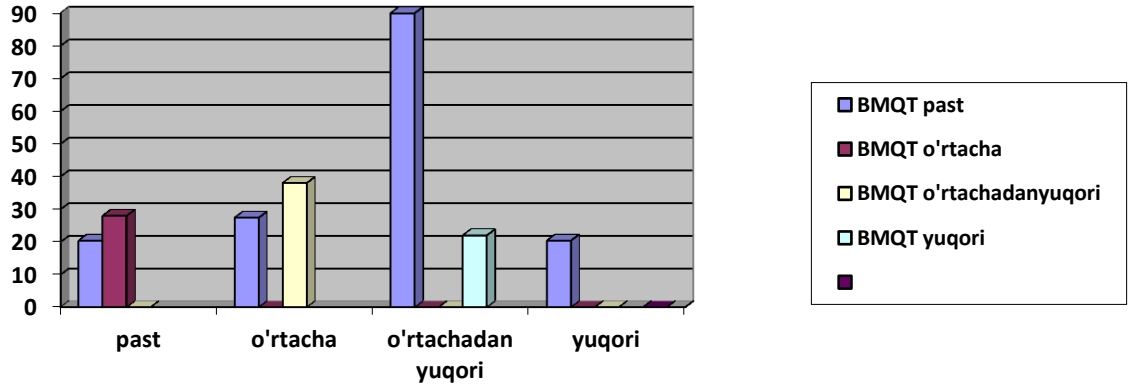


2-jadval.

“Boshqalarni manipulyatsiya qilish tendensiyasi” so‘rovnomasi bo‘yicha sinaluvchilarning ko‘rsatkichlari

Respondentlar	**O‘spirinlar (17-24 yosh) n=60**			
Mezonlar	BMQT past darajada	BMQT o‘rtacha darajada	BMQT o‘rtachadan yuqori daraja	BMQT yuqori daraja
Ko‘rsatkichlar	**17**	**23**	**13**	**7**
Foizda	**28%**	**38%**	**22%**	**12%**

“Boshqalarni manipulyatsiya qilish tendensiyasi” so‘rovnomasi bo‘yicha sinaluvchilarning ko‘rsatkichlari



Xulosa. Mazkur tadqiqotda psixodiagnostik maqsadlarda qo‘llagan “Boshqalarni manipulyatsiya qilish tendensiyasi” so‘rovnomasi natijalari o‘smirlar va o‘spirinlar guruhida ham destruktivlikka xos xususiyati mavjud hatto yuqori darajasi ham kuzatilganligi bugungi kunda yoshlar psixologiyasida o‘ziga xos o‘zgarishlarning mavjudligi, ular har doim ham ijtimoiy munosabatlar jarayonida namoyon bo‘lavermasligi, ko‘pincha ular yashirin ko‘rinishda bo‘lib, yashirin rivojlanib borishi mumkinligi ehtimoldan xoli emas degan xulosa chiqarishimizga asos bo‘ladi. Shu o‘rinda mustaql hayot bo‘sag‘asida turgan yoshlarda bu kabi ijtimoiy nuqsonlarning mavjudligi avvalo yoshlarning ijtimoiy munosabatlariga katta xavf solishi mumkin; ikkinchidan esa, jamiyatda turli ijtimoiy muammolarga sababchi bo‘lishi mumkin. Yuqoridagilardan kelib chiqib, bugungi kunda yoshlar psixologiyasini o‘rganadigan, ularning xulq-atvori shakllanishiga ta'sir ko‘rsatayotgan omillarni aniqlab, ularni bartaraf eta oladigan, eng muhimi yoshlarning barkamol, o‘z oilasiga, o‘zi yashayotgan jamiyatiga foyda keltiradigan insonlar bo‘lib voyaga etishlarini ta'minlash uchun amaliyotchi psixologlar faoliyatini yanada faollashtirish lozim degan xulosaga keldik.

Adabiyotlar:

1. Блонский П.П. О так называемой моральной дефективности//Блонский, П. П. Психология и педагогика. Избранные труды / П. П. Блонский. — 2-е изд., стер. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 184 с. — (Антология мысли). С.20-43.

2. Клейберг Ю.А. Теоретико-методологические обоснования психологии девиантного поведения. // Методология современной психологии. 2020. № 11 С.140-165.

3. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. М.: Республика, 1994.

Qurbanova Shaxlo Bahodirovna,
Ma’mun universiteti Psixologiya va sport kafedrasi o‘qituvchisi

BEMORLAR BILAN PSIXOKORREKSION ISHNI TASHKIL QILINISHINING SAMARADORLIK JIHATLARI

Annotatsiya. *Maqolada sil xastaligi bilan kasallangan bemorlar bilan psixokorreksion ishni tashkil qilishda ahamiyatli jihatlar, ularning o’rganilishi, korreksion dasturda e’tiborga olinishi kerak bo’lgan jihatlar yoritilgan bo’lib, korreksion dasturdan keyingi natijalar ham keltirilgan.*

Kalit so’zlar: *psixokorreksion dastur, nevroz darajasi, dastur imkoniyatlari, kasallikni yengishga umid, terapevtik imkoniyatlar.*

АСПЕКТЫ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ С БОЛЬНЫМИ

Аннотация. *В статье освещаются важные аспекты организации психокоррекционной работы с больными туберкулёзом, их изучение, аспекты, которые необходимо учитывать в коррекционной программе, а также представлены результаты после проведения коррекционной программы.*

Ключевые слова: *психокоррекционная программа, степень невроза, возможности программы, надежда на преодоление болезни, терапевтические возможности.*

ASPECTS OF THE EFFECTIVENESS OF ORGANIZING PSYCHOCORRECTIONAL WORK WITH PATIENTS

Abstract. *The article highlights important aspects of the organization of psychocorrectional work with tuberculosis patients, their study, aspects that must be taken into account in the correction program, and also presents the results after the correction program.*

Keywords: *psychocorrectional program, degree of neurosis, program capabilities, hope for overcoming the disease, therapeutic possibilities.*

Kirish. Bugungi kunda zamonaviy psixologik qarashlarning rivojlanishi uning har sohada keng ko’lamli ishlarni tashkillashtirishga asos bo’lmoqda. Shu jumladan, tibbiyotda bemor psixikasiga ta’sir o’tkazish orqali uning salomatligini yanada mustahkamlash masalasi dolzarbdir. Sil kasalligi bilan xastalangan yetuklik yoshidagi bemorlarni psixoemotsional qo'llab-quvvatlash mexanizmi yetuklik yosh xususiyatlaridagi o’ziga xoslikni aks ettirib, ularning ifodalanish mazmuni psixokorreksion dasturdagi foydalaniladigan yo'nalish, tamoyillar, maqsadlar, vazifalar va usullarni belgilashda asos bo’ladi.

A.V.Mordik, L.V.Puzireva va boshqalar tadqiqotlarida sil kasalligi bilan xastalangan bemor ota-onalarda, sog’lom oilalarga qaraganda nevroz darajasining yuqoriligi va stressga chidamlilik darajasining past ekanligi aniqlangan[6].

Sil kasalligi bilan xastalangan bemorlarning barchasida ham salbiy emotsional holatlar bir xil kechmasligi bemorlarning kasallikka munosabatiga ham bog’liq bo‘ladi. Shu nuqtayi nazardan tadqiqotimizning navbatdagi vazifasi eksprimental guruhdagi respondentlarning hissiy holatlari va kasallikka munosabat xususiyatlari o‘rtasidagi korrelyatsion aloqadorlikni aniqlash hisoblanadi. Tadqiqotda qatnashgan 138 ta bemorlarning emotsional holatlarini o‘rganar ekanmiz, ularda kuzatilgan emosional holatlardagi o‘xshashliklar va farqlar namoyon bo‘ldi. O‘xshashliklar shundaki, kasallik aniqlangandan keyin barcha bemorlarning ruxiyatida katta qo‘zg’alishni yuzaga keltiradi, kuchli xavotirlik kuzatiladi. Stasionarda davolanish jarayonida sil kasalligi tashhisi qo‘yilgan bemorlar bir-birlari bilan tezda tanishib, yaqin munosabatda bo‘ladilar. Ayniqsa, muolajalarning turiga ko‘ra, davolanish muddati 2-3 oy yoki 6-12 oyni o‘z ichiga olishi, shuningdek, bemorlardagi kasallikning ifodalanishi turlichaligi (ya’ni ba’zilarida qayt qilish, dorilarni qabul qilishdagi muammolar, ishtahaning pasayib ketishi va h) bemor psixikasidagi xavotirlikni yanada kuchayishiga sabab bo‘ladi.

Sil kasalligi bemorda oilaviy munosabatlarini va hayot tarzini o‘zgarishiga sabab bo‘luvchi kasallik sifatida baholashimiz mumkin. Sil kasalligi bilan xastalangan bemorlarda kuzatiladigan emotsional holatlar ifodalanishiga ko‘ra beqaror bo‘lib, kasallik natijasida shaxslararo munosabatlarda muammoli holatlar, o‘zini nuqsonli va zaif his qilishi psixoemotsional holatiga ta’sir o‘tkazadi. Shuningdek, ularni yaqin

qarindoshlaridan uzoqlashuv va ish o‘rnining yo‘qotilishi, shaxslararo munosabatlarning chegaralanishi emotsional holatlariga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bemor kayfiyatidagi befarqlik, jahldorlik, asossiz kayfiyatdagi o‘zgarishlar bilan bir vaqtning o‘zida xursandchilikka almashib ham qolishi mumkin. Ba’zida ishonchsizlik holati reabilitatsiya mashg’ulotlariga o‘z vaqtida bormasliklari tajovuzkorlik, dangasalik sifatida baholanishi mumkin.

Agar bemordagi salbiy emotsional holatlar uzoq davom qiladigan bo‘lsa tibbiy psixolog yordamiga murojaat qilish mumkin. Agar bemordagi psixologik holatlar o‘zgarishiga qabul qilin turgan dori vositalarining nojo‘ya ta’siri bilan bog’liq bo‘lmasa, u holda bir necha yo‘nalishda psixokorreksiya ishlarini o‘tkazish va psixologik yordam ko‘rsatish maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Sil bilan davolanayotgan bemorlarning barchasida ham emotsional buzilishlar kuzatilmaydi, buni bemordagi “kasallikka munosabat” tipida ham kuzatishimiz mumkin. Rivojlanishning asosiy vazifasi insonda mavjud bo‘lmagan yoki yetarli darajada rivojlanmagan psixologik fazilatlarni shakllantirishdir [1].

Tadqiqotimizda qo‘llanilgan psixokorreksion dastur yetuklik davridagi sil bilan davolanayotgan bemorlarning psixologik holatlaridagi muammolarni hal qilish, ularning kasallikka moslashish va ijobiy munosabatni, kognitiv xatolarni aniqlash va tushunish, shuningdek, salomatlik va davolanishga munosabatlarda ijobiy tafakkurni shakllantirish, emotsional sohasiga ta’sir qilish va boshqarish vazifalarini qamrab olgan. Psixodiagnostik tekshiruv mutaxassisning muhim faoliyati bo‘lib, bu orqali psixokorreksiya ishlari rejalashtiriladi va maqsadlar aniqlashtiriladi.

Asosiy qism. R.Sh. Valiyevning ta'kidlashicha, «ftiziatrik bemorlarda shifokor va bemor o‘rtasidagi o‘zaro munosabatda kasallikka nisbatan quyidagi turdagi reaksiyalar kuzatiladi:

1. Do‘stona munosabat. Ko‘pincha intellektual rivojlanish darajasi yetarlicha bo‘lgan bemorlarda kuzatiladi. Bunday bemorlar o‘zlarining davolovchi shifokorlari bilan munosib munosabat o‘rnatadilar.

2. Sokin reaksiya. Bemorlardagi hissiy va irodaviy sohalarda beqarorlik yetarli darajada shakllangan bemorlarda kuzatiladi. Do‘stona munosabatdagi bemorlar kabi, ular o‘z vaqtida, shifokor tavsiyalarini to‘g'ri qabul qiladilar va terapevtik rejaga va tibbiy ko‘rsatmalarga muvofiq harakat qilishadi. Aniq xotirjamlik va tibbiy xodimlar bilan aloqada bo‘lishiga qaramay, bunday reaktsiyaga ega bo‘lgan bemorlar o‘zlarining sog'lig'i haqida to‘liq xabardor emasligi bilan ajralib turadi.

3. Ongsiz reaksiya. Pessimistik natijaga ega jiddiy kasalliklarda bu reaksiya stabilizator rolini bajaradi va optimal psixologik holatni saqlashga yordam beradi.

4. Reaksiyani kuzatish. Davolanishda muvaffaqiyatli tiklanish bo‘lsa-da, bemorda shubha bo‘lishi mumkin. Bu shubhalar fonida ipoxondrik tendensiyalar, tushkun va depressiv kayfiyatlar rivojlanadi» [4].

Bunday bemorlar bilan ishlash jarayonida ularning psixologik holatini, xavotir, depressiya va psixopatologik alomatlar namoyon bo‘lishini inobatga olish muhim hisoblanadi.

R.Sh. Valiev, N.V. Gorbunov, N.N. Siresina, G.V. Baranov va S.V. Berlin-Chertov kabi olimlar o‘z tadqiqotlarida sil kasalligi bilan xastalangan bemorlarlar somatik jihatdan sog'lom odamlarga qaraganda hissiy-irodaviy soha xususiyatlari, kognitiv munosabatlari, shuningdek, shaxslararo o‘zaro ta'sirning uyg'un bo‘lmagan uslublari bilan farq qilishini aniqlaganlar [2], [1], [4], [5], [7], [8], [9].

Siresina o‘z tadqiqotlarida sil kasalligi bilan og'rigan bemorlarning o‘ziga xos impulsivligi, noturg'unligi va past motivatsiya bilan ifodalanadigan hissiy-irodaviy sohaning o‘ziga xos xususiyatlari bilan ajralib turishini ta'kidlaydi. Ftiziatrik bemorlarning o‘zini o‘zi boshqarish xususiyatlari orasida konformizmning mavjudligi va o‘zini o‘zi boshqarishning past darajasi ajralib turadi. Ijtimoiy xulq-atvorni tartibga solishda bunday tashhis qo‘yilgan bemorlar jamiyatda qabul qilingan qoidalar va ijtimoiy me'yorlarga qarshilik va rioya qilmaslikni namoyish etadilar. Ta'kidlanishicha, ftiziatrik bemorlarning tafakkur samaradorligi pastroq bo‘ladi va aslida rigiddir. Sil bilan og'rigan bemorlar o‘z atrofini konservativ davolaydilar. Somatik jihatdan sog'lom odamlar bilan solishtirganda, sil kasalligi bilan og'rigan bemorlarda yuqori emotsional ton va yuqori psixologik kuchlanish mavjud [7].

Sil kasalligi bilan xastalangan bemorlarni kompleks davolashda psixoterapiya imkoniyatlarini o‘rgangan M.I. Taranenkoning ta'kidlashicha, mutaxassisning psixologik yondashuviga ko‘ra tanlanishini, psixologik tuzatishning ko‘plab sohalari mavjudligini bildirgan.

Tadqiqotimizning korreksiya qismida psixoanaliz, xulq-atvor, gumanistik, mijozga markazlashgan psixoterapiya, kognitiv, ratsional-emotiv psixokorreksiya yo‘nalishlari va art-terapiya va qum terapiya, relaksatsion mashg’ulotlaridan foydalanildi.

Sil kasalligi bilan xastalangan bemorlar emotsional sohasini tadqiq qilish shu jihati bilan ahamiyatliki, bemorlarda psixologik jarayon, xususiyat va kognitiv sohadagi o‘zgarishlarni tadqiq qilinishi kasallikka nisbatan munosabatni shakllanish omillarini tahlil qilish imkonini beradi. Masalan, xulq-atvor namunalari kasallik paydo bo‘lishiga ta'sir qiluvchi eng ko‘p o‘rganilgan xatti-harakatlar modeli bo‘lib, sil kasalligi bilan

xastalangan bemorlar ayollarda qo‘zg’aluvchanlikning oshib ketishi ko‘proq ifodalansa, yuqori emotsional javoblar dushmanona kayfiyat ba’zi erkak jinsli bemorlarda ham uchrab turadi[10].

Sil bilan kasallangan bemorlarga nisbatan tashqi muhitdan kelayotgan salbiy ta’sirlar, oiladan va jamoadan uzoqlashuv holatlari uning psixikasida holsizlik, tushkun kayfiyatning rivojlanishi bilan birga, ko‘p ikkilanish, gumonsirash, o‘zini kamsitilgan, azoblangan his qilishi yoki barcha narsaga nisbatan qiziqishning yo‘qolish holatlari unda stressning chuqur rivojlanishiga olib keladi. Ular bilan olib boriladigan psixokorreksion tadbirlar bemordagi psixoemotsional holatning yaxshilanishi va kasallikka qarshi kurashish qobiliyatini rivojlantirish imkoniyatini oshiradi[11].

Muhokama va natijalar. Psixokorreksion dasturda ishtirok etish uchun bemor xohishiga ko‘ra erkin tanlov asosida tashkillashtirildi va 30 nafar bemor ishtirok qildi. Mashg’ulotdan keyingi natijalar (Vilkokson mezoni bo‘yicha) tahlil qilindi.

Dastur samaradorligini aniqlash maqsadida dastlabki aniqlashtiruvchi so‘rovnomalarni qayta o‘tkazish maqsad qilib olindi. Tadqiqotning psixologik-korreksion bosqichi tahlili psixologik korreksiya imkoniyatlarini namoyon qiladi. Shuningdek, yetuklik yosh davriga oid sil kasalligi bilan xastalangan bemorlarni differensial farqlanishiga ko‘ra kasallik bilan bog’liq emotsional munosabatlaridagi o‘zgarishni aniqlash imkonini yaratadi.

Serdyukning kasallikni ijtimoiy ahamiyatini baholash so‘rovnomasi ko‘rsatkichlari psixokorreksion mashg’ulotdan keyingi tahlil natijalari

Ko‘rsatkichlar		**N**	**O‘rtacha rang**	**W**	**P**
KCh	Pasaygan	5	3,00	-2,121	,034*
	Oshgan	0	0,00		
	O‘zgarmagan	25			
	Jami:	30			
OYO	Pasaygan	2	1,50	-1,414	,157
	Oshgan	0	0,00		
	O‘zgarmagan	28			
	Jami:	30			
RCH	Pasaygan	11	6,00	-3,127	,002**
	Oshgan	0	0,00		
	O‘zgarmagan	19			
	Jami:	30			
IYO	Pasaygan	5	3,00	-2,236	,025*
	Oshgan	0[k]	0,00		
	O‘zgarmagan	25[l]			
	Jami:	30			
VCH	Pasaygan	13	7,00	-3,419	,001**
	Oshgan	0	0,00		
	O‘zgarmagan	17			
	Jami:	30			
KCh	Pasaygan	3	2,00	-1,633	,102
	Oshgan	0	0,00		
	O‘zgarmagan	27			
	Jami:	30			
JP	Pasaygan	6	3,50	-2,251	,024*
	Oshgan	0[t]	0,00		
	O‘zgarmagan	24			
	Jami:	30			
ZX -	Pasaygan	4	3,38	-,647	,518
	Oshgan	2	3,75		
	O‘zgarmagan	24			
	Jami:	30			
MCH	Pasaygan	17	9,00	-3,758	,000***
	Oshgan	0	0,00		
	O‘zgarmagan	13			
	Jami:	30			

MZ	Pasaygan	2	1,50	-1,414	,157
	Oshgan	0	0,00		
	O‘zgarmagan	28			
	Jami:	30			

Izoh: *p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001

Serdyukning kasallikni ijtimoiy ahamiyatini baholash so‘rovnomasi psixokorreksion dasturdan keyin qayta o‘tkazish natijalariga ko‘ra, yetuklik davridagi sil bilan davolanayotgan bemorlarning shaxsiy munosabatlar xususiyatida ahamiyatli ijobiy o‘zgarishlar namoyon bo‘ldi.

Serdyuk so‘rovnoma natijasiga ko‘ra kuch-quvvat hissining chegaralanganligini his qilish shkalasi bo‘yicha ishonchli farq namoyon bo‘ldi (w=2,121; p≤0,05). Kasallikning bevosita organizmga ta’siri psixikaga ham ta’sirini o‘tkazmasdan qolmaydi.

Psixik emotsonal holatdagi bu qarashlar kasallikni yengishda qiyinchiliklarga olib kelishi bilan birgalikda agressiv xulq-atvor shakllanishiga ham sabab bo‘lishi mumkin. Psixokorreksion dasturdagi mashg’ulotlar orqali bemor o‘zining imkoniyatlarini to‘g’ri baholay olishi natijasida kasallik bilan ko’rashda ijobiy natijalarga erisha oladi.

Shuningdek, yetuklik davridagi bemorlarda rohatlanisning chegaralanganligi, ishdagi qiyinchiliklar, bo‘sh vaqtning chegaralanganligi, jozibadorlikning pasayishini his qilish va muloqotning chegaralanganligi shkalarida ham psixokorreksion mashg’ulotdan keyin ishonchli ijobiy o‘zgarishlar aniqlandi (w=3,127; p≤0,01), (w=2,236; p≤0,05), (w=3,419; p≤0,01), (w=2,251; p≤0,05), (w=3,758; p≤0,001). Psixokorreksion mashg’ulotlardagi emotsional zo‘riqishlar bilan ishlash, ta’sir qilish mumkin va mumkin bo ‘lmagan vaziyatlarda munosabatni o‘zgartirish va mas’uliyat xissini tuyish, irodaviy rivojlantirish, kasallik bilan kurashish texnikasini rivojlantirishga qaratilgan mashg’ulotlar natijasida ushbu shkalalarda ham ijobiy natijalarga erishildi. Mazkur dastur psixokorreksiya sohasida qo‘llanilib kelinayotgan mashqlar jamlanmasi sifatida tuzilgan bo‘lib, ularning nazariy asoslari yuqoridagi paragrafda ifodalangan. Mashg’ulot davomida respondentlarning hissiy kechinmalarini erkin holda ifodalashlariga e’tibor qaratildi va samaradorlikni aniqlash uchun tanlab olingan test-so‘rovnomalarini psixokorreksion dasturdan keyin qayta o‘tkazish orqali aniqlandi.

Xulosa. Serdyuk testi natijalariga ko‘ra, kuch-quvvatning chegaralanishi, rohatlanish, ishdagi qiyinchiliklar, bo‘sh vaqtning chegaralanishi, jozibadorlikning pasayishi va muloqotdagi chegaralanish shkalalarida dastur samaradorligi aniqlandi. Bu holatda yuqori ko‘rsatkichlar bemorni o‘z-o‘zini his qilish, kayfiyatidagi ijobiy holatlar bilan bog’liq bo‘lib, korreksion dastur bemorlar emotsional holatlarining yaxshilanishiga ta’sir ko‘rsatib, kasallik bilan vaziyatni tog’ri baholash imkoniyatini yuzaga keltirgan. Bemordagi shaxsiy-individual xususiyatlar va asab tizimi kuchiga ko‘ra kasallikka munosabatlarda qarashlarning o‘zgarish ehtimoli kattaligi bilan belgilanadi. Bu esa bemorda psixologik qo‘llab-quvvatlanish zaruratini yanada oshiradi.

Adabiyotlar:

1. Артюхова Т.Ю. Психокоррекция и психотерапия: учеб. пособие/– Красноярск: Сиб. федерал. ун-т, 2019. - 170 с
2. Баранова, Г. В., Золотова Н.В., Долгова Ю.В., Панкова Л.И. О личностных особенностях больных туберкулезом легких//Туберкулез в России, год 2007: Материалы VIII Российского съезда фтизиатров. – М., 2007. – С. 165-166
3. Берлин-Чертов, С.В. Туберкулез и психика / С.В. Берлин - Чертов // Труды Московского областного научно-исследовательского туберкулезного института - М., 1948. - С. 28-38
4. Валиев, Р.Ш. Лечение больных туберкулезом лёгких с учётом особенностей их личности и отношения к болезни // Пробл. туб. – 1999. – № 2. – С. 27-31.
5. Горбунова, Н. В. Социально-психологические особенности пациентов, больных туберкулёзом / Н.В. Горбунова // Молодой учёный. — 2012. — №11. — С. 350-353.
6. Muxamedov K.S., Kayumova S.S., Ongarbayev D.O., Mamatov L.B., Abdugapparov F.B., Djura-bayeva M.X., Anvarova Y.V., Babamatova X.U. The results of clinical and laboratory studies in patients with dis-seminated pulmonary tuberculosis: дис. – 2023.
7. Сиресина, И. И. и д.р. Патогенные психологические особенности больных туберкулёзом лёгких и их коррекция // Туберкулёз в России, год 2007: Материалы VIII Российского съезда фтизиатров. – М., 2007. – С. 186-187.

8. Сиренко, И. А. Рыбалка В. В., Влияние туберкулёзной инфекции на психологический статус детей // Туберкулез и болезни легких. – 2010. – №1. – С. 59-63.

9. Сиресина, Н.Н. Психологическое и нейропсихологическое сопровождение терапии туберкулеза легких: метод, пособие / Н.Н. Сиресина и д.р. – М., 2007. – С. 186-187.

10. Qurbanova Sh.B. Salomatlik va kasallik masalasi, xulq-atvorda ifodalanishining psixologik jihatlari // “Psixologiya” ilmiy jurnali. № 4, 2024. - Buxoro. -167-171 bet.

11. Qurbanova Sh.B. Ahmedova M.S. Psixoterapiya tushunchasi va uning tarixiy taraqqiyoti. Markaziy Osiyo allomlarida tibbiy salomatlik va sil kasalligiga munosabatning o’rganilishi. “Xorazm vohasida ijtimoiy-falsafiy fikrlar tarixi: O’rta asrlar va yangi davr” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi”. Ma’mun Universiteti. Urganch 2024. 371-376 bet.

Radjapova Firuza Duschanovna,
Toshkent tibbiyot akademiyasi Urganch filiali o‘qituvchisi

AYOLLARNI TUG’RUQQA TAYYORLASH ASOSLARI HAQIDA ILMIY-NAZARIY QARASHLAR TALQINI

Annotatsiya. *Maqolada ayollarni tug’ruqqa tayyorlashda psixoemotsional va individual-xarakterologik xususiyatlarning ifodalanishi, homiladorlik davrining o’ziga xosligi va bu jarayonni ayollarga ta’siri masalalari nazariy o’rganilishi tadqiq qilindi. Tug‘ruq oldi va tug‘ruqdan keyingi davrlarda fiziologik, psixologik va emotsional xususiyatlarning o‘zaro aloqasi tadqiqiga bag‘ishlangan ishlar tahlili, homilador ayollar va ularning oilalari bilan butun perinatal davrdagi tadqiqotlar, xorijda va malakatimizda mazkur mavzuni yuqori dolzarblik munosabati bilan o‘rganish bolani tug‘ilish vaziyatida ayollardagi asosiy psixofiziologik jarayonlar dinamikasi haqida fikrlar bildirilgan.*

Kalit so’zlar: *homiladorlik, oila funksiyalari, onalik, individual xususiyatlar, psixologik va emotsional tayyorgarlik.*

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ВЗГЛЯДОВ НА ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ ЖЕНЩИН К РОДАМ

Аннотация. *В статье рассматривается теоретическое изучение проявления психоэмоциональных и индивидуально-характерологических особенностей при подготовке женщин к родам, специфика периода беременности и влияние этого процесса на женщин. Представлен анализ работ, посвящённых изучению взаимосвязи физиологических, психологических и эмоциональных особенностей в дородовой и послеродовой периоды, исследований беременных женщин и их семей на протяжении перинатального периода, а также исследований данной темы за рубежом и в нашей стране в связи с её высокой актуальностью, в которых высказываются мнения о динамике основных психофизиологических процессов у женщин в родах.*

Ключевые слова: *беременность, семейные функции, материнство, индивидуальные особенности, психологическая и эмоциональная подготовка.*

INTERPRETATION OF SCIENTIFIC AND THEORETICAL VIEWS ON THE BASICS OF PREPARING WOMEN FOR CHILDBIRTH

Abstract. *The article examines the theoretical study of the manifestation of psycho-emotional and individual-characteristic features in the preparation of women for childbirth, the specifics of the pregnancy period and the impact of this process on women. An analysis of works devoted to the study of the relationship of physiological, psychological and emotional characteristics in the prenatal and postnatal periods, studies of pregnant women and their families during the perinatal period, as well as studies of this topic abroad and in our country due to its high relevance, in which opinions are expressed on the dynamics of the main psychophysiological processes in women during childbirth.*

Keywords: *pregnancy, family functions, motherhood, individual characteristics, psychological and emotional preparation.*

Kirish. Tug‘ruq va tug‘ruqdan keyingi davrning psixologik xususiyatlarini o‘rganish bevosita ayolni homiladorlik va tug‘ruqqa tayyorlanish davri bilan bog‘liq. Bu masala zamonaviy psixologiyada bir qator xorij olimlari tadqiqotlarida olib borilgan. Masalan, I.V.Dobryakov (2010), G.G. Filippova (2018), T.L. Kryukova, M.V. Saporovskaya, E.V. Kuftyak (2005), V.A. Ababkov, M. Perre, B. Plansherel (1999) kabilar perinatal psixologiyada biopsixosotsial yondashuvga asoslanib, oilaning funksional-rolli spetsifikasi va ayolning individual shaxslilik xususiyatlari negizida homiladorlik kechishi, tug‘ruq va tug‘ruqdan keyingi davrlarda jismoniy, psixologik va ijtimoiy omillarning majmuaviy ta’sirini o‘rganish zaruratini ta’kidlaydilar [11], [23], [1].

Tibbiyot, perinatal psixologiya, akusherlik va ginekologik amaliyot rivojlanishi natijasida va tibbiyotda ayol va uning butun oilasi homiladorlik, tug‘ruq va tug‘ruqdan keyingi davr alohida xususiyatli hayotiyvaziyat siqatida ilmiy tadqiqotlar ortib bordi. Jumladan, E.G. Eydemiller va I.V.Dobryakovlar oilaviy diagnoz, oilaviy psixoterapiya ishlarida zamonaviy model va usullarni taklif qiladi [29], [28].

Gipotezaning ilmiy asoslari. K.D.Xlomov va S.N.Enikolopovlar psixoemotsional va individual-xarakterologik xususiyatlarning homiladorlik davri to‘xtash xavfi mavjud ayollarga ta’siri masalalarini tadqiq qilganlar [27].

Lekin tug‘ruq oldi va tug‘ruqdan keyingi davrlarda fiziologik, psixologik va emotsional xususiyatlarning o‘zaro aloqasi tadqiqiga bag‘ishlangan ishlar kam darajada bajarilgan. Mazkur holat homilador ayollar va ularning oilalari bilan butun perinatal davrda tadqiqot o‘tkazish, longityud tahlil qilish qiyinchiligi bilan izohlanishi ehtimol. Undan tashqari xorijda va malakatimizda mazkur mavzuni yuqori dolzarblik munosabati bilan o‘rganish bolani tug‘ilish vaziyatida ayollardagi asosiy psixofiziologik jarayonlar dinamikasini tadqiq qilishni talab qiladi.

Xorij olimlaridan E.J. Henshaw (2014) va N. K. Cunningham (2013)lar olib borgan tadqiqotlarga ko‘ra, tug‘ruq va tug‘ruqdan keyingi davrga homiladorlikning uchinchi tirmestri davomidagi psixofiziologik jarayonlar ko‘proq ta’sir qiladi. Mazkur xulosa birinchidan, ayolning tug‘ruqqa fiziologik, psixologik va emotsional tayyorgarligi, uni bolasi esa me’yoriy tug‘ilish shakllanishiga olib borishini ko‘rsatadi.

A.V. Levchenko (2013) vaG.G. Filippova (2011)larning tadqiqotlarida homiladorlik umuman olganda, ona ontogenez sohasida tanqidiy davr sifatida, ona shaxsiyatida sifatiy o‘zgarishlar olib keladigan jinsiy rolli identifikatsiya bosqichi sifatida ko‘rib chiqiladi [17].

G.G Filippovani ishlarida bo‘lg‘usi ona shaxsiyati rivojlanishi asnosida bola tug‘ilishi hayotiy istiqbolni qayta ko‘rib chiqish bosqichi sifatida namoyon bo‘lishini ko‘rib chiqadi. Mazkur davrda stress va bir qancha negativ emotsional kechinmalarni boshdan kechirish tug‘ruqqa tayyorlanish va tug‘ruqdan keyingi davrda tezda sifatli moslashuv jarayoniga qo‘shimcha bo‘ladi [24].

A.I. Golubix, S.S. Savenisheva (2014) va A.L. Filonenko (2011) tadqiqotlarida negativ emotsional holatlar va ona salomatligida hayot sifatining past ko‘rsatkichlarida bola hayotining birinchi yilida adekvat munosabat qila olmasligini aniqlaganlar [10], [25].

A.S. Batuyev, L.V. Sokolova, L.N. Stankevichlar (2007), A.A. Uxtomskiy (2002) ishlarida tug‘ruqdan keyingi psixologik xususiyatlar gestatsion, tug‘ruq va laktatsiya ustunligining ketma-ket almashinib turishi ta’sirida “ona-bola” tizimi rivojlanishiga asoslanishi tahlil qilingan [5], [22].

Dobryakov (2010), E.G. Vetchanina, G.B. Malgina (2001)lar tadqiqotlarida, psixofiziologik nuqtai-nazardan, homilador ayolning tug‘ruqqa tayyorlanishi tug‘ruqni yagona funksional tizim sifatida, shakllanishda stress va negativ emotsional holatlar kechirilishi natijasida jarayonda turli buzilishlarni keltrib chiqarish dominantligiga sharhlanishini ko‘rib chiqqanlar [11].

E.G.Vetchanina homiladorlikning turli xil muddatlarida psixoemotsional stressga reaksiya xususiyatlarini tadqiq qilgan [8].

R. Sollings, (2018) tug‘ruq dominantligi homilador ayol organizmida neyrogumoral, endokrin va asab o‘zgarishlar majmuasi sifatida tug‘ruq faoliyatini to‘g‘ri olib borishni taqozo qilishini ta’kidlaydi.

G.G. Filippova (2018), N.P. Kovalenko (2002)lar ishlarida bo‘lg‘usi ona organizmining funksional moslashuviga uning bolalikdagi psixologik muammolarining hal qilinmaganligi, o‘z onasi bilan o‘zaro munosabatlarda qiyinchiliklar va hayotiy istiqbolni yuqori baholanganligining aktualizatsiyasi hamda homiladorlik davridagi shaxslilik konfliktlari bilan shartlangan psixoemotsional holatlari ta’sir qilishini aniqlaganlar [26], [16].

S.I. Galyautdinova, R.R. Kutusheva va R.B. Gumerova (2016)lar homiladorlikning uchinchi trimestrida tug‘ruq qo‘rquvlari quyida namoyon bo‘ladigan emotsiyalar fonida onalikdan oldingi pozitiv kechinmalar va quvonchdan tortib muvaffaqiyatli tug‘ruq kechishi borasidagi xavotirli-depressiv holatlargacha kuzatilishi mumkinligini o‘rganganlar [9].

P.P. Balashov, A.M. Kolesnikova, N.L. Mamыsheva (2014) lar homilador ayollarda xavotirli buzilishlarning klinik xususiyatlarini tadqiq qilganlar. Tadqiqotlarga ko‘ra, homiladorlik me’yoriy kechayotgan 40%dan ortiq ayollarda psixoemotsional zo‘riqish holatlari turli darajada xavotirli kechinmalar ko‘rinishida kuzatiladi. Ayniqsa, oxirgi yillarda 40-60% homilador ayollarda yaqqol namoyon bo‘ladigan depressiv simptomatikalar va psixopatologik buzilishlar rivojlanishi chastotasi oshganligi ko‘rinadi [4], [19].

Homiladorlik davrida ayolda kechiriladigan emotsional holatlar muhim ahamiyatga ega. Aynan V.L. Tyutyunnik, O.I. Mixaylova, N.A. CHuxareva (2009)larning ishlarida homiladorlik davrida ayolda kechiriladigan stressli vaziyatlar buyrak osti bezi ishlab chiqaradigan katexolaminni qonga chiqarishni faollashtirishi, bu vaqtda gipotalamik tizim yordamida ijobiy emotsiyalar sifatida bevosita homilaga plansentar bar’er orqali ta’sir ko‘rsatuvchi endorfin ishlab chiqarilishi aniqlangan. SHu narsa ta’kidlanganki, onaning pozitiv emotsional kechinmalari homila o‘sishini jadallashtiradi va sensor idrok darajasini kuchaytiradi [20].

Muammoning metodologik o’rganilishi. Homilani faolligi va katta og‘irligi bilan bog‘liq onaning o‘zini his qilishini tug‘ruqdan bir necha hafta oldin obyektiv qiyinlashishi, homilani o‘rab turgan suv yangilanishi va bachadon muskullarini qisqarib turishi tug‘ruqdan oldingi ayol turli emotsional holatlari rivojlanishiga ahamiyatli ta’sir ko‘rsatadi.

N.P. Kovalenko va O.S. SHkurotenkolar tug‘ruq va tug‘ruqdan keyingi davrda ayollarda ahamiyatli miqdorda aleksitimiya rivojlanishini homiladorlik davrida anglangan tushkun negativ emotsiyalar psixologik mexanizm sifatida namoyon bo‘lishi bilan bog‘laydilar. Homiladorlik davrida aleksitimiya asosida yotadigan rad qilish mexanizmi ishlashidan namoyon bo‘ladigan emotsional holatlar bolaga ambivalent munosabat shakllanishiga, turli psixoemotsional zo‘riqishlarni bartaraf qilish strategiyalari va onani o‘z-o‘zini boshqarishga tayyor emasligini rivojlantirish mumkin

A.I. Blyum (2018), V.P. Smetnik, L.G. Tumilovich (1995)lar erta va kechki tug‘ruqdan keyingi davrlarda psixofiziologik jarayonlar kechishi spetsifikasini tug‘ilish tipi aniqlab berishini o‘rganganlar [6], [18].

E.K. Aylamazyan, 2003; E.M. Vixlyaeva, (2006) larning ishlarida tug‘ruqdan keyingi emotsional holatlarni tadqiq qilish birinchi navbatda mazkur davrdagi fiziologik jarayonlarga mos namoyon bo‘ladi. An’anaviy perinatal tibbiyotda tug‘ruqlar homilador ayol organizmi tizimi va ko‘pgina organlar o‘zaro ta’siri natijasida hamda “hayot qobiliyatiga ega homila va tuxum homilani elementlarini badarg‘a qilish”dan iborat qiyin fiziologik jarayon sifatida ko‘rib chiqiladi [2], [7].

Markaziy asab tizimi tomonidan ayolning tug‘ruqqa psixofiziologik tayyorgarligi katta yarim sharlarda tormozlanish jarayonlarining ustunligi va qobiq osti tizimining yuqori qo‘zg‘alishi bilan shartlanadi. Tug‘ruq boshlanishida onaning gipotalamo-gipofizar tizimida va limbik kompleksi strukturasida qo‘zg‘alish jarayonlari faollashadi, shuningdek, homilani buyruk ostini sintezlaydigan kortizol miqdori kuchayadi.

Akusher-ginekologik amaliyotda puerperal yoki tug‘ruqdan keyingi davrni 6 haftadan 8 haftagacha davom qilishini qabul qilingan.

Oilaviy munosabatlarning eng ta’sirli, jozibali va muhim bo‘lagi – bu ona-bola munosabatlaridir.

Sog’lom bola tug‘ilishi uchun bo‘lajak onalarga vrachlar asosiy 5 ta tavsiyani ta’kidlab o‘tadilar:

1. Homilador ayol davolovchi vrach ko‘rigidan muntazam o‘tib turishi, har oyda, homiladorlikning oxirida har hafta vrach qabuliga borib turishi shart.

2. Homilador ayol to‘g‘ri ovqatlanish qoidalariga rioya qilishi shart. Asosiy ozuqa beshta asosiy mahsulotlar guruhidan: yormalar, meva va savzavotlar, sut mahsulotlari, go‘sht yoki dukkakli o‘simliklardan tayyorlangan ozuqalar bo‘lishi kerak. Barcha vitaminlar, minerallar va temir moddalardan iborat taomlarni tanovul qilishlari kerak.

3. Alkogol va kofein tutuvchi ichimliklarni iste’mol qilish, chekish tavsiya etilmaydi. Biror bir dori-darmon yoki tibbiy muolajani qabul qilishda avval vrach bilan maslahatlashishlari kerak.

4. Homiladorlik davrida badan tarbiya bilan shug‘ullanish zarur. Agar homilador ayol yaxshi jismoniy holatda bo‘lsa, tana qo‘shimcha og‘irlikni ko‘tirishda qiyinchilikka uchramaydi.

5. Homilador ayol o‘zining toliqib qolishiga yo‘l qo‘ymasligi, ayniqsa, homiladorlikning oxirgi haftalarida maxsus mashg‘ulotlarga qatnashishi zarur. U erda ayollarni tug‘ruqqa va yangi tug‘ilgan chaqaloqlarni parvarish qilishga o‘rgatadi [13]

Ona-bola munosabatlari oilaviy munosabatlarning eng ta’sirli, jozibali va muhim bo‘lagidir.

Ularning muhimligi shundaki, ayni dastlabki muloqot va mehrli munosabatlar bolaning keyingi psixik va aqliy taraqqiyotini hamda onaning xulq-atvorini shakllantiradi.

Bola tug‘ilishining dastlabki onlarida ona va bola o‘zaro hissan va psixologik jihatdan bog‘langan bo‘lib, ikkalasi bir tan, bir vujud hisoblanadi. SHu bois ularning munosabatlarida simbiotiklik (bir xillik, qo‘shilib ketganlik, yaxlitlik) bo‘ladi. Bola ulg‘ayib, katta bo‘lgani sari ular o‘rtasidagi masofa, psixologik distansiya ortib boraveradi, simbioz munosabatlar aqliy-kognitiv munosabatlar shaklidagi psixologik aloqalarga aylanib ketaveradi.

Chaqaloqning jismoniy o‘sishi va rivojlanishi tabiiyki, onaning g‘amxo‘rligiga bevosita bog‘liq. Shunisi muhimki, bola uchun har qanday g‘amxo‘r va mehribon inson unga ona o‘rnini bosishi mumkin (buvisi, otasi, enagasi). Lekin kimningdir doimiy g‘amxo‘rligi, ya’ni, mehribon insonning – “ob’ekt”ning doimiyligi bola rivojlanishi uchun o‘ta muhim hisoblanadi. Bola bir yoshga to‘lguncha bo‘lgan davri noverbal muloqot davri hisoblanib, undagi barcha o‘zgarishlar onasi yoki yaqinlari bilan bo‘ladigan emotsional, bevosita munosabatlarning natijasi bo‘ladi va bora-bora muomalaga til va tovushlar bilan bog‘liq belgilar kirib kela boshlaydi. Onaning barcha say’i-harakatlari bu davrda bola psixik rivojlanishining muvaffaqiyatini belgilaydi [12]

Agar ota va ona tomonidan ko‘rsatilayotgan g‘amxo‘rlik doimiy va samimiylik kasb etsa, bu *E.Erikson* ta’biri bilan aytganda, “mutlaq ishonch”ga asos bo‘ladi. Ya’ni, haqiqiy, g‘amxo‘r ona bolasining ayni paytdagi barcha ehtiyojlarini qalban his etib, o‘sha zahoti qondirishga harakat qiladi, masalan, chanqasa suv, och qolsa – ko‘krak suti, peshob qistaganda, to‘sish kabi ishlarni o‘z vaqtida bajarib boradi. Onaning bola ehtiyojlarini shu kabi aniq bilib, o‘z vaqtida mehr ko‘rsatishi ba’zan intuitiv tarzda kechsa, ba’zan ona o‘zini bola bilan identifikatsiya qiladi, ya’ni, o‘zini uning o‘rniga qo‘yish orqali, uning talab-istaklarini sezganday bo‘ladi, “vujudi bilan his etadi”. Bunday his qilishlar odatda ona tomonidan aniq anglanmaydi, lekin, tabiiiyki, onaning kechinmalari va sezishlari to‘g‘ri chiqadi. Lekin ba’zan pediatr yoki boshqa mutaxassis bilan bolaning holati haqida fikrlashganda ayrim hollarda o‘zining intuitiv qarorlari to‘g‘ri yoki noto‘g‘ri ekanligini anglab qoladi.

Tan-vujud bilan ona va bolaning yaxlitligi o‘ziga xos hissiyot bo‘lib, u ko‘pincha “xolding” (inglizcha “tutish”, “ushlash” so‘zidan olingan) tajribasidan kelib chiqadi. YA’ni, ona o‘z bolasini qo‘lida ushlab, badani badaniga tekkanda his qiladigan kechinmalari orqali boladagi o‘zgarishlarni tuyadi, his qiladi. *Vinnikott* degan olimning fikricha, “xolding” tajribasi yaxshi bo‘lmagan onalarning shaxsiy muammolari ko‘p bo‘lib, ular bolani qo‘lida ushlaganda ham deyarli hech nimani his etmaydilar. Ana shunday chaqaloqlarda keyinchalik ixtiyoriy psixik funksiyalar rivojida muayyan muammolar bo‘lishi mumkin, masalan, ixtiyoriy ravishda diqqatni bir narsaga to‘plash, ixtiyor holda u yoki bu narsani eslab qolish, gapirish, mantiqiy fikrlash va shunga o‘xshash [14]

Gapirish, nutq faoliyati bilan bog‘liq psixik funksiyalar ko‘pincha sinxronizatsiya jarayonida shakllanadi. Bolasini suyib, uning his-kechinmalarini bilish qobiliyatiga ega bo‘lgan ona odatda farzandining psixik rivojlanishida barcha qiliqlarini, ulardan qanday foydalanish malakalarini orttirib boradi. Masalan, bolada ba’zan shunday holat bo‘ladiki, unda onaga bola bilan faol kommunikativ faoliyatni amalga oshirish noqulay bo‘ladi, go‘dak injiqlik qilib, hech narsaga ko‘nmay qoladi, buni sezgan ona bolaga gapiravermay, jimgina toza havoda sayr qildiraversa, ma’lum vaqt o‘tgach, farzandidagi charchoq yoki boshqa sababli paydo bo‘lgan holat o‘tib ketadi, u yana jonlanib, onaga talpinadi, u bilan muloqotni davom ettiradi. SHuni inobatga olmagan holatlarda kommunikativ omadsizlik sodir bo‘ladi, buning oqibatlari psixologiyada yaxshi o‘rganilgan.

Boladagi kognitiv rivojlanish, ya’ni fikrlar tarbiyasi, dunyoqarashlarning shakllanishiga ham onaning xulq-atvori katta ta’sir etadi. Ingliz olimlarining larida (*U.R. Bion*) onaning har bir harakati, mimikalari bolaning tepasida turib, unga qiladigan muomalasi, erkalashlari bora-bora bola o‘zlashtiradigan alohida iboralar, so‘zlarda namoyon bo‘ladi. Video tasmalarda shu narsa namoyon bo‘lganki, onaning qiliqlari tobora bolaning nutqli-nutqsiz, mantiqiy-mantiqsiz harakatlariga, ishoralariga aylanib boradi, keyinchalik bola alohida so‘zlarni talaffuz qila boshlaganda ham beixtiyor onaning mimikalari, talaffuz uslublarini qaytaradi. Shu tariqa onaning bevosita ishtiroki va yordamida bola dunyoni taniydi, o‘rganadi.

Olamni ona orqali bilishga imkon beruvchi psixologik holatlardan yana biri – bu hissiy-emotsional bog‘langanlikdir. Ingliz psixiatri Jon Boulbi tomonidan ishlab chiqilgan, turli hayotiy vaziyatlarda ona-bola munosabatlarida *M.Eynsvort* degan olima tomonidan tekshirilgan emotsional bog‘langanlik nazariyasi odatda etti oylikdan keyingi bolaning onaga juda bog‘lanib qolishi va shu orqali bola uchun muhim psixologik rivojlanishlar ro‘y berishini isbotlagan. Masalan, 12 oylikdan 18 oylikkagacha bo‘lgan bolaning onasidan 3 minutga ayirib turib qayd etilgan xulqiga qarab, olimlar hissiy bog‘langanlikning 4 xil shaklini ajratishgan:

Ishonchli bog‘liqlik. Bola bunday sharoitda onasini ishonch bilan qidiradi, atrofni o‘rganadi; ketib qolganini seza boshlagach, tushkunlikka tushadi, xafa bo‘ladi, onasi qaytgach, uni zo‘r xursandchilik bilan kulib kutib oladi, onasiga talpinadi;

Chetlashuvchi bog‘liqlik. Onasi ketib qolganligini bilgach, atrofga qaraydi, qidiradi, lekin ona qaytgach, unga talpinishi minimal bo‘lib, hattoki, teskari qarab ham oladi, o‘yinchoqlarini o‘ynashda davom etaveradi;

Avbivalent bog‘liqlik. Onasi ketgach, go‘yoki qotib qolganday depressiyaga tushadi, o‘ynamaydi ham atrofga qaramaydi ham; onasi qaytgach, onasiga talpinmaydi ham, undan qochmaydi ham. Uning xafaligini ham, xursand ekanligini ham anglash qiyin bo‘ladi;

Tartibsiz bog‘liqlik. Bolada onaga nisbatan bog‘liqlikni qiyin, go‘yoki bolaga barcha narsa befarqday, qiliqlarida mantiqni ko’rish mushkul.

R.J.Muxamedraximov (1998) o‘z tadqiqotlarida “xavfsiz bog‘liqlik” atamasini ishlatadi. Bunda ona-bola munosabatlari juda tekis, ravon, bir-biriga monand, samimiy kechadi. Oila muhitida, yaxshi ijobiy munosabatlar doirasida kechgan bog‘liklik bilan ota-onasiz o‘sgan etimxonadagi bolalardagi bog‘liqlik o‘rganilganda, ayni xavfsiz bog‘liqlik borasida ular o‘rtasida katta tafovut borligi isbotlangan.

Shunday qilib, onaning bolani normal psixik taraqqiyotida roli ulkan. Bu ta’sir bolaning chaqaloqlikdan keyingi davrlarida ham o‘z kuchini saqlab qoladi [3].

Muhokama va natijalar. Olimlar ontogenetik taraqqiyot davrida yaxshi ona bo‘lishga sabab bo‘luvchi qator omillar qatorida qiz bolaning o‘z onasi bilan yoshligidan boshidan kechirgan muloqot tajribasini, oilasida onaga va onalikka munosabat xususiyatlarini, o‘z oilasida kichkina bolalar bilan muloqot tajribasi borligini inobatga oladilar [21].

Bu jarayonda qizchaning ona tomonidan qanday tarbiyalanganligidan tashqari, muayyan madaniy manbalar bilan tanishligi ham katta ahamiyat kasb etadi. Masalan, onasidan qanday ertaklar eshitgani yoki qanday o‘yinchoqlar o‘ynagani bevosita uning kelajakda qanday ona bo‘lishiga ta’sir etadi. Masalan, yoshligidan mehribon ona haqida eshitganlarini, ertak holida bo‘lsa ham yovuz kampirlar, yalmog‘iz ayollar, o‘gay onalar haqida eshitganlari bilan to‘g‘ri solishtirish tajribasi bor qiz o‘zining istiqboldagi harakatining yo‘nalishini belgilab olishi mumkin. YOki qo‘g‘irchoqlarni erkalatishi, onasiday g‘amxo‘rlik qilishi ham ijobiy tajriba, lekin ming afsuski, hozirgi paytda ishlab chiqarilayotgan “barbi” kabi qo‘g‘irchoqlar qizchalarda onalikni emas, ko‘proq ayollik fazilatlarini, oliftachilikni tarbiyalaydi. Zamonaviy ertaklarning ayrimlarida ham tarbiyaga zid keladigan syujetlar ko‘p. O‘zbeklar suyib ko‘radigan multfilmlar, masalan, “Zumrad va Qimmat” ertaklarini ham agar ona to‘g‘ri sharhlamasa, bola ongida noto‘g‘ri tasavvurlar shakllanib qolishi, o‘gay onaning albatta johil, otaning hamisha bo‘ysunuvchanligi to‘g‘risidagi chalkash tushunchalar paydo bo‘lishi mumkin.

Onadagi tug‘ruqdan keyingi depressiya – chaqaloq tug‘ilgandan keyinoq ayrim onalarda paydo bo‘ladigan ruhiy holat. Bu o‘ziga xos xastalik bo‘lib, uning oldini olish uchun ko‘p harakatlar qilinmoqda, chunki bunda ham psixologik omillarning roli katta. larning ko‘rsatishicha, agar oilada er-xotin munosabatlari yaxshi bo‘lmasa, otaning bolaga e’tibori etarli bo‘lmagan vaziyatlarda, onaga amaliy hamda moliyaviy ko‘mak berish yo‘lga qo‘yilmagan bo‘lsa, shu kabi qiyinchiliklar onada depressiyani hosil qiladi (*Rodrigues* va boshqalar, 2003).

Onalik deprivatsiyasi *ochi*q (agar ona o‘z onalik burchini bajarmay, boladan ayrilgan bo‘lsa) va *yashirin* (boladan yashirin voz kechish, uni yoqtirmaslik yoki biror sabab tufayli bolaga yaqin kela olmaslik holatlarida) bo‘lishi mumkin. Ikkala holatda ham bola taraqqiyoti uchun nihoyatda salbiy, xavfli vaziyat yuzaga keladiki, ayrim hollarda bola hattoki, nobud ham bo‘ladi. Masalan, chaqaloq tug‘ilgach, xasta bo‘lgani uchun uning uzoq vaqt mobaynida kasalxonada qolishi ham onalik deprevatsiyasiga sabab bo‘ladi. Bu orada unda onalik mehri uyg‘onmaydi, u yangi chaqaloqqa befarq bo‘lib qoladi. Buning oqibatlari qanchalik og‘ir bo‘lishi onaning yoshiga va ayriliqning muddatiga bog‘liq. Agar shunga o‘xshash holatni boshidan kechirgan ona juda yosh bo‘lsa, unda bolaning psixik taraqqiyotida jiddiy asoratlar qoladi, u o‘z xulq-atvorini nazorat qila olmaydigan, jizzaki, odamovi, jinoyatga, hattoki, o‘z joniga qasd qilishga ham moyilligi yuqori bo‘lib voyaga etadi [15].

Ona bolaning yonida bo‘la turib, undan yashirin tarzda voz kechgan holatda ham bolada nevrotik xususiyatlar rivojlanadi, ayniqsa, bola shaxslararo munosabatlarda no‘noq, urushqoq bo‘lib, qarorlar qabul qilishda qiynaladi, ijtimoiylashuv jarayoni nihoyatda murakkab kechadi. Ko‘rib turganimizdek, onaning bolaga psixologik yaqinligi uning istiqbolini, shakllanajak ijobiy fazilatlari, jamiyatdagi o‘rni va nufuzini belgilovchi muhim omildir.

Otalik psixologiyasi onalik psixologiyasiga nisbatan kam o‘rganilgan soha. Otalar xulqini o‘rganish shuni ko‘rsatdiki, ular ham g‘amxo‘rlik va samimiylik jihatidan ayollardan kam emas, kerak bo‘lsa, ulardan ham mehribon bo‘lishlari mumkin. Dastlab ota ham, ona ham bolaga nisbatan bir xil mehribonlik timsolida namoyon bo‘lgani uchun, ular o‘rtasidagi farqni chaqaloq deyarli his etmaydi. Bir yoshga to‘lgach, bola otasini alohida mustaqil shaxs sifatida idrok eta boshlaydi, o‘zaro munosabatlar triada shakliga o‘tadi. Otasi va onasining o‘zaro munosabatlarini kuzatib, bola tobora ayrim alohida olingan mustaqil, distansion munosabatlarning ma’nosini tushuna boradi.

Godfruaning olgan natijalariga ko‘ra, bir yoshlik bola otasi bilan bo‘ladigan o‘zaro munosabatlarni qadrlaydigan, xohlaydigan bo‘lib boradi. Onaning munosabatlaridan farqli, ota bolasining jinsiga qarab o‘ziga xos munosabatni o‘rnata oladi; o‘g‘il bolaga erkaklarcha, qiz bolaga boshqacha. SHu tariqa bolaning o‘z jinsini anglashi, gender tafovutlar to‘g‘risida tasavvurlar shakllanadi. Umuman, oilada otaning bo‘lishi bolaning ijtimoiy ko‘nikmalari shakllanishida katta ahamiyat kasb etadi. Buni bizning larimiz ham tasdiqlagan. Otaning mehri qiz bola uchun ham shu qadar muhimki, u ota-ona munosabatlarini hayoti mobaynida kuzatib borib, kelajakda o‘z turmush o‘trog‘iga qanday munosabatda bo‘lish lozim, degan savolga javob topadi. Ona xulqiga qarab esa, turmush o‘rtog‘i bilan baxtiyor yashash uchun ayol qanday bo‘lishi kerak, degan savolning mag‘zini chaqadi. Shuning uchun ham qiz bola uchun ham, o‘g‘il bola uchun ham oilaning butligi, ota-ona munosabatlarining iliq, samimiy, gumanistik bo‘lishi katta hayotiy ahamiyat

kasb etadi.

Xulosa. Shunday qilib, ijtimoiy tarbiyaning dastlabki o‘chog‘i oila bo‘lib, aynan ota va ona dastlabki ijtimoiy ko‘nikmalarni bola ongiga singdiruvchi, uning irodasini charhlovchi insonlardir. Oilaviy munosabatlar bolani nafaqat shaxs sifatida o‘zligini anglash, balki o‘zini u yoki bu jins vakili sifatida idrok etish va shaxsiy fazilatlarini takomillashtirishga ham yordam beradi. Bizning qarashlarimiz shuni isbotladiki, oilaning to‘liq bo‘lishi, ya’ni, unda ham ota, ham onaning tinchlik-totuvlikda yashashlari va unda normal insoniy munosabatlar, sog‘lom ma’naviy muhitning mavjudligi bolaning har tomonlama yaxshi rivojlanishi, sog‘lom, aqlli, kuchli iroda sohibi bo‘lib etishiga imkon beradi. Bolaga ham otaning ham onaning bo‘lishining zarurati shu bilan izohlanadiki, masalan, qiz bola onasi va uning oilada o‘zini tutishiga qarab, o‘zini ayollar jinsiga taalluqli ekanligini anglashdan tashqari, kelajakda qanday ona bo‘lishini tasavvur qilsa, otasiga, uning onasiga bo‘lgan munosabatiga qarab, o‘zini kelajakda oila qurganda qanday oila sohibasi bo‘lishi lozimligini anglab boradi. Demak, oila bolaning ijtimoiy munosabatlarga tayyor bo‘lishida muhim ahamiyat kasb etadigan pedagogik muhitdir. Shu bois ham olimlar oilaning eng muhim va dastlabki vazifalaridan ham birini tarbiyalovchi funksiya ekanligini doimo e’tirof etadilar.

Lekin ayrim oilalarda er va xotin o‘rtasida samimiy, iliq munosabatlarning yo‘qligi, tashqi tomondan nomiga oila qurganliklari, ma’nan esa bir-birlariga nisbatan begonaday qolganliklari bois bu erda o‘zaro munosabatlar hamisha tarang, yuzaki bo‘lib boradi. Tabiiy, bunday munosabatlar nafat ularning o‘ziga balki ularni o‘rab turgan boshqa qarindoshlar, ayniqsa, farzandlarga faqat salbiy ta’sir etadi, yoshlarning ijtimoiylashuv jarayoniga to‘g‘anoq bo‘lishi ham mumkin. “Ko‘cha bolalari”, “tarbiyasi og‘ir bolalar”, voyaga etmay turib jinoyatga qo‘l urgan o‘smirlar aksariyat holatlarda aynan shunday oilaviy muhitning qurbonlari hisoblanadi.

Shu o‘rinda ta’kidlash joizki, bolaning ijtimoiylashuvi jarayonida maktabgacha tarbiya maskanlari, maktabning roli va ahamiyati ham bor.

Adabiyotlar:

1. Абабков, В.А. Систематическое исследование семейного стресса и копинга/ В.А. Абабков, М. Перре, Б. Планшерел // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – 1999. – № 2. – С. 4-8
2. Айламазян, Э.К. Акушерство: учебник для медицинский вузов. 4-е изд., доп./ Э.К. Айламазян. – СПб.: СпецЛит, - 2003. – 528 с.)
3. Авдеева Н.Н., Хаймовская Н.А. Зависимость типа привязанности ребенка к взрослому от особенностей их взаимодействия (в семье и Доме ребёнка) // Психологический журнал. 1999. Т. 20, № 1
4. Балашов, П.П. Клинические особенности тревожных расстройств у беременных женщин/ П.П. Балашов, А.М. Колесникова, Н.Л. Мамышева // Журнал неврологии и психиатрии, - 2014. №11. - С. 20-23.
5. Батуев, А.С. Психофизиология матери и ребенка: итоги и перспективы/ А.С. Батуев, Л.В. Соколова, Л.Н. Станкевич // Психология. Журнал Высшей школы экономики. - 2007. Т.4,№3. - С. 27-43.)
6. Блюм, А.И. Взаимосвязь индивидуально-личностных особенностей женщин т характера родовой деятельности/ А.И. Блюм // Поляковские чтения - 2018 (к 90-летию Ю.Ф. Полякова). Научно-практическое издание. Сборник материалов научно- практической конференции с международным участием 15-16 марта 2018 г. / Под ред. Н.В. Зверевой, И.Ф. Рощиной, С.Н. Ениколоповой. – М.: ООО «Сам Полиграфист», - 2018. - С. 75- 76.
7. Вихляева, Е.М. Руководство по эндокринной гинекологии /Е.М. Вихляева.— М.: ООО «Медицинское информационное агентство», - 2006. — 784 с.)
8. Ветчанина, Е.Г. Особенности реакции беременных на психоэмоциональный стресс в различные сроки беременности/ Е.Г. Ветчанина, Г.Б. Мальгина // Сибирский психологический журнал. - 2001. №14-15. - С. 150- 151.)
9. Галяутдинова, С.И. Психологическая готовность беременных женщин к родительству/ С.И. Галяутдинова, Р.Р. Кутушева, Р.Б. Гумерова // Российский гуманитарный журнал. - 2016. Т.5. №2. - С. 243- 250.)
10. Голубых, А.И. Эмоциональные особенности беременных женщин и отношение к будущему ребенку и супругу/ А.И. Голубых, С.С. Савенышева // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. – СПб.: - 2014. №2, - С. 72-78.

11. Добряков, И.В. Перинатальная психология/ И.В. Добряков. – СПб.: Питер, 2010. – 272 с.)
12. Karimova V. Mehr va muruvvat oiladan boshlanadi. – T.: Yangi asr avlodi, 2004. – 28 b.
13. Karimova V. Oila tafakkur va salomatlik: (Oilada sog‘lom turmush tarzini yaratish xususida) //Boshlang‘ich ta’lim. – 2005. – № 2. – B.8-11
14. Karimova V. Salomatlik psixologiyasi. – T.: YAngi asr avlodi, 2005
15. Калмыкова э.С., Комиссарова С.А., Падун М.А., Агарков В.А. Взаимосвязь типа привязанности и признаков посттравматического стресса (Сообщ. 2) // Психологической журнал. – М.: 2002. – Т. 23. – № 6
16. Коваленко, Н.П. Психопрофилактика и психокоррекция женщины в период беременности и родов (медико- социальные проблемы): дис….д-р псих. наук/ Н.П. Коваленко; СПбГУ. – СПб, - 2002. – 492 с.)
17. Левченко, Лекин, А.В. Психоэмоциональное состояние во время беременности у первородящих и повторнородящих женщин/ А.В. Левченко // Психология.Экономика. Право. - 2013. №1. - С. 37-45
18. Сметник, В.П. Неоперативная гинекология: Руководство для врачей/ В.П. Сметник, Л.Г. Тумилович - СПб СОТИС, - 1995 г. - 224 с.)
19. Стрижаков, А.Н. Психоэмоциональный статус родильниц после естественного и абдоминального родоразрешения/ А.Н. Стрижаков, И.В. Игнатко, А.М. Родионова // Health and education millemium. - 2014. В.16, №4. - С. 3-7.)
20. Тютюнник, В.Л. Психоэмоциональные расстройства при беременности. Необходимость их коррекции/ В.Л. Тютюнник, О.И. Михайлова, Н.А. Чухарева // Русский медицинский журнал.- 2009. Т.17, №20. - С. 1386-1388
21. Usmonov M., Hamidov X. Donishmandlar oila haqida. – T., 1999. – 62 b
22. Ухтомский, А. А. Доминанта. Статьи разных лет. 1887-1939/ А.А. Ухтомский. — СПб.: Питер, - 2002. — 448 с.)
23. Филиппова, Г.Г. Психология материнства: учеб. пособие для академического бакалавриата. – 2-е изд., испр. и доп./ Г.Г. Филиппова. – М.: Издательство Юрайт, - 2018. – 212 с.
24. Филиппова Г.Г. Психологическая диагностика готовности к родам/ Г.Г. Филиппова // Журнал акушерства и женских болезней. - 2011. Т.60.№3.- С.148-151.
25. Филоненко А.Л. Особенности становления «Пренатальной психологической общности» беременных женщин с нормальным физиологическим течением беременности и с угрозой её прерывания/ А.Л. Филоненко // Вестник ТГПУ. - 2011. Т.12(114). - С. 212-217.)
26. Филиппова, Г.Г. Психология материнства: учеб. пособие для академического бакалавриата. – 2-е изд., испр. и доп./ Г.Г. Филиппова. – М.: Издательство Юрайт, - 2018. – 212 с
27. Хломов, К.Д. Влияние психоэмоциональных и индивидуально-характерологических особенностей на течение беременности у женщин с угрозой прерывания/ К.Д. Хломов, С.Н. Ениколопов // Сибирский психологический журнал. - 2007. №26. - С. 148-153.
28. Эйдемиллер, Э.Г. Практикум по семейной психотерапии. Современные модели и методы. Изд. 2-е. / Э.Г. Эйдемиллер.– СПб.: Речь, - 2010. 452 с.
29. Эйдемиллер, Э.Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия. Изд. 3-е/ Э.Г. Эйдемиллер, И.В. Добряков) (И.М. Никольская. – СПб.: Речь, - 2007. – 352 с.

Ramazonov Jasur Elmurodovich,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

ICHKI ISHLAR ORGANI XODIMLARINING JAMIYATGA IJTIMOIY MOSLASHUVINI BAHOLASH MEZONLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada ichki ishlar organi xodimlarining jamiyatga ijtimoiy moslashuvini baholash mezonlari tahlil qilinadi. Tadqiqotning asosiy maqsadi ichki ishlar xodimlarining ijtimoiy moslashuv jarayonlarini chuqurroq o'rganish va ularni baholashning yangi, ilmiy asoslangan mezonlarini taklif qilishdan iborat. Metod sifatida ijtimoiy psixologik kuzatuv, so'rov va statistik tahlil ishlatilgan. Tadqiqot natijalari moslashuv jarayonining samaradorligini oshirishga qaratilgan tavsiyalarni o'z ichiga oladi.*

Kalit so'zlar: *ijtimoiy moslashuv, ichki ishlar organi, baholash mezonlari, psixologik kuzatuv, moslashuv jarayoni, jamiyat integratsiyasi.*

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ К ОБЩЕСТВУ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. *В данной статье анализируются критерии оценки социальной адаптации сотрудников органов внутренних дел в обществе. Основной целью исследования является более глубокое изучение процессов социальной адаптации сотрудников органов внутренних дел и предложение новых, научно обоснованных критериев их оценки. В качестве методов использовались социально-психологическое наблюдение, опрос и статистический анализ. Результаты исследования содержат рекомендации, направленные на повышение эффективности процесса адаптации.*

Ключевые слова: *социальная адаптация, орган внутренних дел, критерии оценки, психологическое наблюдение, процесс адаптации, интеграция в общество.*

ASSESSMENT CRITERIA OF THE SOCIAL ADAPTATION OF THE EMPLOYEES OF THE INTERNAL AFFAIRS BODY TO THE SOCIETY

Abstract. *This article examines the criteria for assessing the social adaptation of internal affairs personnel to society. The primary objective of the research is to delve deeper into the social adaptation processes of law enforcement officers and propose new, scientifically grounded criteria for evaluation. Methods such as socio-psychological observation, surveys, and statistical analysis were employed. The findings include recommendations aimed at improving the effectiveness of the adaptation process.*

Keywords: *social adaptation, internal affairs, evaluation criteria, psychological observation, adaptation process, community integration.*

Kirish. Ichki ishlar organlari jamiyatdagi huquq-tartibotni ta'minlash, fuqarolarning xavfsizligini himoya qilish va qonun ustuvorligini qaror toptirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu organ xodimlarining samarali faoliyati ko‘p jihatdan ularning jamiyatga ijtimoiy moslashuv darajasi bilan belgilanadi. Ijtimoiy moslashuv – bu shaxsning jamiyatning qadriyatlari, ijtimoiy normalari va munosabatlariga moslashishi, jamiyat hayotiga faol ishtirok etish darajasidir. Ichki ishlar organi xodimlari uchun bu jarayon nafaqat xizmat burchlarini bajarishda, balki shaxsiy hayotda ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Mazkur maqola ichki ishlar organi xodimlarining ijtimoiy moslashuv jarayonini chuqur tahlil qilish, uning samaradorligini oshirishga xizmat qiluvchi nazariy va amaliy asoslarni ishlab chiqishga qaratilgan. Bunda, xodimlarning xizmat faoliyati davomida duch keladigan stress holatlari, psixologik bosim, ijtimoiy izolyatsiya kabi muammolarni hisobga olish zarur.

Ijtimoiy moslashuv tushunchasining nazariy asoslari. Ijtimoiy moslashuv – murakkab va ko‘p qirrali jarayon bo‘lib, u shaxsning jamiyatga moslashish, ijtimoiy-psixologik muhitga integratsiyalashuvni anglatadi. Bu jarayon ichki ishlar organi xodimlari uchun o‘ziga xosdir, chunki ular yuqori mas'uliyat, xavfli sharoitlarda ishlash va stressga qarshi turish zarurati bilan duch keladi.

Shaxsning ijtimoiy moslashuv darajasini baholash uchun quyidagi omillarga quyidagilar kiradi:

- Psixologik barqarorlik - xodimning stressga chidamliligi va emotsional holatini boshqarish qobiliyati;

- Ijtimoiy aloqalar - xodimning jamiyat bilan o‘zaro munosabatlari va ijtimoiy muhitga qo‘shilishi;
- Professional moslashuv - xizmat burchlarini bajarish va professional qoniqish darajasi

Ichki ishlar organi xodimlarining moslashuviga ta'sir etuvchi omillari ichki ishlar organi xodimlarining jamiyatga ijtimoiy moslashuv jarayoni bir qator omillarga bog‘liq. Ushbu omillar ichki (shaxsiy) va tashqi (jamiyatdagi sharoitlar) omillarga bo‘linadi.

Ichki omillarga quyidagilar kiradi:

1. Shaxsiy motivatsiya – xodimning xizmatga bo‘lgan qiziqishi va kasbiy maqsadlari.
2. Psixologik xususiyatlar – stressni boshqarish qobiliyati, irodaviy sifatlar.
3. Jismoniy tayyorgarlik – xavfli sharoitlarda harakat qilishga moslashuvchanlik.

Tashqi omillarga quyidagilar kiradi:

1. Jamiyatdagi ijtimoiy-psixologik muhit – fuqarolar va ichki ishlar organlari o‘rtasidagi o‘zaro ishonch.
2. Xodimlarning ish sharoitlari – moddiy-texnik baza, xizmat o‘tash sharoitlari.
3. Rahbarlik va qo‘llab-quvvatlash – rahbariyatning xodimlarga nisbatan yondashuvi va yordam ko‘rsatish tizimi.

Illyustratsiya. Ijtimoiy moslashuv jarayonini ifodalovchi diagrammani keltiramiz:

Diagrammada ijtimoiy moslashuvning asosiy bosqichlari ko‘rsatilgan:

1. Jamiyat talablariga moslashish.
2. Professional integratsiya.
3. Ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish.

Ijtimoiy moslashuvni baholash mezonlari. Mazkur tadqiqotda ichki ishlar organi xodimlarining ijtimoiy moslashuvini baholash uchun quyidagi mezonlar taklif qilinadi:

1. Stressga chidamlilik darajasi – psixologik testlar va amaliy mashg‘ulotlar natijalari asosida aniqlanadi.
2. Ijtimoiy integratsiya – jamiyat a'zolari bilan samarali o‘zaro munosabatlarni baholash.
3. Kasbiy mahorat – xizmat faoliyatidagi muvaffaqiyatlar va baholash natijalari.

1-jadval.

Ijtimoiy moslashuv mezonlarining baholash usullari

Mavzu	**Baholash usuli**	**Natijalar**
Stressga chidamlilik	Psixologik test	O‘rtacha daraja
Ijtimoiy aloqalar	Suhbat va so‘rovnoma	Yuqori daraja
Kasbiy mahorat	Amaliy sinovlar	Yaxshi

Tadqiqotning dolzarbligi va ahamiyati. Ichki ishlar organi xodimlarining jamiyatga moslashuv jarayoni nafaqat shaxsiy, balki butun jamiyatning barqarorligi uchun muhimdir. Ushbu maqola orqali taklif etilgan mezonlar va yondashuvlar xodimlarning samaradorligini oshirishga va jamiyat bilan o‘zaro ishonchni mustahkamlashga xizmat qiladi.

Ichki ishlar organi xodimlari ish faoliyati davomida turli ijtimoiy bosimlar va stresslarga duch keladilar. Ularning jamiyatga moslashuv darajasi past bo'lsa, bu salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin, masalan, psixologik charchoq, kommunikatsiya muammolari va professionallikning pasayishi. Shu bois, mazkur mavzu ijtimoiy-psixologik va menejment nuqtai nazaridan dolzarbdir. Tadqiqot ijtimoiy moslashuvni baholash mezonlarini aniqlash orqali amaliy ahamiyat kasb etadi.

Ichki ishlar organi xodimlari jamiyat barqarorligi va xavfsizligini ta'minlashda hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Ularning ijtimoiy moslashuv darajasi nafaqat kasbiy faoliyat samaradorligini oshiradi, balki jamiyatning ularga bo‘lgan ishonchini ham mustahkamlaydi. Xodimlar jamiyatning turli qatlamlari bilan samarali muloqotda bo‘lishlari, ularning ehtiyojlarini tushunishlari va ularga tezkor javob berishlari lozim. Bu jarayonlar esa ijtimoiy moslashuvni chuqurroq o‘rganish zaruratini keltirib chiqaradi.

Ichki ishlar organi xodimlari yuqori darajadagi stressli vaziyatlarda ishlaydi, bu esa ularning psixologik barqarorligiga jiddiy ta'sir ko‘rsatishi mumkin. Agar moslashuv jarayonlari to‘g‘ri boshqarilmasa, bu xodimlarning kasbiy faoliyatiga salbiy ta'sir qilishi, hatto ularning sog‘lig‘iga zarar yetkazishi mumkin. Shu sababli, ijtimoiy moslashuvni baholash mezonlarini ishlab chiqish va ularni tizimli ravishda qo‘llash muhimdir.

Ichki ishlar organi xodimlarining jamiyat bilan ijtimoiy o‘zaro aloqalari ularning ish samaradorligiga bevosita ta'sir qiladi. Xodimlar o‘z faoliyatida faqat huquqiy bilim va ko‘nikmalarga tayanib qolmasdan, ijtimoiy-madaniy ko‘nikmalarni ham rivojlantirishlari zarur. Tadqiqotning dolzarbligi shundaki, u xodimlarning jamiyatga moslashuv jarayonlarini baholash orqali, bu aloqalarni yanada samarali qilishga yordam beradi.

Ichki ishlar organi xodimlari kasbiy faoliyatni amalga oshirishda ijtimoiy va shaxsiy hayot o‘rtasida muvozanatni saqlashlari kerak. Bu muvozanatning buzilishi xodimlarning samaradorligini kamaytirishi va jamiyat bilan bog‘liq muammolarga olib kelishi mumkin. Ushbu tadqiqot ijtimoiy moslashuvni baholash orqali, ushbu muvozanatni ta'minlash bo‘yicha amaliy tavsiyalar beradi.

Bugungi kunda ichki ishlar tizimida ishlatilayotgan yondashuvlar va metodlar zamonaviy jamiyat ehtiyojlarini to‘liq qondira olmaydi. Xodimlarning jamiyatga integratsiyasini ta'minlash uchun innovatsion baholash mezonlarini ishlab chiqish va qo‘llash dolzarbdir. Ushbu tadqiqot yangi yondashuvlar va amaliy dasturlarni ishlab chiqish uchun ilmiy asos yaratib beradi. Bu nafaqat xodimlar faoliyatini, balki jamiyatning ularga bo‘lgan munosabatini yaxshilaydi.

Asosiy qism.

I. Metodologiya

Tadqiqotning maqsadi ichki ishlar organi xodimlarining jamiyatga ijtimoiy moslashuv jarayonlarini baholash va bu jarayonni takomillashtirishga qaratilgan mezonlarni ishlab chiqishdan iborat. Tadqiqot metodologiyasi quyidagi asosiy bosqichlar va usullarni o'z ichiga oladi:

Tadqiqotning maqsad va vazifalari

Tadqiqotning asosiy maqsadi quyidagilardan iborat:

- Ichki ishlar organi xodimlarining ijtimoiy moslashuvini baholash uchun mezonlarni ishlab chiqish.
- Moslashuv jarayoniga ta'sir qiluvchi asosiy omillarni aniqlash.
- Tavsiyalar ishlab chiqish orqali moslashuv samaradorligini oshirish.

Tadqiqotda qo‘llanilgan usullar quyidagilardan iborat:

Ijtimoiy psixologik kuzatuvdan maqsad ichki ishlar organi xodimlarining ish jarayonidagi va jamiyat bilan aloqalaridagi xatti-harakatlarini real sharoitlarda tahlil qilishdan iborat bo’lib, quyidagi usullardan foydalaniladi: xodimlarning kundalik faoliyati va jamoat tadbirlaridagi ishtirokini kuzatish orqali moslashuv darajasini baholash.

So‘rovnoma va intervyudan maqsad: Xodimlarning o‘zlari tomonidan ijtimoiy moslashuv jarayonini qanday qabul qilishini o‘rganish bo’lib, quyidagi usullardan foydalaniladi, maxsus ishlab chiqilgan so‘rovnomalar orqali quyidagi yo‘nalishlarda ma'lumot yig‘ildi:

- Kommunikatsiya qobiliyatlari.
- Psixologik barqarorlik.
- Jamiyatga integratsiya darajasi.

Intervyu - xodimlar va ularning rahbarlari bilan chuqurlashtirilgan suhbatlar tashkil etildi.

Statistik tahlilning maqsadi yig‘ilgan ma'lumotlarni tizimli ravishda tahlil qilish va xulosa chiqarish bo’lib, quyidagi usullardan foydalaniladi:

- Deskriptiv tahlil: So‘rovnomadan olingan ma'lumotlarning umumiy ko‘rinishini aniqlash.
- Korelatsion tahlil: Ijtimoiy moslashuv omillari o‘rtasidagi bog‘liqlik darajasini o‘rganish.

Eksperimental usulning maqsadi moslashuv jarayoniga ta’sir qiluvchi amaliyotlarni sinovdan o‘tkazish u**sulga p**sixologik treninglar va ijtimoiy faoliyatlarga xodimlarni jalb qilish orqali ularning moslashuv ko‘rsatkichlarini o‘lchash kiradi.

Baholash mezonlari

Tadqiqot davomida quyidagi mezonlar asosida baholash amalga oshirildi:

1. **Kommunikativ qobiliyat -** jamiyat bilan samarali muloqot qilish ko‘nikmalari.
2. **Psixologik barqarorlik** - stressga chidamlilik va o‘z-o‘zini boshqarish darajasi.
3. **Kasbiy moslashuv** - xodimning ish jarayonidagi moslashuvchanligi va samaradorligi.
4. **Ijtimoiy faollik** - xodimning jamoat hayotidagi ishtiroki.
5. **Jamiyat fikriga moslashish** - jamoatchilik bilan munosabatlarni tushunish va ularga moslashish.

Natijalarni tahlil qilish

- **Kuzatuv va so‘rovnomalar natijalari -** xodimlarning ijtimoiy moslashuv darajasi va unga ta’sir qiluvchi asosiy omillar aniqlandi.
- **Eksperiment natijalari** - treninglar va mashg‘ulotlarning moslashuv jarayoniga ijobiy ta’siri qayd etildi.
- **Statistik xulosalar -** psixologik barqarorlik va kommunikatsiya ko‘nikmalari moslashuv jarayonining asosiy omillari sifatida aniqlandi.

Metodologik tavsiyalar.

- Xodimlar uchun maxsus psixologik treninglar va stressni boshqarish bo‘yicha dasturlar joriy etish.
- Kommunikatsiya ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan amaliy mashg‘ulotlar tashkil etish.
- Xodimlarning ijtimoiy faoliyatlarda ishtirokini rag‘batlantirish.

Ushbu metodologiya orqali ichki ishlar organi xodimlarining jamiyatga ijtimoiy moslashuvini ilmiy asosda baholash va takomillashtirish uchun yangi imkoniyatlar ochiladi.

II. Ijtimoiy moslashuv mezonlari

Ichki ishlar organi xodimlarining jamiyatga ijtimoiy moslashuvini baholashda quyidagi asosiy mezonlar ishlab chiqilgan. Ushbu mezonlar xodimlarning jamiyatga integratsiya darajasini va ijtimoiy faoliyatni muvaffaqiyatli amalga oshirish qobiliyatini baholash imkonini beradi.

Kommunikativ qobiliyatlar - xodimning turli ijtimoiy guruhlar bilan samarali muloqot qilish qobiliyati. Bu omil jamiyat bilan uzviy aloqa o'rnatishda hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Baholash ko'rsatkichida suhbatlardagi ochiqlik, tinglash qobiliyati va o'z fikrini aniq ifodalash parametrlari kiradi.

Amaliy misol sifatida jamoatchilik bilan ishlash jarayonida yuzaga keladigan muammolarni konstruktiv hal qilishni aytish mumkin.

Psixologik barqarorlik bu stressga chidamlilik, shaxsiy holatlarni boshqarish va ish faoliyatida ijobiy kayfiyatni saqlash qobiliyati hisoblanadi. Baholash ko'rsatkichi - faoliyat bosimi ostida emotsional muvozanatni saqlash va samarali qarorlar qabul qilishdir. Amaliy misol sifatida favqulodda holatlarda professional xatti-harakatlarni saqlashni keltirib o’tish mumkin.

Kasbiy moslashuv bu xodimning xizmat faoliyatiga tez va samarali moslashish qobiliyati. Baholash ko'rsatkichi esa ish jarayonidagi mas'uliyat va vazifalarni bajarish samaradorligidir. Jamoatchilik fikriga

moslashuv birmuncha muim xususiytlarni o’z ichiga oladigan tushuncha bo’lib, xodimning jamiyatdagi ijtimoiy normalar va qadriyatlarga moslashish darajasini bildiradi.

Baholash ko'rsatkichi esa jamoatchilik o'rtasida ijobiy imidj yaratish qobiliyati nazarga olinadi, bunga amaliy misol sifatida xodimning mahalla tadbirlarida faol ishtiroki va jamoatchilik bilan yaqin hamkorlik o'rnatishi muhim ahamiyat kasb etadi.

Ijtimoiy faollik xodimning jamiyat hayotidagi faol ishtiroki va ijtimoiy tadbirlarga qo'shgan hissasidir. Baholash ko'rsatkichi jamoaviy loyihalarda va ijtimoiy tashabbuslarda ishtirok etish darajasini anglatadi. Jamiyat xavfsizligini ta'minlashga qaratilgan profilaktik tadbirlarda ishtiroki amaliy misoldir.

Etika va qadriyatlarga sodiqlik xodimning xizmat doirasida va undan tashqarida professional etikani saqlash darajasidir. Bunda qonun-qoidalarga va jamiyatning axloqiy qadriyatlariga mos keluvchi xatti-harakatlar yig’indisi professional mas'uliyatni o'z zimmasiga olish va halollikni namoyish qilish qobiliyatini tushuniladi.

Ushbu mezonlar ichki ishlar organi xodimlarining ijtimoiy moslashuvini baholashda kompleks yondashuvni ta'minlaydi va ularning kasbiy hamda ijtimoiy faoliyatidagi muvaffaqiyat darajasini belgilashga yordam beradi.

Tadqiqot davomida ichki ishlar organi xodimlarining ijtimoiy moslashuv jarayonlari bir qator mezonlar asosida baholandi. Quyida asosiy natijalar taqdim etiladi:

Kommunikativ qobiliyat. Ichki ishlar organi xodimlari har kuni murakkab va stressli vaziyatlarda ish olib boradilar. Ularning vazifasi nafaqat qonun buzilishlariga qarshi kurashish, balki jamiyat bilan samarali muloqot qilishni ham o‘z ichiga oladi. Ushbu vazifalarni muvaffaqiyatli bajarish uchun xodimlarning kommunikativ qobiliyatlari hal qiluvchi ahamiyatga ega. Ushbu maqola ichki ishlar organi xodimlarining kommunikativ qobiliyatlarini o‘rganish, ularni rivojlantirish usullari va jamiyat bilan aloqalarda ahamiyatini tahlil qilishga bag‘ishlanadi.

Kommunikativ qobiliyat – bu shaxsning boshqa insonlar bilan muloqot qilish, fikrlarini aniq va to‘g‘ri ifoda etish, ularni tinglash va tushunish hamda samarali muloqot o‘rnatish qobiliyatidir. Ichki ishlar organi xodimlari uchun kommunikativ qobiliyat quyidagi jihatlarda o‘z aksini topadi:

Axborot almashinuvi – tez va to‘g‘ri ma‘lumot uzatish va qabul qilish qobiliyatidir, unga quyidagilar kiradi:

1. **Konfliktlarni boshqarish** – murakkab vaziyatlarda muloqotni to‘g‘ri yo‘naltirish orqali ziddiyatlarni oldini olish yoki bartaraf etish.
2. **Ishonch uyg‘otish** – fuqarolar bilan suhbat davomida xodimga nisbatan ishonch hosil qilish.
3. **Tinglash madaniyati** – fuqarolarning muammolarini eshitish va ularni hal qilish uchun samarali choralar ko‘rish.

Ichki ishlar organi xodimlarida kommunikativ qobiliyatning ahamiyati shundan iboratki, ichki ishlar organi xodimlarining kommunikativ qobiliyati quyidagi vazifalarni bajarishda muhim o‘rin tutadi:

- **Jamiyat bilan ishonchli aloqalar o‘rnatish -** fuqarolar bilan muloqot qilishda ochiqlik va tushunish muhitini yaratish orqali ichki ishlar organlariga nisbatan ishonchni oshirish.
- **Ziddiyatlarni hal qilish -** murakkab va stressli vaziyatlarda xodimlarning muloyim va aniq muloqot qilish qobiliyati ziddiyatlarni yumshatishda yordam beradi.
- **Ma‘lumotni tezkor uzatish -** hodisalar joyida axborotni tez va to‘g‘ri yetkazish orqali xavfsizlikni ta‘minlash.
- **Tushunmovchiliklarning oldini olish** - aniq va sodda muloqot qilish orqali noto‘g‘ri talqin qilish xavfini kamaytirish.

Ichki ishlar organi xodimlarining kommunikativ qobiliyatlarini rivojlantirish uchun quyidagi chora-tadbirlar amalga oshirilishi zarur:

1. **Trening va seminarlar tashkil etish** - stressni boshqarish, faol tinglash va konfliktlarni hal qilish bo‘yicha maxsus o‘quv mashg‘ulotlari tashkil etish.
2. **Amaliy mashqlar -** hodisalar joyidagi real vaziyatlarga yaqin sharoitlarda kommunikativ qobiliyatlarni amalda qo‘llash imkoniyatini beruvchi mashg‘ulotlar o‘tkazish.
3. **Psixologik tayyorgarlik**. - xodimlarning psixologik holatini yaxshilash va ularni stressga chidamli qilish uchun psixologik konsultatsiyalarni yo‘lga qo‘yish.
4. **Feedback tizimini joriy etish -** fuqarolardan va ichki ishlar organlaridan fikr-mulohazalarni olish orqali xodimlarning kommunikativ qobiliyatlarini baholash va takomillashtirish.

Kommunikativ qobiliyatlarning asosiy tamoyillari. Ichki ishlar organi xodimlari uchun kommunikativ qobiliyatlarni samarali qo‘llashda quyidagi tamoyillar muhim ahamiyatga ega:

1. **Empatiya -** fuqarolarning his-tuyg‘ularini tushunish va ularga mos ravishda muloqot qilish.

2. **Ochiq va samimiy bo‘lish -** har qanday muloqotda xolis va to‘g‘ri yondashuvni ta‘minlash.
3. **Professionalizm -** har bir so‘z va harakatda qonun va etika me‘yorlariga rioya qilish.
4. **Jasorat va xotirjamlik** - qiyin vaziyatlarda xotirjamlikni saqlab, fuqarolarga yordam berish.

Ichki ishlar organi xodimlarining kommunikativ qobiliyatlari – bu ularning kasbiy mahoratini belgilovchi asosiy omillardan biridir. Ushbu qobiliyatlar orqali xodimlar nafaqat o‘z vazifalarini samarali bajaradilar, balki jamiyat bilan ishonchli aloqalarni o‘rnatadilar. Kommunikativ qobiliyatlarni rivojlantirish esa nafaqat ichki ishlar organlari samaradorligini oshirish, balki jamiyatda tinchlik va osoyishtalikni ta‘minlashga xizmat qiladi.

Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, xodimlarning samarali kommunikatsiya qobiliyati jamiyatga moslashuvning muhim omillaridan biridir. Xodimlar orasida muloqot qilishda qiyinchiliklarga duch kelganlar moslashuv jarayonida sustroq natijalarni ko'rsatdi.

Stressga chidamlilik va emotsional barqarorlik xodimlarning jamiyatdagi rolini muvaffaqiyatli bajarishida hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligi aniqlangan. Psixologik barqaror xodimlar moslashuv jarayonida yuqori natijalarga erishdi.

Ish faoliyatidagi muvaffaqiyat va kasbiy mas’uliyatni o'z vaqtida bajarish darajasi xodimlarning ijtimoiy moslashuvini belgilovchi asosiy mezonlardan biri sifatida baholandi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, kasbiy vazifalarni muvaffaqiyatli bajaruvchi xodimlar jamiyatda o'z o'rnini tezroq topadi.

Xodimlarning jamoatchilik fikriga e'tibor berishi va unga mos ravishda xatti-harakatlarini o'zgartirishi moslashuv jarayoniga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqot natijalari bu omilning ahamiyatini tasdiqladi.

Jamiyat hayotida faol ishtirok etuvchi xodimlar moslashuv jarayonida sezilarli darajada yaxshi natijalar ko'rsatdi. Tadqiqotda ijtimoiy tadbirlarda qatnashish, ko'ngilli ishlarga jalb qilish moslashuvni yaxshilash omili sifatida e’tirof etildi.

Xulosa. Ichki ishlar organi xodimlarining ijtimoiy moslashuvini baholashda kompleks yondashuv zarur. Yaratilgan baholash mezonlari ichki ishlar tizimi uchun maxsus dasturlar va treninglar ishlab chiqishda foydalanilishi mumkin. Shuningdek, quyidagilar taklif qilinadi:

1. Ichki ishlar organi xodimlarining ijtimoiy moslashuvini samarali boshqarish uchun psixologik treninglar joriy etilishi lozim.
2. Kommunikativ qobiliyatni rivojlantirish uchun maxsus o'quv dasturlari ishlab chiqilishi kerak.
3. Xodimlarning psixologik barqarorligini oshirishga qaratilgan amaliy mashg'ulotlar o'tkazilishi zarur.
4. Jamiyat bilan samarali muloqotni ta'minlash uchun ommaviy tadbirlarda ichki ishlar xodimlarining faol ishtiroki ta'minlanishi kerak.
5. Baholash mezonlarini qo'llash orqali ichki ishlar tizimida kadrlar tanlovi va o'qitish jarayonlarini yaxshilash imkoniyati mavjud.
6. Ijtimoiy moslashuvga ta'sir etuvchi ichki va tashqi omillar muntazam kuzatib borilishi va tahlil qilinishi kerak.
7. Jamiyat bilan integratsiyani kuchaytirish uchun ommaviy axborot vositalari bilan hamkorlikni rivojlantirish zarur.
8. Stressni boshqarish texnikalarini o'rgatish va amaliyotga joriy etish orqali xodimlarning ruhiy salomatligini saqlash mumkin.
9. Xodimlarning ijtimoiy faolligini oshirish maqsadida madaniy va sport tadbirlarini ko'paytirish tavsiya etiladi.
10. Ushbu tadqiqot natijalari asosida ichki ishlar organi tizimi uchun ijtimoiy moslashuvni baholash bo'yicha yangi standartlarni ishlab chiqish mumkin.

Tadqiqot natijalari ichki ishlar organi xodimlarining samaradorligini oshirish va jamiyat bilan uzviy aloqani mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega. Mazkur tavsiyalar ichki ishlar tizimida qo'llanilishi bilan moslashuv jarayonining samaradorligi yanada oshirilishi mumkin.

Adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Ichki ishlar vazirligi. (2022). Ichki ishlar organlari faoliyatining samaradorligini oshirish bo‘yicha ko‘rsatmalar.
2. Abdurahmonov, R. (2020). "Ijtimoiy psixologiya asoslari." Toshkent: O‘zbekiston Milliy universiteti nashriyoti.
3. Nazarov, S. (2019). "Kasbiy stressni boshqarish." Toshkent: Akademnashr.

4. Smith, J. & Johnson, P. (2018). "Community Integration of Law Enforcement." New York: Routledge.
5. Brown, K. (2017). "Measuring Social Adaptation in Policing." // Journal of Social Psychology, 52(3), 345-359.
6. Andreev, A. A. (2019). Psixologik trening va muloqot qobiliyatlari. Moskva: Psixologiya nashriyoti.
7. Leyk, S. (2020). Stress boshqaruvi va ichki kommunikatsiya. Toshkent: Innovatsiya nashriyoti.

Razikova Lola Tuychiyevna,
Professor of the Department of Pedagogy and Psychology, Samarkand State Medical University
lolarazikova87@gmail.com

ANALYSIS OF MODELS OF PERSONALITY'S PSYCHOLOGICAL STRUCTURE

Abstract. *The study of personality structure has been a central focus in psychology, leading to the development of various theoretical models that aim to explain individual differences in behavior, cognition, and emotion. This paper analyzes prominent models of personality structure, including psychoanalytic, trait-based, humanistic, and cognitive-social approaches. This analysis compares these models based on empirical support, applicability, and theoretical coherence, concluding that an integrative approach incorporating biological, social, and cognitive factors provides the most comprehensive understanding of personality.*

Keywords: *personality structure, psychoanalytic theory, trait theory, humanistic psychology, cognitive-social theories, five-factor model, psychological models, id, ego, superego, unconscious, defense mechanisms, psychosexual stages, repression, libido, collective unconscious, archetypes (jung), inferiority complex (adler), social relationships, psychosocial development, genetics, neurotransmitters, brain structures, heredity, evolutionary adaptation.*

SHAXSNING PSIXOLOGIK TUZILISH MODELLARINI TAHLIL ETISH

Annotatsiya. *Shaxs tuzilishini o‘rganish psixologiyaning asosiy e’tibor markazida bo‘lib kelgan bo‘lib, bu xulq-atvor, tafakkur va hissiyotlardagi individual farqlarni tushuntirishga qaratilgan turli nazariy modellarning yaratilishiga olib keldi. Ushbu maqolada shaxs tuzilishining mashhur modellari, jumladan psixoanalitik, xususiyatlarga asoslangan, insonparvarlik va kognitiv-ijtimoiy yondashuvlar tahlil qilinadi. Mazkur tahlil bu modellarni empirik asoslanganlik, qo‘llanilish imkoniyati va nazariy izchillik nuqtai nazaridan solishtirib, biologik, ijtimoiy va kognitiv omillarni o‘z ichiga olgan integrativ yondashuv shaxsni eng to‘liq tushunishni ta’minlaydi, degan xulosaga keladi.*

Kalit so‘zlar: *shaxs tuzilishi, psixoanalitik nazariya, xususiyatlar nazariyasi, gumanistik psixologiya, kognitiv-ijtimoiy nazariyalar, besh omilli model, psixologik modellar, id, ego, superego, ongsizlik, himoya mexanizmlari, psixoseksual bosqichlar, bostirilish, libido, jamoaviy ongsizlik, arxetiplar (Yung), kamchilik kompleksi (Adler), ijtimoiy munosabatlar, psixoijtimoiy rivojlanish, genetika, neyrotransmitterlar, miya tuzilmalari, irsiyat, evolyutsion moslashuv.*

АНАЛИЗ МОДЕЛЕЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СТРУКТУРЫ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. *Изучение структуры личности было центральным направлением в психологии, что привело к разработке различных теоретических моделей, направленных на объяснение индивидуальных различий в поведении, познании и эмоциях. В данной работе анализируются ведущие модели структуры личности, включая психоаналитический, основанный на чертах, гуманистический и когнитивно-социальный подходы. Этот анализ сравнивает данные модели на основе эмпирической поддержки, применимости и теоретической согласованности, делая вывод, что интегративный подход, включающий биологические, социальные и когнитивные факторы, обеспечивает наиболее полное понимание личности.*

Ключевые слова: *структура личности, психоаналитическая теория, теория черт личности, гуманистическая психология, когнитивно-социальные теории, пятифакторная модель, психологические модели, ид, эго, суперэго, бессознательное, механизмы защиты, психосексуальные стадии, вытеснение, либидо, коллективное бессознательное, архетипы (Юнг), комплекс неполноценности (Адлер), социальные отношения, психосоциальное развитие, генетика, нейромедиаторы, структуры мозга, наследственность, эволюционная адаптация.*

Introduction. According to research in psychology based on a systematic approach, the structure of any system is considered its defining characteristic. Typically, structure refers to a stable set of internal relationships that ensure the integrity and identity of an object among its various components. When analyzing the structure of personality, we use concepts such as foundation, aspect, and component as relatively independent parts of a unified whole. Additionally, we employ the concept of an element as a unit

of analysis, even if it does not necessarily reflect the holistic nature in every context. Such distinctions are essential to fully reveal the characteristics of personality by demonstrating both systemic and elemental levels.

The issue of personality structure extends beyond the scope of scientific research due to its high relevance. The formation and development of scientific understanding regarding personality structure is a crucial condition for constructing a comprehensive theory, which allows for a deeper exploration of human social nature. This explains the growing interest in this topic from representatives of related fields such as philosophy, pedagogy, and medicine. Psychology, however, approaches the creation of a personality structure model more systematically than other sciences, achieving a deeper reflection of its nature. Consequently, this topic has taken a central place in the study of psychological problems.

The issue of personality structure is closely connected to many significant research topics in psychology. In this context, it is enough to mention aspects such as motivation, personality typology, and the search for effective methods of influencing personality. The scientific study of structural approaches to personality in psychology has led to the development of various models, demonstrating the importance of this field.

The relevance of the topic. For instance, according to B.G. Ananyev, the division of psychological phenomena into intelligence (cognition), emotion (affect), and will (volition) represents the earliest structural approach to human psychology. This perspective has been widely acknowledged by many psychologists. Ananyev also considered alternative structural approaches, emphasizing the interconnection of different psychological phenomena, such as the relationships between psychic acts and psychic functions, consciousness and the unconscious, as well as tendencies and potentials.

L.S. Vygotsky, on the other hand, proposed a classification of mental functions into higher (culturally developed) and lower (natural) types. He argued that this differentiation is based on the role of education in human development, specifically in the interaction between the first and second signaling systems within higher nervous activity.

In the present era, it is of great significance that psychology as a science has accepted the classification of psychological phenomena into mental processes, states, and personality traits. The existence of such an approach is considered by B.G. Ananyev as an experiment in structural concepts. This reality "strives to supplement phenomena with various aspects, acquiring a psychophysiological nature and providing an opportunity to accumulate initial materials for mental processes (perception, thinking, emotion, will)." According to him, the initial materials include, on the one hand, mental functions (sensory, mnemonic) and behavior, and on the other hand, elementary motives (needs, attitudes).

The scholar argues that these additions "acquire a genetic meaning, enabling the transition from physiology to psychology by encompassing the brain mechanisms of general psychological and neurohumoral regulation." However, regardless of considering this structural approach as purely psychological, it is incapable of elevating a universally significant aspect of modern synthetic anthropology.

Without engaging in a debate on the legitimacy of distinguishing different manifestations of psychological phenomena into categories such as processes, states, and traits, it is important to note that these categories and their varying interpretations cannot be equated with the structural components of personality. This is because they lack precise temporal and spatial dimensions within a purely psychological framework. Therefore, although the scientific additions introduced by B.G. Ananyev do not fundamentally alter the general psychological situation, they do contribute to complementing certain aspects of it.

The primary difficulty in developing a model of personality structure is vividly evident in the existence of various perspectives. These perspectives suggest that "personality structure includes substantial and ideal aspects, hereditary and acquired traits, as well as social and psychological, somatic and psychological dimensions" (V.M. Banshikov). As seen from this viewpoint, the "substantial aspect" of personality does not exist as an independent structural component when compared to hereditary, acquired, and somatic dimensions. This interpretation is associated with the explanation of a psychological phenomenon from different perspectives, indicating that the discussion revolves around an individual reality.

The classification of personality into orientation, temperament, character, and abilities, which has been used and relatively stabilized in psychology, does not face significant objections. Therefore, many psychologists view personality as a structure composed of complex characteristics that form a unified system and express the holistic nature of a person. According to A.G. Kovalev, temperament represents a system of natural (hereditary) traits, orientation consists of the system of needs, interests, and ideals, abilities are a combination of intellectual, volitional, and emotional qualities, and character is the synthesis of behavioral methods and interpersonal relationships.

From the above, it is evident that the complex and multifaceted characteristics, virtues, and traits of an individual are deeply intertwined. As a result, considerations regarding natural, emotional needs, relationships, and behavioral methods form a synthesis of generalizations. Just as interests and ideals cannot be imagined without intellectual, emotional, and volitional qualities, relationships and behavioral methods also cannot exist in isolation, as this would be an unnatural phenomenon.

According to B.D. Parygin, the static structure of personality includes:

1. universal psychological traits;
2. social characteristics related to national, professional, economic, political, and class unity;
3. unique individual traits of a person.

In our view, each of the traits highlighted by the scholar exists within a person’s psyche, but they do not form separate groups of characteristics.

None of the analyzed models fully correspond to the modern personality structure model within a systematic approach. Due to the lack of relative independence in their components (aspects), these models in one situation appear as interdependent elements, while in another, they resemble repetitive traits. Additionally, personality structure does not fundamentally differentiate itself by certain theoretical or practical aspects. Therefore, none of the emphasized models can fully capture the psychological essence of personality or analyze the balance between typical and individual features of a person as a member of society.

Many foreign psychologists’ approaches to uncovering the essence of personality structure have not reached significant breakthroughs, resulting in no drastic changes in this field. Scholars such as G. Allport, G. Murray, R. Linton, C. Rogers, A. Maslow, and others have made notable attempts to conceptualize personality through systematic theoretical frameworks. However, their definitions often depict personality as "the very image of a person we recognize in everyday life."

The implementation of these positive and noble intentions in practice is hindered by the inability to assess the organizational aspect of an individual's system and the one-sided emphasis on internal factors. For example, R. Linton proposes interpreting the structure of personality as an "organizational aggregate of psychological states and phenomena related to an individual," which ultimately results in nothing more than a mere sum of these elements.

According to the well-known American psychologist G. Allport, personality is an "internal system," a "dynamic construct," an "I," or a "certain metapsychological I" that reflects predetermined goals and dispositions, ensuring their proportional establishment in human thinking and behavior. For this reason, personality's class-historical evaluation remains undisclosed, and social analysis is replaced by psychological interpretation.

Psychologists such as T. Parsons, G. Mead, and others developed the concept of the "role structure of personality," which, while focusing on a person’s holistic subjective world and psychological identity, tends to overlook these aspects in the field of perception.

Nevertheless, former Soviet philosophers and psychologists sought to eliminate one-sided approaches to personality structure by fairly assessing the role it plays in society. They demonstrated how roles are appropriately performed in different contexts within social, socio-psychological, and psychological systems.

The main issue in this context is the clear psychological mechanisms of role internalization, the norms associated with them, the psychological differences between roles, and the external factors embedded in personality structure, which act as stimuli.

In foreign psychology, in recent years, scholars have focused on the psychological factors of personality models, which are directly linked to the concepts of G. Eysenck and R. Cattell. These concepts are based on a greater or lesser number of "factors" (Eysenck identifies 2-3, while Cattell identifies more than 20), which are used to define a generalized mental system that reflects individual characteristics and psychological traits.

However, a fundamental psychological concept of personality still does not provide an opportunity to reveal the true socio-psychological essence of individual characteristics, as their lawful interconnections remain undescribed.

This paradox can be explained through a systemic approach, but without a holistic system description, it is impossible to meaningfully classify individual components. Indeed, for this reason, relying on the idea that "human socio-psychological characteristics originate from a separate psychological system" does not allow for the creation of any "personality structure."

The models of the dynamic structure of personality are expressed in the context of preventing the difficulties anticipated by former Soviet psychologists. According to B.D. Parygin’s well-grounded assertion,

the leading (distinctive) feature of the dynamic structure of personality is its clear dependence on the time interval and its relation to a specific state of personality activity or psyche.

B.D. Parygin pointed out that the dynamic structure of personality pertains to two main aspects—mental states and behavior. He argued that a person’s mood or psychological preparedness is a highly significant renewal process.

Analysis. According to the scientist’s interpretation, psychological preparedness is an integral structural formation that characterizes the degree of bodily orientation and tonality of human psyche over a specific time interval. Psychological preparedness encompasses three aspects (constant, relevant, and situational) and performs important functions in activity:

a) It serves as an accumulator of all current information processed and perceived by an individual within a given time unit.

b) It acts as a tonic and regulator of human activity.

c) It functions as an attitude towards activity and information perception.

d) It is a factor that directs a person toward values.

At various moments in a person's life and activities, the components of the psyche synthetically merge within psychological preparedness.

According to Parygin, this issue brings psychological preparedness closer to the concept of the dominance of mental states. However, since the relationship between the dynamic and static structure of personality is not taken into account, and no quantitative characterization methods for psychological preparedness are indicated, its scope becomes infinite.

Перевод на английский:

The dynamic functional structure of personality, proposed by K.K. Platonov, generates significant interest. The scholar aims to create a multi-level model that encompasses the full richness of personality traits.

The elements of personality structure include its properties, characteristics, and appearance. K.K. Platonov identifies four interrelated substructures of personality:

1. The socially conditioned substructure, which unites moral outlook, attitudes, and orientation. This substructure includes personality traits that are not directly linked to natural inclinations but are formed through upbringing.
2. The substructure of experience, which consists of knowledge, skills, abilities, and habits acquired through education. However, this process takes place under the influence of the biologically conditioned characteristics of personality (according to K.K. Platonov). Through this substructure, a person assimilates the historical experience of humanity.
3. Certain psychological processes conditioned by individual characteristics of the personality, such as memory type, emotional stability, and the ability to form habits. The influence of biologically conditioned features becomes more apparent here.
4. The biologically conditioned substructure, which includes biopsychic characteristics, qualities, temperament (topological characteristics of personality), gender and age-related features, as well as pathological changes in a person. This substructure is formed through training and is influenced by the morphological and physiological characteristics of the brain.

According to K.K. Platonov, this substructure encompasses the main aspects of personality traits. His concept of personality structure is particularly compelling due to its close connection with educational and pedagogical practices. However, when discussing personality and human nature, the author does not explicitly reveal their real characteristics and states. It is well known that modern interpretations of personality vary significantly, and sometimes the subject of discussion is artificially altered. Studying Platonov’s works clarifies that personality structure is a functional psychological-pedagogical aspect, where various traits are formed through training, practice, and learning.

K.K. Platonov emphasizes that he uses the concepts of "personality aspects" and "substructures" as synonyms, explaining them as follows: "The discussion is not about the material aspects of personality, but rather about the interaction of its functional aspects." From this, it becomes evident that the question of what the components, characteristics, and structure of personality truly represent remains unresolved.

The events (temporal and spatial) mentioned above cannot be resolved purely ontologically. This is because a structure, being a holistic entity, is never merely a collection of facets, aspects, and dimensions. Consequently, in interpreting the concept of substructure, according to the generally accepted rule, it is always a part of a broader holistic system, regardless of the fact that it consists of relatively independent components.

Based on this idea, the following points should be considered: First, a person's social qualities do not exist in isolation; rather, they are distinctly recorded in the nervous system, meaning they function through natural biological mechanisms. Second, most biologically conditioned personal qualities are directly shaped by social conditions in both phylogenesis and ontogenesis. Therefore, distinguishing between biological conditioning and social influence is highly complex, making it practically impossible to draw a clear demarcation line between genotype and phenotype. Third, neither biologically nor socially conditioned traits, virtues, or characteristics manifest outside of the experience a person acquires.

Additionally, the uniqueness of the knowledge, skills, habits, and abilities a person acquires is often linked to moral orientation and tendencies that compensate for personality deficiencies. ourth, analyzing biologically conditioned personality traits separately from typological characteristics of cognitive processes is an unnatural approach. All of the above considerations leave an imprint on the traits expressed by an individual.

For this reason, K.K. Platonov's suggestion to consider substructures as a set of clearly defined natural personality structures is highly debatable. According to Platonov, there are four "substructure" aspects of personality because each, in different contexts, can be viewed as a personality trait, allowing for an integral system evaluation.

V.S. Merlin was also one of the scholars who paid special attention to the issue of personality structure. According to him, an aspect (component) of personality that cannot be divided into separate parts is its characteristics. Each of these characteristics embodies a specific direction and reflects a person’s relationships. Based on this, Merlin defines personality structure as a unique "symptom complex" that represents the organizational and interconnected aspects of a person's characteristics, which collectively determine their attitude towards themselves, others, and work. This approach seems highly appropriate and provides a concrete and factual understanding of the concept.

To fully resolve the issue of personality structure, certain conditions must be met. First, the essence of the concept of "personal attitude" must be clearly defined. Second, ideas about personality traits must be elaborated in detail. According to Merlin's statement of facts, the "symptom complex" represents a descriptive and static characterization of personality structure. However, since this is the case, "it is necessary to establish the laws governing the development and emergence of personality structure in given social conditions."

Many psychologists emphasize the leading role of the socio-psychological characteristics of personality in shaping its structure. For instance, researcher N.I. Reinwald suggests that the structure of personality and each of its characteristics should be analyzed based on three criteria:

1. The degree of orientation and level of awareness.
2. The nature and organization of motivational states.
3. The intensity, seriousness, and stress-related aspects of emotional-volitional and cognitive qualities of a person.

Conclusion. According to Reinwald, in the regulation of activity, the general grouping of psychological functions follows a three-dimensional classification, wherein intelligence (reason), emotions, and willpower serve as the fundamental aspects of personality structure. This classification eliminates the need to separate temperament, character, and abilities on the one hand, and extraversion-introversion factors on the other. Reinwald’s approach aligns directly with A.R. Luria’s classification of the three-block brain function model: intelligence is mostly realized through the information-processing block, willpower through the programming block, and various emotional states are rooted in the "energetic" block.

Reason, emotion, and willpower, along with the brain blocks that actualize them, do not serve as independent motivators but rather represent three interconnected aspects of a person's relationship with the surrounding environment.

In conclusion, the diversity of perspectives ensures that different variants, invariants, modifications, modules, and models of the solution to the problem coexist simultaneously, thereby laying a solid foundation, mechanism, and stable source for the emergence of a systematic approach.

References:

1. Psychology of the Self and Defense Mechanisms: Textbook / Edited by Anna Freud – Moscow, 1993.
2. [Electronic Resource]: Help with Aggression - Access mode: http://toppsycholog.ru/2017/06/28/agressiya/.

3. Deviant behavior of individuals and groups: Textbook / Edited by E.V. Zmanovskaya – St. Petersburg: Piter, 2010, -352 pages.
4. Dementieva I.F. Social Well-being of the Family // Socis, 2008. No. 9.
5. Yegorova N.Yu. Contemporary Russian Family: Main Trends // SGZ, 2008. No. 4.
6. Zakharov S.V. Latest Trends in Family Formation in Russia // World of Russia, 2007. No. 4.
7. Lezhnina Yu.P. Family in Value Orientations // Socis, 2009. No. 12.
8. Modern Student Family: Report on the Results of Sociological Research. Yekaterinburg, 2010.
9. Learn to Relax! Relaxation Techniques / S.V. Baranova. – Rostov n/Don: Feniks, 2008. – 156 pages.
10. Basics of Psychological Self-Regulation: Textbook for University Students / G.R. Shagivaleeva, V.R. Bildanova. – Yelabuga: EGPU Publishing, 2009. – 116 pages.
11. Razykova, L.T., Igamova, I.S., Rakhmatova, F.G., Muratova, Sh.N., Mamadiyarova, D.U., & Kuchkarova, O.O. (2019). Effectiveness of Pedagogical Communication in Training Doctors. // Science and Education Today, (11 (46)), 55-57.
12. Razykova, L.T., Igamova, I.S., & Muratova, Sh.N. (2019). The Role of the Psychological Atmosphere in the Family in the Formation and Development of Personality. // Science and Education Today, (11 (46)), 58-60.
13. Tuychievna R. L., Tohirova F. Z. Mental processes the state of the human in the ir violation //Archive of Conferences. – 2020. – Т. 10. – №. 1. – С. 179-182.
14. 14. Tuychiyevna R. L. The content and conditions of the implementation of a person-centered approach in the educational process //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 6. – С. 1220-1224.
15. 15. Tuychiyevna R. L. Communication as a means of pedagogical cooperation // Spectrum Journal of Innovation, Reforms and Development. – 2022. – Т. 4. – С. 374-377.
16. Разыкова Л. Т. Проблемные технологии обучения в литературном образовании // Наука, образование и культура. – 2022. – №. 2 (62). – С. 42-45.
17. Разыкова, Лола Туйчиевна. "Этический климат организации или (неэтичное поведение на рабочем месте)." // Boshqaruv va etikaqoidalari onlayn ilmiy jurnali 2.8 (2022): 54- 58. pp. 55-57, 2019.
18. Razykova L. T., Igamova I. S., and Muratova Sh. N. "The Role of the Psychological Atmosphere in the Family in the Formation and Development of Personality,"// Science and Education Today, vol. 11, no. 46, pp. 58-60, 2019.
19. Tuychievna R. L. and Tohirova F. Z., "Mental Processes and Their Violations," // Archive of Conferences, vol. 10, no. 1, pp. 179-182, 2020.
20. Tuychiyevna R. L., "The Content and Conditions of the Implementation of a PersonCentered Approach in the Educational Process," // Web of Scientist: International Scientific Research Journal, vol. 3, no. 6, pp. 1220-1224, 2022.
21. Tuychiyevna R. L, "Communication as a Means of Pedagogical Cooperation," // Spectrum Journal of Innovation, Reforms and Development, vol. 4, pp. 374-377, 2022.
22. Razykova L. T., "Problem-Based Learning Technologies in Literary Education," Science, Education, and Culture, no. 2 (62), pp. 42-45, 2022.
23. Razykova L. T., "Ethical Climate of the Organization or (Unethical Behavior in the Workplace)," // Management and Ethics Rules Online Scientific Journal, vol. 2, no. 8, pp. 54-58,2022.

Ismatova Dilafruz Tuymuratovna,
Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasi dotsenti

OTA-ONA VA BOLA HISSIY-EMOTSIONAL MUNOSABATLARINING PSIXIK TAVSIFI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada oila - jamiyatning ajralmas bo’lagi ekanligi, jamiyatning taraqqiyot istiqbolini belgilashda oilaning o’rni beqiyosligi, har qanday istiqbolni oilaning manfaatlaridan ayro holda tasavvur qilib bo’lmasligi, bola shaxsining barkamol bo`lib ulg`ayishi u tarbiya topayotgan oilaga bog`liqligi, sog`lom oila – bolaning rivojlanishi uchun eng muhim shartlardan biriligi, oilada ota-onalar va bolalar o'rtasidagi hissiy-emotsional munosabatlarni yaxshilash masalasi juda dolzarb ekanligi, farzand tarbiyasida ota-onaning muhim o‘rin tutishi, ota-ona va farzandlar o’rtasidagi hissiy-emotsional munosabatlarining yomonlashuviga olib kelishi mumkin bo’lgan sabablar haqida so’z boradi.*

Kalit so‘zlar: *kooperatsiya, simbioz, kontrol nazorat, ijtimoiy aloqa, psixologik distansiya, egoism, o'zini-o'zi tasdiqlash zarurati,emotsiya.*

ПСИХИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ

Аннотация. *В данной статье рассматривается семья как неотъемлемая часть общества, подчёркивается её несравнимая роль в определении перспектив развития общества. Утверждается, что невозможно представить какое-либо будущее в отрыве от интересов семьи. Гармоничное развитие личности ребёнка напрямую зависит от семьи, в которой он воспитывается. Здоровая семья является одним из важнейших условий развития ребёнка. Особо отмечается актуальность вопроса улучшения эмоционально-чувственных отношений между родителями и детьми в семье. Подчёркивается важная роль родителей в воспитании детей, а также рассматриваются причины, которые могут привести к ухудшению эмоционально-чувственных отношений между родителями и детьми.*

Ключевые слова: *кооперация, симбиоз, контроль, социальная связь, психологическая дистанция, эгоизм, потребность в самоутверждении, эмоция.*

PSYCHIC DESCRIPTION OF THE EMOTIONAL RELATIONSHIP OF PARENTS AND CHILDREN

Abstract. *This article discusses how the family is an integral part of society and plays an incomparable role in determining society's developmental prospects. It argues that any future outlook cannot be envisioned separately from family interests. The article emphasizes that a child's personal development depends on the family in which they are raised, and that a healthy family is one of the most crucial conditions for a child's development. It highlights the pressing importance of improving emotional relationships between parents and children within the family. The article also addresses the significant role parents play in child-rearing and explores potential reasons that may lead to the deterioration of emotional bonds between parents and children.*

Keywords: *cooperation, symbiosis, control, social connection, psychological distance, egoism, need for self-affirmation, emotion.*

Kirish. Oila hayotning abadiyligini, avlodlarning sog‘lig‘i va davomiyligini ta’minlaydigan, milliy qadriyat va urf-odatlarimizni asrab-avaylab kelgusi avlodlarga qoldiradigan, shu bilan birga kelajak avlod qanday inson bo‘lib kamol topishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadigan tarbiya o‘chog‘i hisoblanadi. Oila inson hayotida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Aynan oilaviy munosabatlar va muloqotda shaxsning ma'lum bir guruhga mansublik tuyg'usini beruvchi insoniy aloqalarga bo'lgan ehtiyoji, o'zini-o'zi tasdiqlash zarurati, mehrga bo'lgan ehtiyoji, shuningdek, shaxsning o'ziga xosligi, individualligi hissini shakllantiradigan o'z-o'zini nglash zaruratiga bo’lgan ehtiyojlari amalga oshiriladi. Yangilanayotgan O‘zbekiston sharoitida oila qadriyatlarining tiklanishi va qarindoshlik munosabatlari, har bir oilaning iqtisodiy, madaniy, kasb-kor jihatdan ravnaq topishini anglatadi.

Oila va oila muammolari hamisha davlatning diqqat-e’tibori va himoyasida bo‘lib kelmoqda. Jamiyat taraqqiyotini harakatga keltiruvchi hujjat bo‘lgan Qomusimiz – Konstitutsiyamizda oila masalasiga ham alohida urg‘u berilgan. Konstitutsiyamizda: “Oila jamiyatning asosiy bo‘g‘inidir hamda jamiyat va davlat muhofazasida bo‘lish huquqiga ega”, deb belgilab qo’yilgan. Muhtaram Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev ta’kidlaganlaridek, “Avlodlar davomiyligini ta’minlaydigan ma’naviyat qo‘rg‘oni bu – oiladir”. Bugungi kunda barchamizning nafaqat asosiy vazifamiz, balki, insoniy burchimiz barkamol avlodni tarbiyalashdir. Shu bois ham mamlakatimizda barcha xayrli ishlar avvalo oilalarni mustahkamlash va yosh avlodning yorug‘ kelajagini ta’minlash maqsadida amalga oshirilmoqda. Zero, oila sog‘lom ekan, jamiyat mustahkam, jamiyat mustahkam ekan, mamlakat barqarordir. Bolalar tarbiyasiga nafaqat oila, ta’lim-tarbiya muassasalari, balki, mahalla ham ma’suldir. Chunki, farzand tarbiyasi ko‘p omillarga, avvalo, axloqiy-ma’naviy muhitga ham bog‘liqdir.

Ta’lim-tarbiya muassasalari bilan oila hamkorligi bunda muhim ahamiyatga ega. Oila - ijtimoiy institutlarning eng qadimgisidir. Insoniyat boshidan kechirgan tarixiy davrlarning qanchalik turfa va murakkab bo’lishiga qaramay, ushbu maskan o’z tizimi, tarkibi va jamiyat oldida turgan majburiyatlarini bajarishi nuqtayi nazaridan sog’-omon saqlanib qolgan tuzilmadir[1].

Adabiyotlar tahlili. Hozirgacha soha mutaxassislaridan ko‘pchiligi oila muammolarining qator qirralarini o‘z ilmiy izlanishlarida o‘rganganlar. Ushbu masala yuzasidan xorijlik ayrim psixologlar, xususan, D.Mayers, V.Kvinn, F.Zimbardo va boshqalarning tadqiqotlarida yoritib berilgan. Shuningdek, rus hamda fransuz olimlari tomonidan ham muayyan darajada o‘rganilgan. Olimlar tomonidan to‘plangan ilmiy dalil va xulosalarning barchasi mohiyatan o‘zbek muhitiga to‘g‘ri kelmasligi aniq. Negaki, bir millatning urf-odati, an’ana va milliy qadriyatlari boshqasinikiga mos kelmaydi. Muhimi, O‘zbekistonda oila va undagi o‘zaro munosabatlar alohida qadriyat sifatida qaralishi ham bu borada yurtimizgagina xos bo‘lgan ma’lum qonuniyatlarning borligini dalillaydi. Shu bois ham, mavjud muammoni xududiy va etnopsixologik xususiyatlarni inobatga olgan holda o‘rganish zarur. Ta’kidlash joizki, Sharq mutafakkirlari Bahovuddin Naqshbandi, Ahmad Yassaviy, At-Termiziy, Al-Buxoriy, Bobarahim Mashrab, Abu Rayhon Beruniy, Abu Nosir Farobiy, Abu Ali ibn Sino, Al-Xorazmiy, Burhoniddin Marg‘iloniy, Mahmud Qoshg‘ariy, Ahmad Donish, Yusuf Xos Xojib, Abdulla Avloniy, Abdurauf Fitrat, hamda hozirgi davr O‘zbekiston olimlari M.G. Davletshin, G‘.B. Shoumarov, V.M. Karimova, E.G‘.G‘oziyev, Sh.R. Baratov, M.Mamatov, B.M. Umarov va boshqalarning tadqiqotlarida ham oilaviy munosabatlar, farzand tarbiyasiga qay darajada ta’sir etishi muammosi mahalliy shart-sharoitlar nuqtayi nazaridan o‘rganilgan. Oila va undagi shaxslararo munosabatlar, uning shaxs shakllanishiga ta’sirini o‘z madaniy muhiti sharoitida xorijiy psixolog olimlardan R.Brazington, T.Dumitrashku, F.Galton, U.Toumen, R.Richordson, R.Zayons, G.Xomentauskas va boshqalar ushbu sohani tadqiq qilgan. Mustaqil Davlatlar Hamdo‘stligi mamlakatlari olimlaridan ushbu soha bo‘yicha V.V.Boyko, G.M.Breslav, A.G.Volkov, S.V.Kovalev, V.P.Levkovich, E.I.Pavlovich, V.L.Titarenko kabi bir qator olimlar izlanishlar olib brogan. Hozirgi kunga kelib mamlakatimizda oila muammolari, undagi shaxslararo munosabatlarining ijtimoiy-psixologik jihatlari to‘g’risida F.Akramova, D.Abdullayeva, V.Karimova, A.Kadirova, Z.Nishonova, G.Niyozmetova, M.Salayeva, N.Sog‘inov, R.Samarov, Z.Rasulova, M.Utepbergenov, G‘.Shoumarov va boshqa olimlarimizning olib borayotgan tadqiqotlarini alohida ta’kidlab o‘tishimiz lozim.

Oila - jamiyatning ajralmas bo’lagi. Biror bir xalq, millat yoki jamiyat yo‘qki, u o’zining rivojlanish tarixida va taraqqiyot istiqbolini belgilashda oila va uning atrofidagi muammolarni, qadriyatlarini inobatga olmagan bo’lsa. Har qanday istiqbolni oilaning manfaatlaridan ayro holda tasavvur qilib bo’lmaydi. Zero, har bir inson uchun oila - bu umrning boshlanishi, barcha narsalarning muqaddimasidir. Qolaversa, har bir inson o’z baxti va saodatini eng avvalo oilasi bilan bog’laydi, ya’ni o’z uyi, oilasida baxtli bo’lgan insongina o’zini to’laqonli baxtiyor his etadi.

Bola shaxsining barkamol bo`lib ulg`ayishi u tarbiya topayotgan oilaga juduyam bog`liq. Hattoki bolaning tili chiqishi yangi so`zlarni o`rganish davridagi, bizning oila a`zolarimiz bilan bo`layotgan o`zaro nutqimiz ham katta ahamiyatga ega.

Bola nutqi uni o`rab turgan insonlar yordamida shakllanadi. Shuning uchun mutaxassislar bu masalaga jiddiy e`tibor berishni maslahat berishadi. Sog`lom oila – bolaning rivojlanishi uchun eng muhim shartlardan biri. Bola tug`ilgunga qadar onasi bilan o`zaro jismonan bog`langan bo`lsa, tug`ilgach, uch yoshga kirgunga qadar ona va bola psixologik jihatdan o`zaro bog`langan bo`ladi. Bu nima degani? Bunda onadagi har qanday stress, tushkunlik kayfiyatlari to`gridan-to`g`ri bolaning rivojlanishi va psixologiyasiga o`z ta`sirini ko`rsatmasdan qolmaydi.

Bola – ko‘zgu, deb bekorga aytishmagan. Bola yetti yoshga kirguncha ota-onadagi barcha xatti-harakatlar, so`zlashuv madaniyati, yaxshi xislatlari bilan birga albatta kamchiliklarini ham ko`zgudek ko`rsatib turuvchi kichkina shaxs tarbiyalanayotganini unutmagan holda bola tarbiyasiga, ayniqsa, bu yoshda maksimal e`tibor qaratilishi lozim[2].

Tadqiqot obyekti. Oilada ota-onalar va bolalar o'rtasidagi hissiy-emotsional munosabatlarni yaxshilash masalasi juda ko’p olimlar tomonidan o’rganilgan, tadqiq qilingan. Ammo shunga qaramay, bu masala hozirgi kungacha o’zining dolzarbligini yo’qotmay kelmoqda. Farzand tarbiyalayotgan ota-ona har bir harakati, yurish turishi, muomalasi, boshqalar bilan o‘zaro munosabatida oliyjanob fazilatlarni namoyon eta bilishi kerak. Chunki bola tabiatan nihoyatda taqlidchan va kuzatuvchan bo‘ladi. Shuning uchun uning atrofdagilari o‘z odatlari bilan ba’zan o‘zlari sezmagan holda ularga ta’sir qiladilar.

Oiladagi qo‘pol munosabatlar, ko‘p yolg‘on gapirish, yoqimsiz xatti-harakat bola ruhiyatiga salbiy ta’sir qiladigan nosog‘lom muhitni keltirib chiqaradi. Farzand tarbiyasida ota-onaning muomalasi muhim o‘rin tutadi. Bola ota-ona tomonidan qo‘pol, dag‘al so‘zlar eshitib, kaltak yeb katta bo‘lsa, bu uning tabiatiga, ruhiyatiga salbiy ta’sir qiladi.

Bu esa o‘z navbatida oiladagi nosog‘lom muhitda tarbiyalanayotgan boladan «ma’naviy kasal» insonlar shakllanishiga olib keladi. Ular esa jamiyat ma’naviyatiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Ko’p hollarda oilada farzandlar va ota-onalar o’rtasida bir-birlarini to’g’ri tushunmaslik, e’tiborsizlik va xafagarchilik ortidan o’zaro munosabatlarda chigal vaziyatlar yuzaga keladi. Quyida ota-ona va farzandlar o’rtasidagi hissiy-emotsional munosabatlarining yomonlashuviga olib kelishi mumkin bo’lgan holatlarni keltirib o’tamiz:

1.Egoist ota-onalar: Bu turdagi ota-onalar har doim o'z farzandiga nisbatan adolatli munosabatda bo’lishlarini iddao qiladilar. Bu kabi egoistik xususiyat, ayniqsa, ayrim onalarda rivojlanganligini ko’rish mumkin. Ota-ona, albatta, butun umrini farzand tarbiyasiga sarflaydi, bu uchun na vaqtini, na kuchini ayamaydi, o'ziga g'amxo'rlik qilmaydi, faqat bolalari uchun yashaydi, farzandida kechayotgan barcha jarayonlarni nazorat qilishni va u bila bog’liq bo’lgan hamma narsani bilishni xohlaydi. Farzandlari ulg’ayganda esa, ularga ko’rsatgan mehr-e’tiborining qaytishini talab qila boshlaydi. Bunday turdagi ota-onalarning fikriga ko'ra, agar farzandi har kuni tashrif buyurmasa yoki soatlab qo'ng'iroq qilmasa, bola ularni yetarlicha sevmaydi. Bolalar va ota-onalar psixologiyasidagi bunday to'liq nazorat sog'lom munosabatlarning birinchi halokatli omilidir. Ota-onalarning xudbinligi tufayli ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi munosabatlar juda qiyin holatga kelib qolishi mumkin.

2.Xudbin bolalar: Biroq ota-ona va farzandlar o'rtasidagi munosabatlarning yomonlashuvida doim ham ota-onani aybdor qilish to’g’ri bo’lmaydi. Yoshligidan yaxshi hayotga, koinot uning atrofida aylanishiga o’rganib qolgan bolalar kelajakda juda xudbin, tantiq va erka bo’lib voyaga yetishlari ehtimoli mavjud. Bu singari farzandlarning hech qanday tarzda jamiyat bilan normal munosabatlarni o’rnata olmasligi ota-onalar uchun katta muammoga aylanadi. Bunday bolalar garchi voyaga yetgan bo’lsalar-da, butun umr ota-onalariga ham moddiy, ham ma’naviy taraflama tobe, qaram bo'lib qolishlari mumkin.

3.Rashk: Ba’zan ota-onalar va bolalar o'rtasidagi munosabatlar er-xotinning bir-birlariga yetarlicha vaqt ajratmasligi natijasida ham yomonlashishi mumkin. O’zbek oilalarida ko’p hollarda ona eriga qaraganda o'z farzandiga ko'proq vaqt ajratishi oilaning otasida ba’zan hasad hissini uyg’otishi va uning bola bilan munosabatlari buzilishiga olib kelishi mumkin. Rashk bilan bog'liq muammolarning oldini olish uchun barcha oila a'zolari bir-biriga teng vaqt ajratishlari lozim. Ota-onalar va bolalar bir-birining e'tibori uchun kurashadigan oiladan yomonroq narsa yo'q. Shuningdek, oilada farzandlarni bir-biri bilan taqqoslash ham bolalar o'rtasida urushga va natijada ota-onalarga nisbatan norozilikka olib keladi.

Tarbiyada e’tiborni ikki jinsdagi farzandga ham teng qaratish zarur. Shaxsni rivojlantirishda ijtimoiy kontekstning muhim rolidan kelib chiqqan holda, Adler turmush tarzi bilan bog'liq bo'lgan munosabatlarni asosiy belgilovchi sifatida tug'ilish tartibiga e'tibor qaratdi. Aynan: agar bolalarning ota-onalari bir xil bo'lsa va ular taxminan bir xil oilaviy sharoitda ulg'ayishgan bo'lsa, ular hali ham bir xil ijtimoiy muhitga ega emaslar. Oiladagi eng keksa yoki eng kichkina bolaning boshqa bolalarga nisbatan tajribasi, ayniqsa, ota-onalarning munosabatlari va qadriyatlarning ta'siri -bularning barchasi oilada quyidagi bolalar paydo bo'lishi natijasida o'zgaradi va turmush tarzini shakllantirishga katta ta'sir ko'rsatadi.

4.Avlodlar masalasi: Ota-onalar va bolalar o'rtasidagi munosabatlar bir-birlari orasidagi tushunmovchiliklar tufayli yomonlashishi mumkin. Albatta, kattalar har bir avlodning o'ziga xos mafkuraviy qadriyatlari va ideallari borligini tushunishi kerak. O‘tmishga, bobo-momolarimizning hayotiga nazar tashlasak, oilada o‘g‘il bola tarbiyasiga alohida e’tibor berilgan. Bolaligidan oilaning suyanchi, kattasi, opa-singillarining himoyachisi bo‘lishini, qolaversa, Vatanning tayanchi ekanini uqtirib, shu asosda tarbiya berilgan. To‘g‘ri, ayol oilaning chirog‘i, iqboli. Farzandning sog‘lom, barkamol tug‘ilib voyaga yetishi ko‘p jihatdan unga bog‘liq.

5.Ushalmagan orzular: Ko’p hollarda ota-onalar amalga oshmay qolgan, ushalmagan orzularini farzandlari orqali ro’yobga chiqarishga urinishadi. Ular bolalarida o'z istaklari va intilishlarini ilhomlantirishga harakat qilishadi. Bu xatti-harakatlarining xato ekanligini ota-onalar tushunishlari lozim, chunki ular bolalarning hayoti va xohishlarini nazorat qila olmaydi. Ular bolasini nima qiziqtirayotganini tinglashlari kerak.

6.Ishonchsizlik: Har qanday munosabatda eng muhim narsa nima? Albatta, bu-ishonch. Bola bilan muloqot aynan ishonch asosiga qurilishi kerak. Bolaga nisbatan ishonchsizlik va ota-onasi tomonidan unga berilgan past bahoga asoslangan munosabatlarning oqibati salbiy yakunlashini mumkin. Ota-onalar bolalarining hayotida nima sodir bo'layotganidan doimiy xabardor bo’lishlari kerak. Ba’zan ota-onalar va bolalar o'rtasidagi munosabatlar muammosi beparvolikka asoslangan bo'lishi mumkin.

Ko'p hollarda ota-onalarning o’z farzandlarini tinglashni bilmasligi kelajakda bolaning ota-onasiga nisbatan ishonchsizlik hissining shakllanishiga olib kelishi mumkin. Bunday bo‘lmasligi uchun ota-onalar o‘zlarini muhim ishlaridan bolaga vaqt ajratib, ular bilan suhbatlashganida e’tiborli bo’lmoqlari lozim.

Boladagi xato-kamchiliklarning to`g’rilanib ketishi va uning ota-onasi bilan bekam-u ko`st munosabat o’rnatishi ko’p jihatdan kattalarga bog`liq. Bola ruhiyatiga salbiy ta’sir ko’rsatadigan quyidagi xatolarga ota-onalar iloji boricha yo`l qo`ymaslikka harakat qilmoqlari lozim:

– Ota-onalar farzandlarining nima deyayotganiga doimo diqqatli bo’lishlari va u bilan muntazam ravishda suhbatda bo’lib turishlari kerak;

–Bolani tinglash, u beradigan savollarga erinmay javob berish kerak, shunda bola ota-onasi bilan hissiy yaqinlikni tuyadi;

–Ota-onalar bola shaxsini hurmat qilishni o’rganishlari kerak;

–Farzandlar bilan suhbat mobaynida doim jilmayib gaplashishga harakat qilish lozim, bu emotsional ijobiylik ruhiyatini beradi.

–Farzandlar bilan munosabatda doimo oltin o`rtalikni saqlash kerak, ularga buyruq berish, ota-ona o’z fikrlarini bolaga singdirishga harakat qilishi noto’g’ridir.

–Bolaga baqirish, uni haqoratlash, doim tanbeh berish uni ota-onasidan uzoqlashtiradigan asosiy sabablardan biridir.

–Bola yonida oila a`zolarining bir-birlari bilan tortishishi va qo`pol so`zlarni ishlatishi ham bola ruhiyatida salbiy izlarni hosil qilishi mumkin.

Har bir ota-ona farzand tarbiyasida o‘zlarining burch va ma’suliyatlarini chuqur anglashlari lozim. Oilada ruhiy xotirjamlik, samimiy munosabat, ota-ona obro‘sining yuqori bo‘lishi, bolalarga talab qo‘yishda oila kattalari o‘rtasidagi birlikning saqlanishi, bola shaxsiyatini tarbiyalashga alohida e’tibor berish, bolani sevish va izzatini joyiga qo‘yish, oilada qat’iy rejim va kun tartibini o‘rnatish, bolaning yosh va shaxsiy xususiyatlarini hisobga olish, boladagi o‘zgarishlarni kuzatib borish, undagi mustaqillikka intilish va tashabbuskorlik sifatlarini qo‘llab-quvvatlash ota-onalarning pedagogik bilimlarga ega ekanligini ko‘rsatadi.

Qo‘llanilgan metodlar. Biz o’z izlanishlarimiz davomida ota-onalar va farzandlar o’rtasidagi hissiy emotsional munosabatlarni tadqiq etish uchun bir qancha usullardan foydalandik. Psixologiyada keng qo’llaniladigan kuzatish, suhbat, anketa, intervyu metodlari shular jumlasidandir. Shuningdek, A.Ya.Varga, V.V.Stolin tomonidan ishlab chiqilgan “Ota-onalarning bolalarga bo’lgan munosabatini o’rganish” test-so‘rovnomasi ham shular qatoriga kiradi. Ushbu test-so‘rovnoma ota-onalarning o‘z farzandlariga bo‘lgan munosabatlarini aniqlash uchun qo‘llaniladigan psixodiagnostik vositadir. Ota-onalarning o‘z farzandlariga bo‘lgan munosabati kattalarning bolalarga nisbatan turli-tuman hissiyot va xulq-atvorlari tizimi sifatida tushuniladi. Psixologik nuqtayi nazardan qaralganda ota-onalarning o‘z farzandlariga munosabati bu bolalarga nisbatan o‘rnatiladigan pedagogik ijtimoiy ustanovka bo‘lib, u o‘z ichiga ratsionallik, emotsional va xulq-atvor komponentlarini oladi. Bu komponentlar u yoki bu darajada ushbu metodikaning asosini tashkil qiluvchi so‘rovnoma yordamida baholanadi. R.S.Nemov tomonidan ayrim terminlarni qo'llashda olingan natijalarni qayta ishlash va tavsiflashga bir oz o’zgartirishlar va qo’shimchlar kiritilgan. Metodika 61 ta savoldan tuzilgan bo‘lib, ular ota-onalar munosabatini ifodalovchi 5 ta shkaladan iborat:

1.Bolani qabul qilish-rad qilish. Bu shkala bolaga nisbatan umumiy emotsional ijobiy qabul qilish yoki emotsional salbiy rad qilish munosabatni ifodalaydi.

2.Kooperatsiya- bu shkala kattalarning bola bilan hamkorlik qilishga intilishini uning ishlariga qiziqishi va ularda ishtirok etishini ifodalaydi.

3.Simbioz-bu shkala savollari bola bilan birlashishga intilishi yoki uni saqlab qolishga harakat qilishini aniqlashga yo‘naltirilgan. Bu bola bilan kattalarning o‘ziga xos aloqasi.

4. Kontrol nazorat-bu shkala kattalar bola hulq atvorini qanday nazorat qilishlari bola bilan bo'layotgan munosabatlari demokratik yoki avtoritar uslubda qurilishini xarakterlaydi.

5.Bolaning omadsizliklariga munosabati-bu so‘nggi shkala kattalar bolaning qobiliyatlari ustunliklari va kamchiliklariga muvaffaqiyat va omadsizliklariga qanday munosabatda ekanligini ko‘rsatadi.

Biz ota-ona va farzandlar o’rtasidagi emotsional munosabatlarning ijtimoiy-psixologik asoslarini o‘rganish maqsadida obyekt sifatida 50 nafar ota-ona hamda 120 farzandlar, jami, 170 nafar responentlarni jalb etdik. O’tkazgan tadqiqot ishlarimizdan biz quyidagicha natijalarni qo’lga kiritdik:

1-jadval.

A.Ya.Varga, V.V.Stolin tomonidan ishlab chiqilgan “Ota-onalarning bolalarga bo’lgan munosabatini o’rganish” testi

Shkala	Yuqori ko’rsatkich	Past ko’rsatkich
	n=50	
Bolani qabul qilish-rad qilish	38	12
Kooperatsiya	35	15
Simbioz	23	27
Kontrol nazorat	26	24
Bolaning omadsizliklariga munosabati	24	26

Olingan natijalar va ularning tahlili. Jadvaldagi natijalardan ko’rinib turibdiki, keltirilgan har bir shkala bo’yicha ota-onalar tomonidan o’ziga xos javoblar berildi.

I. “Bolani qabul qilish - rad etish” shkalasi bo'yicha yuqori ballar ya’ni 24 dan 33 gacha bo'lgan ballar bolaga nisbatan yorqin namoyon bo‘luvchi ijobiy munosabat mavjudligini ko‘rsatadi. Bu holda kattalar bolani qanday bo‘lsa shundayligicha qabul qiladi, uning individualligini tan oladi va hurmat qiladi, uning qiziqishlarini rejalarini qo‘llab-quvvatlaydi, bola bilan ko‘p vaqtni o‘tkazadi va bu haqida afsus chekmaydi. Ushbu shkala bo’yicha 50 nafar respondentlarimizdan 38 nafari yuqori natijani qayd etgan bo’lsa, 12 nafarida past ko’rsatkichkichni ko’rishimiz mumkin. Ushbu shkala bo‘yicha past ballar -0 dan 8 gacha kattalar bolaga nisbatan faqat salbiy his-tuyg‘ularni g‘azab ta’sirlanish achinish hatto ba’zida nafratni boshdan kechirishlarini bildiradi. Bunda kattalar bolani omadsiz deb hisoblaydilar. Uning kelajagiga ishonmaydilar, qobiliyatlarini past baholaydilar. Bunday moyillikka ega bo‘lganlar yaxshi pedagog bo‘la olmaydilar.

II.“Kooperatsiya” shkalasi bo‘yicha yuqori ballar 7-8 ball kattalar bolani qiziqtiradigan narsalariga katta qiziqish bilan munosabatda bo‘lishlarini bola qobiliyatlarini yuqori baholashlarini bolaning tashabbusi va mustaqilligini rag‘batlantirishlari bola bilan tanglik munosabatlarida bo‘lishlari belgisi hisoblanadi. Mazkur shkala bo’yicha 50 nafar respondentlarimizdan 35 nafari yuqori natijani qayd etgan bo’lsa, 15 nafarida past ko’rsatkichkichni ko’rishimiz mumkin. Ushbu shkala bo‘yicha past ballar 1-2 ball kattalar bola bilan munosabatda o‘zlarini ularga qarma-qarshi qo‘yishlarini va ular yaxshi pedagog roliga da’vogar bo’la olmasligini bildiradi.

III-shkala Simbioz shkalasi bo‘yichayuqori ballar 6-7 ballarga ega bo‘lgan tekshiriluvchilarning o‘zlari bilan bola o'rtasida psixologik distansiya o‘rnatmasliklari bola iloji boricha yaqin bo‘lishga intilishlari bolaning asosan ongli ehtiyojlarini qondirishga harakat qilishlari ularda boiish mumkin bo‘lgan turli ko‘ngilsizliklarning oldini olishga urinishlari to‘g‘ri xulosa chiqarish uchun asos bo‘ladi. Ushbu shkala bo’yicha 50 nafar respondentlarimizdan 23 nafari yuqori natijani qayd etgan bo’lsa, 27 nafarida past ko’rsatkichkichni ko’rishimiz mumkin. Ushbu shkala bo‘yicha past ballar 1-2 aksincha kattalar o‘zlari bilan farzandlari o‘rtasida keskin psixologik distansiya o‘matishlari ular to‘g‘risida unchalik g‘amxo‘rlik qilmaslik belgisi bo‘lib hisoblanadi. Bunday tekshiriluvchilardan yaxshi o‘qituvchi va tarbiyachilar chiqmaydi.

IV. “Nazorat” shkalasi bo‘yicha to‘plangan yuqori ballar 6-7 ballar bunday tekshiriluvchilar bolaga nisbatan kuchli avtoritar munosabatda ekanliklaridan ularni so‘zsiz o‘zlariga itoat etishlarini talab qilishlari qat’iy intizomni saqlashlaridan darak beradi. Kattalar bunda bolaga o‘z hohish irodasini singdirishga harakat qiladilar. Ular har doim ham bola uchun tarbiyachi sifatida foyda keltiravermaydi. Ushbu shkala bo’yicha 50 nafar respondentlarimizdan 26 nafari yuqori natijani qayd etgan bo’lsa, 24 nafarida past ko’rsatkichkichni ko’rishimiz mumkin. Ushbu shkala bo‘yicha past ballar l-2 ball aksincha kattalar tomonidan bolaning xatti-harakatlarini nazorat qilish butunlay mavjud emasligini bildiradi. Bu esa bolaning ta’lim-tarbiyasi uchun yaxshi bo‘lmasligi mumkin. Ushbu shkala bo'yicha kattalarning pedagogik qobiliyatlarini baholashning eng yaxshi varianti-o‘rtacha ballar -3 dan 5 gacha bo’lgan ballar.

V.“Bolaning omadsizliklariga munosabat” shkalasi bo‘yicha yuqori ballar 7-8 ball kattalarda bolani “omadsiz” deb hisoblashlari belgisi mavjud. Kattalar uchun bolaning qiziqishlari havaslari fikr va tuyg‘ulari jiddiy emasdek tuyuladi. Bunday tekshiriluvchilar yaxshi o‘qituvchi va tarbiyachilar bo‘la olmaydilar. Ushbu shkala bo’yicha 50 nafar respondentlarimizdan 24 nafari yuqori natijani qayd etgan bo’lsa, 26 nafarida past ko’rsatkichkichni ko’rishimiz mumkin. Ushbu shkala bo‘yicha past ballar 1-2 ball -aksincha bolaning omadsizligini kattalar tasodifiy deb hisoblashlari va unga ishonishlaridan dalolat beradi. Bunday kattalar yaxshi o‘qituvchi va tarbiyachi bo‘lishlari mumkin.

Bugungi kunda oila tinchligi, farovonligi yo’lida davlatimiz tomonidan bir qator chora-tadbirlar amalga oshirib kelinmoqda, viloyatimizning barcha tuman va shaharlarida ajrimlarning oldini olishga qaratilgan keng ko‘lamli ishlar olib borilmoqda. Jumladan, “Baxtli va sog‘lom oila sari” shiori ostida mehnat jamoalari, mahallalar, ta’lim muassasalarida oilaning muqaddasligi, oilalarda ma’naviy muhit barqarorligini ta’minlash, nikohning ahamiyati xususida sud, FHDYo bo‘limlari mutaxassislari, imom-xatiblar, otinoyilar ishtirokida muloqot va davra suhbatlari muntazam o‘tkazilishi yo‘lga qo‘yildi. Haftaning chorshanbasi – “Oilalarni mustahkamlash kuni” deb belgilangan bo‘lib, joylarda “Mening mahallamda har bir oila mustahkam bo‘lishi kerak” g‘oyasi asosida oilaviy munosabatlarda turli kelishmovchiliklari bo‘lgan oilalarni murosaga keltirish, oilada erkaklarning o‘rni va mas’uliyatini oshirish, sog‘lom va barkamol farzandlar tarbiyasi borasidagi ishlarni yanada yuqori bosqichga ko‘tarish, oilalarni moddiy va ma’naviy qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan ishlar samaradorligini oshirishga alohida e’tibor qaratilmoqda. Bu borada ijobiy natijaga erishish uchun nafaqat, pedagoglar, huquq-tartibot idoralari, yoshlar bilan ishlovchi tashkilotlar, balki keng jamoatchilik hamkorlikda ish olib borishi, xususan, tushuntirish va targ‘ibot ishlarini kuchaytirish lozim. Ayniqsa, mahallalarda, har bir oilada ijtimoiy-ma’naviy muhitni yaxshilash, ota-onaning farzand tarbiyasiga, farzandlarining bo‘sh vaqtlarini mazmunli tashkil etishga bo‘lgan e’tibori va mas’uliyatini oshirish lozim. Eng muhimi, farzandlarimizni sog‘lom, komil inson qilib tarbiya qilaylikki, ular o‘z ota-bobolariga, tariximizga, Vatanimizga, ona tilimizga, milliy qadriyatlarimizga, muqaddas dinimiz an’analariga sodiq bo‘lsin.

Xulosa. Oilada ma’naviy-ruhiy muhit, bola tarbiyasida g‘oyat muhim ahamiyatga ega bo‘ladi. Oila sog‘lom, yetuk farzandni ulg‘aytirib kamol toptirishda mas’uldir. Farzandni sog‘lom, yetuk, bilimli, shijoatli qilib voyaga yetkazish oilaga, ota-onaga bog‘liqdir. Oilaviy munosabatlar bolani nafaqat shaxs sifatida o’zligini anglash, balki, o’zini u yoki bu jins vakili sifatida idrok etish va shaxsiy fazilatlarini takomillashtishga ham yordam beradi. Olimlarimizning kuzatishi shuni isbotladiki, oilaning to’liq bo’lishi, ya’ni, unda ham ona ham otaning tinch-totuvlikda yashashlari va normal insoniy munosabatlar, sog’lom ma’naviy muhitning mavjudligi bolaning har tomonlama yaxshi rivojlanishi, sog’lom, aqlli, kuchli iroda sohibi bo’lib yetishishga imkon beradi.

Adabiyotlar:

1. Ismatova D.T. Oilaviy psixologik xizmatda shaxslararo munosabatlarni empirik tahlili. Ta’lim va innovatsion tadqiqotlar // Xalqaro ilmiy-metodik jurnal. – Buxoro, 2023. № 5. – Б. 338-342.
2. Ismatova D.T. Farzand tarbiyasi kontekstida ota-ona fenomenining nazariy metodologik asoslari. // Ta’lim va innovatsion tadqiqotlar. Xalqaro ilmiy metodik jurnal. – Buxoro, 2023. №10. – Б. 380-385.
3. Ismatova D.T. Ota-ona va farzandlar o‘rtasidagi emotsional munosabatlar. // Pedagogik mahorat Ilmiy-nazariy va metodik jurnal. Buxoro, 2024. № 11. – Б. 148-152.
4. Ismatova D.T. Oilada ota-ona psixologiyasi rivojlanishining ijtimoiypsixologik xususiyatlari. // Ta’limda istiqbolli izlanishlar. Xalqaro ilmiy metodik jurnal. – Buxoro, 2024. № 10. – Б. 130-134.
5. Ismatova D.T. Психологические и педагогические особенности отношений между родителем и ребенком в семье. // Психология XXI столетия. Сб. по материала ежегодного Конгресса «Психология XXI столетия». Самарканд, 15-16 марта 2024 г. – С. 152-154.

6. Ismatova D.T. Эмоциональные отношения между родителями и детьми. // Вестник интегративной психологии. – Ярославль, 2024. № 34(2). – С. 147-151.
7. Shoumarov G’.B. Oila psixologiyasi. Darslik. –T.: 2011. – B.14.
8. Davletshin M.G. “Umumiy psixologiya”, -Toshkent, - 2002.

Adizova Gulnavoz Farxodovna,
Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasi o’qituvchisi

NOTO‘LIQ OILA FARZANDLARIDA COPING STRATEGIYA USULLARINING O‘ZIGA XOSLIGI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada ota-onalar va bolalar o'rtasidagi munosabatlar, oilada o'zaro tushunishning yo'qolishining sabablari, ota-onalar va farzandlar bilan yuzaga keladigan muammolar, kattalarning hayotga har xil qarashlar va noto'g'ri tanlangan tarbiya usuli bilan bolalar o'sishi bilan muloqot o’rtasidagi bog’liqlik, bolaning dunyoqarashi va fe'l-atvorining shakllanishi hamda kattalar xulq-atvori o’rtasidagi aloqa, shuningdek, er-xotinning hamda ota-ona va farzandlarning manfaatlari orasida o'xshashlik bo’lmaganda sodir bo’ladigan tushunmovchiliklar, oiladagi ziddiyatlarning uzoq muddat davom etishi bevosita oilaviy muhitga va bolalarning psixologik salomatligiga salbiy ta'sir qilishi, bu esa o'z navbatida balog'at yoshidagi bolalarning xatti-harakatlarida isyonkorlik va antisotsial xulq-atvorni keltirib chiqarishi va ota-onalarining mojarolariga guvoh bo'lgan bolalarda ota-onalariga nisbatan ichki zo'ravonlik hissining kuchayishiga olib kelishi mumkinligi haqida aytiladi.*

Kalit so’zlar*: oila, tarbiya, ziddiyat, psixologik ta’sir, e’tibor, koping strategiya, qaramlik, muloqot.*

СПЕЦИФИКА МЕТОДОВ КОПИНГ-СТРАТЕГИИ У ДЕТЕЙ ИЗ НЕПОЛНОЙ СЕМЬИ

Аннотация. *В данной статье рассматриваются отношения между родителями и детьми, причины отсутствия взаимопонимания в семье, проблемы, возникающие между родителями и детьми, различные взгляды взрослых на жизнь и связь между неправильно выбранным методом воспитания и общением по мере взросления детей, формирование мировоззрения и характера ребёнка и связь с поведением взрослых, а также недопонимания, возникающие при несовпадении интересов между супругами, родителями и детьми. Отмечается, что длительные конфликты в семье могут негативно повлиять на семейную обстановку и психологическое здоровье детей, что, в свою очередь, может вызвать бунтарское и антисоциальное поведение у детей в подростковом возрасте и привести к усилению чувства внутренней агрессии по отношению к родителям у детей, ставших свидетелями родительских конфликтов.*

Ключевые слова: *семья, воспитание, конфликт, психологическое воздействие, внимание, копинг-стратегия, зависимость, общение.*

SPECIFICITY OF COPING STRATEGY METHODS IN CHILDREN OF A DISFUNCTIONAL FAMILY

Abstract. *This article discusses the relationships between parents and children, the reasons for the loss of mutual understanding in the family, problems arising between parents and children, the connection between adults' different views on life and incorrectly chosen parenting methods with communication as children grow, the link between the formation of a child's worldview and character and the behavior of adults, as well as misunderstandings that occur when there is a lack of similarity between the interests of spouses and those of parents and children. It also addresses how prolonged family conflicts directly negatively affect the family environment and children's psychological well-being, which in turn can lead to rebellious and antisocial behavior in adolescent children and potentially increase feelings of internal aggression towards parents in children who have witnessed parental conflicts.*

Keywords: *family, upbringing, conflict, psychological impact, attention, coping strategy, dependency, communication.*

Kirish. Ota-onalar va bolalar o'rtasidagi munosabatlar-bu murakkab munosabatlar tizimi, tarbiya psixologiyasini o'rganishning predmeti bo'lib, uning maqsadi ota -onalar va bolalar o'rtasidagi aloqalarni rivojlantirish mexanizmlarini, avlodlarning o'zaro ta'sirini aniqlashdir. Oilaviy munosabatlarning beqarorligi, bolani to'g'ri tarbiyalash qobiliyati va xohishining yo'qolishi bir qancha tashqi va ichki omillar bilan belgilanadi. Bola uchun oila asosiy yashash joyi, rivojlanishi va psixologik shakllanishi hisoblanadi. Bola erta bolalik davrida oilada ijtimoiy munosabatlarning asosiy modellarini tushunadi. Bolalik - bu inson rivojlanishining asosiy davri, u dunyoni bilishni o'rganadi, idrokning asosiy mexanizmlarini, odamlar

o'rtasidagi munosabatlarning asoslarini tushunadi. Psixologlarning fikricha, bolalikdan asosiy ko'nikma va ko'nikmalar, shaxsning psixologik fazilatlari qo'yiladi, u faqat keyingi hayoti davomida rivojlanadi. Oila instituti (ota-ona) bola uchun o'ta muhim, chunki bolalikdan jamiyatdan qisman ajralib qolish xarakterlidir. Bola uchun ota -onalar insoniy munosabatlarni tushunishning asosiy manbai hisoblanadi. Bolaning shaxsiyatining shakllanishiga, nafaqat, ota-onasining bolaning o'ziga bo'lgan munosabati, balki, ota-onaning bir-biriga bo'lgan munosabati ham ta'sir ko'rsatadi.

Shunday qilib, agar bolaga ota va onadan yetarlicha e'tibor berilsa, ikkala ota-ona ham uni tarbiyasida bir xil darajada faol ishtirok etsa, bola g'amxo'rlik va muhabbat bilan o'ralgan bo'lsa-da, lekin ota-onaning o'rtasida ziddiyatlar yuzaga kelsa, bu vaziyat bolaning keyingi hayotida aks etadi. Oila muhiti, ota-ona munosabati bolaga ikki xil darajada ta'sir qilishi mumkin[1]:

1.Farzandning shaxsiy rivojlanishi (psixologik muammolar, ichki qarama-qarshiliklar, komplekslar, qo'rquvlar);

2.Bolaning jamiyatdagi munosabatlarining shakllanishi (munosabatlardagi muammolardan qochish uchun yolg'izlikka tortishish). Ota-ona va bolalar o'rtasidagi murakkab munosabatlar bola hayotida kelajakda aks etadi. Ota-onalar va bolalar o'rtasidagi munosabatlarning rivojlanishi ular tug'ilgan paytdan boshlanadi. Yosh bolalar bilan munosabatlar, odata, oson rivojlanadi. Bola onasiga juda bog'liq, u har doim unga g'amxo'rlik qiladi. Ular orasida iliq va mustahkam aloqa bor. Uzoqlik hissi borligi juda kam uchraydi. Farzand bolalar bog'chasiga borayotganda, odatda, ota-onaning munosabatlarida ham hamma narsa yaxshi bo'ladi. Ota-ona va bolaning yaxshi munosabati yaxshi tarbiyaga bog'liq. Chaqaloq tarbiyasi u tug'ilgan paytdan boshlanadi va 18 yoshga to'lgunga qadar, boshqacha aytganda, balog'at yoshiga yetguncha davom etadi. 3 yoshgacha bola shaxsiyatining asosini rivojlantiradi, xarakterning xususiyatlari paydo bo'ladi. 3 yoshdan 7 yoshgacha uning shaxsiyatining shakllanishini to'g'ri tuzatish muhimdir. Ko'pgina sog'lom oilalarda ota-onalar va bolalar har kuni bir-biri bilan bog'lanib turishadi. Bunday yaqin aloqalar ishonchni, ma'naviy birlikni rivojlantirishga, hayotdagi harakatlar va intilishlarni muvofiqlashtirishga yordam beradi. Bunday munosabatlar ota-onaning mehr va g'amxo'rligi, onalik va otalik tuyg'ulariga, bolalarning ota-onasiga bo'lgan mehr-muhabbatiga asoslanadi. Ko'p ota-onalar, ma'lumoti yo'qligi sababli, ko'pincha bolani tarbiyalashda xato qilishadi. Ba'zilar haddan tashqari himoyalanadilar va o'z farzandlari haqida juda ko'p tashvishlanadilar va uni haddan tashqari e'tibor bilan bezovta qiladilar. Ular uni qiyinchiliklardan himoya qilishga harakat qiladilar va shu bilan uni o'z tajribasini olish imkoniyatidan mahrum qiladilar. Boshqalar, aksincha, bolaning hayotida ishtirok etishni xohlamaydilar va hamma narsani o'z -o'zidan qo'yib yuborishadi. Yana boshqalar o'z maslahatlari bilan bolaga haddan tashqari bosim o'tkazadilar va qanday yashashni o'rgatishadi.

Tadqiqot obyekti. Ota-onalar va bolalar o'rtasidagi munosabatlar - bu tasniflash yoki tushuntirishga qarshi turadigan norasmiy o'zaro ta'sir jarayoni. Oilada o'zaro tushunishni yo'qotishning haqiqiy sabablari faqat janjal ishtirokchilariga ma'lum, shuning uchun atrofdagilar faqat nizolarning kelib chiqish sabablarini ko’rishadi. Ota-onalar farzandlari bilan yuzaga kelgan muammolarda avlodlar to'qnashuvida muayyan qarama-qarshiliklar sodir bo’lishi mumkinligini hisobga olishlari va har ikkala tomonning manfaatlarini inobatga olgan holda iloji boricha oqilona yechim taklif qilishlari lozim. Kattalar tushunishlari kerakki, hayotga har xil qarashlar va noto'g'ri tanlangan tarbiya usuli bilan bolalar o'sishi bilan muloqot darhol yo'qoladi. Bolaning dunyoqarashi va fe'l-atvorining shakllanishi to'g'ridan-to'g'ri kattalar xulq-atvoriga bog'liq bo'lib, ular tarbiya jarayonida ularga amal qiladi. Oilaviy nizolar, odatda, oilaviy aloqalar konstruktiv bo'lmaganda, shuningdek, er-xotinning hamda ota-ona va farzandlarning manfaatlari orasida o'xshashlik bo’lmaganda sodir bo’ladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilada ziddiyatlarning uzoq muddat davom etishi bevosita oilaviy muhitga va bolalarning psixologik salomatligiga salbiy ta'sir qiladi, bu esa o'z navbatida balog'at yoshidagi bolalarning xatti-harakatlarida isyonkorlik va antisotsial xulq-atvorni keltirib chiqaradi. Levine ma'lumotlariga ko'ra, ota-onalarining mojarolariga guvoh bo'lgan bolalarda ota-onalariga nisbatan ichki zo'ravonlik hissi kuchayadi[2]. Quyida oilaviy nizolarga sabab bo’lishi mumkin bo’lgan asosiy omillar keltirilgan:

1.Oilaviy munosabatlarda nomutanosiblik. Bu ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarning salbiy tabiati tufayli paydo bo'ladi, buning oqibatida psixologik bosim kuchayadi va bolada doimiy tashvish paydo bo'ladi.

2.Ta'lim-tarbiyadagi o’zaro nomutanosiblik: Bu bolani tarbiyalash masalasida ota-ona o'rtasida kuchli kelishmovchiliklarda namoyon bo'ladi. Ota-onalarning harakatlari izchil va adekvat hamda o'zaro kelishilgan bo'lishi muhim.

3.Yoshga bog'liq bolalar inqirozi. Qoida tariqasida, ular bir yil, uch yil, yetti yil, balog'at yoshida, 12-14 yoshda sodir bo'ladi. Bu davrda bola rivojlanishning bir bosqichidan ikkinchisiga o'tadi.

Oila va nikoh bo`yicha ko`plab mutaxassislar Z.Freyd va A.Adlerning g’oyalarini ma’qullagan holda shuni ta’kidlaydilarki, oila qurayotgan yosh kelin-kuyovlar o`zlari anglamagan ravishda o`zlari tarbiya topgan oilalarining modelini yangi oilaga tadbiq eta boshlaydilar. Ota-ona oilasi Z.Freydning psixoanalitik nazariyasi mos keladi. Unga muvofiq, bola o`zi katta bo`lgan oilasidagi o`z jinsiga mos ota yoki ona obraziga o`zini identifikatsiya qilib, hayoti mobaynida ko`rgan-kechirganlarini xattiharakatlarida takrorlaydi, qarama-qarshi jins vakili bo`lmish ota-onaning obrazi esa turmush o`rtog’ini tanlashni belgilaydi. Agar ushbu obraz ijobiy bo`lgan bo`lsa, masalan, qiz bola uchun otasi ideal, namunali tuyulsa, kelajakda shu qiz o`z turmush o`rtog’i bilan kelishib yashashga moyil bo`ladi. Mobodo obraz salbiy bo`lsa (ota ichuvchi yoki bevafolik qilib tashlab ketgan), unga o`xshamagan insonni qidiradiyu, aslida topgan taqdirda ham u bilan kelishib yashashiga o`zi ham ishonmaydi, ruhiy iztirobda bo`ladi, ko`p ikkilanadi. Agar o`zi o`sib ulg’aygan oila kichik bo`lsa, istiqbolda u ham aynan detotsentrik, kichik oila qurishga intiladi. Opa-singil, aka-inilik munosabatlariga asoslangan oila modeli A.Adler g’oyalari ta’sirida ishlab chiqilgan. Unga ko`ra, er-xotin aloqalari mustahkam va barqaror bo`lishi uchun ikkasi o`z munosabatlari jarayonida akalari yoki opasingillari bilan bo`ladigan hamkorlik, liderlik, hukmronlik, mas’uliyat, g’amxo`rlik, tobelik kabi qator munosabatlarini ro`yobga chiqarishlari lozim. Bu aloqalarning bir ko`rinishi shundayki, unda er va xotin bir-biriga akaday, singilday u yoki bu munosabatlardagi kemtikliklarni to`ldirib borishlari mumkin. Bu bizdagi munosabatlarga ham xos bo`lib, ko`pgina o`zbek oilalarida xotin erini “aka” deb atasa, er birinchi farzand tug’ilgach, xotiniga to`ng’ich farzandning ismini aytib murojaat qiladi. Bu holat ayniqsa, er o`z oilasida singillarining akasi bo`lgan bo`lsa, yoki xotin ham o`z navbatida ota-onasining uyida akalarning singlisi bo`lgan bo`lsa komplementar tarzda uyg’unlik kashf etadi, ular oilaviy munosabatlarda kim ustun, kim tobe kabi muammolarga duch kelmaydilar. Agar xotin o`z oilasida biriga singil, biriga opa bo`lib katta bo`lgan bo`lsa, u yoki bu tajriba eri bo`lgan munosabatlarda qisman komplementar vazifani bajaradi. Nihoyat, agar er o`z oilasida to`ng’ich farzand va xotin ham o`z oilasida to`ng’ich bo`lgan bo`lsa, unda er-xotin munosabatlari nokomplementar nikohga to`g’ri keladi, ya’ni, ular teng mavqeli bo`lgani uchun odatda o`zaro munosabatlarida liderlik va o`zaro adaptatsiya holatlari muayyan qiyinchiliklar va muammolar bilan kechadi, tez-tez bir-biriga nimalarnidir da’vo qiladigan, o`z fikrini uqtirish va amalga oshirishga moyillik kuzatiladi. Odatda bunday nikoh ikki ziyoli inson o`rtasida tuzilgan bo`lsa, ular baxtli bo`lishlari mumkin, ayniqsa, hozirgi davrda, lekin o`zaro til topishib, ko`nikib ketishlariga anchagina vaqt, sabr-toqat kerak bo`ladi. Ota-onasining oilasida ko`rgan-kechirganlari bolaning bo`lg’usi oilasi, undagi er-xotin munosabatlari, farzandlar tarbiyasi, qarindosh-urug’lar bilan bo`ladigan murakkab o`zaro aloqalarning qanday kechishini belgilovchi muhim omildir.

Qo‘llanilgan metodlar. Biz o’z tadqiqot ishimiz mobaynida Buxoro va Navoiy viloyatlaridagi ayrim mahallalardan tanlab olingan bir nechta oilalarni o’rgandik. Biz oilaviy mojarolar tez-tez kuzatiladigan oilalarning, shuningdek, noto’liq oilalarning farzandlari ruhiyatida kuzatilishi mumkin bo’lgan hissiy-emotsional holatlarni aniqlashga harakat qildik. Biz ulardagi hissiy holat, temperament, kayfiyat, ota-ona bilan sodir bo’ladigan mojarodan keyingi stress, bolaning xususiyatlari, yoshi, jinsi, vaziyatni tushunish, muammolarni hal qilish usuli, oila birligini mustahkamlashdagi harakati kabilar haqida izlanish olib bordik. Ushbu tadqiqotimiz ma'lumot to'plashning bir nechta usullariga asoslangan, shu jumladan, so'rovnomalar, suhbat, guruhlarni muhokama qilish kabi usullar shular jumlasidandir. Ochiq savollar bilan so'rovnomalar oilaviy nizolar mavjud bo’lgan ota-onalar va farzandlarning his-tuyg'ularini o’rganish va stressni yengishga yordam berish maqsadida qo’llanildi. Biz ko’p izlanishlarimiz asosida qo’lga kiritgan natijalarimiz orqali shuni aytishimiz mumkinki, bolalar o'z uyidagi iqlim o'zgarishini sezishadi. bu onaning temperamentidagi o'zgarishlarni o'z ichiga oladi. Ona g'azablansa, bolalar buni bilishadi, agar bolalar onasining tabassum va kulayotganini ko'rishga odatlangan bo'lsa, uning g'azablanishi yoki baqirishini eshitish ularni qo'rqitishi mumkin. Stressli ota-onalar o'z farzandlarini stressga duchor qilishlari mumkin. Ammo agar ular stressni ijobiy yo'llar bilan boshqara olsalar, ular o'z farzandlariga qimmatli saboqlarni o'rgatishadi. Qanday vaziyat yuzaga kelmasin, onaning farzandiga qanday munosabatda bo'lishi muhimdir. Stressli hodisani bolalarning xatti-harakatlaridan ajratish ularga onaning mehr-muhabbati va g'amxo'rligi hozirgi vaqtda o'zgarmasligini ta'minlaydi. Stressni boshqarish ota-ona va bola o'rtasidagi sog'lom munosabatlarni saqlash uchun muhimdir. Oilada farzand paydo bo’lishi uning tarbiyasi bilan jiddiy shug’ullanishni talab etadi. Ammo ba’zi ijtimoiy yoki shaxsiy sabablarga ko’ra, oila buziladi va farzandning istak-xoxishi inobatga olinmay, bola ota-onasidan ajraladi, ya’ni tirik yetim bo’lib qoladi. Farzand uchun ota-ona taqlid etaloni hisoblanadi. Bu etalonda kamchiliklar bo’lsa-da, baribir bolada uning ijobiy jixhatlaridan foydalanish imkoniyati saqlanadi. Otasiz qolish, yakka ona hukmronligi va boshliqligi oiladagi muvozanatning buzilishiga olib keladi. Ajrim sabablari qanday bo’lishidan qat’iy nazar, ona farzandini otaga hurmat ruhida tarbiyalashi lozim. Ba’zan ota yoki ona ajrim sababi bilan emas, o’lim sodir bo’lgani uchun "yo’qolib" qoladilar. Bunda ham ota (ona)ning

bolaga tushuntirish ishlari va tarbiya berishi qiyinlashadi. Bola ruhiyati uchun ajrim ham, o’lim ham og’ir yo’qotishdir. Agar ona bolani urush quroliga aylantirib, otaga qarshilik ruhida tarbiyalashni niyat qilsa, bolaga yanada ko’proq, ruhiy azob bergan bo’ladi. Bu psixologik jarohat ostida otasi timsolida bola o’zini ham ko’radi. Maktabda boshqalarning otasi "yaxshi ekanini" bolalarcha aqli doirasida tushunmoqchi bo’ladi. Ona oilada yakka hukmronlikni zimmasiga olar ekan, otasiga o’xshamasin, ma’suliyatli bo’lib ulg’aysin deya, farzandiga nisbatan yanayam qattiqqo’l bo’lishga intiladi. Bu esa bolaning chorasizlik vaziyatiga tushishiga sabab bo’ladi. Tabiatan otaning qattiqqo’lligi "oddiy holat" deb qabul qilinsa, bola tomonidan onaning qattiqqo’lligi "mehrsizlik" deb qabul qilinadi. Onaning o’ta qattiqqo’lligi zamirida o’z qaroriga ega bo’lmagan, fikr doirasi chegaralangan, o’z maqsadini himoya qila olmaydigan bola ruhiyati paydo bo’ladi. Ushbu omilning ta’sirini batafsil o`rgangan olimlardan biri N. Pezeshkian (1993) bo`lib, u bunday ta’sirchanlikning 3 jihatini alohida ajratadi: turli stresslarga nisbatan munosabat; hissiyotlarga beriluvchanlik va uning oqibatlari – ijtimoiy xatti-harakat me’yorlari; oilaviy munosabatlar.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Tadqiqotimizda 100 respondentlarning barchasi to'liq ishtirok etishdi, shundan 26 nafar ota-onalar va 38 nafar noto’liq oilaning farzandlari. Ushbu tadqiqotda respondentlarning toifalari yosh/jins, ta'lim darajasi, kasb-hunari, nikoh muddati kabi axborotlar umumlashtirildi. Yosh guruhi 5-18 oralig’ida 18 (50%) o'g'il va 18 (50%) qiz, 5-14 yosh guruhida esa 8 (22,3%) o'g'il va 7 (19,4%) qizlar, boshqa guruh 15-18 oralig’ida 10 (27,7%) o'g'il va 11 (30,6%) qiz va edi. Ikkinchidan, 21-35 yoshdagi ota-onalar 14 (53,8%), 36-45 yosh esa 9 (34,6%) va 46 , 60+ 3 (11,5%) yoshni tashkil etdi. Bandlik bo'yicha 16 (61,5%) juftliklar ishsiz va 6 (23,0%) o'z-o'zini ish bilan band bo'lgan va 4 (15,3%) hukumat tomonidan ish bilan ta'minlangan. Ushbu tadqiqot natijalari shuni ko’rsatdiki, ota-onalar va bolalar o’rtasidagi nizolar, muammolar, eng avvalo qayg'u va umidsizlik yoki depressiya (83,9%), tez-tez yig'lash va g'azab (78,5%), shuningdek, deviant xatti-harakatlar (71,4%) va nihoyat, uyqu buzilishi (53,6%)ga olib kelar ekan. Bolalarining bu kabi oilaviy mojarolarda muammolarni yengish strategiyalari orasida uydan uzoqlashishga (60,5%), ota-onaga nisbatan e'tiborsizlikka (52,7%), turli salbiy guruhlarga qo'shilishga va hissiy yordam izlashga (57,8%) va oxirgisi alkogolizm/giyohvandlikka qaramlik (21,0%) va ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishga qaramlikka olib kelishini kuzatish mumkin (44,7%). Ushbu natijalar quyidagi 1-jadvalda o’z aksini topgan:

1-jadval.

Muammolarni yengishda Coping strategiya tiplariga ko’ra respondentlar natijalari

Coping strategiya tiplari	O’g’il bolalar	%	Qiz bolalar	%	Umumiy ko’rsatkich
	n=38				
Uydan uzoqlashish	8	21.0	6	28.9	60,5%
Ota-onaga nisbatan e'tiborsizlik	6	15.7	11	44.7	52,7%
Turli salbiy guruhlarga qo'shilish va hissiy yordam izlash	5	13.1	9	31.5	57,8%
Alkogolizm/giyohvandlikka qaramlik	10	26.2	0	0	21,0%
Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishga qaramlik	17	34.2	12	19.4	44,7%

Bola tajribasining asoslaridan biri undagi ota-ona oilasi ta’sirida shakllanadigan ijtimoiy fe’l-atvordir. Ya’ni, o`zaro ishonch, o`zini-o`zi baholash, Men-kontseptsiyasi ota-onasi, aka-ukalari, opa-singillari ta’sirida bola ongida shakllanadigan xislatlardir. Bola ota-onasining o`zaro muloqotlariga qarab, umri mobaynida kuzatib, bilib-bilmay ularga taqlid qilib, tinchlik – xotirjamlikda, o`zaro hamjihatlikda yashashga o`rgansa, aka-uka, opa-singillariga qarab, jamiyatdagi murakkab o`zaro muomala holatlarida o`zini qanday tutishga o`rganadi, hayotning ma’nosini tushunib boradi, dunyoqarashi, dunyoviy hamda diniy e’tiqodlarining shakllanishi ham ayni shu munosabatlar ta’sirida ro`y beradi.

Xulosa. Oila siyosati – bu davlat organlari, siyosiy partiyalar, jamoat tashkilotlarining shaxs va jamiyat manfaatiga mos keladigan oila deb atalmish er-xotin va ularning ikki va undan ortiq farzandlaridan iborat ijtimoiy tuzilmani har tomonlama qo`llab-quvvatlash va himoya qilishga qaratilgan faoliyatidir. Bu oilaviy turmush tarzini barqarorlashtirish, har bir insonning o`z oilasi va shajarasi bo`lishi istagini ro`yobga chiqarish uchun aholini qo`llabquvvatlash siyosatidir. Uning tom ma’nosi shundaki, davlat va jamiyat to`liq

oilalarning imkon darajasida ko`p bo`lishidan, unda avlodalraro vorislik, shajaralarning bardavomligi, yoshlarning oila va nikohni qadriyat sifatida e’tirof etishidan yurt tinchligi, Vatan taraqqiyoti va xalq farovonligi ta’minlanishiga ishonchini bildiradi.

Adabiyotlar:

1.Karimova V. Oilaviy hayot psixologiyasi: O`quv qo`llanma. – T.: 2006 – 142 b.

2.G’afforov Ya. Oilada huquqiy tarbiya. – T.: “O`zbekiston”, 1991. – 40 b.

3.Davila J. Marriage // Encyclopedia of Stress In 3 vol. / Ed. By G. Fink. Vol. 2. San-Diego: Acad. Press, 2000.

4.Joung Inez M.A. Marital Status and Heaith Probiems // Ibid. Vol. 3.

5.Lauvee Y., Mey-Dan M. Patterns of Change in Marital Reiations Among Parents of Children With Cancer // Heaith and Sc. Work. 2003. Vol. 28, N 4.

6.Rodrigues et al. Listening to Mothers: Qualitative Studies on Motherhood and Depression From Goa India // Soc. Sci. and Med. 2003. vol. 57.

UO’K 159.9

Ro‘ziboyeva A’loxon Arabjon qizi,
Farg‘ona davlat universiteti Amaliy psixologiya yo‘nalishi magistranti

YOLG‘IZLIK HISSINING IFODALANISH XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Yolg‘izlik jamiyatning barcha ijtimoiy tizimlariga xos ko‘p o‘lchovli hodisa bo‘lib, uning nazariy tadqiq etilishi qadimgi ildizlarga borib taqaladi. Yolg‘izlikni tahlil qilishning murakkabligi mazkur hodisaning ikkiyoqlamaliligi bilan belgilanadi. Ya’ni inson mavjudligining qarama-qarshiliklarga to‘la bo‘lgan individual hamda ijtimoiy qobig‘i yolg‘izlik hissining refleksiyasidan kelib chiqadi. Bu borada g‘oyalar, fikr-mulohazalarning rang-barangligi ijtimoiy psixologiya fani negizida mazkur hodisaga oid izlanishlarning keng qamrovli yo‘nalishda olib borilishini talab qiladi. Shu maqsadda talabalarning tasavvurlarida subyektiv yolg‘izlik hissini o‘rganish uchun empirik tadqiqot o‘tkazdik. Mazkur maqolada tadqiqotimiz bo‘yicha olib borilgan ishlarning natijalari tizimli ko‘rinishda tahlil qilib berilgan.*

Kalit so‘zlar: *yolg‘izlik hissi, talabalar guruhi, emotsional komponent, kognitiv komponent, ijtimoiy komponent.*

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЧУВСТВА ОДИНОЧЕСТВА

Аннотация. *Одиночество - это многомерное явление, присущее всем социальным системам общества, и его теоретическое исследование имеет древние корни. Сложность анализа одиночества обусловлена двойственностью данного феномена. То есть, противоречивая индивидуальная и социальная оболочка человеческого существования проистекает из рефлексии чувства одиночества. Многообразие идей и мнений в этой области требует проведения широкомасштабных исследований этого явления на основе социальной психологии. С этой целью мы провели эмпирическое исследование для изучения субъективного чувства одиночества в представлениях студентов. В данной статье систематически проанализированы результаты работы, проведенной в рамках нашего исследования.*

Ключевые слова: *чувство одиночества, студенческая группа, эмоциональный компонент, когнитивный компонент, социальный компонент.*

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF LONELINESS

Abstract. *Loneliness is a multidimensional phenomenon inherent in all social systems of society, and its theoretical study has ancient roots. The complexity of analyzing loneliness is determined by the duality of this phenomenon. That is, the feeling of loneliness stems from the reflection on the contradictory individual and social aspects of human existence. In this regard, the diversity of ideas and opinions necessitates comprehensive research on this phenomenon based on the science of social psychology. For this purpose, we conducted an empirical study to examine the subjective feeling of loneliness in students' perceptions. This article provides a systematic analysis of the results of our research.*

Keywords: *feeling of loneliness, student group, emotional component, cognitive component, social component.*

Kirish. Yangi O‘zbekistonda yoshlar psixologiyasini bugungi kun nuqtayi nazaridan o‘rganish, tadqiq va tahlil qilishga alohida urg‘u berilmoqda. Respublikamiz Prezidenti Sh.Mirziyoyev tomonidan O‘zbekiston yoshlari Forumida so‘zlagan nutqida [7] ruhan va aqlan rivojlangan, mustaqil fikrlaydigan, qat’iy hayotiy nuqtayi nazarga ega yoshlarni tarbiyalash zarur ekanligi ta’kidlab o‘tilgan. Shu jihatdan talabalarning ruhiy va intellektual rivojlanishi uchun to‘sqinlik qiladigan hissiy-emotsional holatlarining o‘rganilishi dolzarb masala ekanligini ko‘rsatib beradi.

Yolg‘izlik masalasi sotsiologiya, falsafa, psixologiya, madaniyatshunoslik, pedagogika, tibbiyot va dinshunoslik kabi fanlarning o‘rganish obyektiga kiradi. Ularning har biri ushbu muammoni o‘z fanining tadqiqot doirasidan kelib chiqqan holda tahlil qiladi va yangidan-yangi mantiqiy qirralar bilan boyitishga urinadi. Shu bilan birga mazkur muammoning nazariy hamda amaliy tomondan ishlab chiqilishi ijtimoiy psixologiya doirasida dolzarblilikni kasb etadi, chunki yolg‘izlik hissi insonlar o‘rtasidagi shaxslararo munosabatlarga bevosita taalluqli hisoblanadi. Shu jihatdan olib qaraganda “yolg‘izlik” tushunchasining mazmun-mohiyatini to‘la ochib berish muhim ekanligini ta’kidlash joiz.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. O‘zbekistonda olimlarning muayyan ilmiy izlanishlari yolg‘izlik masalasiga qaratilgan. Jumladan, V.M.Karimovaning izlanishlarida har qanday yolg‘izlik odamda muvozanatsizlik, hissiyotga beriluvchanlik, hadiksirash, xavotirlanish, o‘ziga ishonchsizlik, tashvish hislarini keltirib chiqarishi kabi masalalari tahlil etilgan [2]. G‘.B.Shoumarov, N.A.Sog‘inov, U.D.Qodirov, B.M.Umarov, G.Q.To‘laganova, T.G.Sulaymonovalarning izlanishlarida [8] yolg‘izlik hissi bo‘yicha asosan bolalik va o‘smirlik davridagi psixik xususiyatlar o‘rganilgan. Ularda asosiy e’tibor deviant xulq-atvor, xarakter aksentuatsiyasi, suitsid, o‘z-o‘ziga baho berish va nazorat qilish muammolarining kelib chiqishida yolg‘izlik hissining ta’siri masalalari muayyan ma’noda yoritilgan. A.B.Sabirova tadqiqotlarida [6] ontogenezning oxirgi bosqichlarida insondagi subyektivlilik va emotsional sohaning o‘ziga xos xususiyatlari yolg‘izlik bilan bog‘lab o‘rganilgan bo‘lsa, N.Z.Rasulova o‘z tadqiqotlarida [5] qayta nikohga kirish motivatsiyasining ijtimoiy va etnopsixologik xususiyatlari ikkinchi darajali nikohga kirish motivi yolg‘izlik hissidan qutulish ekanligini aniqlagan. N.Sh.Mullaboyevaning tadqiqotlari yolg‘izlik muammosi profilaktikasi va korreksiyasiga bag‘ishlangan bo‘lib, u o‘smirlarda o‘z yolg‘izligini anglash; salbiy hissiy kechinma; deprivatsion omilning mavjudligi, begonalashish kabi masalalarni aniqlashtirishga yo‘naltirilgan [4]. M.B.Yuldasheva talabalar guruhida ifodalanadigan yolg‘izlik hissining ijtimoiy-psixologik determinantlarini aniqlashtirishga bag‘ishlangan tadqiqotlarni olib borgan [8].

Yolg‘izlik hissini tadqiq etish Sobiq Ittifoq psixologlarining bir qator ilmiy ishlarida o‘z aksini topgan. Jumladan, G.M.Tixonov “Yolg‘izlik-tanholik” juft tushunchalarini qutbiy mazmunda tahlil qiladi. “Yolg‘izlik” atamasi tahqirlangan, tashlab ketilgan, bir-biridan ajralgan, kommunikativ ojizlikni bildiradi, ya’ni jamiyatdan istisno qilingan sharoitda-subyektiv kechinmalar belgisidir. “Tanholik” atamasini subyektiv his-tuyg‘u sifatida insonning obyektiv tarzdagi o‘zgalardan jismonan uzoqlashishi, deb urg‘u beradi muallif [8].

D.A.Mateyev “Yakkalanish-yolg‘izlik” va “Tanholik-yolg‘izlik” tushunchalarini antinomiyalar, ya’ni to‘g‘ri deb qabul qilingan ikki holat o‘rtasidagi ziddiyat va qarama-qarshilik, deb ataydi. Agar “Yakkalanish” tashqi tomondan namoyon bo‘ladigan majburiyat bo‘lsa, “Yolg‘izlik” ichki subyektiv kechinma. “Tanholik” esa vaqtinchalik yuzaga keladigan kommunikatsiyaning uzilishi va u jamiyatning bir qismi sifatidagi individning muayyan maqsadlarini amalga oshirishdagi muvaffaqiyatini belgilaydi [8].

Yolg‘izlik doimiy muloqotning buzilishi, insonning atrof-muhitdan og‘riqli uzilishi, o‘z olamiga o‘xshamasligini anglashidir. Mazkur tahlil fanga G.I.Kolesnikova tomonidan kiritilgan bo‘lib, u “Yolg‘izlik”ni og‘riqli holat, deb ataydi [3].

Y.N.Zavorotnix yolg‘izlikni turli ijobiy va salbiy hissiyotlar, emotsiyalarni yuzaga keltiradigan subyektiv kechinma, deb ataydi. Muallif yolg‘izlikning aniqlashtiruvchi mezonlarini ko‘rsatib o‘tadi. Tadqiqotchi yolg‘izlik hissining inkor qilinuvchi yolg‘izlikda shaxs yolg‘izlik kechinmasiga e’tibor qilmaydi; qulay yolg‘izlik orqali shaxs o‘z hayotida muvaffaqiyatga erishadi; destruktiv yolg‘izlikda inson yolg‘izlik kechinmasini tiklashga harakat qiladi, deb ta’kidlaydi [8].

N. Y.Pokrovskiy va G.V. Ivanchenkolar “yolg‘izlik” tushunchasiga “o‘ta ekzistensial moddiy tavsifga ega” bo‘lganligi uchun universal ta’rif berish mumkin emas, deb tan oladilar [1].

Yolg‘izlik fenomeni xorijda D. Rassel, K.Rodjers, Dj. Yang, K. Boumen, E.Dyurkgeym, R.Merton, A. Maslou, D. Rismen, A. D. Yelyakov, A. Kamyu, J.Lipovetski, E. Fromm, V. Veys, K.Solano, R. Fridmen, Y.D. Babayeva, S. Grof, E.Klyaynenberg, G.Zilburg, F.Fromm-Reyxman, Garri S. Sallivan, K. Mustakas, B. Miyuskovich, Lititsiya E. Pepla, U. Sadler, S. N. Solovyev, N.A. Berdyayev, YE.N.Trubetskiy, I. A. Ilin, Dj. Flanders, D.Bernshteyn, Ye.Roy kabi olimlar tomonidan talqin etilgan [8]. Ushbu mualliflarning aksariyat asarlarida yolg‘izlik muammosi yoshlarda zarur ijtimoiy ko‘nikmalarning yo‘qligi nuqtayi nazaridan tahlil etilgan.

Natija va muhokama. Biz Farg‘ona davlat universiteti “Pedagogika-psixologiya va san’atshunoslik” fakulteti talabalarida amaliy tadqiqot olib bordik. Tadqiqotda D.Rassel, L.Peplo va M.Fergyusonlar tomonidan ishlab chiqilgan “Yolg‘izlikni subyektiv his qilishni o‘rganish metodikasi” (yolg‘izlikni o‘lchashning modifikatsiyalashtirilgan shkalasi) **qo‘llanildi.** Metodika orqali talabalar yolg‘izlikni qay darajada his qilishlarini aniqlashga harakat qildik. Respondentlardan olingan natijalar matematik va statistik jihatdan ishlab chiqildi hamda jadvallar va diagrammalar ko‘rinishiga keltirildi.

1-jadval.

“Yolg‘izlikni subyektiv his qilishni o‘rganish metodikasi” natijalari

Daraja	**Yuqori**		
Shkala	Emotsional komponent	Kognitiv komponent	Ijtimoiy komponent
Yigitlar	50	37,50	12,50
Qizlar	9,52	71,43	19,05

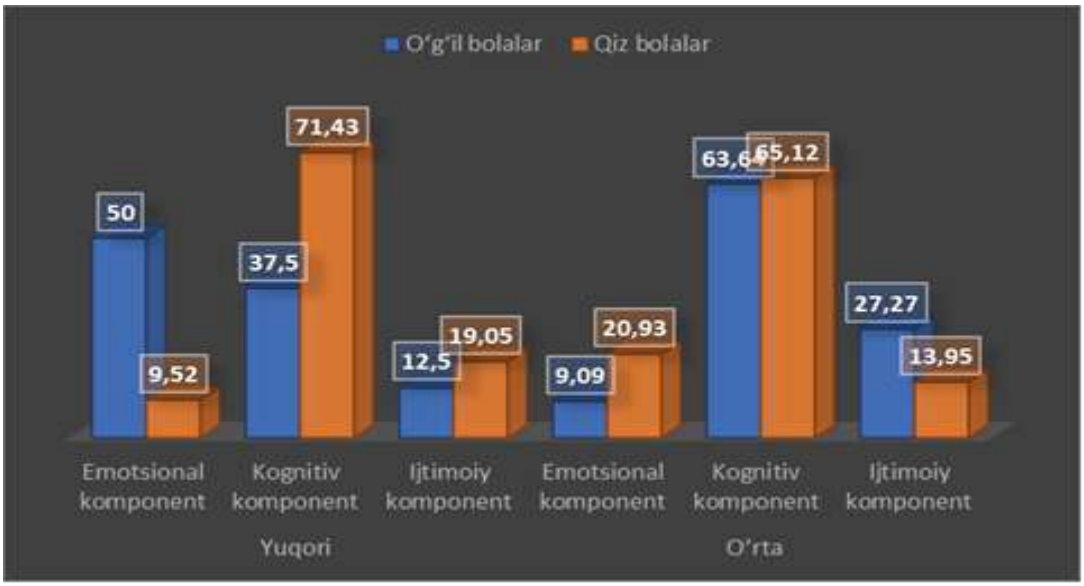
Shahar	37,5	37,5	25
Qishloq	0	92,3	7,7

Olingan natijalarga ko‘ra, yuqori darajadagi emotsional komponentdagi o‘lchamda talaba-yigitlarda o‘rta arifmetik qiymat 50 ni, talaba-qizlarda esa bu ko‘rsatkich 9,52 ga teng ekanligi ko‘rinib turibdi. Har ikkala jins vakillarida o‘rtacha arifmetik qiymat bir-biri bilan katta farq qiladi, bunda talaba-yigitlarda yuqori talaba-qizlarda esa past ko‘rsatkichga ega. Natijada talaba-yigitlar talaba-qizlarga qaraganda o‘zlarini emotsional jihatdan yolg‘iz his qilishlari aniqlandi. Bundan ular ko‘proq kuyunadilar, yolg‘izlik ularga salbiy ta’sir etadi. Shaharlik talabalar emotsional jihatdan ko‘proq yolg‘izlikka moyil bo‘lar ekanlar. Qishloq sharoitida yashaydigan yigit-qizlarda esa emotsional komponent ustuvor emas.

Yuqori darajadagi kognitiv komponent bo‘yicha o‘rta arifmetik qiymat talaba-yigitlarda 37,5 va talaba-qizlarda 71,43 ga teng. Ular talaba-yigitlarga qaraganda o‘zlarini kognitiv jihatdan yolg‘iz his qilishlari aniqlandi, ya’ni ular o‘zlarini ko‘proq yolg‘izliklarini anglaydilar. Shuningdek ushbu ko‘rsatkich hududiy farq nuqtayi nazaridan ham bir xil natijani ko‘rsatdi.

Yuqori darajadagi o‘rta arifmetik qiymat ijtimoiy komponent bo‘yicha talaba-yigitlarda 12,5 ni, talaba-qizlarda 19,05 ni tashkil etdi. Talaba-qizlar o‘zlarini ijtimoiy jihatdan yolg‘iz his qilishlari aniqlandi. Ular guruh a’zosi bo‘lishga, guruh ularni qabul qilishlariga kuchli ehtiyoj sezishadi, bu ularning ijtimoiy yolg‘izliklarida namoyon bo‘ladi. Shaharlik talabalar ijtimoiy jihatdan ko‘proq yolg‘izlikka moyil bo‘lar ekanlar. Qishloq sharoitida yashaydigan yigit-qizlarda esa ijtimoiy komponent ustuvor emas.

Navbatdagi ishimizda natijalarni foiz ko‘rsatkichlarini diagrammada ifodalashga urindik.



1-rasm. “Yolg‘izlikni subyektiv his qilishni o‘rganish metodikasi” natijalarining jinsiy farq bo‘yicha ko‘rsatkichlari

Diagrammadan ko‘rinib turibdiki, yuqori darajadagi emotsional komponent talaba-yigitlarda ustuvor, yuqori darajadagi kognitiv komponent esa talaba-qizlarda ustuvor ekan. O‘rta darajadagi kognitiv komponent ikkala jins vakillarida nisbatan teng ko‘rsatkichga ega.

Tadqiqotimizda jinsiy hamda hududiy farqlarni aniqlashga urindik va quyidagi jadvalda ifodaladik.

2-jadval.

“Yolg‘izlikni subyektiv his qilishni o‘rganish metodikasi” bo‘yicha jinsiy va hududiy farqlarga oid natijalar

Farq	n	O‘rtacha	Dispersiya	t
Yigitlar	20	54,74	43,43	1,99*
Qizlar	64	52,09	27,89	
Shahar	54	52,4	38,9	-0,6
Qishloq	30	53,2	20,97	

Izoh: p<0,05

2-jadvaldan ko‘rishimiz mumkinki, talabalarning yolg‘izlikni subyektiv his qilishlari jinsiy farqqa ega ekan. Ya’ni talaba-yigitlar ichki yolg‘izlikni his qilishlari kuchliroq namoyon bo‘lsa, talaba-qizlarda esa ushbu ko‘rsatkich biroz tashqi yo‘nalishga ega. Yolg‘izlikni his qilishlari talabalarning emotsional, kognitiv va ijtimoiy komponentlarga bog‘liq ravishda yuzaga keladi. Shuningdek, talabalik davrida yolg‘izlikning his qilinishi refleksiyaning shakllanishi, o‘z-o‘zini anglashning yangi bosqichga o‘tishi, o‘z-o‘zini bilish, qabul qilish, tan olinish, muloqot va boshqalardan ajralib turish, o‘z-o‘zini baholash ehtiyojlarining kuchayishi kabi xususiyatlar bilan ham bog‘liq bo‘ladi.

Xulosa. Olib borilgan tadqiqotimiz natijasida quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Yolg‘izlik hissi odamning boshqalar tomonidan tushunilish, ular bilan hissiy yaqinlik va muloqotga bo‘lgan ehtiyoj qondirilmasligi natijasida yuzaga keladigan emotsional kechinmadir. Yolg‘izlik uch tarkibiy qismdan iborat: o‘z yolg‘izligini anglash (kognitiv komponent); salbiy hissiy kechinma (emotsional komponent); deprivatsion omilning mavjudligi, begonalashish (ijtimoiy komponent).

2. Talabalarda yolg‘izlikning o‘rta darajasi aniqlandi. Biroq yolg‘izlik namoyon bo‘lishida o‘ziga xos mikroyosh dinamikasi aniqlanib, talabalar o‘zlarini subyektiv yolg‘iz his qilishlari, bu yoshda refleksiyaning rivojlanishi, o‘z-o‘zini anglashning yangi darajasiga o‘tish, o‘z-o‘zini bilishga, qabul qilishga va tan olinishga bo‘lgan ehtiyojlarning kuchayishi, muloqot va yakkalanish, o‘z-o‘zini baholash bilan bog‘liq.

3. Talabalarda yolg‘izlik hissi namoyon bo‘lishidagi jinsiy tafovutlardan aniqlanishicha, talaba-qizlar va talaba-yigitlarda yolg‘izlik namoyon bo‘lishida farqlar aniqlandi.

Adabiyotlar:

1. Иванченко Г.В. (2008) Универсум одиночества: социологические и психологические очерки // Г.В. Иванченко, Н.Е. Покровский. - М.: Логос. - 424 с.

2. Karimova V.M. (2012) Ijtimoiy psixologiya. Darslik. Toshkent: Fan va texnologiya. - 172 b.

3. Колесникова Г.И. (2015) Феномен одиночества: понятие, классификация, экзистенциальный смысл / Г.И. Колесникова // Фундаментальные исследования. - № 2. - С. 20-21.

4. Mullaboyeva N.Sh. (2019) O‘smirlarda yolg‘izlik hissi shakllanishining psixoprofilaktikasi va psixokorreksiyasi. Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati. 19.00.06 / Mullaboyeva Nargiza Sharopaliyevna. – Toshkent. – 53 b.

5. Rasulova N.Z. (2020) Qayta nikohga kirish motivatsiyasining ijtimoiy va etnopsixologik xususiyatlari 19.00.05 / Rasulova Naima Ziyautdinovna. Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (RhD) dissertatsiyasi avtoreferati. Toshkent. 23 b.

6. Сабирова А.Б. (2009) Особенности субъективности и эмоциональной сферы человека на поздних этапах онтогенеза: Автореф.дис. … канд. психол. наук. - Т., ТГПУ. – 22 с.

7. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoyevning O‘zbekiston yoshlari Forumida so‘zlagan nutqi. 25 dekabr, 2020-yil.

8. Yuldasheva M.B. (2022) Talabalarda yolg‘izlik hissining ijtimoiy-psixologik determinantlari. Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi. 19.00.05 / Yuldasheva Mahliyo Baxtiyorovna. – Toshkent. – 121 b.

Rustamova Manzura Ne’matjanovna,
University of Business and Science Pedagogika va psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi

KEKSALIK DAVRIDA YOLG‘IZLIK HISSINI PSIXOPROFILAKTIKASI VA PSIXOKORREKSIYASI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada inson yolg‘izligini monetizatsiya qilishi, odatda vaqtinchalik holat bo‘lsa-da, surunkali holatga o‘tganda, oqibatlari og‘ir bo‘lishi mumkinligi haqida so’z boradi. Bu holatda bizni osoyishtalik tuyg‘ularimizga ta'sir qilishi, uyquni yomonlashtirishi va tushkunlikka olib kelishi haqidagi dalillar mavjud. Bu tuyg‘u insonni shafqatsiz siklga jalb qilishi mumkinligi, inson o‘zini qanchalik yolg‘iz his qilsa, u jamiyatdan shunchalik uzoqlashishi va bu o‘z navbatida uni yanada yolg‘izlikka jalb qilishi to‘g‘risida yoritib berilgan. Maqola talabalar, pedagoglar, ijtimoiy jarayonlar muammosi bilan shug‘ullanuvchi shaxslarga mo‘ljallangan.*

Kalit so‘zlar: *yolg‘izlik, monetizatsiya, depressiya, qon bosimi, yurak xastaligi, xayol, kechinma, tuyg‘u, tushkunlik, osoyishtalik, uyqusizlik, azob.*

ПСИХОПРОФИЛАКТИКА И ПСИХОКОРРЕКЦИЯ ОДИНОЧЕСТВА В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. *В этой статье рассматривается, как монетизация человеческого одиночества, хотя обычно и является временным состоянием, может иметь серьёзные последствия, когда оно становится хроническим. Существуют доказательства того, что это состояние влияет на наше чувство спокойствия, ухудшает сон и приводит к депрессии. Освещается, что это чувство может вовлечь человека в безжалостный цикл: чем более одиноким чувствует себя человек, тем больше он отдаляется от общества, что, в свою очередь, погружает его в ещё большее одиночество. Статья предназначена для студентов, педагогов и лиц, занимающихся проблемами социальных процессов.*

Ключевые слова: *одиночество, монетизация, депрессия, кровяное давление, болезнь сердца, воображение, переживание, чувство, уныние, спокойствие, бессонница, страдание.*

PSYCHOPROPHYLAXIS AND PSYCHOCORRECTION OF LONELINESS IN OLD AGE

Abstract. *This article discusses how a person's monetization of loneliness, although typically a temporary condition, can have severe consequences when it becomes chronic. There is evidence that in this state, it can affect our sense of tranquility, worsen sleep quality, and lead to depression. It is highlighted that this feeling can draw a person into a vicious cycle: the more lonely a person feels, the more they distance themselves from society, which in turn leads to even greater loneliness. The article is intended for students, educators, and individuals dealing with social process issues.*

Keywords: *loneliness, monetization, depression, blood pressure, heart disease, imagination, experience, feeling, despondency, tranquility, insomnia, suffering.*

Kirish. Inson hayotining qaysidir vaqtida o‘zini yolg‘iz his etadi yoki bir o‘zi yolg‘iz qolishni xohlab qoladi. Yolg‘izlik hissi biror bir obyektga nisbatan kechirilishi ham mumkin yoki dam olish, ijod qilish, ruhiy tetiklashish, stressni bo‘shashtirish kabi holatlarda ham bu hisni inson o‘zi xohlaydi. Lekin shunday yolg‘izlik ham borki, insonni ruhan cho‘ktiradi, energiyasini yo‘qotadi hattoki sog‘ligiga jiddiy zarar yetkazib qo‘yishi ham mumkin bo‘ladi.

Bizningcha, jamiyatda qarish jarayoni individual xarakterga ega bo‘lib, insonlarni bir jarayondan ikkinchi holatga o‘tishi, ya’ni yosh chegarasini oshib borishi, keksa yoshdagi insonni aqliy va hatto jismoniy mehnat faoliyatini saqlab qolgan qariyalarning ijtimoiy faolligi shakllanishiga olib keladi.

Yangi O‘zbekistonda qariyalarning jamiyatdagi roli va ijtimoiy faolligini oshirish, avlodlararo vorisiylikni ta’minlashda keksalarning ijtimoiy mavqeyi va xulq-atvoriga e’tibor berish, ijtimoiy madaniy barqarorlikni ta’minlashga erishishda ehtiyoj oshib bormoqda. Shunday ekan, qarish jarayoni individual-biologik xarakterga ega bo‘lib, qariyalar faoliyatining to‘xtash davri bir ijtimoiy maqomdan ikkinchisiga o‘tish chegarasi sifatida qaraladi. Modomiki, keksa yoshdagi ijtimoiy moslashuv o‘z-o‘zini idrok etishi, hayotning o‘zgaruvchan davriga moslashish (ayniqsa, nafaqaga chiqqandan keyin), yashash yoki yangi ijtimoiy muhitga muvaffaqiyatli moslashish va jamiyatdagi o‘zgarishlarga munosabat bildirish qobiliyatida namoyon bo‘ladi. Keksalik davrida qarish jarayoni bilan izohlanadi. Bu keksalikda inson hayotini yaxshilash

uchun sog‘liqni saqlash, ijtimoiy himoya qilish tizimini takomillashtirish zarur. Shu munosabat bilan, mamlakatimizda “katta va keksa yoshdagi fuqarolarga uzoq muddatli tibbiy yordam ko‘rsatishning zamonaviy modelini yaratish, uyda ijtimoiy va tibbiy xizmat ko‘rsatish hamda boshqa qator chora-tadbirlarni nazarda tutuvchi gerontologik yordam sifati va qulayligini oshirish”ga qaratilgan ustuvor vazifalar belgilab olingan [3].

Adabiyotlar tahlili. Nevrolog jon Kachiopponing fikricha, yolg‘izlikni his qilish qobiliyati odamlarda asta-sekin rivojlanib bordi, shuning uchun biz boshqalar bilan munosabatlarni saqlab qolishni xohlaymiz. Kachioppon buni chanqoqlik bilan taqqoslaydi [4]. Biz chanqaganimizda, suv qidiramiz, turmush qurmaganimizda yaxshi juft qidiramiz, ishsizlikda yaxshi maosh beruvchi kompaniyani qidiramiz demak, ehtiyojarimiz asosida faolligimizni amalga oshiramiz, bu bilan insonlar bilan, jamiyat bilan uzviy bog‘liq bo‘lamiz. Ming yillar davomida insonlar jamoalarda, hamkorlikda va o‘zaro munosabatlarda shakllanib keldi. Shunday qilib, yolg‘izlikni yengish mexanizmi bizni jamiyatdagi aloqalarga undaydi.

V.A.Labunskaya tomonidan muloqotdagi psixologik qiyinchiliklarning tiplari ajratib ko‘rsatilgan bo‘lib, ular «ijtimoiy perseptiv-muloqot sharoiti», «ekspressiv nutqiy-ijtimoiy pertseptiv», «murojaat qilish sharti –muloqot sharoiti», «ijtimoiy pertseptiv – munosabat - murojaat» va boshqalardan iborat [6].

V.A.Labunskayaning ta’kidlashicha, muloqot ishtirokchilarining shaxsga xos xususiyatlari turlicha deformatsiyalanadi. Bunday shaxsga xos xususiyatlarga egotsentrizmni ham kiritish mumkin. O‘z shaxsi, dunyoqarashi fikrlari, maqsad, kechinmalariga bo‘lgan e'tiborning kuchli darajadagi markazlashuvi boshqa subyektga bo‘lgan munosabatda dastlabki bahoni o‘zgartirishga xalaqit beradi [5].

Tadqiqotchi P. P. Lazerev 1928-yilda umr o’tishi bilan ko’ruv apparati markaziy etnologiyasining xiralashuvini aytgan edi. Keyinchalik, 1967-yilda amerikalik psixolog Gregori bu fikrni tajribadan o’tkazdi va inson keksayishi bilan retseptor apparatining optik funktsiyasi zaiflashadi, ko’ruv sezgisi va idrokni xiralashtiradi, dedi. Ko’zning rangni sezishi Yosh ulg’ayishi bilan o’zgarib boradi, hatto, rangni ajratish qobiliyati sezilarli darajada pasayadi. Shuni alohida ta’kidlash kerakki, rang ajratish, spektr nurlarining yoyilishi Ibn Sino tomonidan tushuntirib berilgan [5].

K. Rubinshtayn va F.Sheyverlar yolg’izlikka nisbatan reaksiyani «qayg’uli passivlik» deb atashgan [7]. Yolg’izlikdan qochish emas, balki o‘z yolg’izligini qanday qilib bartaraf etish haqida o‘ylash kerak. Aslida boshqalar bilan munosabatlari yaxshi ekanligi haqida o‘ziga eslatish zarur. Unda ham yaxshi sifatlar (ko‘ngilchanlik, his-tuyg’ularning chuqurligi, hozirjavoblik) kabi xislatlar borligi haqida o‘ylashi, o‘ziga yolg’izlik boqiy emas, hamma ishlar yaxshi bo‘ladi deb aytishi, hayotda erishgan yutuqlari haqida o‘ylashi kerak. Bu yolg’izlik hissi bilan kurashishda juda yaxshi samara berishi muqarrar.

Yirik jahon psixologlari S. Pako, G. Offre, L. Bine, U. Maynot, E. Medavir, A. Komfort, I. V. Davidovskiy, B. G. Ananev, N. V. Nagorniy, E. D. Aleksandrova va boshqalar uzoq umr ko’rish sirlarini ekologik omillar orqali tushuntirishga harakat qiladilar. Aksariyat olimlarning fikricha, ekologik omillar insonning yashash sharoitiga, kamol topishiga, bevosita yoki bilvosita ta’sir qiladigan omillardir. Insonning ijtimoiy muhiti sharoitlari ichiga kasb mehnati, turmush tarzi, madaniyati va ma’naviyati kabilar kiradi.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, agar odam o‘zini yolg‘iz his qilsa, bir yildan keyin depressiya alomatlarini boshdan kechirish xavfi ortadi. Yolg‘izlik sog‘liq muammolariga olib keladi. Yolg‘izlikning sog‘liq uchun zararli ekanligi haqidagi statistikalarda yurak xastaligi va qon tomirlari xavfi deyarli uch baravar ko‘payadi, yolg‘izlarning qon bosimi yuqori umr ko‘rish davomiyligi past bo‘ladi. 1948 yildan beri olib borilgan tadqiqot ma'lumotlaridan foydalangan holda, Londonning Brunel universiteti xodimi Kristina Viktor surunkali yolg‘izlikni boshdan kechirayotgan keksa odamlarning nisbati so‘nggi 70 yil ichida bir xil bo‘lib qolganligini aniqladi [7]. Ko‘pincha insonlar 6 dan 13% gacha yolg‘izlikni his qilishganligi isbotlangan.

Tahlil va natijalar. Dunyoning bir qator ilmiy tadqiqot institutlari va markazlarida insoniyatning keksayishi jahon hamjamiyatini qamrab oluvchi global va ko‘p qirrali muammo sifatida ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda. Jumladan, “2015-yildan 2050-yilgacha 60 yoshdan oshgan dunyo aholisi salmog‘i 12 foizdan 22 foizga qariyb ikki barobar ortadi. 2020-yilga kelib, 60 yosh va undan katta yoshdagilar soni 5 yoshgacha bo‘lgan bolalardan ko‘p bo‘ladi. 2050-yilda qariyalarning 80 foizi past va o‘rta daromadli mamlakatlarda yashaydi. 2030-yilga kelib, dunyoda har 6 kishidan 1 nafari 60 yosh va undan katta yoshdagilar bo‘ladi. Ayni paytda 60 yosh va undan katta yoshdagi aholi ulushi 2020- yildagi 1 milliarddan 1,4 milliardga oshadi. 2050 yilga borib, 60 va undan katta yoshdagi dunyo aholisi ikki barobarga (2,1 milliard) oshadi. 2020 yildan 2050 yilgacha 80 yosh va undan katta yoshdagilar soni uch baravarga ortib, 426 million kishiga etishi kutilmoqda. Aholining qarish sur’ati o‘tmishdagiga qaraganda ancha tez davom etmoqda. Oqibatda esa barcha mamlakatlar o‘zlarining sog‘liqni saqlash va ijtimoiy tizimlarini ushbu

demografik o‘zgarishlardan yuqori darajada foydalanishga tayyor bo‘lishini ta’minlash uchun katta muammolarga duch kelmoqdalar.

Psixologlar keksayish davridagi erkak za ayollarning ruhiy dunyosini o’rganish bo’yicha tadqiqot ishlari olib borganlar. Amerikalik V.Shevchuk mazkur yoshdagi odamlarning ijtimoiy faoliyatda qatnashishi xususiyatini tekshirib, 65 yoshlilarning 24,1 foizi 70 yoshlilarning 17,4 foizi, 75 yoshlarning 7,7 foizi ijtimoiy faoliyatdan voz kechganligini aniqlagan [6]. Oliy maktab muallimlarining ilmiy mahsuldorligi dinamikasini tadqiq qilgan M.D.Aleksandroeva matematika, fizika, biologiya, psixologiya va boshqa sohalarning vakillari o’rtasida keksayishning birinchi bosqichida (61— 66 yoshlarda) bir oz farq mavjud bo’lsada, uning ikkinchi bosqichida (67—72 yoshlarda) o’sha tafovut ham Yo’qolib borishini ta’kidlaydi [3]. Amerikalik psixolog D. Veksler keksayishda aqlni o’lchash uchun 1939-yilda maxsus test ishlab chiqqan va «Katta kishilar aqlini o’lchash va baholash» nomli kitobida test o’tkazish usuliyatini batafsil bayon qilgan [2].

Keksalikning psixologik holati kompleks reabilitatsiya komponenti sifatida psixologik holatni baholash asosida yetarlicha aqliy moslashuvchanlikning shakllantirish o‘zini va boshqalarni tog‘ri tushunish, o‘zgarishlarga moslashishga imkon beradi. Kompensatsiya mexanizmi, birinchi navbatda yo‘qotishlarni qoplash-kuch, sog‘lik, maqom, qo‘llab-quvvatlashlar alohida ahamiyatga ega. G‘arbda “Uyut” gerontologik markazi tomonidan keksalarning psixodiagnostik himoyasini o‘rganish ishlari amalga oshirildi [6]. Keksalarda yolg‘izlik hissini o’rganish maqsadida tajriba-sinov ishlari o‘tkazildi. Tajribada Plutchik-Kellerman-Contening “Hayot tarzi indeksi” so‘rovnomasidan foydalanildi. Tadqiqot natijalari quyidagi 1-jadvalda keltirildi.

1-jadval.

№	Psixologik himoyalar	%
1	Proyeksiya	42.18
2	Rad etish	26.64
3	Ratsionalizatsiya	17.76
4	Ortiqcha kompensatsiya	13.32
5	O‘zgartirish	4.44
6	Repressiya	4.44
7	Regressiya	2.22
8	Kompensatsiya	2.22

O’tkazilgan tadqiqot natijalariga ko’ra, keksalarda proyeksiya 42.18%, rad etish hissi 26.64%, ratsionalizatsiya 17.76%, ortiqcha kompensatsiya 13.32%, o‘zgartirish 4.44%, repressiya 4.44%, regressiya 2.22%, kompensatsiya 2.22% tashkil etgan. Natijaga ko‘ra keksalarning 42,18% proyeksiya yuqori ekanligi aniqlandi. Tajribadan ko’rinib turibdiki, keksalar qabul qilib bo‘lmaydigan his-tuyg‘ularni, istaklarni va hatto shaxsiyatning ba’zi tomonlarini o‘zidan uzoqlashtiradi va boshqa birovga bog‘laydi. Keksalarga proyeksiya – ya’ni o‘zidan kelib chiqadigan narsa uchun atrof-muhitga javobgarlikni yuklash tendensiyasi yuqori ekanligi xos. Keksalar ba’zi ehtiyojlari va his-tuyg‘ularini qabul qila olmasliklariga duch kelganlarida, proyeksiyaga murojaat qilishadi va shuning uchun ularni atrofdagi dunyodagi narsalarga bog‘lashadi.

Xulosalar. Keksalikda proyeksiya ko’pincha o‘zini-o‘zi tanib bo‘lmaydigan salbiy his-tuyg‘ularni yoki xarakter xususiyatlarini boshqalarga berish sifatida namoyon bo'ladi, o‘zini psixologik xususiyatiga (masalan, asabiylashish va norozilik) e’tibor beradi. Biroq sog‘lom proyeksiya kerak: aynan u boshqa odam bilan aloqa o‘rnatish va tushunishga yordam beradi. Boshqa odam nimani his qilayotganini tasavvur qilish faqat uning o‘rnida turish orqali mumkin.

Keksalarda olib borilgan natijalar shuni ko‘rsatadiki, yolg‘iz yashash keksalarning ruhiy salomatligi va farovonligini bashorat qiladi. Bu yolg'izlik va ruhiy tushkunlik, shuningdek, qashshoqlik va jismoniy zaiflik bilan chambarchas bog‘liq. Bu tadqiqotchilar va siyosatchilar tomonidan mavjudligini unutib qo‘ygan bu aholiga tadqiqot va siyosatni ishlab chiqishda asosiy ustuvorlik berilishi kerakligini ko'rsatadi.

Jahon fani to’plagan ma’lumotlarga ko’ra ochiq havoda ortiqcha zo’riqishsiz jismoniy mehnat bilan shug’ullangan odamlarda harakatning tezligi, qad-qomatning tikligi, ma’naviy tetiklik, ruhiy faollik uzoqroq saqlanadi. Mana shu holat jismoniy tarbiya bilan doimiy shug’ullanuvchi kishilarda ham bo’ladi.

«Umrni uzaytirish muammolari» nomli (1952) kitobda dog’istonliklarda uzoq umr ko’rishning asosiy sabablari quyidagicha ekani ta’kidlangan:

1) Respublikaning tog’li qismidagi iqlim sharoiti va jug’rofiy omillar;

2) sutkasiga 3—4 marta iste’mol qilinadigan go’shtli, o’simlik moyli va sutli oziq-ovqatlar, chekishning, ichish va ortiqcha jinsiy aloqaning taqiqlangani;

3) avlodan-avlodga asrlar davomida o’tib kelayotgan madaniy an’analar, o’ziga xos turmush tarzi va uning xususiyatlari;

4) gigiyenaning barcha qonun va qoidalariga rioya qilinishi va butun umr bo’yi jismoniy mehnat bilan shug’ullanish;

5) bir maromda ham passiv, ham aktiv hordiq chiqarish;

6) aholi turmush darajasining moddiy-maishiy jihatdan yaqinlanishi va hokazolar.

S. Pako va uning izdoshlari ta’kidlaganidek, keksayish jarayonida ayrim psixofiziologik va psixologik jarayonlarning barqarorlashuvi inson umrining uzayishiga, unda ijodiy faollik uzluksiz davom etishiga yordam beradi, aqliy mehnat bilan doimo shug’ullanuvchi keksa odamlarda mantiqiy xotira saqlanadi. Shu bilan birga iqtidorli va aqlni peshlash mashqlari bilan shug’ullangan kishilarda ham intellektning yuksak darajasi saqlanib, boshqa bilish funksiyalarining faoliyati bir tekis harakatni vujudga keltiradi.

I.V.Davidovskiy va B.G.Ananevlar ta’kidlaganidek, qarish va uzoq umr ko’rish o’ziga xos xususiyatlarga ega. Binobarin, umrni uzaytirishning juda ko’p omillari bor.

Umuman aytganda, insonning umrini uzaytirish uchun shaxslararo yaxshi munosabat, shirin muomala, samimiy muloqot, oilaviy totuvlik, asab sistemasini asrash, barqaror his-tuyg’u, hamdardlik, psixik faollik, irodaviy tetiklik bo’lishi zarur.

Adabiyotlar:

1. Aleksandrova M.D. Qarishning ijtimoiy jihatlarini mahalliy tadqiqotlar // Qarilik va qarish psixologiyasi: O‘quvchi / Komp. O.V. Krasnova, A.G. Rahbarlar. - M.: Akademiya, 2007. - 416 b.
2. Bodalev A.A., Stolin V.V., Avanesov V.S. Umumiy psixodiagnostika. - Sankt-Peterburg: Nutq, 2006. - 440 p.
3. Rustamova, M. R. (2022). Media Pr and Its Role on the Modern World Stage. // Procedia of Philosophical and Pedagogical Sciences, 1(3), 11-15.
4. Rustamova, M. R. (2022, December). Advertising Texts and Their Genres. In "Online-conferences" platform (pp. 220-222).
5. Rustamova, M. R. (2022). Media Pr and its Role on the modern world stage. // Procedia of Philosophical and Pedagogical Sciences, 1(3), 11-15.
6. Ne’matjanovna, R. M. (2023). Kreativ tafakkurni shakllantirishda sharq mutafakkirlarining qarashlari. // Academic Integrity and Lifelong Learning (France), 137-140.
7. Ne’matjanovna, R. M. (2024). Psychological characteristics of the manifestation of feelings of loneliness at different age periods. // Innovation in the modern education system, 5(46), 327-329.

Saydullayev Yoqub Murodullayevich,
O‘zbekiston Respublikasi IIV Malaka oshirish instituti boshlig‘ining o‘rinbosari, podpolkovnik

ICHKI ISHLAR TIZIMIDAGI VATANPARVAR KADRLAR TAYYORLASHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada ichki ishlar tizimida vatanparvar kadrlarni tayyorlash jarayonining ijtimoiy-psixologik jihatlari tahlil qilinadi. Xususan, huquq-tartibot organlari xodimlarida vatanparvarlik ruhini shakllantirish, kasbiy mahoratni oshirish va shaxsiy fazilatlarni rivojlantirish jarayonlarining ahamiyati ochib beriladi. Tadqiqotda ichki ishlar tizimidagi kadrlarning psixologik tayyorgarligi, ijtimoiy moslashuvi va kasbiy stresslarga bardosh berish qobiliyatini oshirish masalalari ko‘rib chiqiladi. Shuningdek, vatanparvarlik tarbiyasining samaradorligini oshirishga xizmat qiluvchi psixologik va pedagogik usullar tahlil qilinadi. Maqola ichki ishlar tizimidagi kadrlar tayyorlash jarayonida ijtimoiy muhit, motivatsiya va psixologik qo‘llab-quvvatlash omillarining ahamiyatini yoritishga qaratilgan.*

Kalit so‘zlar: *ichki ishlar tizimi, vatanparvarlik, kadrlar tayyorlash, ijtimoiy-psixologik xususiyatlar, huquq-tartibot organlari, psixologik tayyorgarlik, kasbiy mahorat, motivatsiya, ijtimoiy moslashuv, psixologik qo‘llab-quvvatlash.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПОДГОТОВКИ ПАТРИОТИЧЕСКИХ КАДРОВ В СИСТЕМЕ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Аннотация. *В статье анализируются социально-психологические аспекты процесса воспитания патриотически настроенных кадров в системе внутренних дел. В частности, раскрывается значимость процессов формирования духа патриотизма, совершенствования профессионального мастерства, развития личностных качеств у сотрудников правоохранительных органов. В исследовании рассматриваются вопросы повышения психологической готовности, социальной адаптации и стрессоустойчивости личного состава органов внутренних дел. Анализируются также психолого-педагогические методы, способствующие повышению эффективности патриотического воспитания. Цель статьи – подчеркнуть значение факторов социальной среды, мотивации и психологической поддержки в процессе подготовки кадров в системе органов внутренних дел.*

Ключевые слова: *система внутренних дел, патриотизм, подготовка кадров, социально-психологические характеристики, органы внутренних дел, психологическая подготовка, профессиональные навыки, мотивация, социальная адаптация, психологическое сопровождение.*

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF TRAINING PATRIOTIC PERSONNEL IN THE INTERNAL AFFAIRS SYSTEM

Abstract. *This article analyzes the socio-psychological aspects of the process of training patriotic personnel in the internal affairs system. In particular, the importance of the processes of forming a patriotic spirit, improving professional skills and developing personal qualities in law enforcement officers is revealed. The study considers the issues of increasing the psychological preparation, social adaptation and ability to withstand professional stress of personnel in the internal affairs system. Also, psychological and pedagogical methods that serve to increase the effectiveness of patriotic education are analyzed. The article is aimed at highlighting the importance of social environment, motivation and psychological support factors in the process of training personnel in the internal affairs system.*

Keywords: *internal affairs system, patriotism, personnel training, socio-psychological characteristics, law enforcement agencies, psychological preparation, professional skills, motivation, social adaptation, psychological support.*

Kirish. Zamonaviy jamiyatda huquq-tartibot organlari tizimi barqarorlik va xavfsizlikni ta’minlashda muhim rol o‘ynaydi. Ushbu tizimning samarali faoliyat yuritishi ko‘p jihatdan uning tarkibidagi kadrlarning kasbiy tayyorgarligi, psixologik barqarorligi va vatanparvarlik ruhiga bog‘liqdir. Ichki ishlar organlarida xizmat qiluvchi xodimlar nafaqat huquqiy bilimlarga ega bo‘lishi, balki jamiyat oldidagi ma’suliyatini anglab yetgan, axloqiy va psixologik jihatdan yetuk shaxs sifatida shakllanishi zarur.

Mazkur tadqiqot ichki ishlar tizimida vatanparvar kadrlar tayyorlash jarayonining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rganishga qaratilgan. Unda xodimlarda vatanparvarlik hissini shakllantirishning muhim jihatlari, psixologik moslashuv va kasbiy stresslarga bardosh berish qobiliyatini rivojlantirish masalalari tahlil qilinadi. Shu bilan birga, vatanparvarlik tarbiyasining samaradorligini oshirishga xizmat qiluvchi psixologik va pedagogik usullar muhokama qilinadi.

Tadqiqot natijalari ichki ishlar tizimida kadrlar tayyorlash jarayonini takomillashtirish, huquq-tartibot organlarida xizmat qiluvchi shaxslarning motivatsiyasini oshirish va ularning kasbiy faolligini kuchaytirishga yordam berishi kutilmoqda.

Mavzuning o‘rganilgan darajasi. Ichki ishlar tizimida vatanparvar kadrlar tayyorlash masalasi turli ilmiy tadqiqotlarda huquqshunoslik, psixologiya, pedagogika va sotsiologiya nuqtayi nazaridan o‘rganilgan. Xususan, vatanparvarlik tarbiyasining nazariy asoslari, huquq-tartibot organlarida xizmat qiluvchi xodimlarning kasbiy tayyorgarligi hamda ularning ijtimoiy-psixologik moslashuvi bo‘yicha qator ilmiy ishlar mavjud.

Xorijiy tadqiqotlarda huquq-tartibot organlari xodimlarining psixologik barqarorligi, stressga bardoshliligi va kasbiy faoliyatga moslashuvi bo‘yicha ko‘plab ilmiy izlanishlar olib borilgan. Ayniqsa, AQSh, Rossiya va Yevropa mamlakatlarida bu boradagi ilmiy-tadqiqot ishlari ichki ishlar tizimidagi kadrlarning psixologik jihatdan mustahkam bo‘lishini ta’minlash masalalariga alohida e’tibor qaratadi.

O‘zbekistonda ushbu masala bo‘yicha qator ilmiy maqolalar va dissertatsion ishlar yaratilgan bo‘lib, ular ichki ishlar organlarida xizmat qiluvchi xodimlarning vatanparvarlik tarbiyasini shakllantirish, ularning kasbiy kompetensiyalarini oshirish va psixologik barqarorligini mustahkamlash masalalariga bag‘ishlangan. Biroq, ushbu yo‘nalishda olib borilgan tadqiqotlar hali ham to‘liq va mukammal darajada ishlab chiqilmagan bo‘lib, ayniqsa, vatanparvarlik ruhiyatining shakllanishiga ijtimoiy-psixologik omillarning ta’siri chuqur tadqiq etilishi zarur. Shu sababli, ushbu mavzuni yanada kengroq o‘rganish va ichki ishlar tizimidagi kadrlar tayyorlash jarayonini yanada takomillashtirish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Ichki ishlar tizimida vatanparvar kadrlarni tayyorlash jarayonining samaradorligini baholash uchun turli ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar va statistik ma’lumotlar tahlil qilindi. Tadqiqot doirasida ichki ishlar tizimida faoliyat yurituvchi xodimlar, o‘quv muassasalari kursantlari va mutaxassislar o‘rtasida so‘rovnomalar, psixologik testlar hamda kuzatuvlar o‘tkazildi.

Natijalar.

1. So‘rovnoma natijalari:

500 nafar ichki ishlar xodimi va kursantlari o‘rtasida o‘tkazilgan so‘rovnomada quyidagi natijalar aniqlandi:

- **83%** respondentlar vatanparvarlik hissi kasbiy faoliyat uchun muhim omil ekanligini ta’kidladi.
- **68%** respondentlar xizmat davomida psixologik bosim va stressga duch kelganligini bildirdi.
- **74%** xodimlar va kursantlar vatanparvarlik tarbiyasini yanada mustahkamlash uchun qo‘shimcha psixologik tayyorgarlik dasturlarining zarurligini qayd etdi.

2. Psixologik test natijalari:

Ichki ishlar tizimi xodimlari orasida shaxsiy barqarorlik va kasbiy moslashuvni baholash maqsadida psixologik testlar o‘tkazildi.

- **60%** xodimlar yuqori darajada psixologik moslashuvchanlik ko‘rsatkichlariga ega bo‘lsa,
- **25%** o‘rta darajadagi moslashuvchanlikni namoyon qildi,
- **15%** esa xizmat davomida turli muammolar tufayli psixologik qiyinchiliklarga duch kelayotganligini bildirdi.

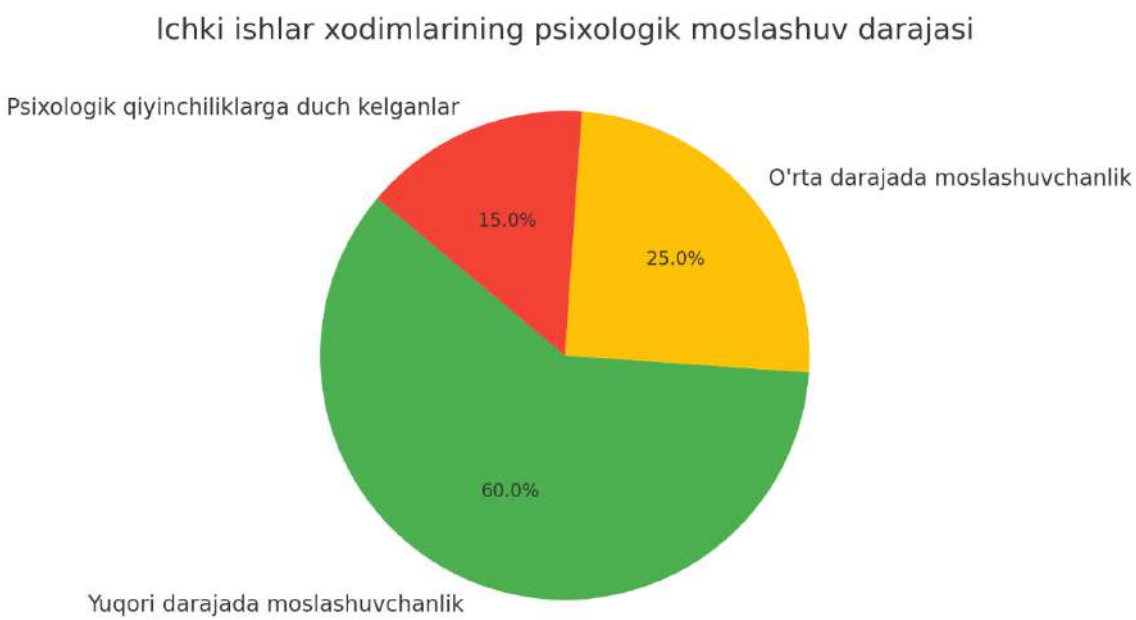
3. Kasbiy stress tahlili:

Xodimlarning stressga chidamliligini baholash natijalariga ko‘ra:

- **40%** xodimlar yuqori darajadagi stress bardoshliligiga ega,
- **35%** o‘rta darajadagi chidamlilikka ega bo‘lib,
- **25%** xodimlar stressga nisbatan zaif bo‘lib chiqdi va ularga maxsus psixologik yordam zarur ekani aniqlandi.

4. Ta’lim va tayyorgarlik samaradorligi:

Ichki ishlar tizimida kadrlar tayyorlovchi ta’lim muassasalarining o‘quv dasturlari tahlil qilinganda, vatanparvarlik tarbiyasiga oid mavzularning umumiy o‘quv dasturlaridagi ulushi 15-20% atrofida ekani qayd etildi. Shuningdek, amaliy mashg‘ulotlarda ushbu mavzularni yanada kengroq qamrab olish zarurligi aniqlangan.



1-rasm.

Yuqoridagi diagramma ichki ishlar tizimi xodimlarining psixologik moslashuv darajasini ko‘rsatadi. Undan ko‘rinib turibdiki, xodimlarning 60% yuqori darajada moslashuvchan bo‘lsa, 25% o‘rta darajada, 15% esa psixologik qiyinchiliklarga duch kelmoqda. Bu natijalar tizimda psixologik tayyorgarlikni yanada kuchaytirish zarurligini ko‘rsatadi.

Tahlil natijalari ichki ishlar tizimida xizmat qiluvchi kadrlar uchun vatanparvarlik tarbiyasini kuchaytirish, stressga chidamlilik va psixologik moslashuvni oshirish bo‘yicha qo‘shimcha dasturlarni ishlab chiqish zarurligini ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, maxsus psixologik treninglar, motivatsion dasturlar va amaliy mashg‘ulotlarni ko‘paytirish muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, o‘quv muassasalarida vatanparvarlik tarbiyasini mustahkamlashga qaratilgan yangi pedagogik va psixologik yondashuvlarni ishlab chiqish lozim.

Muhokama. Ichki ishlar tizimi jamiyat barqarorligi va huquq-tartibotni saqlashda muhim rol o‘ynaydi. Ushbu tizimda xizmat qiluvchi kadrlarning tayyorgarligi, shaxsiy fazilatlari va psixologik barqarorligi ularning samaradorligiga bevosita ta’sir qiladi. Xususan, vatanparvarlik ruhini shakllantirish ichki ishlar organlari xodimlarining kasbiy mas’uliyatini oshirishga xizmat qiladi.

1. Vatanparvar kadrlar tayyorlashning asosiy jihatlari.

Ichki ishlar tizimida vatanparvarlik ruhida kadrlar tayyorlash quyidagi asosiy yo‘nalishlarni o‘z ichiga oladi:

– **Kasbiy tayyorgarlik:** Huquqiy bilimlar, taktik va jismoniy tayyorgarlik, shuningdek, xizmat faoliyatiga oid maxsus mashg‘ulotlar.

– **Vatanparvarlik tarbiyasi:** Milliy g‘urur, davlat suverenitetini himoya qilishga tayyorlik va xizmatga sadoqatni shakllantirish.

– **Psixologik tayyorgarlik:** Stressga bardoshlilik, muammolarni hal qilish qobiliyati va favqulodda vaziyatlarga tayyorgarlik darajasini oshirish.

– **Ijtimoiy moslashuv:** Jamoa bilan ishlash, aholiga xizmat ko‘rsatish qobiliyati va kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish.

2. Vatanparvarlik tarbiyasining ijtimoiy-psixologik omillari.

Vatanparvarlikni shakllantirishga ta’sir etuvchi omillar quyidagilardan iborat:

Ijtimoiy omillar:

– Milliy qadriyatlar va urf-odatlar
– Jamiyatdagi huquqiy madaniyat
– Oilaviy tarbiya va muhit

Psixologik omillar:

– Motivatsiya va shaxsiy e’tiqod
– Stressga chidamlilik va qaror qabul qilish qobiliyati
– Emotsional barqarorlik va yetakchilik qobiliyati

Ta’lim tizimi va tarbiya jarayoni:

– Harbiy-vatanparvarlik tarbiyasi
– Maxsus psixologik treninglar

– Kasbiy etika va huquqiy madaniyat

3. Vatanparvarlik tarbiyasining ta’lim tizimidagi o‘rni

Ichki ishlar tizimida kadrlar tayyorlovchi ta’lim muassasalari quyidagi asosiy yo‘nalishlarga e’tibor qaratadi:

Nazariy bilimlar:

– O‘zbekistonning tarixi va huquqiy asoslari

– Davlat xavfsizligi va milliy manfaatlarni himoya qilish

Amaliy mashg‘ulotlar:

– Huquq-tartibot idoralari bilan hamkorlik

– Xavfli vaziyatlarda qaror qabul qilish va yetakchilik ko‘nikmalarini rivojlantirish

Psixologik treninglar:

– Stressga chidamlilik va inqirozli holatlarda o‘zini tuta bilish

– Jamoaviy ishlash va liderlik qobiliyatlarini shakllantirish

4. Ichki ishlar tizimida psixologik barqarorlik va stressga chidamlilik

Xizmat davomida ichki ishlar organlari xodimlari turli bosimlarga uchraydi. Shu sababli, psixologik barqarorlikni oshirish muhim ahamiyatga ega:

– **Stressga chidamlilikni oshirish:** Maxsus psixologik mashg‘ulotlar orqali stressga bardosh berish qobiliyatini rivojlantirish.

– **Muvaffaqiyatli moslashuv:** Yangi xodimlarni tizimga tezda moslashtirish uchun motivatsion va psixologik treninglar tashkil etish.

– **Jamoa bilan ishlash:** Hamkasblar bilan yaxshi munosabatlar o‘rnatish va jamoaviy muhitni yaxshilash.

Takliflar:

– Psixologik tayyorgarlik dasturlarini kengaytirish.

– Vatanparvarlik tarbiyasini mustahkamlash uchun maxsus kurslarni joriy etish.

– Kasbiy va jismoniy tayyorgarlikni doimiy ravishda yangilab borish.

– Stressni boshqarish va qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantirish bo‘yicha treninglar tashkil etish.

Xulosa. Ichki ishlar tizimida vatanparvarlik ruhidagi kadrlarni tayyorlash ijtimoiy va psixologik jihatdan muhim jarayon hisoblanadi. Ushbu jarayonda motivatsiya, kasbiy tayyorgarlik, stressga bardoshlilik va ijtimoiy moslashuv kabi omillar katta ahamiyat kasb etadi. Shu sababli, ichki ishlar organlarida xizmat qiluvchi xodimlar uchun maxsus ta’lim dasturlarini joriy etish va psixologik barqarorlikni oshirish muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi. – Toshkent: "O‘zbekiston" nashriyoti, 2023.
2. O‘zbekiston Respublikasi Ichki ishlar vazirligi nizomi. – Toshkent: O‘zbekiston Respublikasi IIV nashriyoti, 2022.
3. Xodjiev N.X. Ichki ishlar organlari xodimlarini tayyorlashda psixologik tayyorgarlikning ahamiyati. – Toshkent: Akademnashr, 2021.
4. Hasanov U., Rashidov A. Huquqni muhofaza qilish organlari xodimlarining kasbiy tayyorgarligi. – Toshkent: Adolat, 2020.
5. G‘ulomov U. Milliy xavfsizlik va huquqni muhofaza qilish tizimi. – Toshkent: O‘zbekiston Milliy universiteti nashriyoti, 2019.
6. Bandura A. Social Learning Theory. – New Jersey: Prentice Hall, 1977.
7. Selye H. Stress without Distress. – New York: Harper & Row, 1974.
8. Zimbardo P. The Psychology of Attitude Change and Social Influence. – New York: McGraw-Hill, 1991.
9. Gessen G. Police Psychology: A New Perspective. – London: Routledge, 2018.
10. Rossiya Federatsiyasi Ichki ishlar vazirligi akademik nashrlari. – Moskva: IIV akademiyasi, 2021.
11. AQSh Federal Qidiruv Byurosi (FBI) maxsus tadqiqotlari. – Washington, D.C.: FBI Press, 2020.
12. EuroPol jamoaviy xavfsizlik tadqiqotlari. – Bryussel: European Security Studies, 2019.
13. Psixologiya va huquq jurnali. – Toshkent: O‘zbekiston Milliy universiteti, 2023.
14. Xalqaro harbiy va vatanparvarlik tadqiqotlari jurnali. – London: Global Security Press, 2022

Atoyeva Mehriniso Farhodovna,
Buxoro davlat universiteti dotsenti, pedagogika fanlari falsafa doktori (PhD)

KREDIT-MODUL TIZIMIDA INTEGRATSION METODLARNI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK TAMOYILLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada ta'limda integratsion yondashuvlarning psixologik ta'sirlari muhokama qilinadi. Integratsion ta'limda turli ehtiyojlarga ega o'quvchilarni birlashtirish va ularga moslashtirilgan o'qish jarayonini tashkil etish orqali individual, ijtimoiy va psixologik rivojlanishga erishish mumkinligi ta'kidlangan. Psixologik jihatdan integratsion yondashuv o'quvchilarning shaxsiy ehtiyojlarini, ijtimoiy munosabatlarini va emotsional barqarorligini hisobga olib, ularning o'zini anglashini va ijtimoiy hamjihatlikni shakllantirishga yordam beradi. Maqolada integratsion ta'limning psixologik asoslari, uning ijtimoiy va psixologik foydalari, shuningdek, o'qituvchining rolini aniqlashtirishga alohida e'tibor qaratilgan.*

Kalit so'zlar: *integratsion ta'lim, psixologik ta'sirlar, shaxsiy ehtiyojlar, ijtimoiy hamkorlik, emotsional barqarorlik, o'quvchilarning rivojlanishi, pedagogika, o'qituvchi roli, psixologiya, ta'lim tizimi.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ РАЗВИТИЯ ИНТЕГРАЦИОННЫХ МЕТОДОВ В КРЕДИТНО-МОДУЛЬНОЙ СИСТЕМЕ

Аннотация. *В данной статье рассматриваются психологические аспекты интеграционных подходов в образовании. Подчеркивается, что объединение учеников с различными потребностями и организация образовательного процесса с учетом их индивидуальных особенностей способствует личностному, социальному и психологическому развитию. Психологически интеграционный подход помогает учитывать личные потребности учеников, их социальные отношения и эмоциональную стабильность, способствуя формированию самосознания и социальной гармонии. В статье уделяется внимание психологическим основам интеграционного образования, его социальным и психологическим преимуществам, а также роли учителя в этом процессе.*

Ключевые слова: *интеграционное образование, психологическое воздействие, личные потребности, социальное взаимодействие, эмоциональная стабильность, развитие учащихся, педагогика, роль учителя, психология, образовательная система.*

PSYCHOLOGICAL PRINCIPLES OF DEVELOPING INTEGRATIVE METHODS IN THE CREDIT-MODULAR SYSTEM

Abstract. *This article discusses the psychological aspects of integrative approaches in education. It emphasizes that bringing together students with different needs and organizing the learning process tailored to them contributes to individual, social, and psychological development. From a psychological perspective, integrative approaches help take into account students' personal needs, social relationships, and emotional stability, fostering self-awareness and social harmony. The article focuses on the psychological foundations of integrative education, its social and psychological benefits, and the role of the teacher in this process.*

Keywords: *integrative education, psychological impact, personal needs, social interaction, emotional stability, students' development, pedagogy, teacher's role, psychology, education system.*

Kirish. Kredit-modul tizimi ta'lim sohasida o'quv jarayonini samarali tashkil etish, o'quvchilarni mustaqil fikrlashga va o'z bilimlarini amaliyotda qo'llashga undashga qaratilgan zamonaviy yondashuvlardan biridir. Bu tizimda o'quvchilar uchun moslashuvchan va individual ta'lim usullari qo'llaniladi, bu esa ularning o'qish faoliyatiga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi. Integratsion metodlar ta'limda turli ehtiyojlarga ega bo'lgan o'quvchilarni birlashtirib, ularning shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga qaratilgan. Biroq, integratsion metodlarning samarali ishlashi uchun psixologik asoslarning to'g'ri tashkil etilishi juda muhimdir. Ushbu maqolada kredit-modul tizimida integratsion metodlarni rivojlantirishning psixologik tamoyillari tahlil qilinadi. Bu tamoyillar o'quvchilarni yanada samarali o'qitish, ularning shaxsiy ehtiyojlari va qobiliyatlarini hisobga olish orqali ularning ta'lim jarayonidagi ishtirokini oshirishga yordam beradi. Ta'lim tizimida psixologik jihatlarni inobatga olish, o'quvchilarning o'zini anglashiga, ijtimoiy va emotsional barqarorligiga ta'sir ko'rsatadi, shu orqali umumiy ta'lim sifatini yaxshilashga yordam beradi.

Asosiy qism. Kredit-modul tizimi ta'lim jarayonini samarali tashkil etish uchun rivojlanayotgan va yangilanishga muhtoj tizimlardan biridir. Bu tizimning asosiy maqsadi o'quvchilarga o'z bilimlarini mustaqil ravishda egallash va amaliyotda qo'llash imkoniyatini berishdir. Biroq, bu tizimda integratsion metodlarni

joriy etish va ularni muvaffaqiyatli ishlatish uchun psixologik asoslarning ahamiyati katta. Integratsion metodlar ta'limda turli ehtiyojlarga ega bo'lgan o'quvchilarni birlashtirib, ularning rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga xizmat qiladi.

1. Integratsion metodlar va ularning ta'limdagi roli. Integratsion metodlar, ta'lim jarayonida turli ehtiyojlarga ega o'quvchilarni birlashtirish va ularning individual qobiliyatlarini hisobga olgan holda, o'qish faoliyatini moslashtirish imkonini beradi. Bu metodlar o'quvchilarning shaxsiy xususiyatlari va imkoniyatlarini maksimal darajada rivojlantirishni maqsad qiladi. Integratsion yondashuvlar o'quvchilarning intellektual, ijtimoiy, va emotsional rivojlanishlarini muvozanatli tarzda rivojlantirishga yo'naltirilgan.

Integratsion metodlar orqali o'quvchilarning bilim olish usullari va o'quv jarayoni o'zgacha tarzda tashkil etiladi, bu esa ularga o'z salohiyatlarini to'liq ochish imkonini beradi. Integratsion ta'limda o'quvchilar o'zaro hamkorlikda ishlashni o'rganadilar, bu esa ularning empatiya va o'zaro yordam ko'nikmalarini rivojlantiradi. Shuningdek, integratsion metodlar o'quvchilarga muammolarni birgalikda hal qilish, muloqot qilish va jamoaviy ish olib borish kabi ko'nikmalarni shakllantirishga yordam beradi.

Bundan tashqari, integratsion yondashuvlarning psixologik jihatlari ham alohida ahamiyatga ega. O'quvchilarning ijtimoiy va psixologik ehtiyojlarini inobatga olish, ularning shaxsiy rivojlanishiga to'g'ri ta'sir ko'rsatadi. O'quvchilarni bir-birini tushunishga va qo'llab-quvvatlashga undash, ijtimoiy o'zaro aloqalarni yaxshilash va emotsional barqarorlikni ta'minlash uchun zarur sharoitlar yaratadi. Shu bilan birga, integratsion metodlar o'quvchilarning o'zini anglashini, o'z qadriyatlarini va qobiliyatlarini tan olishlarini ta'minlab, ularning umumiy rivojlanishiga katta hissa qo'shadi.

2. Kredit-modul tizimi va integratsion metodlar. Kredit-modul tizimi ta'lim jarayonini o'quvchilarning individual ehtiyojlari va imkoniyatlariga moslashtirish uchun samarali yondashuvlardan biridir. Ushbu tizimda o'quvchilarga ta'lim jarayonini moslashuvchan va erkin tarzda rejalashtirish imkoniyati beriladi. O'quvchi o'zining o'quv yuklamasini va uni amalga oshirish vaqtini tanlash orqali ta'limni o'ziga moslashtiradi. Bu yondashuv o'quvchilarga o'z vaqtlarini va resurslarini samarali boshqarish imkonini yaratadi, shu bilan birga ta'lim jarayoniga nisbatan javobgarlikni oshiradi.

Kredit-modul tizimi ta'limda o'quvchilarning mustaqil ishlashini va o'zini anglash jarayonini rivojlantiradi. O'quvchilar o'zlariga mos keladigan o'qish usulini tanlab, bilim olish jarayonini yanada samarali va qulay qilish imkoniyatiga ega bo'lishadi. Bunday yondashuv ta'lim jarayonining sifatini oshirish, o'quvchilarning shaxsiy qobiliyatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Integratsion metodlar esa, kredit-modul tizimida o'quvchilarning o'zaro ijtimoiy aloqalarini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Bu metodlar o'quvchilarga bir-biri bilan o'zaro hamkorlikda ishlash, jamoaviy faoliyatni amalga oshirish imkoniyatini yaratadi. Integratsion metodlar ta'lim jarayonida o'quvchilarning o'zaro tushunish, birgalikda ishlash va muammolarni birgalikda hal qilish kabi ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi. Shu bilan birga, bu metodlar o'quvchilarga o'zaro yordam va kooperatsiyani rivojlantirishni, shuningdek, ularning ijtimoiy va emotsional barqarorligini ta'minlashni maqsad qiladi.

Bundan tashqari, integratsion metodlar o'quvchilarga ta'lim jarayonida faollikni oshirishga yordam beradi. O'quvchilar o'zaro munosabatlarda faol ishtirok etish, muammolarni birgalikda hal qilish va o'z bilimlarini boshqalarga yetkazish imkoniyatiga ega bo'lishadi. Bu esa, ularning ta'lim jarayonidagi ishtirokini faollashtiradi va umumiy ta'lim sifatini yaxshilaydi. Kredit-modul tizimi va integratsion metodlar o'quvchilarning ta'lim jarayoniga bo'lgan munosabatini yanada ijobiy qiladi va ularning umumiy rivojlanishiga xizmat qiladi.

3. Psixologik asoslar va ularning ahamiyati. Integratsion metodlarning samarali ishlashi uchun psixologik asoslarning to'g'ri tashkil etilishi juda muhimdir. Psixologik tamoyillarni hisobga olish o'quvchilarning individual ehtiyojlarini, shaxsiy xususiyatlarini va emotsional holatini chuqur tushunishga yordam beradi. O'quvchilarning psixologik holatlari, ularning o'qish jarayonidagi faolligi va muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ta'lim jarayonini psixologik asoslarda tashkil etish, o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga, ularning psixologik holatini barqarorlashtirishga va muvaffaqiyatga erishishlariga yordam beradi.

Har bir o'quvchi turli xil psixologik holatda bo'lishi mumkin. Ba'zi o'quvchilar ko'proq mustaqil ishlashni afzal ko'radi, boshqalari esa ko'proq jamoaviy faoliyatni talab qiladi. Integratsion metodlar o'quvchilarni o'z ehtiyojlariga qarab guruhlash va o'quv jarayonini shaxsiy xususiyatlariga moslashtirish imkonini beradi. Masalan, ba'zi o'quvchilar uchun mustaqil ishlashni qo'llab-quvvatlash zarur bo'lsa, boshqalari uchun jamoaviy hamkorlikda ishlashning foydasi kattadir.

Psixologik tamoyillarni inobatga olish, o'quvchilarning o'zlarini erkin his qilishlariga va o'z salohiyatlarini maksimal darajada rivojlantirishlariga imkon beradi. Agar o'quvchilar o'zlariga qulay va ular

uchun mos sharoitlarda o'qisa, ularning motivatsiyasi oshadi va ta'lim jarayonida muvaffaqiyatga erishish ehtimoli ortadi. Bu, ayniqsa, integratsion yondashuvda juda muhimdir, chunki o'quvchilar o'rtasida ijtimoiy va psixologik aloqalarni rivojlantirishga katta e'tibor beriladi.

Shuningdek, psixologik jihatdan qulay sharoitlar yaratish, o'quvchilarning o'zaro hurmat va ishonchni rivojlantiradi, shuningdek, emotsional barqarorlikni ta'minlaydi. Ta'lim jarayonining psixologik asoslarini hisobga olish, o'quvchilarning o'zaro munosabatlarini yaxshilashga, ular o'rtasidagi hamkorlikni kuchaytirishga va ta'limdagi muvaffaqiyatni oshirishga xizmat qiladi. Bu yondashuv o'quvchilarning ijtimoiy va psixologik rivojlanishini qo'llab-quvvatlab, ularning kelajakdagi muvaffaqiyatlariga zamin yaratadi.

4. Emotsional va ijtimoiy barqarorlik. Integratsion metodlarning psixologik asoslaridan biri shundaki, ular o'quvchilarda ijtimoiy va emotsional barqarorlikni rivojlantirishga yordam beradi. O'quvchilarning ijtimoiy aloqalari va jamoaviy ishlash qobiliyati ta'lim jarayonida muhim o'rin tutadi. Integratsion metodlar o'quvchilarga bir-biri bilan ishlash, muammolarni hal qilish va o'z fikrlarini boshqalar bilan muhokama qilish ko'nikmalarini o'rgatadi. Bu jarayonlar orqali o'quvchilar o'zaro muloqot qilishni, konstruktiv munosabatlar o'rnatishni va samarali jamoaviy ishni tashkil etishni o'rganadilar.

Emotsional barqarorlik, o'quvchilarning o'z fikrlarini boshqalar bilan tushunish, hurmat qilish va muhokama qilish qobiliyatiga asoslanadi. Integratsion metodlar yordamida o'quvchilar o'zaro empatiya, o'zaro yordam va qo'llab-quvvatlashni o'rganadilar, bu esa ularning emotsional barqarorligini mustahkamlaydi. O'quvchilarning o'zlarini qulay his qilishlari va bir-birini tushunishlari, ta'lim jarayonining samarali o'tishiga yordam beradi. Bu, shuningdek, ularning o'qishga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi va ijtimoiy barqarorlikni ta'minlaydi.

Bundan tashqari, integratsion metodlar o'quvchilarning o'zaro munosabatlarini yanada mustahkamlashga xizmat qiladi. O'quvchilar o'rtasidagi ijtimoiy aloqalar rivojlanadi, ular birgalikda ishlash, muammolarni hal qilish va qarorlar qabul qilish jarayonlarida faol ishtirok etadilar. Bu, o'z navbatida, ularning o'zaro tushunish va hurmat qilish ko'nikmalarini oshiradi. Emotsional va ijtimoiy barqarorlikni ta'minlash, o'quvchilarning umumiy rivojlanishiga va kelajakdagi muvaffaqiyatlariga zamin yaratadi. Integratsion metodlar nafaqat bilim olish, balki o'quvchilarning ijtimoiy va emotsional rivojlanishini ham qo'llab-quvvatlaydi.

5. Ta'lim jarayonida motivatsiyani oshirish. Kredit-modul tizimi va integratsion metodlar o'quvchilarda motivatsiyani oshirishda muhim rol o'ynaydi. Ushbu tizim va yondashuvlar o'quvchilarga ta'limni o'ziga moslashtirish imkonini yaratadi, bu esa ularning o'zlarini yaxshiroq anglashiga, o'z qobiliyatlarini ro'yobga chiqarishlariga va o'quv jarayoniga bo'lgan ishtiyoqini oshirishga yordam beradi. O'quvchilar o'zlarining o'quv yuklamalarini va o'quv faoliyatini tanlash orqali mustaqil ravishda bilim olishga undaydilar. Bu esa ularga o'z ta'lim jarayonlarini boshqarish, shaxsiy motivatsiyalarini rivojlantirish va muvaffaqiyatga erishishda qo'shimcha imkoniyatlar yaratadi.

Integratsion metodlar esa, o'quvchilarning ijtimoiy va psixologik ehtiyojlarini hisobga olish orqali ularning ta'lim jarayonidagi ishtirokini oshiradi. O'quvchilar o'rtasida jamoaviy ishlash va birgalikdagi muammolarni hal qilish orqali ularning motivatsiyasi yanada kuchayadi. Bunday faoliyatlar o'quvchilarga o'z bilimlarini boshqalarga yetkazish, birgalikda ishlash va o'zaro yordam ko'rsatish kabi ko'nikmalarni rivojlantiradi. Bu jarayonlar nafaqat bilim olishni, balki o'quvchilarning ijtimoiy va emotsional rivojlanishini ham qo'llab-quvvatlaydi.

Motivatsiya oshishi o'quvchilarning ta'lim jarayonida muvaffaqiyatga erishishiga yordam beradi. Integratsion metodlar orqali o'quvchilar o'zaro hurmat va ishonchni rivojlantiradi, birgalikda ishlashda samaradorlikni oshiradi. Bu esa, o'z navbatida, ularning o'qishdagi faolligini va muvaffaqiyatga erishish ehtimolini sezilarli darajada kuchaytiradi. Ta'lim jarayonida motivatsiyaning oshishi, o'quvchilarning o'z maqsadlariga erishishiga va umumiy rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

Asosiy Nuqtalar	Ta'rif
O'qituvchining roli	Integratsion metodlarni muvaffaqiyatli joriy etishda o'qituvchining roli juda muhim. O'qituvchi o'quvchilarning individual ehtiyojlarini tushunishi va ta'lim jarayonini moslashtirishi kerak.
O'quvchilarning individual ehtiyojlarini tushunish	O'qituvchi o'quvchilarning psixologik holatini hisobga olib, ta'limni shaxsiylashtirishi va har bir o'quvchining ehtiyojlariga moslashtirishi lozim.
Motivatsiya berish	O'qituvchi o'quvchilarga motivatsiya berishda faol ishtirok etishi kerak. Bu ularning ta'lim jarayoniga bo'lgan qiziqishini va ishtiyoqini oshiradi.
Ijtimoiy aloqalarni	O'qituvchi, o'quvchilarning o'zaro ijtimoiy aloqalarini rivojlantirishga yordam

Asosiy Nuqtalar	Ta'rif
rivojlantirish	beradi, bu esa jamoaviy ishlash va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini oshiradi.
Emotsional barqarorlikni ta'minlash	O'qituvchining psixologik yondashuvi o'quvchilarning emotsional holatini saqlashga va barqarorlashtirishga yordam beradi, bu esa ta'lim jarayonida muvaffaqiyatga erishishga imkon yaratadi.
O'qituvchining psixologik yondashuvining ta'siri	O'qituvchining psixologik yondashuvi o'quvchilarning muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir qiladi, chunki o'qituvchi o'quvchilarga o'z shaxsiy va akademik rivojlanishlarini qo'llab-quvvatlashda yordam beradi.

Kredit-modul tizimi va integratsion metodlarning ta'lim jarayonidagi roli, ularning psixologik asoslari, shaxsiy ehtiyojlarni hisobga olish, emotsional va ijtimoiy barqarorlikni ta'minlash kabi jihatlar ta'limning samarali bo'lishi uchun zarurdir. Psixologik yondashuvlar o'quvchilarni motivatsiyalash, ularning o'quv jarayoniga bo'lgan ishtiyoqini oshirish va muvaffaqiyatga erishishda muhim omillardan biridir. Integratsion metodlar, o'quvchilarni shaxsiy ehtiyojlari va qobiliyatlarini inobatga olgan holda, ularning rivojlanishini qo'llab-quvvatlaydi va umumiy ta'lim sifatini yaxshilashga yordam beradi.

Xulosa. Kredit-modul tizimi ta'lim jarayonini samarali tashkil etish va o'quvchilarni individual ehtiyojlariga moslashtirish uchun yangi imkoniyatlar yaratadi. Integratsion metodlar bu tizimda o'quvchilarning turli qobiliyatlari va ehtiyojlarini hisobga olgan holda, ta'lim jarayonini yanada samarali va sifatli qilishga yordam beradi. Psixologik tamoyillarni inobatga olish, o'quvchilarning shaxsiy, ijtimoiy va emotsional rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga imkon yaratadi. Shuningdek, bu yondashuvlar o'quvchilarning motivatsiyasini oshirib, ular o'rtasidagi o'zaro hamkorlik va o'zaro hurmatni rivojlantiradi.

Talabalarning roli integratsion metodlarni muvaffaqiyatli amalga oshirishda muhim ahamiyatga ega. O'qituvchi o'quvchilarni nafaqat bilim bilan ta'minlash, balki ularning psixologik holatini tushunib, shaxsiy va ijtimoiy ehtiyojlarini hisobga olib, ta'lim jarayonini moslashtirishda faol ishtirok etishi lozim. Shu tarzda, kredit-modul tizimida integratsion metodlar va psixologik yondashuvlar ta'lim sifatini oshirish, o'quvchilarning umumiy rivojlanishini ta'minlash va ularning muvaffaqiyatga erishishlariga yordam beradi.

Umuman olganda, ta'lim tizimida psixologik asoslarni hisobga olish va integratsion metodlarni rivojlantirish orqali o'quvchilarni yanada samarali ta'lim olishga, ularning ijtimoiy va emotsional barqarorligini ta'minlashga, shuningdek, ta'lim sifatini umumiy ravishda yaxshilashga erishish mumkin. Bu yondashuvlar o'quvchilarning ta'lim jarayonidagi ishtirokini yanada faollashtiradi va ularning kelajakdagi muvaffaqiyatlariga katta ta'sir ko'rsatadi.

Adabiyotlar:

1. Barrett R. (2006). *Inkljuzivnoe obrazovanie: teoriya i praktika*. Moskva: Izdательство «Prosveshchenie».Bu kitob integratsion ta'limning nazariy va amaliy asoslarini bayon etgan, shuningdek, uning pedagogik va psixologik ta'sirlarini mufassal yorigan.

2. Shafranskaya I.V. (2014). *Psikhologiya inkljuzivnogo obrazovaniya*. Sankt-Peterburg: Rech'. Integratsion ta'limning psixologik jihatlari va o'quvchilarning ijtimoiy va emotsional rivojlanishini tadqiq etuvchi amaliy tadqiqotlar.

3. Tuktamishev T.M. (2012). *Psikhologicheskie aspekty inkljuzivnogo obrazovaniya*. Toshkent: Maorif. Integratsion ta'limdagi psixologik yo'nalishlar va psixoemotsional barqarorlikni ta'minlashga oid tadqiqotlar.

4. Yudin E.P. (2011). *Sotsial'naya psikhologiya v obrazovanii*. Moskva: Izdательство «Yurayt». Integratsion ta'limning ijtimoiy va psixologik jihatlarini, o'quvchilarning ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirish va ular orasidagi hamkorlikni tahlil qiladi.

5. Benashvili I.D. (2008). *Psikhologiya shkol'nogo obrazovaniya*. Sankt-Peterburg: Piter. Maktabda ta'limning psixologik asoslari va o'quvchilarning individual ehtiyojlariga asoslangan pedagogik metodlar haqida.

6. Kruglova N.A., Ivanova S.M. (2010). *Inkljuzivnoe obrazovanie: teoriya i praktika. Problemy i perspektivy*. Moskva: Izdательство «KNRUS». Integratsion ta'limning nazariy asoslari va uning o'quvchilarning psixoemotsional rivojlanishidagi o'rni.

7. Mukhammedov, M. (2016). *Shakhsiyatning psixologik rivojlanishi: nazariy va amaliy asoslar*. Toshkent: Adabiyotlar. O'quvchilarning shaxsiy rivojlanishida psixologik yo'nalishlarning ahamiyatini o'rganishga qaratilgan.

8. Zhou Y. & Brown D. (2015). *Educational psychology: A contemporary approach*. Routledge. Integrative approaches to educational psychology, focusing on inclusive education practices and their psychological implications.

Axadov Yo’ldosh Hamzayevich,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

O‘SMIRLARNING IRODAVIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHDA ICHKI VA TASHQI MOTIVATSIYANING AHAMIYATI

Annotatsiya. *Ushbu maqola o‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirish jarayonlarini tahlil qiladi. O‘smirlik davri — o‘zini anglash va shaxsiy rivojlanishning muhim bosqichi bo‘lib, bu davrda o‘smirlar o‘zaro munosabatlar, o‘qish, sport va boshqa faoliyatlarda o‘zlarini qanday boshqarishni o‘rganadilar. Maqolada o‘zini-o‘zi nazorat qilishning psixologik asoslari, uning o‘smirlarning hayotidagi roli va ichki motivatsiyaning shakllanishi haqida so‘z yuritiladi.*

Kalit so’zlar: *O‘zini-o‘zi nazorat qilish, ichki motivatsiya, o‘smirlar, psixologik rivojlanish, o‘zini anglash, ijtimoiy munosabatlar, motivatsiya omillari, psixologik yordam, oila ta’siri, shaxsiy rivojlanish.*

ЗНАЧЕНИЕ ВНУТРЕННЕЙ И ВНЕШНЕЙ МОТИВАЦИИ В РАЗВИТИИ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. *Данная статья анализирует процессы саморегуляции и развития внутренней мотивации у подростков. Период подросткового возраста является важным этапом самосознания и личностного роста, в течение которого подростки учатся управлять собой в различных аспектах жизни, таких как отношения, учеба, спорт и другие виды деятельности. В статье рассматриваются психологические основы саморегуляции, ее роль в жизни подростков и формирование внутренней мотивации.*

Ключевые слова: *Саморегуляция, внутренняя мотивация, подростки, психологическое развитие, самосознание, социальные отношения, мотивационные факторы, психологическая помощь, влияние семьи, личностное развитие.*

THE IMPORTANCE OF INTERNAL AND EXTERNAL MOTIVATION IN DEVELOPING THE VOLITIONAL QUALITIES OF ADOLESCENTS

Abstract. *This article analyzes the processes of self-regulation and the development of intrinsic motivation in adolescents. The adolescent period is a crucial stage of self-awareness and personal growth, during which teenagers learn to manage themselves in various aspects such as relationships, studies, sports, and other activities. The article discusses the psychological foundations of self-regulation, its role in adolescents' lives, and the formation of intrinsic motivation.*

Key words: *Self-regulation, intrinsic motivation, adolescents, psychological development, self-awareness, social relationships, motivational factors, psychological support, family influence, personal development.*

Kirish. O‘smirlik davri – shaxsiy rivojlanish va o‘zini anglash jarayonining murakkab bosqichidir. Bu davrda o‘smirlar o‘z hayotini boshqarish, qarorlar qabul qilish va hissiy holatlarini nazorat qilishni o‘rganadilar. O‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiya o‘smirlarning muvaffaqiyatli ijtimoiy, akademik va hissiy rivojlanishida muhim omil hisoblanadi. O‘zini-o‘zi nazorat qilish, o‘smirning o‘z his-tuyg‘ularini boshqarish, stressga qarshi turish va maqsadlariga erishish yo‘lidagi harakatlarini rejalashtirishga imkon beradi. Ichki motivatsiya esa, o‘smirlarni tashqi rag‘batlardan mustaqil ravishda maqsadlarga intilish va shaxsiy qiziqishlarni rivojlantirishga undaydi.

Ushbu maqolada o‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirishning psixologik asoslari va ularga ta’sir qiluvchi ijtimoiy, oilaviy va shaxsiy omillar tahlil qilinadi. Shuningdek, o‘smirlarni o‘zini-o‘zi nazorat qilish va motivatsiya jarayonlarini rivojlantirishning amaliy yo‘llari va bu borada psixologik yordamning roli ko‘rib chiqiladi. O‘smirlarning ichki motivatsiyasini shakllantirishda, shuningdek, ularga qanday qilib to‘g‘ri yo‘l-yo‘riq ko‘rsatish va psixologik yordam berish mumkinligi haqida muhokama qilinadi.

O‘smirlik davri – shaxsiy rivojlanish, psixologik o‘zgarishlar va ijtimoiy moslashuvning yangi bosqichidir. Bu davrda o‘smirlar ko‘plab yangi tajribalar bilan yuzma-yuz kelib, o‘zlarining his-tuyg‘ularini, fikrlarini va xulq-atvorini boshqarishga harakat qilishadi. O‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiya, o‘smirlarning o‘zini anglash va jamiyatga moslashish jarayonida asosiy rol o‘ynaydi.

O‘zini-o‘zi nazorat qilish – bu shaxsning o‘z fikrlarini, his-tuyg‘ularini va xulq-atvorini boshqarish qobiliyatidir. O‘smirlar bu ko‘nikmani rivojlantirgan sari, ular stressga qarshi turish, hissiy barqarorlikni saqlash va kundalik hayotdagi qiyinchiliklarni engib o‘tish imkoniyatiga ega bo‘ladilar. O‘zini-o‘zi nazorat qilish, o‘smirlarga to‘g‘ri qarorlar qabul qilish, o‘z maqsadlariga erishish va boshqalarga nisbatan mas'uliyatli bo‘lish imkonini beradi.

Ichki motivatsiya – bu shaxsning ichki qiziqish va ehtiyojlaridan kelib chiqqan holda, tashqi rag‘batlardan mustaqil ravishda harakat qilish xohishidir. O‘smirlar ichki motivatsiyani rivojlantirganlarida, ular o‘zlariga jismoniy va hissiy jihatdan foydali bo‘lgan faoliyatlarga qiziqish ko‘rsatadilar. Ichki motivatsiya shaxsning o‘zini rivojlantirishga, yangi ko‘nikmalarni o‘rganishga, muvaffaqiyatga erishishga bo‘lgan ichki ehtiyojidan kelib chiqadi. O‘smirlar uchun bu motivatsiya ularga o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshiradi va yangi imkoniyatlar yaratadi.

Oila va ijtimoiy muhit o‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirishda katta ahamiyatga ega. Oila a'zolarining o‘smirga qo‘ygan talablar, rag‘batlar va qo‘llab-quvvatlash, ularning motivatsiyasi va o‘zini nazorat qilish qobiliyatini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Shuningdek, maktab va o‘qituvchilar tomonidan berilgan ilmiy rag‘batlar, jamoaviy faoliyatlarda ishtirok etish ham o‘smirlarning ichki motivatsiyasini kuchaytiradi.

O‘smirlik davrida o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirish, shuningdek, o‘smirlar uchun ijtimoiy va hissiy barqarorlikni ta'minlaydi. O‘smirlarning muvaffaqiyatga erishishlari, ijtimoiy muhitda o‘zlarini topishlari va psixologik barqarorlikni saqlashlari uchun bu ko‘nikmalarni rivojlantirish juda muhimdir. Ularni rivojlantirishda oilaviy va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, psixologik yordam va individual yondashuvlarning ahamiyati katta.

Maqolada o‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirishning psixologik va ijtimoiy omillari tahlil qilinadi, shuningdek, o‘smirlarni rivojlantirishga oid amaliy tavsiyalar beriladi. Bu jarayonni o‘rganish, nafaqat o‘smirlarning muvaffaqiyatli rivojlanishiga yordam beradi, balki ularni jamiyatda faol va mas'uliyatli fuqarolar bo‘lishga tayyorlaydi.

Adabiyotlar tahlili. O‘smirlar psixologiyasiga oid tadqiqotlar o‘smirlik davrining o‘ziga xos xususiyatlarini va rivojlanish jarayonlarida yuzaga keladigan psixologik omillarni o‘rganishga qaratilgan. O‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiya masalalari bo‘yicha ko‘plab psixologik tadqiqotlar mavjud. Ushbu tahlil, o‘smirlar o‘rtasida o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani shakllantirishga oid mavjud adabiyotlar asosida amalga oshiriladi.

O‘zini-o‘zi nazorat qilish (self-regulation): O‘zini-o‘zi nazorat qilish psixologik tadqiqotlarda muhim o‘rin tutadi. Baxtiyorov (2014) tomonidan olib borilgan tadqiqotda o‘zini-o‘zi nazorat qilishning o‘ziga xos jihatlari va uning o‘smirlarning ijtimoiy va akademik muvaffaqiyatiga ta’siri tahlil qilingan. Tadqiqotda o‘zini-o‘zi nazorat qilish qobiliyatining rivojlanishi o‘smirlarning o‘qish natijalarini, shuningdek, hissiy barqarorligini ta’minlashda muhim omil ekanligi ta’kidlangan.

Bundan tashqari, Bandura (1986) tomonidan ishlab chiqilgan o‘zini-o‘zi nazorat qilish nazariyasi, o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilish, maqsadga erishish va motivatsiyani boshqarish kabi jarayonlarni o‘rganishga yordam beradi. Bandura o‘zining ijtimoiy o‘rganish nazariyasida shaxsning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshirish va o‘z xatti-harakatlarini boshqarishga ta’sir ko‘rsatish usullarini ko‘rsatadi. O‘smirlik davrida bu qobiliyatlarning shakllanishi shaxsning muvaffaqiyatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Ichki motivatsiya: Deci va Ryan (1985) tomonidan ishlab chiqilgan o‘z-o‘zini motivatsiya nazariyasiga ko‘ra, ichki motivatsiya – bu faoliyatni faqat ichki qiziqish yoki ehtiyojlarga asoslanib amalga oshirishdir. Ularning tadqiqotlari o‘smirlar orasida ichki motivatsiyaning shakllanishi va uning ijtimoiy, hissiy va akademik rivojlanishga ta’sirini o‘rganadi. Deci va Ryan (2000) o‘zining o‘z-o‘zini motivatsiya nazariyasini yanada rivojlantirib, insonning ichki motivatsiyasi nafaqat o‘zining ehtiyojlariga, balki ijtimoiy muhitga bog‘liqligini ko‘rsatgan.

O‘smirlik davrida ichki motivatsiyaning rivojlanishi o‘smirning shaxsiy maqsadlarini aniqlash va ularga erishish yo‘lida faoliyatlarni boshqarish qobiliyatini kuchaytiradi. O‘smirlar o‘rtasida ichki motivatsiyani rivojlantirish, ularning mustaqil ravishda qarorlar qabul qilish va o‘zlariga mos keladigan maqsadlarni belgilashlariga yordam beradi.

Oila va ijtimoiy omillar: Oila va jamiyat o‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyasini rivojlantirishda muhim rol o‘ynaydi. Markey va Friedman (2002) o‘z tadqiqotlarida oila muhitining o‘smirlarning shaxsiy rivojlanishiga qanday ta’sir qilishi haqida so‘z yuritadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlar o‘rtasida ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va oilaviy muhitning ahamiyati ularning ichki motivatsiyasini shakllantirishda katta rol o‘ynaydi.

Shuningdek, o‘smirlarning ijtimoiy rivojlanishida maktab va do‘stlar muhitining ta’siri ham e'tiborga olinadi. O‘smirlar o‘rtasida ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, ularga to‘g‘ri yondashuv va psixologik yordam ko‘rsatish orqali o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirish mumkin. Kohn va Harter (2000) o‘z tadqiqotlarida o‘smirlarning o‘zini o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyasi oilaning qo‘llab-quvvatlashiga bog‘liq ekanligini ta’kidlaydilar.

Amaliy yondashuvlar va psixologik yordam: O‘smirlar uchun o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirish bo‘yicha turli psixologik yondashuvlar mavjud. O‘smirlarning psixologik rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashda yengil yondashuvlardan biri – bu o‘smirlarning o‘z maqsadlarini aniq belgilash va ularga erishish uchun rejalar tuzishda yordam berishdir. Shuningdek, kognitiv-xulqiy terapiya (CBT) usullari o‘smirlarga o‘z fikrlarini boshqarishga yordam beradi va ichki motivatsiyalarini oshirishga yordam beradi.

Bu adabiyotlar tahlili, o‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiya jarayonlarini shakllantirishda psixologik, ijtimoiy va oilaviy omillarning muhimligini ko‘rsatadi. Shu bilan birga, o‘smirlarning psixologik rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash uchun amaliy yondashuvlar va metodlarni ishlab chiqish zarurati mavjud.

Muhokama. O‘smirlar o‘rtasida o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirish masalasi zamonaviy psixologiya va ta'lim tizimlarida dolzarb mavzular sirasiga kiradi. O‘smirlik davri shaxsning o‘zini anglash, hissiy va ijtimoiy rivojlanish bosqichi bo‘lib, o‘smirlar o‘zlariga va atrof-muhitga bo‘lgan munosabatlarini shakllantiradilar. Ushbu davrda o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiya shakllanishi o‘smirlarning maqsadga erishishda muvaffaqiyatga erishishlari, ularning hissiy holatlari va ijtimoiy muhitga moslashuvini ta'minlaydi.

O‘zini-o‘zi nazorat qilishning ahamiyati: O‘zini-o‘zi nazorat qilish – bu shaxsning o‘z fikrlarini, his-tuyg‘ularini va xulq-atvorini boshqarish qobiliyati bo‘lib, o‘smirlarning jamiyatda muvaffaqiyatli moslashuvini ta'minlashda juda muhimdir. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘zini nazorat qila oladigan o‘smirlar o‘zgaruvchan ijtimoiy sharoitlarga moslashishda kamroq qiyinchiliklarga duch keladilar va stressga qarshi turish qobiliyatlari kuchliroq bo‘ladi. Bunday o‘smirlar o‘zlarini boshqarishga, salbiy hissiy reaktsiyalarni boshqarishga va ijobiy xulq-atvorlarni rivojlantirishga qodir bo‘ladilar.

Ichki motivatsiyaning roli: Ichki motivatsiya, ya'ni faoliyatni faqat ichki qiziqish, ehtiyojlar va maqsadlar asosida amalga oshirish, o‘smirlar uchun o‘ta muhimdir. Bu o‘smirning faoliyatga bo‘lgan ishtiyoqini oshiradi va tashqi rag‘batlardan mustaqil ravishda o‘z maqsadlariga erishishga undaydi. Ichki motivatsiya bilan bog‘liq psixologik nazariyalar, xususan, Deci va Ryanning (1985) O‘z-o‘zini motivatsiya nazariyasi, o‘smirlar uchun uzoq muddatli muvaffaqiyatga erishishning asosiy vositasi bo‘lishi mumkin. Shuningdek, ichki motivatsiya rivojlanishi o‘smirning o‘z qiziqishlari va ehtiyojlariga mos faoliyatlarni tanlashga yordam beradi, bu esa ularning psixologik farovonligini oshiradi.

Ijtimoiy va oilaviy omillar: O‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyasini shakllantirishda ijtimoiy muhit va oilaning roli katta. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlar o‘rtasida ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va oila a'zolarining to‘g‘ri yondashuvi o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Oila va maktabdagi qo‘llab-quvvatlash, o‘smirlarga o‘z qobiliyatlariga ishonchni oshiradi, bu esa ularning o‘z maqsadlariga erishishda motivatsiyasini kuchaytiradi. Shu bilan birga, do‘stlar va tengdoshlar bilan o‘zaro munosabatlar o‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilishni rivojlantirishga yordam beradi. Biroq, oilada va ijtimoiy muhitda mavjud bo‘lgan salbiy ta'sirlar, masalan, haddan tashqari qat'iy yoki beparvo munosabatlar, o‘smirlarning psixologik rivojlanishiga salbiy ta'sir ko‘rsatishi mumkin.

Psixologik yordamning roli: O‘smirlarni o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirishda psixologik yordam va yondashuvlar muhim rol o‘ynaydi. Psixologlar o‘smirlarga ichki motivatsiyalarini rivojlantirishda, stressni boshqarishda, hissiy holatlarni nazorat qilishda va o‘z maqsadlariga erishishda yordam berishlari kerak. Psixologik yordam o‘smirlarning o‘zini anglashiga, o‘z qobiliyatlariga ishonch hosil qilishiga va ijtimoiy muhitga moslashishiga yordam beradi. Kognitiv-xulqiy terapiya (CBT) va boshqa amaliy yondashuvlar o‘smirlarning motivatsiyasi va o‘zini-o‘zi nazorat qilish qobiliyatini rivojlantirishda samarali bo‘lishi mumkin.

Xulosa. O‘smirlar o‘rtasida o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirish ularning shaxsiy rivojlanishi, ijtimoiy moslashuv va akademik muvaffaqiyatlari uchun zarurdir. Oila va ijtimoiy muhitning salbiy yoki ijobiy ta'siri o‘smirlarning psixologik holatiga bevosita ta’sir qiladi. Shuningdek, o‘smirlarga psixologik yordam va to‘g‘ri yondashuvlar ko‘rsatish, ularning ichki motivatsiyasini va o‘zini-o‘zi nazorat qilish qobiliyatini shakllantirishga yordam beradi. Bu jarayonlarni rivojlantirish o‘smirlarni mustaqil, mas'uliyatli va o‘z maqsadlariga erishishga qodir shaxslar sifatida tarbiyalashga olib keladi.

Quyidagi metodologik jadvalda o‘smirlar o‘rtasida o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyani rivojlantirish jarayonlarini o‘rganishda foydalanilgan metodlar va usullar keltirilgan:

1-jadval.

Tadqiqot Yo‘nalishi	Tadqiqot Metodi	Izlanishning Maqsadi	Tadqiqot Asboblari	Natijalar va Kutilayotgan Xulosalar
O‘zini-o‘zi nazorat qilishni o‘rganish	Kvantitativ tadqiqot (anketa)	O‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish qobiliyatini aniqlash	Anketalar, o‘zini-o‘zi nazorat qilish testlari	O‘smirlarning o‘zini nazorat qilish darajasi haqida ma'lumot olish. Nazorat qilish qobiliyatining psixologik va ijtimoiy omillarga bog‘liqligi.
Ichki motivatsiya darajasini o‘lchash	Sifatli tadqiqot (intervyu)	Ichki motivatsiyaning shakllanishiga ta’sir etuvchi omillarni o‘rganish	Intervyular va ochiq savollar orqali fikrlar yig‘ish	O‘smirlarning ichki motivatsiya darajasi va uning oilaviy, maktabdagi va ijtimoiy muhit bilan aloqasini aniqlash.
Oila ta’sirini o‘rganish	Kombinatsiyalashgan metod	O‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va motivatsiyasiga oilaning ta’siri	Intervyu, kuzatuv, so‘rovnomalar	O‘smirlarning oilaviy muhitdagi xatti-harakatlar, qattiqlik yoki qo‘llab-quvvatlashning motivatsiya va nazorat qobiliyatiga ta’sirini o‘rganish.
O‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish	Eksperimental yondashuv	O‘smirlar uchun o‘zini-o‘zi nazorat qilishni rivojlantirishga yo‘naltirilgan amaliyotlarni sinovdan o‘tkazish	Amaliy mashg‘ulotlar, treninglar, psixologik testlar	O‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirishda amalga oshirilgan yondashuvlarning samaradorligini baholash.
Motivatsiyani oshirish usullari	Kognitiv xulqiy terapiya (CBT)	O‘smirlar orasida ichki motivatsiyani oshirish uchun psixoterapevtik yondashuvlarni qo‘llash	Kognitiv xulqiy terapiya mashg‘ulotlari, psixologik testlar	O‘smirlarning ichki motivatsiyasi va o‘zini o‘zi boshqarish darajasining o‘zgarishini aniqlash.
Ijtimoiy omillarni o‘rganish	Kuzatuv	O‘smirlarning ijtimoiy munosabatlari va ularning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va motivatsiyaga ta’sirini aniqlash	O‘smirlarni kuzatish, ijtimoiy munosabatlarni tahlil qilish	Ijtimoiy muhitning (do‘stlar, tengdoshlarga moslashish) o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyaga ta’sirini o‘rganish.

Tadqiqot metodologiyasi haqida izoh:

Kvantitativ tadqiqot (anketa) yordamida o‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish darajasi o‘lchanadi. Ushbu metod orqali o‘smirlarning o‘zini nazorat qilish qobiliyatini tushunish va bu ko‘rsatkichni o‘lchash mumkin.

Sifatli tadqiqot (intervyu) o‘smirlarning ichki motivatsiyasini va uning shakllanishiga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash uchun ishlatiladi. Bu usulda o‘smirlarning motivatsiyasi haqida chuqurroq tushuncha olish uchun so‘rovlar va intervyular tashkil etiladi.

Eksperimental yondashuv o‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish uchun amalga oshirilgan trening va mashg‘ulotlarni baholash uchun qo‘llaniladi. Bu usul psixologik ko‘nikmalarni yaxshilashga qaratilgan amaliy tajriba o'tkazadi.

Kognitiv xulqiy terapiya (CBT) psixologik yordam sifatida o‘smirlar orasida ichki motivatsiyani rivojlantirishga yo‘naltirilgan amaliy yondashuvni o‘z ichiga oladi. CBT yordamida o‘smirlarning o‘zini-o‘zi boshqarish va motivatsiyasini oshirish uchun psixoterapevtik mashg‘ulotlar o'tkaziladi.

Kuzatuv usuli o‘smirlarning ijtimoiy munosabatlarini va bu munosabatlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va motivatsiyaga ta’sirini baholash uchun ishlatiladi. Do‘stlar va tengdoshlarga nisbatan o‘zgarishlarni kuzatish bu jarayonlarni tushunishda yordam beradi.

Xulosa. O‘smirlik davri inson hayotidagi muhim bosqich bo‘lib, bu davrda o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiya shakllanishi, o‘smirlarning ijtimoiy va psixologik rivojlanishiga ta’sir ko‘rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘zini-o‘zi nazorat qilish qobiliyati va ichki motivatsiya o‘smirlarning akademik muvaffaqiyatlari, ijtimoiy moslashuvlari va hissiy barqarorliklariga bevosita ta’sir qiladi. O‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyasini rivojlantirish uchun ijtimoiy, oilaviy va psixologik omillar muhim rol o‘ynaydi. Oiladagi qo‘llab-quvvatlash, o‘smirning ichki ehtiyojlarini qondirish, shuningdek, psixologik yordam va motivatsiyani oshirish usullari ularning shaxsiy rivojlanishiga yordam beradi.

O‘smirlar uchun o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiya ko‘nikmalarini rivojlantirishda oila, maktab va jamiyatning qo‘llab-quvvatlashi muhim ahamiyatga ega. Tadqiqotlar, shuningdek, psixologik yordam, treninglar va amaliy mashg‘ulotlar orqali o‘smirlarning o‘zini boshqarish va ichki motivatsiyasini rivojlantirish mumkinligini ko‘rsatadi.

Tavsiyalar:

1. Psixologik yordamning kengaytirilishi: O‘smirlarning ichki motivatsiyasini rivojlantirish va o‘zini-o‘zi nazorat qilishni oshirish uchun psixologik xizmatlarni kengaytirish zarur. Maktabda, oila muhitida va boshqa ijtimoiy tashkilotlarda psixologik maslahatlar, treninglar va konsultatsiyalarni taqdim etish o‘smirlarning shaxsiy rivojlanishiga katta yordam beradi.
2. Oila va maktabda qo‘llab-quvvatlash: O‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyasini rivojlantirishda oilaning va maktabning roli juda katta. Oila o‘z farzandiga to‘g‘ri qo‘llab-quvvatlash ko‘rsatishi va ijtimoiy ta’sirlarni boshqarishda yordam berishi kerak. Maktabda esa o‘smirlarga o‘z qobiliyatlarini aniqlash, maqsadlarni belgilash va ularga erishishda yordam beradigan yondashuvlar ishlab chiqilishi lozim.
3. Ijtimoiy ta’sirlarni boshqarish: O‘smirlarning ijtimoiy muhitga moslashishlari va tengdoshlar bilan o‘zaro munosabatlarni boshqarishlari uchun maxsus dasturlar va qo‘llanmalarga ehtiyoj bor. O‘smirlar o‘rtasida ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni yaratish, salbiy ijtimoiy ta’sirlarni kamaytirishga yordam beradi.
4. Motivatsiya va maqsadga yo‘naltirilgan treninglar: O‘smirlar uchun motivatsiyani oshirish va o‘zini-o‘zi nazorat qilishni rivojlantirishga qaratilgan amaliy treninglar va mashg‘ulotlar tashkil etilishi kerak. Bunday treninglar o‘smirlarga o‘zlarini boshqarish, stressni engish, vaqtni samarali boshqarish kabi ko‘nikmalarni o‘rgatishi mumkin.
5. Psixologik bilimlarni kengaytirish: O‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyasini rivojlantirish uchun psixologik bilimlarni kengaytirish zarur. Bu, o‘smirlarga o‘zlarini anglash, hissiy holatlarni boshqarish va maqsadlar uchun motivatsiyani saqlashda yordam beradi. Shuningdek, psixologik yordam ko‘rsatishning samarali usullarini o‘rganish va ularni amaliyotda qo‘llash muhimdir.
6. O‘smirlar bilan yaqindan ishlash: O‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish va ichki motivatsiyasi ularning individual ehtiyojlariga asoslanib shakllanishi kerak. Shu sababli, har bir o‘smir bilan alohida ishlash va ularning hissiy va psixologik holatlarini chuqur tushunish zarur. Bu, o‘smirlarning o‘zini-o‘zi nazorat qilish qobiliyatlarini oshirishga yordam beradi.

Adabiyotlar:

1. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior.* Springer Science & Business Media.
2. Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). *Self-regulation and the executive function of the self.* In *Handbook of self-regulation* (pp. 1-14). Academic Press.
3. Zimmerman, B. J. (2000). *Attaining self-regulation: A social cognitive perspective.* In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13-39). Academic Press.

4. Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ.* Bantam Books.
5. Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control.* W. H. Freeman.
6. Mischel, W. (2014). *The Marshmallow Test: Mastering Self-Control.* Little, Brown and Company.
7. Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success.* Random House.
8. Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). *Grit: Perseverance and passion for long-term goals.* Journal of Personality and Social Psychology, 92(6), 1087-1101.
9. Steinberg, L. (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence.* Houghton Mifflin Harcourt.
10. Hellmich, F. (2008). *The role of self-regulation and motivation in academic performance.* Educational Psychology Review, 20(3), 227-246.
11. Vallerand, R. J., & Losier, G. F. (1999). *An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport.* Journal of Applied Sport Psychology, 11(1), 142-169.
12. Baumann, C., & Haller, S. (2018). *Adolescent self-regulation: The role of family, peers, and school.* Frontiers in Psychology, 9, 2797.
13. Schunk, D. H., & Ertmer, P. A. (2000). *Self-regulation and academic learning: A social cognitive perspective.* In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 631-649). Academic Press.
14. Seligman, M. E. P. (1998). *Learned optimism: How to change your mind and your life.* Pocket Books.
15. Bandura, A. (2005). *Guide for constructing self-efficacy scales.* In *Self-efficacy beliefs of adolescents* (pp. 307-337). Information Age Publishing.

Bahriyeva Nafisa Nurilloyevna,
O‘zbekiston Finlandiya pedagogika instituti
Psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi

SHAXSNING EKSTREMAL VAZIYATLARDA QAROR QABUL QILISHINING PSIXOLOGIK KOMPONENTLARI

Annotatsiya. *Ekstremal vaziyatlarda qaror qabul qilishning psixologik komponentlari xavfsizlik va omon qolishni ta’minlashda hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Ushbu maqolada insonning stress ostida qaror qabul qilish qobiliyatiga ta’sir qiluvchi kognitiv va hissiy jarayonlarning turli jihatlari ko‘rib chiqiladi. Ekstremal vaziyatlarda moslashuvchanlik va samaradorlikni oshirish uchun nazariy yondashuvlar tahlil qilinadi va amaliy tavsiyalar taklif etiladi.*

Kalit so‘zlar: *qaror qabul qilish, ekstremal vaziyatlar, stress, kognitiv jarayonlar, hissiy reaktsiyalar, moslashuvchanlik.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОМПОНЕНТЫ ПРИНЯТИЯ РЕШЕНИЙ ЧЕЛОВЕКОМ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Аннотация. *Психологические компоненты принятия решений в экстремальных ситуациях играют критически важную роль в обеспечении безопасности и выживании. Эта статья рассматривает различные аспекты когнитивных и эмоциональных процессов, которые влияют на способность человека принимать решения в условиях стресса. Проанализированы теоретические подходы и предложены практические рекомендации для улучшения адаптивности и эффективности в экстремальных ситуациях.*

Ключевые слова: *принятие решений, экстремальные ситуации, стресс, когнитивные процессы, эмоциональные реакции, адаптивность.*

PSYCHOLOGICAL COMPONENTS OF HUMAN DECISION MAKING IN EXTREME SITUATIONS

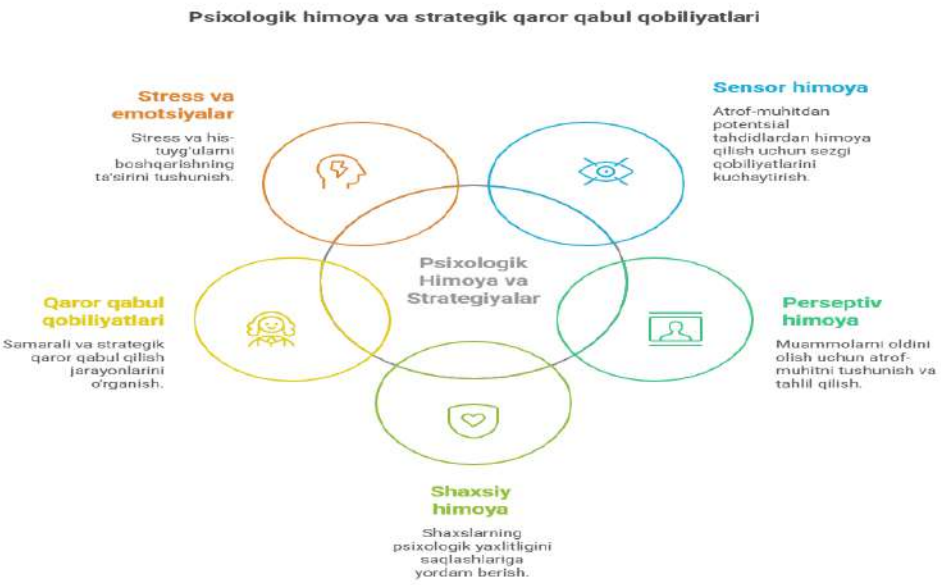
Abstract. *The psychological components of decision making in extreme situations play a critical role in safety and survival. This article examines various aspects of the cognitive and emotional processes that influence an individual's ability to make decisions under stress. Theoretical approaches are analyzed and practical recommendations are offered to improve adaptability and performance in extreme situations.*

Key words: *decision-making, extreme situations, stress, cognitive processes, emotional reactions, adaptability.*

Kirish. Ekstremal vaziyatlarda qaror qabul qilish murakkab vazifa bo‘lib, shaxsdan jiddiy psixologik va professional tayyorgarlikni talab qiladi. Har bir harakat jiddiy oqibatlarga olib kelishi mumkin bo‘lgan muhitda odam turli xil ichki va tashqi stresslarga duch keladi. Tez va adekvat javobni kutish asab tizimiga qo‘shimcha bosim o‘tkazadi, bu esa harakatlarni baholash va tanlashda xatolarga olib kelishi mumkin.

Axborotni tushunish, ma’lumotlarni tahlil qilish va oqibatlarni bashorat qilish kabi kognitiv jarayonlar stress va vaqt bosimi ostida ayniqsa zaif bo‘ladi. Qo‘rquv, tashvish yoki vahima kabi hissiy reaktsiyalar aniq o‘ylashni va to‘g‘ri xulosa chiqarishni qiyinlashtiradi va noto‘g‘ri qarorlar qabul qilishga olib keladi.

Adabiyotlar tahlili. Ma’lumki, favqulodda vaziyat e’tiqodlar, turmush tarzi, vaziyat va histuyg‘ularning o‘zgarishi yoki voqealar markazida bo‘lgan odamlarning hayotiy tajribalari mavjud bo‘lgan dinamikaning mexanizmini ishga tushirish uchun kelajakdagi o‘zgarishlarning boshlang‘ich nuqtasi bo‘lishi mumkin. Bu nafaqat jabrlanganlarga, balki ularga yordam beradigan mutaxassislarga ham tegishli. Odatda, favqulodda vaziyatlarda ishlaydigan odamlar, ular uchun boshqa odamlarning qayg‘usi va azob-uqubatlarini ko‘rgan narsalar izsiz o‘tmasa-da, o‘zlarida qanday iz qoldirganini o‘ylamaydilar. Shubhasiz, favqulodda vaziyatlarning psixologik oqibatlari, aqliy o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyatlari haqida yetarli bilimga ega bo‘lmagan holda, ekstremal holat mutaxassislari kelajakda farovonlikning yomonlashishiga ko‘proq moyil bo‘ladi.



Himoya mexanizmlari xavotirni tugatish va qo‘rquvdan halos bo‘lishdagi kuchli mezonlar orqali o‘z ishini samarali olib boradi. Z.Freyd fikriga ko‘ra “insoniyat mavjudligi turli vaziyatlarda vujudga kelgan qo‘rquv va xavotirlar bilan kurashishi orqali xarakterlanadi”. Zigmund Freyd ishining davomchilaridan biri bu Anna Freyddir. U psixologik himoya haqidagi bilimlarni umumlashtirib va bir tizimga solib otasining zahiraviy konsepsiyasiga tuzatishlar kiritgan. Uning fikricha, himoya mexanizmlariga nafaqat tug‘ma balki individual tajriba mahsuli, ixtiyorsiz o‘zlashtirish usulini ham olib kirgan. A.Freyd himoya mexanizmlarining individualligi va xarakter bosqichlarida shaxsning moslashuvchanligini umumiy qilib to‘plab u haqda tasavvurlarni shakllantiradi. A.Freydning himoya mexanizmlari ta’riflarini yoritib bergani tahsinga sazovordir: “Himoya mexanizmlari “Men” faoliyati hisoblanib, “Men” haddan ortiq jadal qo‘zg‘alishga uchrashi orqali yoki affektiv holatga nisbatan xavfsizlikni namoyish qilish bilan yuzaga keladi. Ular ong bilan kelishmagan holda avtomatik tarzda o‘z funksiyasini amalga oshiradi”. Anna Freyd himoya mexanizmlarining qo‘riqlovchi tavsifini alohida ta’kidlab, ular xulq-atvorni parchalanishini va izdan chiqishini oldini olib shaxsning me’yoriy psixik statusi mavjud bo‘lishiga imkon yaratishini ko‘rsatib o‘tgan. Konseptual asosga ega fenomenal xulq-atvordagi himoya haqidagi fikrlar I.D.Stoikol tomonidan alohida e’tirof etilgan. U psixologik himoyani tahlil qilishda turli bosqichdagi psixik aktivlikni e’tiborga oladi. Uningcha, psixologik himoya barcha jonzot individlarda o‘ziga xos xususiyat sifatida qaralib unga “himoya psixikaning evolyutsion rivojlanishinig barcha bosqichlarida insonning ontogenezda rivojlanishida yashirin holatda bo‘lib faoliyat boshqaruvida aks etadi” deb ta’rif beradi. Psixik himoyani funksional vazifasi va yosh bosqichlaridagi murakkabliklarga ko‘ra uchga ajratish mumkin.

Ular quyidagilardan iborat:

1. Sensor psixologik himoya – xulq atvordagi psixosensor boshqaruvni amalga oshirish orqali organizmda himoya vujudga keladi.

2. Perseptiv psixologik himoya – perseptiv psixologik boshqaruv yo‘lidan foydalanishi natijasida individda himoya paydo bo‘ladi.

3. Shaxsning psixologik himoyasi – shaxsning xulq- atvor, faoliyat va anglangan xattiharakatlar natijasida shaxsda himoya vujudga keladi.

Ekstremal sharoitlarda qaror qabul qilishda ishtirok etadigan psixologik komponentlarni o‘rganish vazifalarni bajarishning muvaffaqiyati va xavfsizligini oshirishga qaratilgan strategiya va usullarni ishlab chiqishda muhim rol o‘ynaydi. Bu bilim harbiylar, politsiya, birinchi tibbiy yordam xodimlari va tez tibbiy yordam xodimlari kabi yuqori xavfli muhitda ishlaydiganlar uchun muhim ahamiyatga ega. Stress va his-tuyg‘ularning kognitiv funktsiyaga qanday ta’sir qilishini tushunish yanada samarali o‘quv dasturlari va operatsion protseduralarni yaratishga yordam beradi, bu esa o‘z navbatida turli favqulodda vaziyatlarda ijobiy natijalar ehtimolini oshiradi.

Jadval 1: Stress darajasining qaror qabul qilish jarayoniga ta’siri

stress darajasi	**kognitiv ta'siri**	**his-tuyg‘ularning rolli**	**qaror qabul qilish samarasiga ta'siri**

stress darajasi	kognitiv ta'siri	his-tuyg‘ularning rolli	qaror qabul qilish samarasiga ta'siri
Past	Kam stress darajasi barqaror fikrlashni ta’minlaydi	Barqaror hissiyotlar	Aniq va o‘lchanadigan qarorlar
O‘rtacha	Ma’lumotlarni qayta ishlash qobiliyatini pasaytiradi	Qisman stressli reaktsiyalar	Tez, ammo ba’zan noto‘g‘ri qarorlar
Yuqori	Kognitiv yukni ortishi, xatolarni keltirib chiqaradi	Kuchli stress va qo‘rquv reaktsiyalari	Noto‘g‘ri va tezkor qarorlar

Bu jadval stress darajasining kognitiv funksiyalar va qaror qabul qilish jarayoni ustida qanday ta'sir ko‘rsatishini ko‘rsatib, o‘qituvchilarga turli stress sharoitlarida o‘zlarini qanday tutishlari kerakligini tushunishga yordam beradi.

Jadval 2: Stressga chidamlilikni oshirish bo‘yicha o‘quv dasturlari

o‘quv dasturi	maqsadlar	usullar	kutilayotgan natijalar
Simulyatsiya	Real vaziyatlardagi stress darajasiga moslashuvchanlikni oshirish	Senariylar orqali rolli o‘yinlar	Stressli vaziyatlarda tezkor va samarali qaror qabul qilish qobiliyati yaxshilanadi
Mindfulness	His-tuyg‘ularni nazorat qilish va o‘zini o‘zi boshqarish qobiliyatini rivojlantirish	Meditatsiya, chuqur nafas olish texnikalari	Stress reaktsiyasining pasayishi, hissiy barqarorlik
Kognitiv Mahoratlar	Tanqidiy fikrlashni, vaziyatdan xabardorlikni va ma’lumotni tahlil qilishni rivojlantirish	Ma’lumotni tez va samarali tahlil qilish bo‘yicha mashg‘ulotlar	Yuqori stress darajasida ham samarali qaror qabul qilish qobiliyati

Ekstremal vaziyatlarda qaror qabul qilish ko‘p bosqichli jarayon bo‘lib, unda turli xil psixologik omillar ishtirok etadi. Eng ko‘p o‘rganilgan jihatlardan biri bu stress darajasining insonning ongli qaror qabul qilish qobiliyatiga ta’siri. Stressga javob odatda moslashuvchan mexanizmdir, ammo haddan tashqari stress sharoitida kognitiv ortiqcha yuk paydo bo‘lishi mumkin, bu esa oqibatlarni har tomonlama tahlil qilish va bashorat qilish qobiliyatining pasayishiga olib keladi. Smit va boshqalarning tadqiqotlariga ko‘ra, bunday sharoitlarda odamlarda e’tiborning torayishi kuzatiladi, bu esa ma’lumotni idrok etishning cheklanganligiga va keyinchalik harakat yo‘nalishini noto‘g‘ri tanlashga olib kelishi mumkin [1].

Johnston tomonidan taklif qilingan stress ostida axborotni qayta ishlash modeli stress asosiy omon qolish instinktlarini faollashtirishi mumkinligini ta’kidlaydi [2]. Ushbu javoblar, tanqidiy daqiqalarda samarali bo‘lsa-da, murakkab va ko‘p vazifali ekstremal vaziyatlarda talab qilinadigan o‘ylangan strategik qarorlardan pastroq bo‘lishi mumkin.

Hissiy komponent, shu jumladan qo‘rquv, tashvish va vahima reaktsiyalari ham qaror qabul qilish jarayoniga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Brown va Wilson ishlari shuni ko‘rsatadiki, bunday salbiy his-tuyg‘ular ko‘pincha beqarorlashtiruvchi ta’sirga ega bo‘lib, kognitiv jarayonlarni murakkablashtiradi [3]. Biroq, Evans ta’kidlaganidek, o‘z hissiy reaktsiyalarini yaxshiroq boshqarish uchun ishlab chiqilishi va o‘qitilishi mumkin bo‘lgan chidamlilik mexanizmlari mavjud [4]. Bu yuqori xavfli operatsiyalarga jalb qilingan xodimlar uchun nafaqat kognitiv, balki hissiy tayyorgarlikning muhimligini ta’kidlaydi.

Tasdiqlash effekti va boshqaruv illyuziyasi kabi kognitiv tarafkashliklar ham muhim rol o‘ynaydi. Tasdiqlash effekti, agar u ilgari mavjud e’tiqod yoki farazlarga mos kelmasa, tanqidiy ma’lumotni e’tiborsiz qoldirishga olib kelishi mumkin [5]. Nazorat illyuziyasi odamning vaziyatga ta’sir qilish qobiliyatini haddan tashqari baholashga olib keladi, bu suboptimal yoki haddan tashqari xavfli harakatlarga olib kelishi mumkin.

Shunday qilib, ekstremal vaziyatlarda qaror qabul qilish stress, his-tuyg‘ular va kognitiv moyilliklarning o‘zaro ta’siri bilan boshqariladigan murakkab jarayondir. Ushbu omillarni o‘rganish bizga tanqidiy sharoitlarda muammolarni hal qilish samaradorligi va xavfsizligini oshirish uchun ulardan qanday foydalanish yoki zararsizlantirish mumkinligini yaxshiroq tushunishga imkon beradi.

Amaliy tavsiyalar. Ekstremal sharoitlarda qaror qabul qilish samaradorligini oshirish uchun stressga chidamlilik, hissiy nazorat va kognitiv qobiliyatlarni rivojlantirishni o‘z ichiga olgan kompleks yondashuvdan foydalanish kerak.

1. Stressga chidamlilik va simulyatsiya: o‘quv dasturlariga haqiqiy hayotdagi ekstremal stsenariylarni simulyatsiya qilishga qaratilgan stressga chidamlilik bo‘yicha treningni kiritish tavsiya etiladi. Bu ishtirokchilarga yuqori darajadagi stressga moslashishga va vaqt bosimi bilan samarali kurashishga

yordam beradi [6]. Bunday trening sizga stressli vaziyatlarga avtomatik javob berishni rivojlantirishga imkon beradi, tinchroq va ishonchli qaror qabul qilishni ta’minlaydi.

2. Ehtiyotkorlik va hissiy nazorat: Mulohaza yuritish ko‘nikmalarini rivojlantirish, jumladan meditatsiya va chuqur nafas olish texnikasi kabi amaliyotlar hissiyotlarni boshqarishda samarali ekanligi ko‘rsatildi [7]. Ushbu usullar stressga haddan tashqari reaktsiyani kamaytirishga yordam beradi va yuqori noaniqlik sharoitida juda muhim bo‘lgan vazifaga e’tiborni qaratadi.

3. Tanqidiy fikrlash va bashoratni rivojlantirish: Vaziyatdan xabardorlikni, ma’lumotni tahlil qilishni va prognozlashni yaxshilashga qaratilgan mashqlar xavf ostida ongli qarorlar qabul qilish qobiliyatini yaxshilaydi [8]. Bu, birgalikda moslashuvchan fikrlash va o‘zgaruvchan sharoitlarga tezda moslashish qobiliyatini rag‘batlantiradigan xavflarni baholash, ma’lumotni tezkor tasniflash va javob strategiyalarini ishlab chiqish bo‘yicha vazifalarni o‘z ichiga olishi mumkin.

4. Jamoa mashg‘ulotlari va hamkorlik: Ko‘pgina ekstremal vaziyatlar kuchli jamoaviy ishlashni talab qilganligi sababli, samarali muloqot va hamkorlik ko‘nikmalarini o‘rgatish ham muhimdir. Jamoa simulyatsiyasi va rolli o‘yinlar jamoa a’zolari o‘rtasida ishonchni mustahkamlashi va tanqidiy vaziyatlarda muvofiqlashtirishni yaxshilashi mumkin.

5. Uzluksiz o‘rganish va fikr-mulohazalar: Yangi tadqiqotlar asosida va o‘tmishdagi xatolarni hisobga olgan holda bilimlarni doimiy ravishda yangilash yanada aniq va muhim strategiyalarni shakllantirishga yordam beradi. Har bir mashg‘ulotdan so‘ng fikr-mulohazalarni kiritish ishtirokchilarga o‘zlarining kuchli va zaif tomonlarini tushunishga yordam beradi, doimiy kasbiy o‘sish va malaka oshirishga yordam beradi.

Ushbu yondashuvlardan foydalangan holda, tashkilotlar va shaxslar ekstremal vaziyatlarga samarali javob berishga tayyorligini sezilarli darajada oshirishi mumkin, bu esa oxir-oqibat hayotni saqlab qolish va tabiiy ofatlarni boshqarishning umumiy natijalarini yaxshilash imkonini beradi.

Xulosa. Ekstremal vaziyatlarda qaror qabul qilishning psixologik jihatlarini o‘rganish yuqori xavfli sharoitlarda ishlaydigan mutaxassislarni tayyorlashga kompleks yondashuvning muhimligini ta’kidlaydi. Stress, hissiy reaktsiyalar va kognitiv noto‘g‘ri qarorlar qabul qilishga ta’sirini tushunish samarali o‘qitish va aralashuv strategiyalarini ishlab chiqish uchun kalit hisoblanadi.

Yuqori darajadagi stress va salbiy his-tuyg‘ular kognitiv ko‘rsatkichlarni sezilarli darajada kamaytirishi mumkin, bu esa suboptimal qarorlarga olib keladi. Biroq, tadqiqot va amaliyot shuni ko‘rsatadiki, maqsadli o‘qitish va chidamlilik, diqqat va tanqidiy fikrlashni rivojlantirish orqali shaxslar murakkab va stressli vaziyatlarda samarali ishlash qobiliyatini sezilarli darajada yaxshilashlari mumkin.

Qutqaruvchilar, harbiy xizmatchilar, tibbiyot xodimlari va huquqni muhofaza qilish organlari xodimlari kabi ekstremal muhitda ishlaydigan mutaxassislar uchun ushbu bilimlarni o‘qitish dasturlariga kiritish ularning tezkor tayyorgarligini va o‘zgaruvchan tashqi sharoitlarga tezda moslashish qobiliyatini oshirish uchun zarurdir. Bu individual ko‘nikmalarni rivojlantirish va jamoaviy ishning mustahkamlanishini o‘z ichiga oladi, ular birgalikda qaror qabul qilishning umumiy sifatini yaxshilaydi va vazifalarni xavfsizroq va samaraliroq bajarishga yordam beradi.

Psixologik tahlil va tadqiq eng nozik va o‘ziga xos san’at turlaridan biri bo‘lib, kuchli bilim va mukammallikni talab etadi. Agarda biz ekstremal vaziyatda shaxsni psixologik o‘rganish bilan bog‘lasak bunda psixologiyaning tarmoqlari yanada kengayadi ham kerakli sohalardan biriga aylantiradi desak ham bo‘ladi. Biz ekstremal vaziyatda shaxslarning holati turlari haqida ma’lumot berib, ularni psixologik nuqtayi nazardan tahlil qildik hamda tavsiflarini berib o‘tdik. Shu bilan birga ekstremal vaziyatlarda kechadigan ta’sirchanlik va uning turlari (vahima, qo‘rquv, qochish singari), ekstremal holat dinamikasi va bu vaziyatning o‘ziga xosligi ham to‘liq o‘rganilib chiqish va shu kabi vaziyatda shaxsga psixologik yordam ko‘rsatishni yengillashtiradi. Hozirgi kunda taraqqiylashgan svilizatsion davrda ekstremal vaziyatga tez- tez duch kelishimiz mumkin. Bunday vaziyatda esa shaxs avvalambor yordamni o‘zidan topishi zarurdir. Bu yordam esa psixologik yordam hisoblanadi.

Shunday qilib, psixologik omillarni boshqarish qobiliyati nafaqat individual tayyorgarlik masalasi, balki ekstremal vaziyatlarda operatsiyalarning ishonchliligi va muvaffaqiyatini oshirishga qaratilgan professional dasturlarni ishlab chiqishda strategik jihatdir.

Adabiyotlar:

1. Smith, J., et al. (2018). Cognitive Overload in High-Stress Situations. Journal of Applied Psychology, 103(4), 623-635.

2. Johnston, A. (2016). Information Processing Model under Stress. Cognitive Science Review, 42(3), 14-27.

3. Brown, P. & Wilson, K. (2019). Emotional Interference in Decision Making. Journal of Behavioral Decision Making, 32(2), 213-225.

4. Evans, D. (2020). Resilience Mechanisms in Extreme Conditions. Psychology Today, 15(1), 45-56.

5. Taylor, J. (2021). Cognitive Biases and Decision Errors. Human Factors Journal, 63(5), 789-798.

6. Fletcher, R. (2020). Stress Resilience Training in Emergency Responders. Training and Development Journal, 29(4), 69-80.

7. Green, L. & Roberts, M. (2019). Mindfulness Practices for Emotional Regulation. Journal of Clinical Psychology, 75(11), 2110-2122.

8. Adams, S. (2018). Situational Awareness and Rapid Information Analysis. Military Psychology Quarterly, 35(2), 101-117.

Barnoyev Bekzod Bahrom o’g’li,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

TALABALARDA YOLG‘IZLIK HISSI VA O'ZINI IFODA ETISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSSIYATLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqola, talabalarda yolg‘izlik hissi va o'zini ifoda etishning ijtimoiy-psixologik o'zgarishlarini tahlil qilishga bag'ishlangan. Yolg‘izlik hissi talabalarning ijtimoiy va psixologik holatiga katta ta'sir ko'rsatadi, va bu hissiyat o'zini ifoda etish jarayonini sezilarli darajada o'zgartirishi mumkin. Talabalar, o'zlarini qanday ifodalashlari, o'ziga bo'lgan ishonch, ijtimoiy muloqotlar va o'zaro munosabatlar orqali yolg‘izlikka qarshi kurashishadi.*

Kalit so'zlar: *Talabalar Yolg‘izlik hissi O'zini ifoda etish Ijtimoiy-psixologik o'zgarishlar Ijtimoiy muloqot Psixologik ta'sir Ruhiy salomatlik O'ziga bo'lgan ishonch Talaba psixologiyasi O'zaro munosabatlar Yolg‘izlikni kamaytirish Psixologik qo'llab-quvvatlash.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЧУВСТВА ОДИНОЧЕСТВА И САМОВЫРАЖЕНИЯ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. *Данная статья посвящена анализу чувства одиночества и социальных и психологических изменений в процессе самовыражения студентов. Чувство одиночества оказывает большое влияние на социальное и психологическое состояние студентов, и это чувство может значительно изменить процесс самовыражения. Студенты борются с одиночеством через то, как они выражают себя, свою уверенность, социальные взаимодействия и взаимоотношения.*

Ключевые слова: *Студенты, Чувство одиночества Самовыражение Социально психологические изменения Социальные взаимодействия Психологическое влияние Психическое здоровье Уверенность в себе Психология студентов Взаимоотношения Снижение одиночества Психологическая поддержка.*

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF LONELINESS AND SELF-EXPRESSION IN STUDENTS

Abstract. *This article is dedicated to analyzing the feeling of loneliness and the social-psychological changes in the self-expression process of students. The feeling of loneliness has a significant impact on students' social and psychological state, and this feeling can substantially alter the process of self-expression. Students fight loneliness through how they express themselves, their self-confidence, social interactions, and relationships.*

Keywords: *Students Feeling of loneliness Self-expression Social-psychological changes Social interaction Psychological impact Mental health Self-confidence Student psychology Relationships Reducing loneliness Psychological support*

Kirish. Bugungi kunda talabalik davri, ko'plab yoshlar uchun hayotning muhim bosqichi bo'lib, yangi muhitga moslashish, ijtimoiy aloqalar o'rnatish va o'zini ifoda etish kabi psixologik jarayonlarni o'z ichiga oladi. Bu davrda talabalar turli xil muammolar, shu jumladan, yolg‘izlik hissi bilan yuzlashishlari mumkin. Yolg‘izlik, shaxsning o'zi bilan bo'lgan ichki aloqasining zaiflashishi va tashqi dunyo bilan aloqaning kamayishi sifatida ifodalanadi. Talabalarda yolg‘izlik hissi ko'pincha ijtimoiy muloqotning yetishmovchiligi, o'zini boshqalar bilan solishtirish va o'zini ishonchsiz his qilish kabi omillarga bog'liq bo'ladi.

Yolg‘izlik talabalarda o'zini ifoda etish jarayonini ham sezilarli darajada o'zgartiradi. Talabalar o'z fikrlarini, hissiyotlarini va ehtiyojlarini ifodalashda qiynalishi mumkin, bu esa ularning ijtimoiy va psixologik farovonligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, o'zini ifoda etishning qiyinlashishi, talabalar orasida ijtimoiy izolyatsiyani kuchaytiradi va yolg‘izlik hissini yanada kuchaytirishi mumkin. Ushbu maqolada, talabalarda yolg‘izlik hissining ijtimoiy-psixologik determinantlari va o'zini ifoda etishdagi o'zgarishlar tahlil qilinadi. Shuningdek, bu jarayonlarning talabalarning psixologik salomatligi, o'qish samaradorligi va ijtimoiy integratsiyasiga qanday ta'sir qilishini o'rganish maqsad qilingan.

Talabalar orasida yolg‘izlikni kamaytirish va ijtimoiy-psixologik farovonlikni oshirish uchun samarali psixologik yordam va qo'llab-quvvatlash strategiyalarining ahamiyati ham keltiriladi.

Yolg‘izlik hissi insoniyat tarixining har bir bosqichida mavjud bo'lib, bugungi kunda, ayniqsa yoshlar orasida, bu holat keng tarqalgan psixologik muammolardan biri hisoblanadi. Yolg‘izlik, odatda, o'zini yolg‘iz, ijtimoiy aloqa va muloqotdan chetlatilgan, jamoa bilan birlashishdan yiroq his qilish kabi holatlar bilan ifodalanadi. Talabalik davri, ko'plab yoshlar uchun yangi boshlanish va o'zlarini ijtimoiy, akademik va shaxsiy jihatdan sinovdan o'tkazadigan muhitdir. Bunda talabalar, bir tomondan, o'zlarini yangi ijtimoiy tizimda, o'qish va o'zgarishlar jarayonida topishga harakat qilayotgan bo'lsa, boshqa tomondan, yolg‘izlik, o'ziga ishonchsizlik, va o'zini ifoda etishdagi qiyinchiliklar kabi psixologik holatlar bilan yuzlashadilar.

Yolg‘izlik, faqat shaxsiy aloqalarning yo'qligi emas, balki o'zini boshqalar bilan solishtirish, qo'llab-quvvatlash tizimlarining yetishmasligi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning o'zgarishi kabi omillarga ham bog'liqdir. Talabalar orasida yolg‘izlik hissi nafaqat ijtimoiy aloqalar, balki o'zlarini ifoda etish, hissiyotlarini boshqarish va shaxsiy ehtiyojlarini anglash kabi psixologik jarayonlarga ham ta'sir ko'rsatadi. Bu holat, talabalarning o'qish samaradorligini pasaytirishi, ruhiy salomatlikka zarar yetkazishi va ijtimoiy integratsiyasini qiyinlashtirishi mumkin.

Maqolada talabalarda yolg‘izlik hissining ijtimoiy-psixologik o'zgarishlariga doir tahlil qilish, o'zini ifoda etish va o'ziga bo'lgan ishonchning rivojlanishi kabi masalalar ko'rib chiqiladi. Shu bilan birga, bu holatlar talabalarning psixologik farovonligi va ijtimoiy moslashuviga qanday ta'sir ko'rsatishi va bu jarayonlarni ijobiy yo'naltirish uchun qanday chora-tadbirlar zarurligi haqida mulohazalar yuritiladi.

Adabiyotlar tahlili. Talabalarda yolg‘izlik hissi va o'zini ifoda etishning ijtimoiy-psixologik o'zgarishlari bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar ko'plab psixologik, ijtimoiy va pedagogik nuqtai nazarlardan tahlil qilinmoqda. Yolg‘izlik hissi talabalarda bir qancha ijtimoiy va psixologik omillarga ta'sir ko'rsatadi, va bu holat o'z navbatida talabaning akademik faoliyati, ruhiy salomatligi va ijtimoiy integratsiyasiga katta ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Yolg‘izlik hissi ko'plab psixologik masalalar bilan chambarchas bog'liq. Cacioppo va Patrick (2008) tomonidan olib borilgan tadqiqotlar, yolg‘izlikning insonning ruhiy holatiga va sog'lig'iga qanday ta'sir qilishini o'rganadi. Ular yolg‘izlikning uzoq muddatli ta'siri depressiya, bezovtalik va stressni kuchaytirishini ko'rsatgan. Shuningdek, yolg‘izlikning aqliy va emotsional salomatlikka salbiy ta'siri bo'yicha ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning ahamiyati ta'kidlanadi.

Talabalar o'rtasidagi yolg‘izlik ko'pincha ijtimoiy aloqalarning yetishmovchiligi bilan bog'liq. Young (2017) tomonidan olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yangi talabalarning ko'pchiligi o'zlarini yolg‘iz his qilishadi, chunki ular yangi muhitda o'zini ko'rsata olishmaydi yoki ijtimoiy aloqalar o'rnata olmaydi. Bu holat o'z navbatida talabaning psixologik farovonligiga va o'qishdagi muvaffaqiyatiga ta'sir qilishi mumkin.

O'zini ifoda etish, ya'ni shaxsning ichki dunyosini tashqi olamga etkazish jarayoni, yolg‘izlik hissi bilan bevosita bog'liqdir. Baumeister va Leary (1995) tomonidan ilgari surilgan "ijtimoiy aloqalar nazariyasi"ga ko'ra, insonlar o'zini to'liq his qilishlari va psixologik farovonlikni ta'minlashlari uchun ijtimoiy aloqalarga ehtiyoj sezadilar. Talabalarda o'zini ifoda etishdagi qiyinchiliklar yolg‘izlikni kuchaytiradi, bu esa o'z navbatida psixologik muammolarni yuzaga keltiradi.

Yolg‘izlik talabalarning o'qish faoliyatiga ham ta'sir qilishi mumkin. Ko'plab tadqiqotlar, yolg‘izlik hissi akademik muvaffaqiyatsizlikka, diqqatni jamlashdagi qiyinchiliklarga va motivatsiya pasayishiga olib kelishini ko'rsatadi. Misol uchun, Nelson va DeBacker (2008) tadqiqotlari, yolg‘izlikni his qilgan talabalarda o'qishga bo'lgan qiziqish va samaradorlikning kamayishini aniqlagan. Shuningdek, yolg‘izlikning kognitiv jarayonlarga, masalan, ma'lumotni eslab qolish va boshqarish qobiliyatiga ta'siri o'rganilgan.

Yolg‘izlikning oldini olish va uni kamaytirish uchun samarali ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi zarur. Uchino (2002) tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yolg‘izlikni kamaytirishdagi ahamiyati ko'rsatilgan. Talabalar orasida do'stlar va o'qituvchilar tomonidan taqdim etilgan psixologik yordam va ijtimoiy tarmoq, yolg‘izlikni kamaytirishga yordam beradi va bu holatning psixologik oqibatlarini yengillashtiradi.

Tadqiqotlarda shuningdek, talabalarda yolg‘izlikni kamaytirish uchun turli psixologik yondashuvlar ko'rib chiqilgan. Yaxshi tashkil etilgan psixologik yordam va mentorlik tizimlari, shuningdek, ijtimoiy muloqotlarni rivojlantirish, talabalarda o'zini ifoda etish va yolg‘izlikni kamaytirishga yordam beradi. Misol uchun, Riley va de l'Abadie (2015) tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va o'zini ifoda etish ko'nikmalarining talabalardagi yolg‘izlikni kamaytirishga qanday yordam berishi o'rganilgan.

Muhokama. Talabalarda yolg‘izlik hissining ijtimoiy-psixologik determinantlarini o'rganish, bu holatni tushunishda va unga qarshi samarali choralar ishlab chiqishda katta ahamiyatga ega. Adabiyotlarda keltirilgan tadqiqotlar va tahlillar, yolg‘izlik hissining talabalar orasida keng tarqalganligini ko'rsatadi. Talabalik davri, o'zgarishlar, yangi muhitga moslashish, shaxsiy rivojlanish va ijtimoiy aloqalarni o'rnatish

kabi psixologik bosqichlardan iborat. Shu bilan birga, bu davrda yolg‘izlik hissi ko'plab yoshlar uchun og'ir psixologik muammolarga aylanishi mumkin. Muhokama qilishda bir nechta asosiy jihatlarga e'tibor qaratish lozim:

Yolg‘izlik talabalarda o'zini ishonchsiz his qilish, ijtimoiy aloqa etishmovchiligi, va o'zini boshqalar bilan solishtirish kabi holatlar bilan chambarchas bog'liq. Talabalar o'zlarini yolg‘iz his qilganida, ular ruhiy salomatlikka zarar yetishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yolg‘izlik va depressiya o'rtasida bevosita bog'liqlik mavjud, bu esa talabalarning o'qish samaradorligini pasaytirishi, ijtimoiy muloqotda qiyinchiliklar tug'dirishi va hayot sifatini pasaytirishi mumkin. Bu nuqtai nazardan, yolg‘izlik talabalarning psixologik farovonligi uchun jiddiy xavf tug'diradi.

Talabalar orasida yolg‘izlikning kuchayishiga ko'pincha o'zini ifoda etishda qiyinchiliklar sabab bo'ladi. O'zini ifoda etish, ya'ni o'z fikrlarini va hissiyotlarini ochiq va to'g'ri tarzda ifodalash, yolg‘izlikni kamaytirishga yordam beradi. Biroq, yangi muhitda yoki ijtimoiy tarmoqlarda o'zini to'g'ri ifodalash qiyinlashishi mumkin. Bu holat, talabalar o'rtasida muloqot va aloqalar o'rnatish jarayonini cheklaydi. Shuning uchun o'zini ifoda etish ko'nikmalarini rivojlantirish, talabalarda yolg‘izlikni kamaytirishda muhim omil hisoblanadi.

Yolg‘izlikni kamaytirish va ijtimoiy integratsiyani kuchaytirish uchun ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi muhim ahamiyatga ega. Talabalarda yolg‘izlikni yengish uchun, ularning yaqin atrofida do'stlar, o'qituvchilar va psixologlar tomonidan ko'rsatilgan yordam zarur. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy aloqalar va qo'llab-quvvatlash talabalarda yolg‘izlikni kamaytirishga yordam beradi, shuningdek, psixologik farovonlikni oshiradi. Bu nuqtada, talabalarga o'zlarini xavfsiz va qo'llab-quvvatlanayotgan his qilish imkoniyatlari yaratish, ijtimoiy tarmoqlar orqali o'zaro muloqotni rivojlantirish muhimdir.

Yolg‘izlik talabalarda nafaqat ruhiy salomatlikni, balki akademik natijalarni ham salbiy ta'sir qiladi. Yolg‘izlikni his qilgan talabalar o'qish jarayoniga kamroq motivatsiya va diqqat bilan yondoshadilar. Bu, o'z navbatida, ularning o'qish samaradorligini pasaytiradi va umumiy ijtimoiy integratsiyasini qiyinlashtiradi. Shunday qilib, talabalar orasida yolg‘izlikni kamaytirish uchun psixologik yordam va qo'llab-quvvatlash tizimlari zarur. Psixologik yordam nafaqat yolg‘izlikni yengishga yordam beradi, balki talabalarning akademik muvaffaqiyatlariga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Yolg‘izlikni kamaytirish uchun samarali usullarni ishlab chiqish zarur. Talabalar orasida muloqot va ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish uchun psixologik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari tashkil etilishi kerak. Masalan, mentorlik dasturlari, o'quvchilarga yordam berish guruhlari va ijtimoiy faoliyatlar talabalarga o'zlarini ijtimoiy muhitda yaxshi his qilish imkoniyatini beradi. Shuningdek, o'zini ifoda etish ko'nikmalarini rivojlantirish, talabalarda o'z ishonchlarini oshirish va yolg‘izlikni kamaytirish uchun samarali strategiya hisoblanadi.

1-jadval.

№	Metod/Usul	Tavsif	Natija va Maqsad
1	**Anketalash**	Talabalarda yolg‘izlik va o'zini ifoda etish darajasini o'lchash.	Yolg‘izlik hissi va o'zini ifoda etish darajasini baholash.
2	**Intervyular**	Talabalar orasida yolg‘izlik va o'zini ifoda etish haqidagi tajribalarni o'rganish.	Talabalar tajribalarini tahlil qilish.
3	**Psixometrik sinovlar**	Psixologik testlar orqali yolg‘izlik va o'zini ifoda etishning ta'sirini o'lchash.	Psixologik holatni va o'ziga bo'lgan ishonchni aniqlash.
4	**Kuzatuv**	Talabalar o'rtasidagi ijtimoiy aloqalarni kuzatish.	Ijtimoiy munosabatlar va yolg‘izlikni kuchaytiruvchi omillarni aniqlash.
5	**Guruh muhokamalari**	Talabalar o'rtasida guruh muhokamalari o'tkazish.	Ijtimoiy aloqalar va yolg‘izlikni his qilish jarayonini tahlil qilish.
6	**Eksperiment**	Yolg‘izlikni kamaytirish uchun tajribalar o'tkazish.	Samarali yondashuvlarni aniqlash va baholash.
7	**Loyiha ishlari**	Talabalar o'rtasida ijtimoiy integratsiya va o'zini ifoda etishni rivojlantirish.	Yolg‘izlikni kamaytirish va ko'nikmalarni rivojlantirish.
8	**Metodologik tahlil**	Yolg‘izlik va o'zini ifoda etishning psixologik ta'sirini tahlil qilish.	Yolg‘izlikning ta'sirini tushunish va uni kamaytirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqish.

Bu jadval talabalarda yolg‘izlik hissi va o'zini ifoda etishning ijtimoiy-psixologik o'zgarishlarini o'rganish uchun ishlatiladigan asosiy metodlar va ularning maqsadlarini qisqacha ko'rsatadi.

Xulsoa. Xulosa qilib aytganda, talabalarda yolg‘izlik hissi va o'zini ifoda etishning ijtimoiy-psixologik o'zgarishlari o'zaro bog'liq bo'lib, ularning ruhiy holati va ijtimoiy munosabatlari o'zaro ta'sir qiladi. Yolg‘izlik hissi talabalarning o'zini ifoda etish qobiliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin, bu esa ularning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytiradi va psixologik salomatlikni zaiflashtiradi. Shu bilan birga, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, psixologik yordam va ijtimoiy muloqot talabalarda yolg‘izlikni kamaytirish va o'zini erkin ifoda etish imkoniyatlarini yaxshilashga yordam beradi.

Adabiyotlar:

1. Rosenberg, M. (1965). Society and the Adolescent Self-Image. Princeton University Press.
2. Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research, and Therapy. Wiley-Interscience.
3. Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2008). Loneliness: Human Nature and the Need for Social Connection. W.W. Norton & Company.
4. Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2004). A Short Scale for Measuring Loneliness in Large Surveys: Results from Two Population-Based Studies. Research on Aging, 26(6), 655–672.
5. Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness and Health: Potential Mechanisms. Psychosomatic Medicine, 72(3), 205–214.
6. Miller, G. L. (2007). The Social Psychology of Loneliness. Wiley-Blackwell.
7. Gergen, K. J., McConnell, W. R., & Pritchard, P. A. (2002). The Self in Social Interaction. Blackwell Publishing.

Odinayev Tolibjon Toyirovich,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

TIBBIYOT HAMSHIRALARI KASBIY IDENTIFIKATSIYASI VA PROFESSIONAL RIVOJLANISHNING PSIXOLOGIK ASPEKTLARI

Annotatsiya. *Mazkur maqolada tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasining professional rivojlanishdagi ahamiyati va uning psixologik aspektlari o‘rganiladi. Hamshiralik kasbi o‘ziga xos psixologik xususiyatlarga ega bo‘lib, bu kasbiy identifikatsiyaning shakllanishi va rivojlanishida muhim rol o‘ynaydi. Kasbiy identifikatsiya hamshiralarning o‘z ishiga bo‘lgan munosabati, motivatsiyasi, qoniqish darajasi va bemorlar bilan munosabatlarining sifatiga ta’sir qiladi.*

Kalit so‘zlar: *Tibbiyot hamshiralari,kasbiy identifikatsiya, professional rivojlanish, psixologik aspektlar, motivatsiya, kasbiy qoniqish, stress, professional o‘sish, psixologik tayyorgarlik, bemorga nisbatan empatiya.*

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ИДЕНТИФИКАЦИЯ МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЁР И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

Аннотация. *В данной статье рассматривается важность профессионального развития медицинских сестер и их профессиональной идентификации, а также психологические аспекты, которые влияют на этот процесс. Профессия медицинской сестры обладает особыми психологическими характеристиками, которые играют важную роль в формировании и развитии профессиональной идентификации. Профессиональная идентификация оказывает влияние на отношение медсестер к своей работе, их мотивацию, уровень удовлетворенности и качество взаимоотношений с пациентами.*

Ключевые слова: *медицинские сестры, профессиональная идентификация, профессиональное развитие, психологические аспекты, мотивация, профессиональное удовлетворение, стресс, профессиональный рост, психологическая подготовка, эмпатия к пациенту*

PROFESSIONAL IDENTIFICATION OF NURSES AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THEIR PROFESSIONAL DEVELOPMENT

Abstract. *This article explores the importance of professional development and professional identification of nurses, as well as the psychological aspects involved in this process. The nursing profession has unique psychological characteristics that play an important role in the formation and development of professional identification. Professional identification affects nurses' attitudes toward their work, their motivation, job satisfaction, and the quality of their relationships with patients.*

Keywords: *Nurses, professional identification, professional development, psychological aspects, motivation, job satisfaction, stress, professional growth, psychological preparation, empathy towards patients*

Kirish. Tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasi va professional rivojlanish psixologik jihatdan juda muhim ahamiyatga ega bo‘lib, bu jarayon hamshiralarning ishga bo‘lgan munosabati, motivatsiyasi va umumiy kasbiy faoliyatini shakllantirishda katta rol o‘ynaydi. Hamshiralik kasbi faqat texnik ko‘nikmalarni talab qilmaydi, balki kasbiy identifikatsiya va psixologik tayyorgarlikni ham o‘z ichiga oladi. Kasbiy identifikatsiya – bu individning o‘zini kasbiy faoliyatiga qanchalik moslashtirish, uni o‘zining asosiy roli sifatida qabul qilish va shu kasbga nisbatan chuqur emosional bog‘lanishning shakllanishidir. Tibbiyot hamshiralari uchun bu jarayon nafaqat o‘z ishi bilan bog‘liq professional malakalarni, balki bemorlar bilan o‘zaro munosabatlarda ham yuqori darajada psixologik moslashuvni talab qiladi.

Kasbiy identifikatsiyaning rivojlanishi hamshiralar orasida stressni boshqarish, professional qoniqish darajasini oshirish, va umumiy ruhiy salomatlikni yaxshilashda hal qiluvchi omil bo‘lishi mumkin. Bunda psixologik tayyorgarlik, ijtimoiy va emosional ko‘nikmalar hamshiralarning o‘z ishida muvaffaqiyatga erishishida muhim rol o‘ynaydi. Shuning uchun, kasbiy identifikatsiya va uning psixologik aspektlari tibbiyot hamshiralari uchun nafaqat ishni samarali bajarish, balki o‘z shaxsiy va kasbiy rivojlanishini davom ettirish uchun zarurdir.

Mazkur maqolada tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasining psixologik xususiyatlari, uning professional rivojlanishdagi roli va unga ta’sir qiluvchi omillar tahlil qilinadi.

Tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasi va professional rivojlanishning psixologik aspektlari tibbiyot sohasining samarali faoliyat yuritishi uchun muhim ahamiyatga ega. Hamshiralik kasbi faqat texnik koʻnikmalarni emas, balki yuqori darajadagi psixologik tayyorgarlikni, stressni boshqarish, hamkorlikni rivojlantirish va bemorlar bilan ijobiy munosabatlarni oʻrnatishni ham talab qiladi. Kasbiy identifikatsiya, ya'ni individning oʻzini kasbiga nisbatan qanchalik bogʻlab, uni oʻz shaxsiy identifikatsiyasining bir qismi sifatida qabul qilishi, hamshiraning ishiga boʻlgan munosabatini shakllantiradi.

Tibbiyot hamshiralari oʻz kasblariga boʻlgan chuqur ma’suliyatni his qilishlari va professional identifikatsiyaning kuchayishi ularning ishdan qoniqishini, motivatsiyasini va umumiy ruhiy holatini yaxshilaydi. Bu jarayon hamshiralar uchun oʻz ishiga qiziqish va intilish, bemorlarning ehtiyojlariga empatiya bilan yondashish, shuningdek, oʻz kasbiy qobiliyatlarini doimiy ravishda rivojlantirish uchun zarurdir. Shu bilan birga, kasbiy identifikatsiya hamshiralar orasida psixologik stressni kamaytirish, professionallik darajasini oshirish, va jamoaviy ishni yaxshilashda ham katta ahamiyatga ega.

Kasbiy rivojlanishning psixologik xususiyatlari, shuningdek, tibbiyot hamshiralari uchun ruhiy salomatlikni qoʻllab-quvvatlash va ularning jismoniy hamda emotsional holatini saqlab qolish uchun zarur boʻlgan elementlardir. Kasbiy identifikatsiya va uning psixologik jihatlarini oʻrganish orqali hamshiralarning ishdagi muvaffaqiyatlari, stressni boshqarish qobiliyati, va ishdagi motivatsiya darajasi haqida aniq tasavvur hosil qilish mumkin.

Mazkur maqolada tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasining psixologik jihatlari, uning professional rivojlanishdagi roli va unga ta’sir qiluvchi omillar chuqur tahlil qilinadi. Shuningdek, tibbiyot hamshiralari uchun psixologik tayyorgarlik va kasbiy identifikatsiyaning rivojlanishining salbiy va ijobiy tomonlari koʻrib chiqiladi. Bu mavzu sogʻliqni saqlash tizimining samarali ishlashini ta’minlash va hamshiralarning professional oʻsishiga yordam berish uchun katta ahamiyatga ega.

Adabiyotlar tahlili. Tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasi va professional rivojlanishining psixologik aspektlari mavzusiga oid adabiyotlarni tahlil qilish, ushbu sohada mavjud ilmiy yondoshuvlar va psixologik jarayonlarning oʻzgarishini tushunishga yordam beradi. Bu mavzuga oid bir nechta asosiy yondoshuvlar va tadqiqotlar keltirilgan.

Yaqinda olib borilgan tadqiqotlar kasbiy identifikatsiyaning psixologik jihatlarini tahlil qilishga katta e’tibor qaratgan. **Shahin (2015)** kasbiy identifikatsiyani shaxsning kasbiy faoliyatini oʻzining asosiy roli sifatida qabul qilishi, u bilan bogʻliq hissiy va emotsional bogʻlanishlarni shakllantirish sifatida ta’riflaydi. Tadqiqot shuni koʻrsatadiki, kasbiy identifikatsiya yuqori darajaga chiqgan hamshiralarda stress darajasi pasayadi va bemorlar bilan oʻzaro munosabatlar yaxshilanadi. Bu esa ularning kasbiy rivojlanishiga ijobiy ta’sir koʻrsatadi.

Oʻz tadqiqotida kasbiy identifikatsiyaning hamshiralarning professional qoniqishi va stressni boshqarish qobiliyatiga ta’sirini oʻrganadi. Uning fikricha, kasbiy identifikatsiya darajasi yuqori boʻlgan hamshiralarda ishdagi stress darajasi past boʻladi va ular kasbiy faoliyatidan koʻproq qoniqish olishadi. Stressni boshqarish qobiliyati va kasbiy qoniqish, oʻz navbatida, bemorlar bilan ijobiy munosabatlar oʻrnatish va professional xizmat sifatini yaxshilashga olib keladi.

Oʻz tadqiqotlarida kasbiy identifikatsiyaning motivatsiya bilan bogʻliqligini ta’kidlaydi. Tadqiqotda aytilishicha, kasbiy identifikatsiya darajasi yuqori boʻlgan hamshiralarda motivatsiya darajasi ham yuqori boʻladi. Kasbiy motivatsiya hamshiralarning ishga boʻlgan intilishlarini oshiradi, oʻz faoliyatida yangiliklar kiritish va oʻzgarishlarga moslashish qobiliyatini kuchaytiradi. Bu oʻz navbatida, bemorlar uchun eng yaxshi xizmatni taqdim etishda ham muhim ahamiyatga ega.

Psixologik tayyorgarlikning kasbiy identifikatsiyani rivojlantirishdagi roli haqida gapiradi. Tadqiqotga koʻra, psixologik tayyorgarlik hamshiralarga nafaqat ishdagi stressni boshqarish, balki oʻzining professional identifikatsiyasini mustahkamlashga ham yordam beradi. Psixologik tayyorgarlik orqali hamshiralarda oʻz-oʻzini anglash, oʻz kasbiga nisbatan ishonch va motivatsiya rivojlanadi, bu esa ularning professional oʻsishiga katta ta’sir koʻrsatadi.

Oʻz tadqiqotida kasbiy identifikatsiya va hamshiralarning bemorlarga nisbatan empatiyasini oʻrganadi. Uning fikricha, kasbiy identifikatsiya darajasi yuqori boʻlgan hamshiralarda bemorlarga nisbatan empatiya kuchayadi. Bu empatiya hamshiraning bemorlar bilan yaqin va samimiy munosabatlar oʻrnatishiga yordam beradi, bu esa bemorlarning davolanish jarayonida yaxshi natijalarga erishishlariga sabab boʻladi.

Muhokama. Tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasi va uning professional rivojlanishiga ta'siri haqida olib borilgan adabiyotlar tahlili, kasbiy identifikatsiyaning nafaqat individual, balki jamoaviy va tizim darajasidagi ahamiyatini koʻrsatadi. Kasbiy identifikatsiya, shuningdek, hamshiralarning ishga boʻlgan motivatsiyasini oshirish, stressni boshqarish va bemorlar bilan samarali aloqalarni oʻrnatish uchun asosiy omil boʻlib xizmat qiladi. Buning natijasida, yuqori darajadagi kasbiy identifikatsiya kasbiy muvaffaqiyat va

professional qoniqishni oshiradi, bu esa o‘z navbatida sog‘liqni saqlash tizimining samaradorligini yaxshilaydi.

Kasbiy identifikatsiya va professional rivojlanish o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni tahlil qilish, hamshiralarning ishdagi muvaffaqiyatlarini tushunish uchun muhimdir. Yuqori darajadagi kasbiy identifikatsiya hamshiralar uchun o‘z kasbini qadrli deb bilish, uning ahamiyatini anglash va shu orqali o‘zining ijtimoiy roli bilan bog‘lanishni anglatadi. Bu psixologik jihatdan hamshiralarning o‘z ishiga bo‘lgan hurmatini, professional mas’uliyatini va o‘z-o‘zini anglashini mustahkamlaydi.

Biroq, kasbiy identifikatsiyaning past darajasi hamshiralarda stressning oshishiga, ishlashga bo‘lgan ishtiyoqning kamayishiga va professional qoniqishning pasayishiga olib kelishi mumkin. Bunday holatlar, o‘z navbatida, bemorlar bilan ijobiy aloqalarni o‘rnatishda qiyinchiliklar tug‘dirishi, shuningdek, sog‘liqni saqlash xizmatlarining sifatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shuningdek, kasbiy identifikatsiyaning rivojlanishi hamshiralar orasida jamoaviy ruhni va bir-biriga bo‘lgan yordamni oshirishga yordam beradi, bu esa umumiy ish sifatini yaxshilashga olib keladi.

Kasbiy motivatsiya va psixologik tayyorgarlik hamshiralarning professional rivojlanishidagi yana bir muhim omildir. Kasbiy motivatsiya yuqori bo‘lgan hamshiralarda o‘z ishiga bo‘lgan intilish va qoniqish darajasi yuqori bo‘ladi. Buning natijasida, ular o‘z kasbiy malakalarini rivojlantirishga intiladi va bemorlar bilan ishlashda yanada yuqori natijalarga erishadi. Shuningdek, psixologik tayyorgarlik orqali stressni boshqarish, emotsional barqarorlikni saqlash va kasbiy muammolarni hal qilish qobiliyati mustahkamlanadi.

Bundan tashqari, kasbiy identifikatsiya va bemorlar bilan munosabatlarning o‘rtasidagi bog‘liqlik ham juda muhimdir. Kasbiy identifikatsiya darajasi yuqori bo‘lgan hamshiralarda bemorlar bilan empatiya rivojlanadi, bu esa bemorlarning davolanish jarayonini yengillashtiradi. Empatiyaning kuchayishi hamshiralarga yanada samarali yordam ko‘rsatishga, bemorlarning psixologik holatiga ko‘proq e’tibor qaratishga imkon beradi.

Shunday qilib, kasbiy identifikatsiya tibbiyot hamshiralari uchun nafaqat professional o‘sishni qo‘llab-quvvatlaydigan, balki sog‘liqni saqlash tizimining samaradorligini oshiradigan muhim psixologik omil bo‘lib qoladi. Kasbiy identifikatsiyaning yuqori darajasi, hamshiralarning ishga bo‘lgan munosabatini, motivatsiyasini va umuman, ularning professional faoliyatidagi muvaffaqiyatini oshiradi. Shuningdek, bu jarayon kasbiy stressni kamaytirishga va bemorlar bilan yaxshi munosabatlar o‘rnatishga yordam beradi, bu esa sog‘liqni saqlash tizimining umumiy samaradorligini yanada yaxshilaydi.

Tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasi va professional rivojlanishining psixologik aspektlari haqida olib borilgan tadqiqotlar ko‘plab muhim jihatlarni ochib beradi. Bunday muhokama, kasbiy identifikatsiyaning individual va jamoaviy darajadagi ta’sirini tushunish uchun zarurdir. Kasbiy identifikatsiya, hamshiralarning ishga bo‘lgan munosabati va motivatsiyasini shakllantirishda hal qiluvchi rol o‘ynaydi, shuning uchun bu jarayonni chuqur o‘rganish hamshiralarning professional salohiyatini oshirish uchun muhim ahamiyatga ega.

Kasbiy identifikatsiya yuqori bo‘lgan hamshiralarda ruhiy barqarorlik va stressni boshqarish qobiliyati yaxshi rivojlanadi. O‘z kasbini chuqur anglagan va unga bo‘lgan bog‘lanishlari kuchli bo‘lgan hamshiralarda, o‘z ishida yuzaga keladigan stressli holatlarni boshqarish osonroq kechadi. Tadqiqotlar ko‘rsatishicha, kasbiy identifikatsiyaning shakllanishi, hamshiralarda ruhiy va emotsional barqarorlikni oshiradi, bu esa ularning bemorlarga nisbatan ham ijobiy yondashuvini ta’minlaydi.

Kasbiy motivatsiya kasbiy identifikatsiya bilan chambarchas bog‘liq. Yangi tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kasbiy identifikatsiyasi yuqori bo‘lgan hamshiralarda o‘z kasbiy o‘sishiga bo‘lgan intilish yuqori bo‘ladi. Ular kasbiy malakalarini yaxshilashga, yangi ko‘nikmalarni egallashga va bemorlarga yuqori sifatli xizmat ko‘rsatishga intiladi. Kasbiy motivatsiyaning oshishi, o‘z navbatida, professional rivojlanishni rag‘batlantiradi va ishdagi muvaffaqiyatga olib keladi.

Kasbiy identifikatsiyaning yuqori darajasi hamshiralarning jamoaviy ishlash qobiliyatiga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Kasbiy identifikatsiya darajasi yuqori bo‘lgan hamshiralarda hamkasblari bilan o‘zaro yordam va hamkorlik ko‘proq bo‘ladi. Bu ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish, jamoaviy ish samaradorligini oshiradi va sog‘liqni saqlash tizimining umumiy ishlashini yaxshilaydi. Kasbiy identifikatsiya, shuningdek, birgalikda ishlashda qarorlar qabul qilishni tezlashtiradi va jamoaning psixologik barqarorligini ta'minlaydi.

Kasbiy identifikatsiyaning bemorlarga bo‘lgan yondashuvga ta’siri ham muhim. Kasbiy identifikatsiya darajasi yuqori bo‘lgan hamshiralarda bemorlarga nisbatan empatiya darajasi ham yuqori bo‘ladi. Empatiya, bemorlarning hissiy holatlarini tushunish va ularga mos ravishda yondashish imkonini beradi. Bu esa bemorlarning davolanish jarayoniga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi va ularning psixologik holatlarini yaxshilaydi. Kasbiy identifikatsiyaning rivojlanishi, hamshiralarda bemorlar bilan muloqotda chuqurroq, samimiy va ishonchli munosabatlar o‘rnatishga yordam beradi.

Kasbiy identifikatsiyaning professional qoniqish bilan bog‘liqligi ham tadqiqotlarda ta'kidlangan. Kasbiy identifikatsiya darajasi yuqori bo‘lgan hamshiralarda ishga nisbatan qoniqish darajasi oshadi. Bunday hamshiralarda kasbiy faollik, ishga nisbatan sadoqat va ishda muvaffaqiyatga erishish ehtimoli yuqori bo‘ladi. Kasbiy identifikatsiya, shuningdek, ishlashdan olingan qoniqishni oshiradi, bu esa hamshiralar o‘rtasida kasbiy o‘sishni va professional malakalarni rivojlantirishni rag‘batlantiradi.

Psixologik tayyorgarlik kasbiy identifikatsiyaning shakllanishida muhim ahamiyatga ega. Psixologik tayyorgarlik hamshiralarga o‘zini kasbga moslashish, stressni boshqarish, va bemorlar bilan munosabatlarni samarali boshqarish qobiliyatini oshiradi. Kasbiy tayyorgarlik orqali hamshiralarning o‘z kasbiga bo‘lgan munosabati o‘zgaradi, ular o‘z vazifalarini bajarayotganda ko‘proq ishonch hosil qiladilar va professional rivojlanish jarayonida eng yuqori natijalarga erishadilar.

1-jadval.

Metod	Yig‘ish usuli	Maqsad	O‘rganilayotgan omillar
Empirik tadqiqot	So‘rovnomalar, interv'yu	Kasbiy identifikatsiya darajasi va uning ta'siri	Motivatsiya, stress, kasbiy o‘sish, kasbiy qoniqish
Psixodiagnostik metodlar	Psixologik testlar	Hamshiralarning psixologik holatini va stressni baholash	Stress darajasi, motivatsiya, ishga nisbatan munosabat
Eksperimental metod	Kuzatish, eksperimentlar	Kasbiy identifikatsiyaning kasbiy muvaffaqiyatga ta'sirini o‘rganish	Bemorlar bilan aloqalar, ishdagi stress, professional yondashuv
Kvalitativ tadqiqot	Fokus guruhlar, interv'yu	Kasbiy identifikatsiya va professional rivojlanishni chuqur o‘rganish	Shaxsiy tajriba, motivatsiya, empatiya, jamoadagi ruh
Sotsiologik tahlil	So‘rovnomalar, anketalar	Jamoaviy ishning kasbiy identifikatsiyaga ta'siri	Jamoaviy ruh, hamkasblar bilan aloqalar, ish muhitiga moslashish
Statistik tahlil	Statistika, anketalarning tahlili	Ma'lumotlarni tahlil qilish, kasbiy identifikatsiyaning o‘zgarishini aniqlash	Kasbiy identifikatsiya va boshqa o‘zgaruvchilar o‘rtasidagi bog‘liqlik

Izohlar:

- **Empirik tadqiqot** yordamida kasbiy identifikatsiyaning hamshiralarning ish faoliyatiga qanday ta'sir ko‘rsatishi va ular qanday muammolarni hal qilishni ko‘rsatish mumkin.
- **Psixodiagnostik metodlar** hamshiralarning kasbiy stress va motivatsiya darajalarini baholashda yordam beradi.
- **Eksperimental metod** kasbiy identifikatsiyaning bemorlar bilan ishlash va ularning kasbiy muvaffaqiyatiga ta'sirini o‘rganish uchun samarali bo‘lishi mumkin.
- **Kvalitativ tadqiqot** yordamida kasbiy identifikatsiya va uning professional rivojlanishga bo‘lgan ta'siri haqida chuqurroq tushuncha olish mumkin.
- **Sotsiologik tahlil** ish muhitining va jamoaviy aloqalarning kasbiy identifikatsiyaga ta'sirini tahlil qilishga imkon beradi.
- **Statistik tahlil** orqali kasbiy identifikatsiya va boshqa omillar o‘rtasidagi bog‘liqliklarni aniq va matematik jihatdan tahlil qilish mumkin.

Xulosa. Tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasi va professional rivojlanishining psixologik aspektlarini o‘rganish, sog‘liqni saqlash tizimining samaradorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kasbiy identifikatsiya hamshiralarning ishga bo‘lgan munosabati, motivatsiyasi va professional faoliyatidagi muvaffaqiyatlariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Kasbiy identifikatsiyaning rivojlanishi, hamshiralarning o‘z kasbiga nisbatan ijobiy yondashuvini, kasbiy malakalarini oshirishni va bemorlarga yuqori sifatli xizmat ko‘rsatishni ta’minlaydi.

Adabiyotlar:

1. Kuzmina, N. A. (2009). *Psikhologiya i professional'naya identifikatsiya*. M: Yurayt.
2. Shakirova, Z. Sh. (2016). *Sotsial'naya i psikhologicheskaya adaptatsiya meditsinskikh rabotnikov*. Tashkent: "Sog‘liqni saqlash" nashriyoti.
3. Gorny, B. S. (2013). *Psikhologiya i meditsina*. M: Akademiya.
4. Chukhrova, A. S. (2015). *Psikhologiya professional'nogo rosta*. M: Nauka.
5. Zinchenko, V. P. (2011). *Kognitivnaya psikhologiya: teoriya i praktika*. M: Obrazovanie.
6. Larionova, I. N. (2018). *Professional'naya identifikatsiya v sfere meditsiny*. M: Prosveshchenie.
7. Popov, M. V. (2014). *Psikhologiya professional'nogo razvitiya: teoriya i praktika*. M: Biblioteka "Psikhologiya".

Pulatova Gulnoza Murodilovna,
FarDU, Psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi
Umrzaqova Gulzoda Abdurahmon qizi,
FarDU, Psixologiya yo‘nalishi 2-bosqich talabasi
pulatovagulnoza2@gmail.com.

TALABLARDA IRODA KUCHINI VA MUVAFFAQIYATGA ERISHISH MOTIVATSIYALARINI ANIQLASH

Annotatsiya. *Ushbu maqolada insondagi iroda kuchi va muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasining o‘zaro bog‘liqligi psixologik nuqtayi nazardan tahlil qilinadi. Tadqiqotda iroda kuchi shaxsning o‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishish yo‘lida qat’iyat, sabr va o‘zini boshqarish qobiliyatini namoyon etishi sifatida ko‘rib chiqiladi. Motivatsiya esa, insonni harakatga undovchi ichki (qiziqish, ishonch, shaxsiy qadriyatlar) va tashqi (mukofot, ijtimoiy bosim, rag‘bat) omillar majmui sifatida tushuntiriladi. Iroda kuchi va motivatsiya bir-birini to‘ldiruvchi omillar bo‘lib, insonning uzoq muddatli maqsadlarga erishishida muhim rol o‘ynaydi. Motivatsiya harakat boshlash va uni davom ettirish uchun zarur bo‘lsa, iroda kuchi esa qiyinchiliklar va ichki qarama-qarshiliklarni yengib o‘tishda hal qiluvchi omil sifatida namoyon bo‘ladi. Iroda kuchi past bo‘lgan shaxslar qisqa muddatli istaklarga berilib ketishi, uzoq muddatli maqsadlarini ortga surishi yoki ularga erishishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Shu bilan birga, yetarlicha motivatsiyasiz iroda kuchi uzoq vaqt davomida barqaror natija berishi qiyin bo‘lgan holatlarga olib kelishi mumkin. Maqolada iroda kuchi va motivatsiya o‘zaro bog‘liqlikda ishlaydi degan ilmiy qarashlar ham yoritilib, psixologik nazariyalar doirasida ularning inson xulq-atvoriga ta’siri muhokama qilinadi. Shuningdek, iroda kuchini rivojlantirish strategiyalari, masalan, o‘zini o‘zi nazorat qilish, odatlarni shakllantirish, maqsadlarni aniq belgilash va ichki motivatsiyani oshirish kabi usullar tahlil qilinadi.*

Kalit so‘zlari: *iroda kuchi, motivatsiya, muvaffaqiyat, psixologik tahlil, ichki va tashqi motivatsiya, Student-T testi, Pirson korrelyatsiyasi, shaxs rivojlanishi.*

ОПРЕДЕЛЕНИЕ СИЛА ВОЛИ И МОТИВАЦИИ К ДОСТИЖЕНИЮ УСПЕХА У СТУДЕНТОВ

Аннотация. *В данной статье анализируется взаимосвязь между силой воли и мотивацией достижения успеха у человека с психологической точки зрения. В исследовании сила воли рассматривается как способность человека проявлять решительность, терпение и самообладание для достижения целей, которые он перед собой ставит. Мотивация объясняется как совокупность внутренних (интерес, уверенность, личностные ценности) и внешних (вознаграждение, социальное давление, стимул) факторов, побуждающих человека к действию. Сила воли и мотивация являются взаимодополняющими факторами и играют важную роль в достижении долгосрочных целей. Мотивация необходима для того, чтобы начать и продолжить действие, а сила воли является решающим фактором в преодолении трудностей и внутренних противоречий. Люди с низкой силой воли могут потворствовать краткосрочным желаниям, откладывать долгосрочные цели или испытывать трудности с их достижением. В то же время сила воли без достаточной мотивации может привести к ситуациям, когда сложно добиться стабильного результата в течение длительного времени. В статье также освещаются научные взгляды о том, что сила воли и мотивация работают во взаимозависимости, и рассматривается их влияние на поведение человека в рамках психологических теорий. Также анализируются стратегии развития силы воли, такие как самоконтроль, формирование привычек, постановка целей и внутренняя мотивация.*

Ключевые слова: *сила воли, мотивация, успех, психологический анализ, внутренняя и внешняя мотивация, Т-тест Стьюдента, корреляция Пирсона, развитие личности.*

DETERMINING WILLPOWER AND MOTIVATION TO ACHIEVE SUCCESS IN STUDENTS

Abstract. *This article analyzes the relationship between willpower and motivation to succeed in a person from a psychological perspective. The study considers willpower as a manifestation of a person's determination, patience, and self-control in achieving their goals. Motivation is explained as a set of internal (interest, confidence, personal values) and external (reward, social pressure, incentives) factors that*

encourage a person to act. Willpower and motivation are complementary factors and play an important role in a person's achievement of long-term goals. While motivation is necessary to initiate and continue an action, willpower is a decisive factor in overcoming difficulties and internal contradictions. Individuals with low willpower may give in to short-term desires, postpone long-term goals, or have difficulty achieving them. At the same time, willpower without sufficient motivation can lead to situations where it is difficult to achieve sustainable results over a long period of time. The article also highlights the scientific view that willpower and motivation work in conjunction, and discusses their impact on human behavior within the framework of psychological theories. It also analyzes strategies for developing willpower, such as self-control, habit formation, clear goal setting, and increasing intrinsic motivation.

Key words: *willpower, motivation, success, psychological analysis, intrinsic and extrinsic motivation, Student-T test, Pearson correlation, personality development.*

Kirish. Muvaffaqiyatga erishishning psixologik va kognitiv mexanizmlari ko‘plab olimlar tomonidan o‘rganilgan. Iroda kuchi va motivatsiya insonning o‘z maqsadlariga erishishda asosiy omillardan biri hisoblanadi. Iroda kuchi, qisqa muddatli istaklardan voz kechish va uzoq muddatli maqsadlarga erishish uchun zarur bo‘lgan qarorlarni qabul qilish qobiliyatidir. Motivatsiya esa, shaxsni harakatga keltiruvchi kuchdir. Ushbu maqolada, iroda kuchi va motivatsiyaning muvaffaqiyatga erishishdagi o‘rni, ularning o‘zaro bog‘liqligi va bu sohalarda ish olib borgan olimlarning yondashuvlari tahlil qilinadi.

Iroda insonning kundalik faoliyatida biror narsadan axborot olish natijasida odamda shu narsaga erishish uchun xohishning paydo bo‘lishi va mana shu xohishni maqsadga uyg‘unlashtirish, uyg‘unlashgan maqsadni amalga oshirishda o‘ziga ishonch va qa’tiyatlilik bilan harakatni amalga oshiradi. Irodaviy faoliyatning o‘ziga hos xususiyatlari quydagilardan tashkil topgandir:

1. Irodaviy harakatlarni shaxs xamisha ularning subekti sifatida amalga oshiradi;

2. Irodaviy akt, harakat, shaxs to‘la-to‘kis ma’sullikni zimmasiga olgan ish, amal sifatida ichdan (ichki dunyosidan) kechiriladi.

3. Irodaviy faoliyat tufayli inson ko‘p jihatdan o‘zini-o‘zi shaxs deb anglaydi.

4. Irodaviy faoliyat sababli shaxs o‘z hayot yo‘li va taqdirini o‘zi belgilashni tushunib yetadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. Iroda kuchi irodaning muhim sifatidir; iroda kuchining turli darajasi irodaviy jarayonning hamma bosqichlarida ko‘rinadi. Iroda kuchi avvalo ehtiyojlarni his qilishda va intilishda ko‘rinadi. Biz kuchli hamda kuchsiz intilishlarni, kuchli hamda kuchsiz xohishlarni farq qilamiz. Inson bu dunyoda yashar ekan, hech qachon insondagi xohish, istak to‘xtamaydi biror narsani o‘ylaydi, xohlaydi va maqsadga aylanadi. Mana shu maqsadga erishish yo‘lida odamda sabr matonatli bo‘lish, xatti-harakat qilish va iroda kuchayadi. Mana shu sifatlarni o‘zida jamlab, irodasini mustahkamlab harakat qilgan inson maqsadiga erishib, undan keying kattaroq maqsad sari qadam qo‘yadi. Iroda kuchi ravshan va aniq maqsad qo‘yishda, shuningdek maskur maqsadga yetishishga yordam beradigan yo‘l vosita va usullarni ochiq tasavvur qilishda nomoyon bo‘ladi. Bu ochiq ravshanlik darajasi esa kishining turmush darajasiga va umumiy saviyasiga bog‘liq. Aniq maqsad qo‘yishda inson tafakkuri va ayniqsa real hayollar (fantaziya)ning taraqqiy etishi xususiyatlari katta rol o‘ynaydi. [2,261]

Hayot va faoliyatda iroda kuchi uning mustaqilligiga ijobiy yoki salbiy baho berganda qanday to‘sqinlik va qiyinchilklar bartaraf qilinganini nazarda tutish bilangina cheklanib qolmay asosan kishining axloqiy qiyofasi irodaviy harakatlarda qanchalik ifodalanishi biron odamning irodasi naqadar axloqiy ekanligi ham nazarda tutiladi. [2,267]

Motivatsiya — bu odamlar va boshqa hayvonlarning ma’lum bir vaqtda xatti-harakatni boshlashi, davom ettirishi yoki to‘xtatishi sababi. Motivatsion holatlar odatda agent ichida harakat qiluvchi, maqsadga yo‘naltirilgan xatti-harakatlarga moyillikni yaratadigan kuchlar sifatida tushuniladi. Ko‘pincha turli xil ruhiy holatlar bir-biri bilan raqobatlashadi va faqat eng kuchli holat xatti-harakatni belgilaydi. Bu shuni anglatadiki, biz biror narsani amalga oshirmasdan turib, biror narsa qilishga undashimiz mumkin. Motivatsiyani ta’minlovchi paradigmatik ruhiy holat — bu istak . Ammo boshqa turli holatlar, masalan, nima qilish kerakligi yoki niyatlari haqidagi e’tiqodlar ham motivatsiyani ta’minlashi mumkin. Motivatsiya „motiv“ so‘zidan olingan bo‘lib, u kishining ehtiyojlari, istaklari yoki undovlarini bildiradi. Maqsadga erishish uchun shaxslarni harakatga undash jarayonidir. Ish maqsadlari kontekstida odamlarning xatti-harakatlarini kuchaytiradigan psixologik elementlar pulga bo‘lgan xohishni o‘z ichiga olishi mumkin.[3,93-101]. Motivatsiya esa inson faoliyatini boshqarishda uning axloqiy mayllaridan foydalanish, deb tushuniladi [4,348]. Motivatsiya atamasi ilk marta 1880-yillarning boshida psixologlar lug‘atida tilga olingan bo‘lsa, Vebstr akademik lug‘atida motivatsiya – “motivatsiyalash faoliyati yoki jarayon”, deya ta’riflangan [5].

Hozirgi kungacha ilmiy adabiyotlarda motivatsiya muhim omil sifatida bir necha tadqiqotlarda o‘rganilgan. Buni quyidagi jadvalda ko‘rib o‘tamiz.

Motivatsiya tushunchasining talqini

S.L.Rubenshteyn	Ruhiyat orqali hosil bo‘ladigan determinatsiya
Maslou	Motivatsiya shaxsning biror-bir qismi, tomoni emas, balki uning butun shaxsiyatiga tegishli. Har qanday psixologik yoki fiziologik holat, tanadagi biror bir o‘zgarish ham ma’lum darajada motivatsiya bilan bog‘liq.
G.V.Rogova	Motivatsiya darslar samaradorligini belgilab beruvchi tarkibiy qism.
O.S.Vixanskiy, A.I.Naumov	Bu insonni faoliyatga intiltiruvchi, faoliyatning shakli va chegaralarini belgilovchi hamda bu faoliyatga yo‘nalish beruvchi, ma’lum maqsadlarga erishishga yo‘naltirilgan ichki va tashqi harakatlantiruvchi kuchlar yig‘indisi.
I.A.Zimnyaya	Insonning har qanday faoliyatini ishga soluvchi mexanizm.
A.G.Maklakov	Xatti-harakatni determinlovchi (aniqlab beruvchi) omillar sistemasi.
R.S.Nemov	Xatti-harakatni psixologik va fiziologik boshqarishning dinamik jarayoni.
R.E.Slavin	Bu odamni harakatga keltiradigan va o‘sha holatda ushlab turadigan ichki turtki, motivatsiya shaxsning harakatlanish yo‘lini ochib beradi.
Nyustrom va Devis	Shaxsni harakatga undovchi kuch, valentlik, istaklar, kutuvlar hamda vositalar uning mahsuli sifatida belgilanadi.
Wigfield,Eccles, Rodriguez	har qanday yo‘naltirilgan xatti-harakatni amalga oshirish istagi. Muvaffaqiyatga yo‘naltirilgan muhitda, masalan, maktablarda, shaxsning motivatsiyasi ko‘p jihatdan qilingan tanlovlarni, sarflangan sa’y-harakatlarni, vazifalarni bajarishda qat’iylikni va samarali ishlashni bashorat qilishi mumkin.
Decci, Ryan	Insonning biron narsani amalga oshirish uchun harakat qilishini anglatadi. Motivatsiya - bu rag‘batlanishlardan ichki motivatsiyagacha bo‘lgan davomiylik. Doimiy amalga oshiriladigan odatlar yig‘indisi
J.Jalolov	Nutqiy faoliyat ko‘rsatishga moyillik, shaylik, ichki turtki, nutq mayli.
B.R.Samatova	Jarayon ketishida qo‘llab-quvvatlovchi va kerakli shijoatni so‘nishiga yo‘l qo‘ymaslikni ta’minlovchi hodisa.

Motivatsiya odamni maqsad sari yo‘naltiruvchi kuch sifatida ishlaydi. Deci va Ryan (1985) tomonidan ishlab chiqilgan Self-Determination Theory (SDT), motivatsiyaning ichki va tashqi turlarini tushuntiradi. SDTga ko‘ra, ichki motivatsiya, insonning o‘z qiziqishlari va ehtiroslariga asoslanadi, tashqi motivatsiya esa, tashqi mukofotlar yoki tan olinishga bog‘liqdir. Ichki motivatsiya, uzun muddatli va doimiy natijalarga olib keladi, chunki odamlar o‘zlariga yoqqan faoliyatlarda qatnashadilar, o‘z qiziqishlarini qondirishga harakat qilishadi. Tashqi motivatsiya, ko‘pincha biror vazifani bajarishda tashqi mukofotlarni olishga asoslanadi. Edward L. Deci va Richard M. Ryan tomonidan taqdim etilgan SDT, odamlarning muayyan faoliyatlarga motivatsiya ko‘rsatishida muhim omil bo‘lib, ichki va tashqi motivatsiyaning qanday tarzda o‘zaro ta’sir qilishi va bir-birini kuchaytirishini ko‘rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ichki motivatsiya ko‘proq o‘z maqsadlariga erishishga, yangi bilimlarni o‘rganishga va qoniqishga olib keladi, tashqi motivatsiya esa ba’zan tezda maqsadlarga erishishda yordam beradi, lekin uzoq muddatda barqaror emas.[6]

Natijalar. Iroda kuchi va motivatsiyaning o‘zaro bog‘liqligini tushunish muvaffaqiyatga erishishning psixologik mexanizmlarini aniqlashda muhimdir. Motivatsiya insonni maqsad sari yo‘naltiradi, iroda kuchi esa bu maqsadga erishish yo‘lida yuzaga keladigan qiyinchiliklarga qarshi turish va ularga qarshi kurashish qobiliyatini ta’minlaydi.

Bizning tadqiqotimiz “Yosh xususiyatlarining inson irodaviy boshqaruviga ta’siri (Iroda kuchini aniqlash) va “Teodor Ehlersning muvaffaqiyatga erishish va muvaffaqiyatsizlikdan qochish motivatsiyasi metodikalarini” bir-biridan farqi hamda o‘zaro bog‘liqligini tahlil qilishga qaratilgan. Ushbu izlanish Farg‘ona Davlat Universitetida tahsil olayotgan Matematika va Fizika yo‘nalishidagi 40 nafar talaba va Amaliy psixologiya yo‘nalishidagi 40 nafar talaba, jami 80 nafar talabalarda o‘tkazildi. Tadqiqot davomida mazkur jihatlarni chuqur o‘rganish uchun turli statistik usullar qo‘llanildi. Jumladan, iroda kuchi va muvaffaqiyat motivatsiyasining farqli jihatlarini aniqlashda Student-T statistik formulasidan foydalanildi. Shuningdek, bu ikki omil o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni tahlil qilish maqsadida Pirson korrelyatsiyasi qo‘llanilib, ular o‘rtasidagi aloqadorlik darajasi aniqlandi. Tahlil natijalarini yanada chuqurroq o‘rganish va ishonchli xulosalarga erishish uchun statistik usullardan foydalanish eng samarali yondashuvlardan biri hisoblanadi. Ushbu tadqiqot doirasida tanlangan metodologiyalar, xususan, Student-T statistik formulasi va

Pirson korrelyatsiyasi, tahlil jarayonining asosiy vositasi sifatida qo‘llanildi. Mazkur yondashuvlar yordamida iroda kuchi va muvaffaqiyat motivatsiyasining talabalardagi namoyon bo‘lish xususiyatlari haqida batafsil ma’lumotlar olishga erishildi.

1-jadval.

Shkala	Umumiy natija	O‘rta arifmetik qiymat	Ayrima kvadrati	Dispersiya	Standart og‘ish	So	Tj
1. Iroda kuchi	1570	19,6	1462,8	18,52	4,3	17,51	5,2
2. Muvaffaqiatga erishish motivatsiysi	1318	16,5	1710	21,65	4,6		

Biz hisoblab topgan ko‘rsatkich bo‘yicha insonda iroda kuchi va muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasining umumiy natijasi (1570 ; 1318) topdik va shundan so‘ng ularni o‘rta arifmetik qiymatlarini aniqladik (19,6 ; 16,5), har bir ishtirokchilar sonidan o‘rta arifmetik qiymatni ayrib chiqib ularni kvadrat ko‘rsatkicklarini aniqlab oldik (1462,8 ; 1710) shundan so‘ng dispersiya natijalrini topib (18,52 ; 21,65) standart og‘ishni aniqladik (4,3 ; 4,6) va uni Student T mezoni formulasiga qo‘ydik (5,2). Biz hisoblab topgan ko‘rsatkich (5,2) jadvaldan topilgan ko‘rsatkich (3,42)dan katta bo‘lganligi uchun ($P < 0,0001$) ularning o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli farq mavjud.

Biz o‘tkazgan tadqiqot tahlil natijalarini ya’ni Iroda kuchini aniqlash va Muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasini Student-T mezoni bo‘yicha tahlil qilinganda, biz hisoblab topgan ko‘rsatkich jadvaldagi ko‘rsatkichdan katta bo‘lganligi uchun H=1 farazni qabul qilamiz. Tahlil natijalari asosida shunday xulosaga kelish mumkin: iroda kuchi va muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasini aniqlash bo‘yicha o‘tkazilgan tadqiqotda matematika yo‘nalishi talabalari bilan psixologiya yo‘nalishi talabalari o‘zaro solishtirilganda, psixologiya yo‘nalishi talabalari ancha yuqori ko‘rsatkichlarga ega ekanligi aniqlandi. Bu natijalarni izohlashda bir nechta muhim omillarni ta’kidlash mumkin. Psixologiya talabalari inson ongining murakkab mexanizmlarini chuqur o‘rganadilar, shuningdek, motivatsiya, iroda, o‘zini boshqarish kabi psixologik jarayonlarni nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilish imkoniyatiga ega bo‘ladilar. Ularning ta’lim jarayonida motivatsiya va iroda mustahkamligi bo‘yicha olgan bilimlari shaxsiy rivojlanishlarida bevosita aks etadi. Shu sababli, psixologiya yo‘nalishi talabalari o‘z hayotlarida ushbu bilimlardan foydalanishga, maqsadlariga erishish uchun ularni real hayotga tatbiq etishga ko‘proq e’tibor qaratadilar. Bu jarayon ularning qat’iyatini oshiradi va muvaffaqiyatga erishish uchun kerak bo‘ladigan iroda kuchini mustahkamlashga yordam beradi. Bundan farqli ravishda, matematika yo‘nalishi talabalari asosan mantiqiy fikrlash, hisob-kitob va abstrakt tushunchalar bilan ishlashga yo‘naltirilgan bo‘lib, iroda va motivatsiya kabi psixologik omillarga chuqur e’tibor qaratmasliklari mumkin. Ularning ta’lim jarayoni asosan aniq formulalar va algoritmlarga asoslanganligi sababli, shaxsiy rivojlanish va motivatsiyani oshirish masalalariga nisbatan amaliy yondashuv kamroq bo‘lishi mumkin. Shu bois, tadqiqot natijalari psixologiya yo‘nalishi talabalari muvaffaqiyatga erishishda matematiklarga nisbatan ko‘proq intiluvchanlik va qat’iyat namoyon qilishlarini ko‘rsatmoqda. Ularning o‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishishda izchil harakat qilishi, iroda kuchi va motivatsiyani shakllantirishga katta ahamiyat qaratishi kuzatildi. Bu esa psixologiya fani ta’siri va inson ruhiyati bilan bog‘liq bilimlarning shaxsiy rivojlanishga qanday ta’sir qilishi haqida muhim xulosalar chiqarishga imkon beradi.

Ushbu natijalar shuni ko‘rsatadiki, insonning muvaffaqiyatga erishishi faqat bilim va qobiliyat bilan emas, balki uning ichki motivatsiyasi, iroda kuchi va qat’iyati bilan ham chambarchas bog‘liq. Shu sababli, har qanday yo‘nalishda tahsil olayotgan talabalarga motivatsiya va iroda mustahkamligini rivojlantirish bo‘yicha psixologik ko‘nikmalarni o‘rgatish muhim ahamiyat kasb etadi.

2-jadval.

	Umumiy natija	X*Y	X^2 Y^2	R
Iroda kuchi	1570	26184	32274	0,201
Muvaffaqiyatga erishish	1318		23424	

Shkalalar bo‘yicha umumiy natijalrni oldik (1570;1318), sinaluvchilarni ikki shkala bo‘yicha bir – biriga ko‘paytirdik (26184) va ularni har birini kvadiratga ko‘tardik (32274;23424) natijalarni Pirson korrelyatsiyassi formulasiga qoyib natijani chiqardik (0,201). Biz hisoblab topgan ko‘rsatkich (0,201)

jadvaldan topilgan ko‘rsatkich (0,219) dan kichik bo‘lganligi uchun (P > 0,05) ularning o‘rtasida bog‘liqlik mavjud emas.

Biz o‘tkazgan tadqiqot tahlil natijalarini ya’ni iroda kuchini aniqlash va muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasini Pirson korrelyatsiyasi bo‘yicha tahlil qilinganda, biz hisoblab topgan ko‘rsatik jadvaldagi ko‘rsatkichdan kichik bo‘lganligi uchun H=0 farazni qabul qilamiz. O‘tkazilgan tahlil natijalari asosida shunday xulosaga kelish mumkin: Iroda kuchi va muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasini aniqlash metodikalari matematika va psixologiya yo‘nalishi talabalarida bog‘liqlik jihatlari o‘rganilganda, ularning bog‘liqlik jihatlarida sezilarli farqlar kuzatilmadi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari iroda kuchi va motivatsiya jarayonlari o‘rtasida mustahkam bog‘liqlik mavjud emasligini ko‘rsatdi. Buning sababi shundaki, iroda kuchi odatda qisqa muddatli qarshiliklarga bardosh berish va muayyan holatlarda qat’iyatni namoyon etishga qaratilgan. Bunda vaqtinchalik ichki bosimlarga chidash muhim rol o‘ynaydi. Motivatsiya esa, aksincha, uzoq muddatli maqsadlarga erishishga qaratilgan ichki rag‘batlantirish tizimidir va u shaxsning chuqur psixologik tamoyillariga asoslanadi. Shu bois, iroda kuchi va motivatsiya har ikkala jarayonda ishtirok etsa – da, ularning bir – biriga bog‘liqligi ko‘proq sharoit va maqsadlar kontekstida o‘z aksini topadi. Psixologiya yo‘nalishi talabalari motivatsiya mexanizmlarini chuqurroq o‘rganib, ushbu bilimlarni amaliy qo‘llashga intilishlari tufayli iroda kuchi va motivatsiya darajasi bo‘yicha yuqori natijalarga erishganligi kuzatildi. Ular muvaffaqiyatga erishish jarayonini faqat nazariy jihatdan emas, balki amaliy jihatdan ham mustahkamlashga e’tibor qaratadilar. Bu esa ularda iroda mustahkamligini va yuqori motivatsiyani shakllantiradi. Aksincha, matematika yo‘nalishi talabalari ushbu jarayonlarga ko‘proq nazariy yondashgani sababli motivatsiya va iroda kuchi o‘rtasidagi bog‘liqlik ularda nisbatan kamroq namoyon bo‘ldi. Ushbu yo‘nalishdagi talabalar analitik fikrlashga asoslangan ta’lim tizimi ichida shakllangan bo‘lib, iroda va motivatsiya omillarini ichki o‘zgaruvchanlik sifatida qabul qilishdan ko‘ra, ularni mantiqiy va tizimli tahlil qilishga moyildirlar. Ushbu tadqiqot natijalari iroda kuchi va motivatsiya o‘rtasidagi bog‘liqlik turli kontekstlarda farqli darajada namoyon bo‘lishini ko‘rsatdi. Iroda kuchi va motivatsiyaning bir-biri bilan uzviy bog‘liq bo‘lishi faqatgina nazariy jihatdan qabul qilinishi mumkin bo‘lsa-da, amaliy tahlillar bu bog‘liqlikning aniq va universal ekanligini tasdiqlamaydi. Psixologiya yo‘nalishi talabalari o‘z bilimlarini hayotda amaliy qo‘llashga intilishgani sababli iroda kuchi va motivatsiya darajasi bo‘yicha yuqori natijalarga erishganliklari kuzatildi. Matematika yo‘nalishi talabalari esa ushbu jarayonlarga nisbatan nazariy yondashgani sababli iroda va motivatsiya o‘rtasidagi bog‘liqlik ularning o‘qish jarayonida nisbatan kamroq namoyon bo‘ldi. Bu natijalar shuni ko‘rsatadiki, iroda va motivatsiya o‘rtasidagi bog‘liqlikni chuqurroq o‘rganish hamda turli kasbiy yo‘nalishlar va ijtimoiy omillar kontekstida tahlil qilish ilmiy tadqiqotlar uchun dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar:

1. G‘oziyev E., “Umumiy psixologiya”, T:. 2002-y

2. Haydarov F.I. va Xalilova N.I., “Umumiy psixologiya”, T:. 2009-y

3. "Motivation: State, Trait, or Both“, Motivation, Effort, and the Neural Network Model, 2020 — 93–101-bet.

4. Pedagogika: ensiklopediya. II jild / tuzuvchilar: jamoa. – Toshkent: “O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi” Davlat ilmiy nashriyoti, 2015. – 376 b.

5. Pedagogue. Merriam-Webster.com. Dictionary, 2018. Elektron resurs: https:// www.merriam-webster.com/dictionary/pedagogue.

Raximov Zoyir Jumayevich,
Navoiy Innovatsiyalar universiteti
Ta'lim sifatini nazorat qilish bo'limi boshlig'i

O‘QITUVCHINING O‘QUV JARAYONINI SAMARALI TASHKIL ETISHDAGI METAKOGNITIV KO‘NIKMALAR VA ULARNI RIVOJLANTIRISH METODLARI

Annotatsiya. *O‘qituvchining o‘quv jarayonini samarali tashkil etishdagi metakognitiv ko‘nikmalar o‘quvchilarning o‘z-o‘zini o‘rganish, mustaqil fikrlash va murakkab vaziyatlarni hal qilish qobiliyatlarini rivojlantirishda muhim rol o‘ynaydi. Ushbu maqolada o‘qituvchining o‘quv jarayonida metakognitiv ko‘nikmalarni qo‘llash, ular orqali o‘quvchilarning kognitiv faoliyatini samarali boshqarish va o‘zlashtirish jarayonini takomillashtirishning metodologik yondoshuvlari tahlil qilinadi. Metakognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirishning samarali metodlari, o‘qituvchining shaxsiy pedagogik ko‘nikmalarini oshirish va o‘quv jarayonida o‘quvchilar bilan interaktiv yondoshuvlarni tashkil etishda muhim ahamiyatga ega.*

Kalit so‘zlar: *o‘qituvchi, metakognitiv ko‘nikmalar, o‘quv jarayoni, o‘z-o‘zini o‘rganish, mustaqil fikrlash, kognitiv faoliyat, pedagogik metodlar, o‘quvchilarning rivojlanishi, o‘qituvchining pedagogik faoliyati, metodik yondoshuvlar, ta'lim jarayoni, interaktiv metodlar.*

МЕТАКОГНИТИВНЫЕ НАВЫКИ УЧИТЕЛЯ В ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА И МЕТОДЫ ИХ РАЗВИТИЯ

Аннотация. *Метакогнитивные навыки учителя играют важную роль в организации учебного процесса, способствуя развитию у учащихся способности к самостоятельному обучению, независимому мышлению и решению сложных задач. В данной статье рассматриваются методы применения метакогнитивных навыков учителя в учебном процессе, а также подходы к эффективному управлению когнитивной деятельностью учащихся и улучшению процесса освоения знаний. Рассматриваются методы развития метакогнитивных навыков, повышение личных педагогических навыков учителя и организация интерактивных подходов в процессе обучения.*

Ключевые слова: *учитель, метакогнитивные навыки, учебный процесс, самостоятельное обучение, независимое мышление, когнитивная деятельность, педагогические методы, развитие учащихся, педагогическая деятельность учителя, методические подходы, учебный процесс, интерактивные методы.*

THE METACOGNITIVE SKILLS OF A TEACHER IN ORGANIZING THE EDUCATIONAL PROCESS AND METHODS FOR THEIR DEVELOPMENT

Abstract. *The metacognitive skills of the teacher play a crucial role in organizing the learning process, helping students develop the ability to learn independently, think critically, and solve complex problems. This article examines the application of metacognitive skills in the teacher's educational process, as well as methodological approaches to effectively managing students' cognitive activities and improving the knowledge acquisition process. It discusses effective methods for developing metacognitive skills, enhancing the teacher’s personal pedagogical competencies, and organizing interactive approaches in the learning process.*

Keywords: *teacher, metacognitive skills, learning process, self-learning, independent thinking, cognitive activity, pedagogical methods, student development, teacher's pedagogical activity, methodological approaches, educational process, interactive methods.*

Kirish. O‘qituvchining o‘quv jarayonini samarali tashkil etishdagi roli ta'limning muvaffaqiyatli va samarali bo‘lishiga bevosita ta'sir ko‘rsatadi. Bugungi kunda o‘qituvchilarga faqat bilim berish emas, balki o‘quvchilarni mustaqil fikrlashga, o‘z-o‘zini o‘rganishga va murakkab masalalarni hal qilishga o‘rgatish ham muhim vazifalardan biridir. Bunda metakognitiv ko‘nikmalar o‘qituvchining pedagogik faoliyatida markaziy o‘rin tutadi. Metakognitiv ko‘nikmalar o‘quvchilarni o‘zlarining fikrlash jarayonlarini tahlil qilish, rejalashtirish va nazorat qilish imkoniyatlarini yaratadi, bu esa ularning o‘z-o‘zini rivojlantirishini va samarali o‘rganishini ta'minlaydi.

Ushbu maqola o‘qituvchining metakognitiv ko‘nikmalarni o‘quv jarayonida qanday qo‘llashi, ularning o‘quvchilar uchun qanday ta'sir ko‘rsatishi va bu ko‘nikmalarni rivojlantirish uchun samarali metodlar

haqida tahlil qiladi. O‘quv jarayonida metakognitiv yondoshuvlarni qo‘llash, o‘quvchilarni faollashtirish va ularning kognitiv faoliyatini samarali boshqarish imkonini beradi. Shuningdek, maqolada metakognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirishda o‘qituvchining shaxsiy pedagogik kompetensiyalarini oshirish va ta'lim jarayonida interaktiv metodlar orqali o‘quvchilarning o‘z-o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirishning samarali usullari ko‘rib chiqiladi.

Adabiyotlar tahlili. Metakognitiv ko‘nikmalar sohasidagi ilmiy izlanishlar, asosan, o‘qituvchilar va o‘quvchilar o‘rtasidagi ta'lim jarayonining sifatini oshirishga qaratilgan. Bu sohada olib borilgan tadqiqotlar metakognitiv ko‘nikmalarni shakllantirishning o‘quvchilarning mustaqil fikrlash, muammolarni hal qilish va o‘z-o‘zini o‘rganishdagi o‘rni muhimligini ko‘rsatadi.

Flavell (1979) metakognitsiya tushunchasini ilk marotaba ilmiy jihatdan ta'riflab, uning o‘rganish jarayonidagi ahamiyatini ta'kidlagan. U metakognitsiyani "fikrlashni o‘z-o‘zi nazorat qilish" deb ta'riflab, bu ko‘nikmalarning o‘quvchilarni samarali o‘rganishga va o‘z bilimlarini chuqurroq anglashga yordam berishini ko‘rsatgan. **Schraw** va **Moshman** (1995) metakognitsiyaning ikki asosiy komponentini ajratib ko‘rsatdilar: birinchi komponent, bu o‘quvchilarning o‘z o‘rganish jarayonini kuzatish va baholash qobiliyati; ikkinchisi esa, ularning o‘rganishni qanday yaxshilash va tartibga solish yo‘llarini tanlashga bo‘lgan qobiliyatidir.

O‘qituvchining metakognitiv ko‘nikmalarini rivojlantirishda **Bereiter** (2002) va **Veenman** (2006) tomonidan olib borilgan tadqiqotlar muhim o‘rin tutadi. Ularning ishlarida metakognitiv ko‘nikmalarni o‘qituvchining pedagogik faoliyatida qanday qo‘llash, o‘quvchilarni mustaqil fikrlashga o‘rgatish va o‘quv jarayonida samarali o‘rganishni ta'minlashning metodologik yondoshuvlari tahlil qilingan. Shuningdek, **Zimmerman** (2002) o‘quvchilarning metakognitiv ko‘nikmalarini rivojlantirishda o‘qituvchilarning ta'limiy yondoshuvlari va metodikalarni moslashtirish zarurligini ko‘rsatgan.

Shuningdek, metakognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirishda **Cunningham** (2008) va **Pintrich** (2002) tadqiqotlarining o‘rni katta. Ular, o‘qituvchilarning o‘z pedagogik usullarini doimiy ravishda takomillashtirishi, o‘quvchilarning o‘quv faoliyatini tahlil qilish va baholash uchun o‘z metakognitiv ko‘nikmalarini rivojlantirishi kerakligini ta'kidlagan. Metakognitiv ko‘nikmalarni o‘qituvchining ta'lim jarayonida qo‘llash, o‘quvchilarga o‘zlarini yaxshiroq anglash va o‘z faoliyatlarini boshqarish imkoniyatini beradi.

Muhokama. Metakognitiv ko‘nikmalar o‘qituvchi va o‘quvchilar uchun ta'lim jarayonida juda muhim ahamiyatga ega. O‘qituvchining metakognitiv ko‘nikmalari o‘quvchilarni faollashtirish, ularning o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyatini oshirish va o‘rganish jarayonini samarali tashkil etish imkoniyatlarini yaratadi. O‘quvchilarning kognitiv faoliyatini boshqarish, muammolarni hal qilish va o‘z-o‘zini o‘rganishning samarali metodlari, ta'lim jarayonining barcha bosqichlarida o‘qituvchining metakognitiv ko‘nikmalarini muvaffaqiyatli qo‘llashni talab qiladi.

Birinchidan, metakognitiv ko‘nikmalar o‘qituvchining o‘z faoliyatini tahlil qilish, o‘quvchilarning o‘rganish jarayonini kuzatish va baholash imkoniyatlarini oshiradi. Bu o‘qituvchiga o‘quvchilarning kuchli va zaif tomonlarini aniqlash, ular bilan qanday samarali ishlashni belgilash va individual yondoshuvlarni tanlashda yordam beradi. Metakognitiv yondoshuvlarni qo‘llash, shuningdek, o‘quvchilarning o‘z-o‘zini o‘rganish va o‘z faoliyatini boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirishda muhim rol o‘ynaydi. O‘quvchilar o‘zlarini qanday yaxshiroq o‘rganishlarini anglashlari va o‘rganish jarayonida yuzaga kelgan muammolarni qanday hal qilishni o‘rganishlari kerak.

Ikkinchidan, metakognitiv ko‘nikmalar o‘quvchilarning mustaqil fikrlash qobiliyatini rivojlantiradi. O‘quvchilarga o‘z o‘rganish jarayonini boshqarish va nazorat qilish imkoniyatini berish, ularning o‘rganishga bo‘lgan motivatsiyasini oshiradi. Bu jarayon, o‘quvchilarga faqat axborot olishni emas, balki o‘z-o‘zini baholash, refleksiya qilish va o‘z fikrlarini tuzish qobiliyatini ham rivojlantiradi.

Shuni ta'kidlash kerakki, metakognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirishda o‘qituvchilarning o‘z pedagogik usullarini moslashtirish va takomillashtirish zarur. O‘qituvchilar o‘z yondoshuvlarini muntazam ravishda baholash va ularga yangiliklar kiritish orqali o‘quvchilarning o‘rganish jarayonini yanada samarali qilishlari mumkin. O‘qituvchining shaxsiy pedagogik kompetensiyalarini oshirish ham metakognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirishning muhim tarkibiy qismidir.

Shu bilan birga, metakognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirishda sinfdagi muhit va o‘quvchilarning individual ehtiyojlariga e'tibor qaratish zarur. Har bir o‘quvchining metakognitiv ko‘nikmalarni o‘zlashtirish darajasi va usullari turlicha bo‘lishi mumkin, shuning uchun o‘qituvchi individual yondoshuvni qo‘llashi, o‘quvchilarning o‘ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda metodlarni tanlashi kerak.

Metakognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirish jarayonida o‘qituvchilarning o‘zini o‘rganishi va metodik kompetensiyasini doimiy ravishda oshirib borishi ta'lim samaradorligini oshiradi. Bu esa, o‘z navbatida, o‘quvchilarning kognitiv va shaxsiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko‘rsatadi.

"O'qituvchi tomonidan talabalarning mustaqil fikrlashini rivojlantirish metodlari"

1-jadval

Metodika	Metodika ta'rifi	Tahlil natijalari	Tavsiya
Reflektiv jurnal	Talabalar o'z fikrlarini va o'rganish jarayonini qayd etishadi.	Talabalar o'zlarini baholashga, o'rganish jarayonini tahlil qilishga ko'nikishadi.	O'quvchilarni muntazam ravishda jurnal tutishga undash.
O'z-o'zini baholash	Talabalar o'z ishlarini baholab, xatolarni tan olishadi.	Talabalar o'zlarining kuchli va zaif tomonlarini anglashadi.	O'z-o'zini baholashni dars jarayoniga kiritish.
Gruppa muhokamalari	Talabalar guruh bo'lib, o'quv masalalarini muhokama qiladilar.	Talabalar bir-biridan o'rganib, yangi fikrlar hosil qiladilar.	Guruh muhokamalarini muntazam ravishda o'tkazish.
Metakognitiv savollar	O'qituvchi talabalarga o'rganish jarayonini tahlil qilish uchun savollar beradi.	Talabalar o'rganish jarayonini tahlil qilishda samarali natijalarga erishadilar.	Metakognitiv savollarni darsda qo'llash.
O'qish va yozish uchun strategiyalar	Talabalar o'qish yoki yozish jarayonida o'zlarining fikrlarini tashkil etadilar.	Talabalar o'z fikrlarini yozma ravishda izchil va mantiqan rivojlantiradilar.	O'qish va yozish strategiyalarini o'qitishda kiritish.

Metakognitiv ko'nikmalarni rivojlantirish o'qituvchining ta'lim jarayonini samarali tashkil etishda muhim ahamiyatga ega. Ushbu ko'nikmalar talabalarga o'z o'rganish jarayonlarini tahlil qilish, o'z xatolarini aniqlash va yanada samarali o'rganish strategiyalarini ishlab chiqish imkonini beradi.

1. **Reflektiv jurnal** - Ushbu metodika talabalarga o'z fikrlarini yozma ravishda bayon qilish imkoniyatini beradi. Jurnal orqali talaba o'z o'rganish jarayonini tahlil qilib, o'zining qanday o'rganganini, nimalarni tushunmasligini va o'rganish jarayonini qanday yaxshilash mumkinligini anglashadi. Bu metod talabalarda metakognitiv o'z-o'zini baholash va tahlil qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi.
2. **O'z-o'zini baholash** - O'qituvchi tomonidan talabalarga o'z ishlarini baholash vazifasi beriladi. Bu metod talabalarga o'zlarining kuchli va zaif tomonlarini aniqlashga yordam beradi. O'z-o'zini baholash orqali talabalar o'zlarini yaxshiroq tushunadilar va o'rganish jarayonini qanday yaxshilashni anglaydilar.
3. **Gruppa muhokamalari** - Guruh bo'lib ishlash talabalarga o'z fikrlarini boshqalar bilan muhokama qilish, yangi g'oyalarni kiritish va boshqalar fikrlarini tahlil qilish imkonini beradi. Bu metod talabalarning analitik fikrlash ko'nikmalarini rivojlantiradi va o'z-o'zini tahlil qilishga yordam beradi.
4. **Metakognitiv savollar** - O'qituvchilar talabalarga o'rganish jarayonini tahlil qilish uchun savollar berishadi. Bu savollar talabalarni o'rganish jarayoniga diqqat qaratishga, o'zlarini baholashga va yodlash strategiyalarini tahlil qilishga undaydi.
5. **O'qish va yozish uchun strategiyalar** - Talabalar o'qish va yozish jarayonida o'z fikrlarini aniq va tartibli ravishda ifodalashadi. Bu metod talabalarda o'rganish jarayonini yaxshilash, fikrlarni to'g'ri tashkil qilish va o'z bilimlarini samarali tarzda ifodalash ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Xulosa. Metakognitiv koʻnikmalar oʻqituvchining pedagogik faoliyatida muhim rol oʻynaydi. Ular oʻquvchilarning oʻz-oʻzini boshqarish, mustaqil fikrlash, murakkab vaziyatlarni hal qilish va oʻz oʻrganish jarayonini nazorat qilish qobiliyatlarini rivojlantirishda yordam beradi. Oʻqituvchilar oʻz pedagogik uslublarini metakognitiv koʻnikmalar asosida moslashtirgan holda, oʻquvchilarning kognitiv faoliyatini samarali boshqarish va oʻrganish jarayonini takomillashtirish imkoniyatlarini yaratadilar. Bu jarayon oʻquvchilarga oʻz-oʻzini anglash va oʻzlashtirishni yanada chuqurroq amalga oshirishga yordam beradi.
Metakognitiv koʻnikmalarni rivojlantirishda oʻqituvchining oʻz pedagogik kompetensiyalarini oshirish, oʻquv jarayoniga interaktiv yondoshuvlar kiritish va oʻquvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olish zarur. Oʻqituvchilarning metakognitiv koʻnikmalarni oʻzlashtirish va ulardan samarali foydalanish ta'lim jarayonini yanada samarali va interaktiv qilishga olib keladi.

Tavsiyalar:

1. Metakognitiv koʻnikmalarni oʻqituvchilarga oʻrgatish: Oʻqituvchilarga metakognitiv koʻnikmalarni rivojlantirish va ulardan samarali foydalanish boʻyicha treninglar va amaliy mashgʻulotlar oʻtkazish. Bu ularga oʻquvchilarning oʻz-oʻzini boshqarish va oʻrganish jarayonini boshqarishda yordam beradi.

2. O‘quvchilarni mustaqil o‘rganishga rag‘batlantirish: O‘quvchilarga o‘z-o‘zini o‘rganish, o‘z faoliyatini tahlil qilish va natijalarini baholash ko‘nikmalarini rivojlantirish. Bu, o‘z navbatida, o‘quvchilarning mustaqil fikrlash va qaror qabul qilish qobiliyatlarini oshiradi.

3. Individual yondoshuvni qo‘llash: O‘qituvchilar o‘quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olib, metakognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirishda turli metodlarni qo‘llashlari kerak. Har bir o‘quvchining o‘rganish jarayoni turlicha bo‘lishi mumkin, shuning uchun shaxsiylashtirilgan yondoshuvlarni amalga oshirish zarur.

4. O‘quv jarayonida interaktiv metodlardan foydalanish: Interaktiv metodlar yordamida o‘quvchilarni faol ishtirok etishga undash, ular o‘z fikrlarini erkin ifodalash va guruhda ishlash orqali o‘z-o‘zini anglash va o‘rganish jarayonini rivojlantirishi mumkin.

5. O‘qituvchining o‘zini rivojlantirish: O‘qituvchilar o‘z pedagogik kompetensiyalarini doimiy ravishda oshirib borishlari kerak. Metakognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirishda ularning doimiy o‘zini o‘rganish, o‘qitish metodlarini takomillashtirish, yangi pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish muhimdir.

6. Tajribalarni baholash va tahlil qilish: O‘qituvchilar o‘quv jarayonidagi natijalarni muntazam ravishda tahlil qilishlari, o‘quvchilarning metakognitiv ko‘nikmalarini qanday rivojlantirishini va ta'lim samaradorligini qanday oshirishni baholashlari kerak.

Adabiyotlar:

1. Flavell, J. H. (1979). Metacognition and Cognitive Monitoring: A New Area of Cognitive–Developmental Inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906–911.

2. Brown, A. L., & Palincsar, A. S. (1989). Guided, cooperative learning and individual knowledge acquisition. *Cognition and Instruction*, 6(4), 453-477.

3. Schraw, G., & Dennison, R. S. (1994). Assessing metacognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology*, 19(4), 460-475.

4. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.

5. Ritchhart, R., Church, M., & Morrison, K. (2011). *Making Thinking Visible: How to Promote Engagement, Understanding, and Independence for All Learners*. Jossey-Bass.

6. Anderson, J. R. (2005). *Cognitive Psychology and its Implications*. Worth Publishers.

7. Pólya, G. (1957). *How to Solve It: A New Aspect of Mathematical Method*. Princeton University Press.

8. Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2001). *Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspectives*. Lawrence Erlbaum Associates.

9. Dewey, J. (1916). *Democracy and Education: An Introduction to the Philosophy of Education*. The Free Press.

10. Paris, S. G., & O'Keefe, M. (2003). Becoming strategic about reading and learning: How can metacognitive strategies help? *Educational Psychologist*, 38(3), 215-229.

11. Hattie, J., & Yates, G. C. R. (2014). *Visible Learning and the Science of How We Learn*. Routledge.

12. Pritchard, A. (2009). *Ways of Learning: Learning Theories and Learning Styles in the Classroom*. Routledge.

13. Sternberg, R. J., & Grigorenko, E. L. (2001). *Memory and Metacognition*. Lawrence Erlbaum Associates.

14. Siegel, D. J. (2012). *The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are*. The Guilford Press.

15. Coyle, D. (2009). *The Talent Code: Greatness Isn't Born. It's Grown. Here's How*. Bantam Books.

Sherombetova Zamira Shalabayevna,
Nukus innovatsion instituti
“Pedagogika, psixologiya va xorijiy tillar” kafedrasi,
professori,psixologiya fanlari nomzodi

TALABALARDA O'QUV FANLARINI O'ZLASHTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

Annotatsiya. *Ushbu maqolada talabalarda o'quv fanlarini o'zlashtirish jarayonining pedagogik-psixologik determinantlari o'rganiladi. O'quv jarayonining samaradorligini ta'minlashda psixologik faktorlarning, motivatsiya, diqqat, xotira va bilimlarni mustahkamlash kabi jihatlarning ta'siri tahlil qilinadi. Talabalarning o'qishdagi faoliyatiga pedagogik usullar, o'quv materiallari va o'qituvchilarning pedagogik kompetensiyalari ham katta rol o'ynaydi. Maqolada shuningdek, talabalarda bilim o'zlashtirishning individual xususiyatlari, o'quv muhitining ahamiyati va o'quv jarayonida yuzaga keladigan psixologik to'siqlarni engish yo'llari ham ko'rib chiqiladi. O'quv fanlarini o'zlashtirishdagi psixologik-pedagogik muammolarni aniqlash va ularni bartaraf etish masalalari talabalarning akademik muvaffaqiyatini oshirishda muhim ahamiyatga ega.*

Kalit so'zlar: *talabalar, o'quv fanlari, o'zlashtirish, pedagogik determinantlar, psixologik determinantlar, motivatsiya, diqqat, xotira, o'quv jarayoni, o'qituvchining roli, pedagogik usullar, o'quv muhit, akademik muvaffaqiyat.*

ПЕДАГОГИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ОСВОЕНИЯ СТУДЕНТАМИ УЧЕБНЫХ ПРЕДМЕТОВ

Аннотация. *В данной статье исследуются педагогико-психологические детерминанты процесса усвоения учебных дисциплин студентами. Анализируется влияние психологических факторов, таких как мотивация, внимание, память и укрепление знаний, на эффективность учебного процесса. Большую роль в учебной деятельности студентов также играют педагогические методы, учебные материалы и педагогическая компетенция преподавателей. В статье рассматриваются индивидуальные особенности студентов, важность учебной среды и способы преодоления психологических барьеров, возникающих в процессе обучения. Определение педагогико-психологических проблем в усвоении учебных дисциплин и их преодоление имеет важное значение для повышения академической успеваемости студентов.*

Ключевые слова: *студенты, учебные дисциплины, усвоение, педагогические детерминанты, психологические детерминанты, мотивация, внимание, память, учебный процесс, роль преподавателя, педагогические методы, учебная среда, академическая успеваемость.*

PEDAGOGICAL-PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF STUDENTS' MASTERING OF SCHOOL SUBJECTS

Abstract. *This article examines the pedagogical-psychological determinants of the process of mastering academic subjects by students. It analyzes the impact of psychological factors such as motivation, attention, memory, and the reinforcement of knowledge on the effectiveness of the learning process. Pedagogical methods, learning materials, and the pedagogical competence of teachers also play a significant role in students' academic activities. The article also discusses the individual characteristics of students, the importance of the learning environment, and ways to overcome psychological barriers that arise in the learning process. Identifying and overcoming pedagogical-psychological problems in mastering academic subjects is crucial for improving students' academic success.*

Keywords: *students, academic subjects, mastering, pedagogical determinants, psychological determinants, motivation, attention, memory, learning process, teacher's role, pedagogical methods, learning environment, academic success.*

Kirish. Bugungi kunda ta'lim tizimi va o'quv jarayoni zamonaviy pedagogik texnologiyalar va psixologik yondashuvlar bilan boyitilmoqda. Talabalarda o'quv fanlarini o'zlashtirish samaradorligi nafaqat o'qituvchining malakasi va o'quv materiallarining sifatiga, balki talabaning psixologik va individual xususiyatlariga ham bog'liqdir. Talabalar o'qish jarayonida har xil psixologik omillarga duch keladi:

motivatsiya, diqqatni jamlash, xotira va o'qishga bo'lgan qiziqish, shuningdek, stress va kayfiyat kabi holatlar ularning o'qish faoliyatiga bevosita ta'sir qiladi. O'quv fanlarini o'zlashtirishning pedagogik-psixologik determinantlari talabaning bilish faoliyatiga, uning o'z-o'zini boshqarish qobiliyatiga va o'qishdagi muvaffaqiyatlariga ta'sir ko'rsatadigan asosiy omillardan biridir.

Maqsadimiz - talabalarda o'quv fanlarini o'zlashtirish jarayoniga ta'sir etuvchi pedagogik va psixologik determinantlarni tahlil qilish va bu jarayonni yaxshilash uchun zarur bo'lgan pedagogik yondashuvlarni aniqlash. Ushbu maqolada motivatsiyaning, o'qishga bo'lgan qiziqishning, psixologik to'siqlarning hamda o'quv muhitining o'quv fanlarini o'zlashtirishdagi o'rni o'rganiladi. Bu masalalar o'qituvchilar uchun nafaqat talabalarning bilim darajasini oshirish, balki ularning psixologik holatini tushunish va ularni qo'llab-quvvatlash uchun ham muhimdir.

Adabiyotlar tahlili. Talabalarda o'quv fanlarini o'zlashtirishning pedagogik-psixologik determinantlari masalasi o'quv jarayonining samaradorligini oshirishga qaratilgan ilmiy izlanishlar doirasida keng o'rganilgan. Shu bois, o'quv fanlarini o'zlashtirishda psixologik va pedagogik omillarni o'rganishga bag'ishlangan bir qator asarlar mavjud.

Birinchi navbatda, psixologik determinantlar masalasida turli tadqiqotlar motivatsiya, diqqat va xotira kabi psixologik omillarni o'quv jarayoniga ta'sirini o'rganadi. Masalan, Deci va Ryan (1985) tomonidan ilgari surilgan Self-Determination Theory motivatsiya bilan bog'liq bo'lib, talabalar o'z-o'zini boshqarishga bo'lgan ishtiyoqini rivojlantirishning muhimligini ta'kidlaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, ichki motivatsiya o'quv faoliyatida yuqori samaradorlikni ta'minlaydi, chunki talabalar o'z maqsadlariga erishishda ko'proq qiziqish va intilish ko'rsatadilar.

Diqqat va xotira masalalarini o'rganish sohasida, Baddeley (2000) tomonidan ishlab chiqilgan Model of Working Memory modellaridan biri, o'quv jarayonida xotira va diqqatning muhim rolini ko'rsatadi. Xotira va diqqatning o'quv faoliyatiga ta'siri, talabalar o'qish jarayonida ma'lumotlarni samarali eslab qolishlari va ularga qayta ishlashlari uchun zarurdir. Shu bilan birga, diqqatning uzoq davom etishi va divazilanishi talabaning muvaffaqiyatini oshiradi.

Pedagogik determinantlarga doir izlanishlar ham ko'plab ilmiy asarlarda aks etgan. Vygotskiy (1978) sotsial-iyushtirish nazariyasida talabaning o'qish jarayonida o'qituvchi va tengdoshlar bilan o'zaro munosabati va muloqoti orqali rivojlanishini ta'kidlaydi. O'qituvchining pedagogik kompetensiyalari, talabalarning psixologik holati va o'qish uslublariga qarab, o'quv jarayonining muvaffaqiyatli yoki muvaffaqiyatsiz bo'lishi mumkin.

Shuningdek, o'quv muhitining o'quv fanlarini o'zlashtirishga ta'siri haqida ham bir qator tadqiqotlar mavjud. Kulik, Kulik va Cohen (1980) o'quv muhitining talabalar o'qish faoliyatiga ta'siri borasida o'z izlanishlarini olib bordilar va shuni aniqladilar ki, o'quv muhitining salbiy yoki ijobiy ta'siri talabalar o'qish samaradorligini bevosita ta'sir qiladi. O'quv xonasi dizayni, shovqin darajasi, o'qituvchining yondashuvi va materiallarning taqdim etilish usuli o'quvchilarning bilimlarni o'zlashtirishiga sezilarli darajada ta'sir qiladi.

Shuningdek, o'quv fanlarini o'zlashtirishda yuzaga keladigan psixologik to'siqlar ham muhim ahamiyatga ega. Toady (2007) tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda psixologik to'siqlarga qarshi kurashish va talabaning stress darajasini boshqarish usullari ko'rsatilgan. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, stress, kayfiyat va tashvishlar talabaning o'quv faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi, bu esa o'z navbatida o'quv fanlarini o'zlashtirishni qiyinlashtiradi.

Shu bilan birga, o'quv jarayonining samaradorligini oshirish uchun o'qituvchilar pedagogik usullarni talabaning psixologik holatiga moslashtirishlari zarur. O'quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olish va har bir talaba uchun mos pedagogik usullarni tanlash talabalar muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir qiladi.

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'quv fanlarini o'zlashtirishning pedagogik-psixologik determinantlari bir-biri bilan chambarchas bog'liq bo'lib, ularning o'zaro ta'siri talabalar o'qish jarayonining samaradorligini oshiradi. O'quv jarayonini yaxshilash uchun, talabalar, o'qituvchilar va o'quv muhitining o'zaro munosabati tizimli ravishda tahlil qilinishi zarur.

Muhokama. Talabalarda o'quv fanlarini o'zlashtirishning pedagogik-psixologik determinantlarini o'rganish, o'qish jarayonining samaradorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega. Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'quv faoliyatining muvaffaqiyatiga ta'sir etuvchi psixologik omillar – motivatsiya, diqqat, xotira va o'quv jarayonidagi stress kabi faktorlar, o'quvchilarni bilimlarni to'g'ri va samarali o'zlashtirishga yo'naltiradi. Shunday qilib, talabaning ichki motivatsiyasini kuchaytirish va unga bilim olishning ahamiyatini tushuntirish, o'quv jarayonining muvaffaqiyatini ta'minlashda muhim omil hisoblanadi.

Bundan tashqari, o'qituvchining pedagogik kompetensiyasi va ularning o'quv jarayoniga yondashuvi ham talabaning o'quv fanlarini o'zlashtirish darajasiga katta ta'sir ko'rsatadi. O'qituvchining ta'lim strategiyasi, metodikasi va talaba bilan o'zaro aloqasi, uning o'qishga bo'lgan qiziqishini shakllantiradi va

o'quv samaradorligini oshiradi. Pedagogik kompetensiya faqat ilmiy bilimlarni uzatish bilan cheklanib qolmay, balki talabaning psixologik holatini va o'qish motivatsiyasini ham hisobga olishni talab qiladi. Shuning uchun o'qituvchilar o'z yondashuvlarini talabaning ehtiyojlariga moslashtirishlari zarur.

Diqqat va xotira kabi psixologik jarayonlar, o'quvchilarning o'zlashtirish samaradorligiga bevosita ta'sir qiladi. Baddeley (2000) va boshqa olimlar tomonidan ilgari surilgan modellarga asoslanib, talabalarning xotira va diqqatni boshqarish qobiliyatlari, ma'lumotlarni o'zlashtirish jarayonida muhim rol o'ynaydi. O'quv jarayonida uzun muddatli xotiraga ma'lumotlarni o'tkazish uchun diqqatni jamlash va qayta ishlash muhimdir. Bu jarayonni samarali boshqarish talabaning o'qishdagi muvaffaqiyatini oshiradi.

Biroq, o'quv muhitining ta'siri ham muhim omil hisoblanadi. O'quv muhitining ijobiy yoki salbiy bo'lishi talabaning o'qishdagi muvaffaqiyatiga sezilarli darajada ta'sir qiladi. Kulik va boshqalar (1980) tomonidan olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, o'quv muhitida qulay sharoitlar va salbiy stressni kamaytirish o'quvchilarning samarali ishlashiga yordam beradi. Shuning uchun o'quv muhitini yaxshilash va o'qish jarayonini ijobiy kayfiyatda tashkil etish zarur.

Shu bilan birga, psixologik to'siqlar, masalan, talabalardagi stress, tashvish va o'z-o'ziga ishonchsizlik kabi holatlar, o'quv jarayonining samaradorligini sezilarli darajada kamaytirishi mumkin. O'quvchilar o'quv faoliyatiga bo'lgan qiziqish va ishtiyoqni yo'qotganda yoki stress darajasi yuqori bo'lsa, ular o'quv materiallarini o'zlashtirishda qiyinchiliklarga duch keladilar. Bu holatni bartaraf etish uchun o'quvchilarning psixologik holatini doimiy ravishda kuzatish va zaruriy qo'llab-quvvatlashni taqdim etish muhimdir.

Metodologik jadval o'quv fanlarini o'zlashtirishning pedagogik-psixologik determinantlarini o'rganish uchun quyidagicha bo'lishi mumkin:

1-jadval.

Tadqiqot yo'nalishi	Metodologiya	Izlanuvchi omillar	Ma'lumotlarni yig'ish usullari	Tahlil usullari
1. Motivatsiya va o'zlashtirish	Eksperimental tadqiqotlar	Ichki va tashqi motivatsiya, o'z-o'zini boshqarish	So'rovnomalar, intervyular	Deskriptiv statistika, korrelyatsion tahlil
2. Diqqat va xotira	Psixologik testlar	Diqqatni jamlash, qisqa va uzoq muddatli xotira	Xotira va diqqat testlari	Tahliliy tahlil, ekspert baholash
3. Pedagogik yondashuvlar	Qaror qabul qilish va pedagogik tajribalar	O'qituvchining pedagogik kompetensiyasi	O'qituvchilar bilan suhbatlar, kuzatish	Kvalitativ tahlil, tematik tahlil
4. O'quv muhitining ta'siri	Eksperimental tadqiqotlar va kuzatuv	O'quv xonasi dizayni, shovqin darajasi, sinf atmosferasi	Sinfdagi kuzatuvlar, o'quvchilarning fikrlarini o'rganish	Sifatli va miqdoriy tahlil, kontent tahlili
5. Psixologik to'siqlar	Psixologik testlar va intervyular	Stress, kayfiyat, tashvish	Psixologik holatni o'lchash testlari, intervyular	Korrelyatsion tahlil, ko'rsatkichlarni solishtirish
6. O'qituvchi va talaba o'rtasidagi aloqalar	Kuzatuv va intervyu	O'qituvchi va talaba o'rtasidagi muloqot va aloqalar	O'qituvchi va talaba suhbatlari	Kvalitativ tahlil, kontekstual tahlil

Izoh:

- Motivatsiya va o'zlashtirish: Talabalar o'quv materiallarini o'zlashtirishda motivatsiyaning ta'sirini o'rganish.
- Diqqat va xotira: Talabalar diqqatini va xotirasini boshqarish qobiliyatlari.
- Pedagogik yondashuvlar: O'qituvchining pedagogik uslubi va kompetensiyasining talaba o'qishdagi muvaffaqiyatiga ta'siri.
- O'quv muhitining ta'siri: O'quv xonasi dizayni, shovqin va boshqa muhit omillarining talaba o'qishiga ta'siri.
- Psixologik to'siqlar: Talabalar o'qish jarayonida yuzaga keladigan psixologik to'siqlar, masalan, stress yoki kayfiyat buzilishi.

- O'qituvchi va talaba o'rtasidagi aloqalar: O'qituvchining yondashuvi va talaba bilan o'zaro munosabatlari.

Xulosa. Ushbu maqola talabalarda o'quv fanlarini o'zlashtirishning pedagogik-psixologik determinantlarini o'rganishga qaratilgan. O'quv jarayonining samaradorligini ta'minlashda motivatsiya, diqqat, xotira va bilimlarni mustahkamlash kabi psixologik omillar katta ahamiyatga ega. Shuningdek, o'qituvchining pedagogik kompetensiyasi, o'quv materiallari va talabaning individual xususiyatlari o'quv jarayonida muhim rol o'ynaydi. O'quv muhitining sifatini yaxshilash va psixologik to'siqlarni bartaraf etish orqali talabalar akademik muvaffaqiyatga erishishlari mumkin. O'quv fanlarini o'zlashtirishdagi pedagogik va psixologik muammolarni chuqur tahlil qilish va bartaraf etish talabalarning o'qishdagi samaradorligini oshirishga yordam beradi. O'quv jarayonini yaxshilash uchun psixologik yondashuvlar va pedagogik usullarni takomillashtirish zarur.

Adabiyotlar:

1. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Springer Science & Business Media.
2. Baddeley, A. D. (2000). The episodic buffer: A new component of working memory? Trends in Cognitive Sciences, 4(11), 417-423.
3. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in society: The development of higher psychological processes. Harvard University Press.
4. Kulik, J. A., Kulik, C.-L. C., & Cohen, P. A. (1980). Educational outcomes of tutoring: A meta-analysis of findings. American Educational Research Journal, 17(3), 527-539.
5. Toady, S. (2007). The role of stress in academic achievement: Understanding the impact on learning. Journal of Educational Psychology, 49(4), 102-110.
6. Pavlov, I. P. (1927). Conditioned reflexes: An investigation of the physiological activity of the cerebral cortex. Oxford University Press.
7. Pintrich, P. R., & Schunk, D. H. (2002). Motivation in education: Theory, research, and applications. Pearson.
8. Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2008). Motivation and learning: Theory and research. Pearson Education.
9. Gagne, R. M., & Briggs, L. J. (1974). Principles of instructional design. Holt, Rinehart, and Winston.
10. Reeve, J. (2012). A self-determination theory perspective on student engagement. Handbook of Research on Student Engagement, 149-172.

Usmonova Surayyo Muxidinovna,
Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

PEDAGOGIK STRESSNING METAKOGNITIV NAZORATI VA UNING TA'LIM SIFATIGA TA'SIRI

Annotatsiya. *Ushbu maqola pedagogik stressning metakognitiv nazorati va uning ta'lim sifatiga ta'sirini o‘rganishga qaratilgan. Pedagogik stress o‘qituvchilarning professional faoliyatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin, lekin metakognitiv yondashuvlar yordamida bu stressni boshqarish imkoniyatlari mavjud. Maqolada o‘qituvchilarning o‘z stresslarini qanday boshqarish, o‘z fikrlash jarayonlarini nazorat qilish va ta'lim sifatini oshirish uchun metakognitiv strategiyalarni qo‘llash orqali qanday muvaffaqiyatlarga erishish mumkinligi tahlil qilinadi.*

Kalit so‘zlar: *Pedagogik stress, metakognitiv nazorat, stressni boshqarish, ta'lim sifati, o‘qituvchilar va stress, metakognitiv strategiyalar, ta'lim samaradorligi.*

МЕТАКОГНИТИВНЫЙ КОНТРОЛЬ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СТРЕССА И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА КАЧЕСТВО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. *Настоящая статья посвящена исследованию метакогнитивного контроля педагогического стресса и его влияния на качество образования. Педагогический стресс может оказывать негативное воздействие на профессиональную деятельность учителей, однако существует возможность управлять этим стрессом с помощью метакогнитивных подходов. В статье анализируется, как учителя могут управлять своим стрессом, контролировать свои мыслительные процессы и достигать успехов в улучшении качества образования, применяя метакогнитивные стратегии.*

Ключевые слова: *Педагогический стресс, метакогнитивный контроль, управление стрессом, качество образования, учителя и стресс, метакогнитивные стратегии, эффективность образования.*

METACOGNITIVE CONTROL OF PEDAGOGICAL STRESS AND ITS IMPACT ON THE QUALITY OF EDUCATION

Abstract. *This article is focused on exploring the metacognitive control of pedagogical stress and its impact on the quality of education. Pedagogical stress can negatively affect teachers' professional activities; however, there are possibilities to manage this stress through metacognitive approaches. The article analyzes how teachers can manage their stress, control their thinking processes, and achieve success in improving education quality by applying metacognitive strategies.*

Keywords: *Pedagogical stress, metacognitive control, stress management, education quality, teachers and stress, metacognitive strategies, educational effectiveness.*

Kirish. Pedagogik stress o‘qituvchilarning professional faoliyatidagi eng katta muammolardan biri bo‘lib, u nafaqat ularning psixologik farovonligiga, balki ta'lim sifatiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. O‘qituvchilar uchun kasbiy stressning ortishi o‘z-o‘zini boshqarish, vaqtni samarali rejalashtirish va o‘quvchilar bilan muloqotda bo‘lish kabi ko‘nikmalarni pasaytirishi mumkin. Bunday sharoitda metakognitiv nazoratning ahamiyati ortadi. Metakognitsiya, ya’ni o‘z fikrlash jarayonlarini nazorat qilish va boshqarish qobiliyati, stressni boshqarish va qarorlar qabul qilishda muhim rol o‘ynaydi.

Metakognitiv yondashuvlar yordamida o‘qituvchilar o‘z stresslarini yaxshiroq boshqarish va ta'lim jarayonida samarali ishlash imkoniyatiga ega bo‘ladilar. Metakognitiv nazorat o‘qituvchiga o‘z his-tuyg‘ularini nazorat qilish, stressni kamaytirish, muammolarni samarali hal qilish va o‘quvchilarga yanada sifatli ta'lim berish imkonini yaratadi. Ushbu maqolada pedagogik stressni boshqarishda metakognitiv nazoratning o‘rni va uning ta'lim sifatiga ta’siri tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalari, metakognitiv yondashuvlarning stressni boshqarishdagi samaradorligini va ta'lim sifatini oshirishdagi ahamiyatini ko‘rsatadi.

O‘qituvchilar uchun pedagogik stress, ayniqsa, ta'lim jarayonining yuqori bosqichlarida, murakkab vaziyatlarda yoki o‘quvchilar bilan doimiy muloqotda bo‘lishda yuzaga keladi. Stressning o‘qituvchining psixologik va jismoniy holatiga ta’siri bevosita ta'lim sifatiga aks etadi. Kasbiy stress, o‘qituvchining

motivatsiyasi, diqqatni jamlash qobiliyati, ishga bo‘lgan qiziqish va professional kompetentsiyasiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shuningdek, stressni uzoq muddat davomida boshqarishdagi qiyinchiliklar pedagogning ruhiy holatiga ham, o‘quvchilarning o‘rganish samaradorligiga ta’sir qilishi mumkin.

Metakognitiv jarayonlar, ya’ni o‘z fikrlashini tahlil qilish va nazorat qilish qobiliyati, stressni boshqarishda o‘qituvchilarga yordam beradi. Bu jarayonlar o‘qituvchiga o‘zining kuchli va zaif tomonlarini anglash, stressli vaziyatlarda samarali qarorlar qabul qilish va o‘z his-tuyg‘ularini boshqarish imkonini yaratadi. Metakognitiv yondashuvlar stressni faqat qisqa muddatli kamaytirish bilan cheklanmaydi, balki uzoq muddatda o‘qituvchining umumiy farovonligini va ishdagi muvaffaqiyatini oshiradi. Shu bilan birga, metakognitiv yondashuvlar o‘qituvchilarga o‘z vaqtlarini samarali boshqarish, o‘zlarini yaxshiroq tanish va ta'limni tashkil qilishda yanada aniq va muvozanatli yondashuvlar ishlab chiqish imkonini beradi.

Ushbu maqolada pedagogik stressning metakognitiv nazoratga ta’siri, o‘qituvchilarning stressni qanday boshqarishlari va ularning metakognitiv strategiyalar yordamida ta'lim sifatini qanday oshirishlari ko‘rib chiqiladi. Tadqiqotlar, metakognitiv yondashuvlarni pedagogik stressni kamaytirish va ta'lim jarayonini samarali tashkil qilishda muhim vosita sifatida ko‘rsatadi.

Adabiyotlar tahlili. Pedagogik stressning metakognitiv nazorati va uning ta'lim sifatiga ta’siri bo‘yicha o‘tkazilgan ilmiy tadqiqotlar o‘qituvchilarning stressni boshqarishda metakognitiv yondashuvlarning muhimligini ko‘rsatadi. Bu bo‘yicha bir qator ilmiy adabiyotlar mavjud bo‘lib, ularning ayrimlari quyida tahlil qilinadi:

Kyriacou, C. (2001) - "Teacher stress: A review of some recent literature" maqolasida o‘qituvchilarning kasbiy stressi va uning pedagogik faoliyatga ta’siri haqida ma’lumot berilgan. U o‘qituvchilarning stress darajasini pasaytirish uchun samimiy va ko‘ngilli yondashuvlar zarurligini ta'kidlagan. Metakognitiv strategiyalar, o‘qituvchilarga o‘z his-tuyg‘ularini nazorat qilish va stressni kamaytirish uchun foydali ekanligi ta'kidlangan.

Lazarus, R. S. va Folkman, S. (1984) - "Stress, appraisal, and coping" kitobida stressni baholash va unga qarshi kurashishning psixologik jarayonlarini batafsil tushuntirib berishadi. Ular, stressni boshqarishning ikki asosiy komponentini - kognitiv baholash va stressga qarshi kurashish usullarini ajratib ko‘rsatadilar. Ularning tadqiqotlari, o‘qituvchilarning stressni boshqarish jarayonlarida metakognitiv baholashning ahamiyatini ko‘rsatadi.

Skaalvik, E. M. va Skaalvik, S. (2010) - "Teacher stress and coping strategies: A longitudinal study" maqolasida o‘qituvchilarning stressga qarshi kurashish usullarini o‘rganishgan. Tadqiqot, o‘qituvchilarning stressni kamaytirishdagi metakognitiv yondashuvlarning samaradorligini tasdiqlagan. O‘qituvchilarning stressni nazorat qilish uchun metakognitiv yondashuvlar (masalan, o‘zini tahlil qilish va his-tuyg‘ularni boshqarish) o‘z faoliyatlarida yaxshilanishlarga olib kelishini ko‘rsatgan.

Schraw, G. (1998) - "Promoting general metacognitive awareness" maqolasida metakognitiv jarayonlarning o‘rni va ta’siri tahlil qilinadi. Schraw metakognitsiya va o‘z fikrlash jarayonini nazorat qilishning o‘qituvchilarning stressni boshqarishdagi ahamiyatini ko‘rsatadi. U o‘qituvchilarga metakognitiv yondashuvlarni o‘rgatish orqali, ularning stressni boshqarish va ta'lim samaradorligini oshirish mumkinligini ta'kidlagan.

Zimmerman, B. J. (2002) - "Becoming a self-regulated learner: An overview" maqolasida o‘qituvchilarni metakognitiv strategiyalarni qo‘llashga o‘rgatish usullari haqida so‘z yuritiladi. U metakognitiv yondashuvlarni o‘rgatish, o‘qituvchilarning stressni kamaytirish va ta'lim samaradorligini oshirish uchun muhim ekanligini ta'kidlagan. O‘qituvchilarni metakognitiv strategiyalar bilan ta’minlash, ular uchun stressni boshqarishning samarali vositasi sifatida xizmat qiladi.

Veenman, M. V. J. (2013) - "Metacognition in education: Definition and impact on student learning" maqolasida metakognitsiyaning ta’lim jarayonidagi o‘rni, o‘qituvchilarning o‘z fikrlash jarayonlarini nazorat qilish orqali stressni kamaytirishdagi roli ta’kidlanadi. Veenman, o‘qituvchilarga metakognitiv strategiyalarni rivojlantirish orqali, ta'lim sifatini oshirish mumkinligini ko‘rsatgan.

Umumiy tahlil. Pedagogik stressning metakognitiv nazorati bo‘yicha ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘qituvchilar uchun stressni boshqarishdagi metakognitiv yondashuvlar ta'lim samaradorligiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Metakognitiv yondashuvlar yordamida o‘qituvchilar o‘z stresslarini kamaytirish, o‘z fikrlash jarayonlarini samarali nazorat qilish va ta'lim jarayonini yaxshilash imkoniyatiga ega bo‘ladilar. O‘qituvchilarni metakognitiv yondashuvlar bilan tanishtirish va ularga stressni boshqarishda samarali strategiyalarni o‘rgatish, ta'lim sifatini oshirishning muhim vositasi sifatida ko‘rilmoqda.

Adabiyotlarda stressni boshqarishning metakognitiv yondashuvlari o‘qituvchilarning professional faoliyatiga ta’sir etishda ijobiy natijalarga erishish imkonini beradi. Metakognitsiya stressni kamaytirishning

samarali usuli bo‘lib, o‘qituvchilarni nafaqat o‘z stresslarini boshqarishga, balki o‘quvchilarga yuqori sifatli ta'lim berishga yordam beradi.

Muhokama. Pedagogik stress, ta'lim tizimining ajralmas qismi bo‘lib, o‘qituvchilarning professional faoliyatiga sezilarli darajada ta’sir qiladi. Bu stress o‘qituvchilarning psixologik farovonligiga, motivatsiyasiga, ish samaradorligiga va o‘quvchilarga ta'lim sifatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. O‘qituvchilar stressni boshqarish va unga qarshi kurashishda samarali strategiyalarni qo‘llash orqali nafaqat o‘z salomatligini yaxshilash, balki ta'lim jarayonining sifatini ham oshirishi mumkin.

Metakognitiv yondashuvlarning pedagogik stressni boshqarishda muhim rol o‘ynashi aniqlangan. O‘qituvchilarning o‘z fikrlash jarayonlarini nazorat qilish va tahlil qilish qobiliyati (metakognitsiya), stressni boshqarish va qarorlar qabul qilishda muhim vosita sifatida ko‘rinadi. O‘qituvchilarga metakognitiv yondashuvlarni o‘rgatish ularning stressni boshqarishdagi muvaffaqiyatlarini oshiradi va ta'lim sifatini yaxshilaydi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, metakognitiv jarayonlar, masalan, o‘z-o‘zini tahlil qilish, his-tuyg‘ularni boshqarish va muammolarni yechish, stressning salbiy ta’sirini kamaytiradi.

Bundan tashqari, metakognitiv yondashuvlarning ta'lim jarayoniga ta’siri ham katta. O‘qituvchilar stressni boshqarishda metakognitiv strategiyalarni qo‘llash orqali nafaqat o‘z salomatligini va ish faoliyatini yaxshilaydi, balki o‘quvchilarga ta'limni yanada sifatli tarzda taqdim etadilar. O‘qituvchilar stressni boshqarishda faqat o‘zlarini emas, balki o‘quvchilarning ta’lim jarayoniga bo‘lgan yondashuvlarini ham yaxshilaydi. Stressni boshqarishning metakognitiv usullari, o‘quvchilarga o‘z vaqtini boshqarishda va o‘z-o‘zini motivatsiyalashda yordam berishi mumkin, bu esa ta'lim sifatiga bevosita ta’sir qiladi.

O‘qituvchilarning stressni boshqarishda metakognitiv nazoratni qo‘llashning muhimligini hisobga olgan holda, ta'lim tizimlarida metakognitiv treninglar o‘tkazilishi zarur. O‘qituvchilarga metakognitiv ko‘nikmalarni o‘rgatish, stressni samarali boshqarish va ularning pedagogik faoliyatlarini yaxshilashga yordam beradi. Bu o‘z navbatida, ta'lim sifatini oshirishga, o‘quvchilarning akademik yutuqlarini yaxshilashga va o‘qituvchilarning professional farovonligini ta'minlashga imkon yaratadi.

Shu bilan birga, metakognitiv yondashuvlarning pedagogik stressni boshqarishda qanday samarali ishlashi haqidagi tadqiqotlar yanada chuqurlashtirilishi kerak. Bu sohada o‘qituvchilarning individual xususiyatlari, tajribasi, va stressni boshqarish qobiliyatlarining o‘zgarishi kabi omillarni hisobga olgan holda, kelajakdagi tadqiqotlar muhimdir. Shuningdek, o‘qituvchilarning stressni boshqarishdagi muvaffaqiyatlarini baholashda turli metakognitiv strategiyalarning ta'siri ham ko‘rib chiqilishi lozim.

Yakuniy xulosa shundan iboratki, pedagogik stressni boshqarishda metakognitiv yondashuvlar samarali vosita hisoblanadi. O‘qituvchilarni metakognitiv yondashuvlarga o‘rgatish, stressni boshqarishda ularga yordam berishi va ta'lim sifatini yaxshilashga hissa qo‘shadi. Ta'lim tizimining samaradorligini oshirish va o‘qituvchilarning ruhiy farovonligini ta'minlash uchun bu sohada metodik va amaliy qo‘llanmalar ishlab chiqilishi zarur.

1-jadval

Bosqich	Metodlar va usullar	Izoh
1. Tadqiqot maqsadlarini belgilash	**Nazariy tahlil, adabiyotlar tahlili**	O‘qituvchilarning pedagogik stressini va metakognitiv nazoratning ta'lim sifatiga ta’sirini aniqlash maqsadida avvalgi tadqiqotlar va ilmiy adabiyotlar o‘rganiladi.
2. Tadqiqot savollarini shakllantirish	**Konstruktsiyalarni aniqlash**	Pedagogik stress va metakognitiv yondashuvlar o‘rtasidagi aloqani aniqlash uchun tadqiqot savollari va gipotezalar ishlab chiqiladi.
3. O‘rganiladigan guruhni tanlash	**Ijtimoiy tadqiqot, namunaviy tanlov**	Tadqiqotda o‘qituvchilar guruhi tanlanadi (masalan, boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari, maktab o‘qituvchilari va boshqalar).
4. Stressni o‘lchash	**Anketalar, testlar (masalan, Perceived Stress Scale)**	O‘qituvchilarning stress darajasi o‘lchanadi. Stressning individual va kasbiy omillari asosida aniqlanadi.
5. Metakognitiv yondashuvlarni o‘rganish	**Intervyular, anketalar, metakognitiv savolnomalar**	O‘qituvchilarning metakognitiv yondashuvlari va stressni boshqarish usullarini o‘rganish. Metakognitiv nazoratni baholash uchun maxsus testlar ishlatiladi.
6. Ta'lim sifatini baholash	**O‘quvchilarning baholari, o‘qituvchilarning o‘zini**	Ta'lim sifatining o‘zgarishi o‘quvchilarning akademik yutuqlari va o‘qituvchilarning o‘zini

	baholash tizimi	baholash ko‘rsatkichlari orqali o‘lchanadi.
7. Metakognitiv yondashuvlarning ta’sirini tahlil qilish	**Statistik tahlil, korelatsion tahlil**	Metakognitiv yondashuvlarning stress darajasiga va ta'lim sifatiga ta’siri statistik usullar yordamida tahlil qilinadi.
8. Xulosa va tavsiyalar	**Nazariy va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish**	Tadqiqot natijalariga asoslanib, o‘qituvchilarni metakognitiv yondashuvlarga o‘rgatish va stressni boshqarish bo‘yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Xulosa. Pedagogik stress, o‘qituvchilarning professional faoliyatiga ta’sir ko‘rsatadigan muhim omil bo‘lib, uning ta'lim jarayonidagi samaradorlikka va o‘quvchilarga beriladigan ta'lim sifatiga sezilarli ta’sir o‘tkazishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, stressni boshqarishdagi metakognitiv yondashuvlar o‘qituvchilarga nafaqat stress darajasini kamaytirish, balki o‘zlarining pedagogik samaradorligini va ish faoliyatini yaxshilashda ham muhim ahamiyatga ega. Metakognitsiya, o‘z fikrlash jarayonlarini tahlil qilish, his-tuyg‘ularni boshqarish va qarorlar qabul qilishdagi o‘zgarishlarni nazorat qilish orqali stressni boshqarishda samarali vosita sifatida ishlaydi.

Adabiyotlar:

1. Kyriacou, C. (2001). *Teacher stress: A review of some recent literature*. Educational Psychology, 21(1), 1-12.
2. Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
3. Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2010). *Teacher stress and coping strategies: A longitudinal study*. Teaching and Teacher Education, 26(3), 502-509.
4. Schraw, G. (1998). *Promoting general metacognitive awareness*. Instructional Science, 26(1-2), 113-125.
5. Zimmerman, B. J. (2002). *Becoming a self-regulated learner: An overview*. Theory into Practice, 41(2), 64-70.
6. Veenman, M. V. J. (2013). *Metacognition in education: Definition and impact on student learning*. Educational Research Review, 8, 1-12.
7. Roberts, D. E., & O'Reilly, F. (2012). *The effects of stress on the teaching profession: A meta-analysis of the studies*. Journal of Educational Psychology, 104(2), 298-310.
8. Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success*. Random House.
9. Kagan, D. M. (1992). *Professional growth among preservice and experienced teachers*. *Review of Educational Research*, 62(2), 129-169.
10. Weiner, B. (2010). *The development of an attribution-based theory of motivation: A history of ideas*. Educational Psychology Review, 22(3), 175-192.

UDK: 796.052.2

Maxmudov Azamjon Muxtarovich,
O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti,
Sport psixologiyasi va pedagogika kafedrasi, phd, dotsent
azamjonmaxmudov1981@gmail.com
ORCID: https://orcid.org/0009-0000-6744-4395

FUTBOLCHILAR TAYYORGARLIGIDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALAR ORQALI PSIXOLOGIK HOLATNI BOSHQARISH

Annotatsiya. *Ushbu maqolada futbolchilar psixologik holatini boshqarishda zamonaviy innovatsion texnologiyalarning o‘rni yoritilgan. Futbol maydonidagi stress, charchoq va ruhiy bosim sportchilarning samaradorligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. "PolarTeamPro", "Cardi" va "Catapult" kabi texnologiyalar yordamida psixologik holat tahlil qilinib, stress darajasi baholanadi va motivatsiya oshiriladi. Ushbu yondashuvlar samarasini baholash uchun statistik usullar qo‘llanilgan. Maqola ushbu texnologiyalarning amaliy ahamiyati va istiqbolli tomonlariga urg‘u beradi.*

Kalit so‘zlar: *Futbol, psixologik boshqaruv, innovatsion texnologiyalar, stress, motivatsiya, PolarTeamPro, Cardi, Catapult.*

УПРАВЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ СОСТОЯНИЕМ ПОСРЕДСТВОМ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДГОТОВКЕ ФУТБОЛИСТОВ

Аннотация. *В статье рассматривается роль современных инновационных технологий в управлении психологическим состоянием футболистов. Стресс, усталость и душевное напряжение, возникающие на футбольном поле, оказывают значительное влияние на их результативность. Использование таких технологий, как "PolarTeamPro", "Cardi" и "Catapult", позволяет оценить уровень стресса и поднять мотивацию.*

Ключевые слова: *Футбол, психологическое управление, инновационные технологии, стресс, мотивация, PolarTeamPro, Cardi, Catapult.*

MANAGEMENT OF PSYCHOLOGICAL STATE THROUGH INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE TRAINING OF FOOTBALL PLAYERS

Annotation. *This article highlights the role of modern innovative technologies in managing the psychological state of football players. Stress, fatigue, and mental pressure significantly impact players’ performance. Technologies such as "PolarTeamPro," "Cardi," and "Catapult" are utilized to assess psychological states, evaluate stress levels, and enhance motivation. Statistical analysis confirms the effectiveness of these approaches and their practical implications for player preparation.*

Key words: *Football, psychological management, innovative technologies, stress, motivation, PolarTeamPro, Cardi, Catapult.*

Kirish. Zamonaviy futbol nafaqat jismoniy chidamlilikni, balki yuqori darajadagi psixologik tayyorgarlikni ham talab qiladi. Futbolchilar maydonda yuzma-yuz keladigan vaziyatlar stress darajasini oshirishi va ularning o‘yin faoliyatiga salbiy ta'sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli, murabbiylar va sport psixologlari futbolchilarning ruhiy holatini kuzatish va boshqarish uchun innovatsion texnologiyalardan keng foydalanmoqdalar.

Psixologik holatni samarali boshqarish, stress darajasini pasaytirish bilan birga, futbolchilarning o‘yinga bo‘lgan ishtiyoqini oshirish, qaror qabul qilish tezligini yaxshilash va jamoaviy hamkorlikni mustahkamlashga xizmat qiladi. Psixologik barqarorlik futbolchilarning yuqori natijalarga erishishida eng muhim omillardan biri hisoblanadi.

Innovatsion texnologiyalar, jumladan, "PolarTeamPro", "Catapult" va "Cardi" kabi platformalar, futbolchilarning fiziologik ko‘rsatkichlarini real vaqt rejimida tahlil qilish imkonini beradi. Ushbu texnologiyalar yordamida futbolchilarning ruhiy holatini individual ravishda baholash, stress va charchoq darajasini kuzatish, motivatsiyani oshirish kabi vazifalar amalga oshiriladi. Shuningdek, mazkur texnologiyalar orqali olingan ma'lumotlar asosida mashg‘ulot dasturlarini moslashtirish va optimallashtirish imkoniyati yaratiladi[4].

Adabiyotlar sharhi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning sport sohasini rivojlantirishga oid qarorlarida, jumladan, 2019-yilda qabul qilingan PF-5887 qarorida futbolni yangi bosqichga olib chiqish maqsadida innovatsion texnologiyalarni joriy etish zarurligi ta’kidlangan[1]. Ushbu maqola futbolchilarning tayyorgarligida zamonaviy texnologiyalarning psixologik boshqaruvda qo‘llanishini o‘rganadi[1,2].

Psixologik holatni boshqarishda innovatsion texnologiyalarning o‘rni. Futbolchilarning ruhiy holatini baholashda stress va charchoq darajasini monitoring qilish muhim ahamiyat kasb etadi. Fiziologik ko‘rsatkichlar, ayniqsa, yurak qisqarish chastotasi (YQCH) orqali stress darajasini aniqlash mumkin. Bunda "PolarTeamPro" va "Cardi" kabi zamonaviy texnologiyalar foydalaniladi.

"PolarTeamPro" tizimi: Bu texnologiya futbolchilarning YQCH ko‘rsatkichlarini haqiqiy vaqt rejimida kuzatib, ularning jismoniy va psixologik holati haqida ma’lumot beradi. Mashg‘ulotlar davomida YQCHning ortishi futbolchining stress yoki charchoq holatida ekanligini ko‘rsatadi.

YQCH normal daraja: Mashg‘ulotlardan avval futbolchilarning YQCH ko‘rsatkichlari o‘rtacha 80–90 bpm atrofida bo‘ladi. Bu ko‘rsatkich futbolchining ruhiy va fiziologik jihatdan tayyorligini ko‘rsatadi.

YQCH stress zonasi: Mashg‘ulotlar yoki o‘yin davomida YQCH 140–160 bpm ga ko‘tarilishi futbolchining charchoq holatiga yaqinlashganini anglatadi.

"Cardi" dasturi: "Cardi" dasturi yordamida yurak-qon tomir tizimi orqali stress va charchoq darajasini aniqlash mumkin. Bu dastur nafaqat stress holatini kuzatadi, balki tiklanish jarayonini ham tezlashtirishga yordam beradi.

Tiklanish monitoringi: Mashg‘ulotdan so‘ng YQCHning tiklanish vaqti tez yoki sekin bo‘lishi futbolchining ruhiy holatiga ta’sir ko‘rsatadi. "Cardi" orqali tiklanish jarayoni tahlil qilinib, har bir futbolchiga individual mashg‘ulot dasturi ishlab chiqiladi.

Mashg‘ulotlardan keyin YQCH normal holatga tez tiklangan futbolchilarda stress darajasi o‘rtacha 20% ga past bo‘lgan.

YQCH ko‘rsatkichlarining optimal zonalarda bo‘lishi futbolchilarning ruhiy barqarorligini 30% ga oshirgan.

Motivatsiya darajasini oshirish. Futbolchilarning psixologik holatiga motivatsiya darajasi ham katta ta’sir qiladi. Jamoaviy o‘yinlarda motivatsiya faqat shaxsiy natijalarga emas, balki jamoa bilan hamkorlikka ham bog‘liq. Bunda "Catapult" va video tahlil texnologiyalari muhim o‘rin tutadi.

"Catapult" tizimi: "Catapult" futbolchilarning maydondagi harakat samaradorligini tahlil qiladi. Uning yordamida futbolchilarning tezligi, harakatlari va jismoniy faoliyatini baholash mumkin.

Harakat samaradorligi: Mashg‘ulotlarda har bir futbolchining o‘rtacha tezligi, tezlanish va to‘xtashi monitoring qilinadi. Ushbu ma’lumotlar orqali futbolchining individual natijalari tahlil qilinadi.

Maqsadli motivatsiya: Murabbiylar ushbu ma’lumotlar asosida futbolchilarni rag‘batlantirish, ularning faoliyatiga ijobiy fikr berish yoki konstruktiv tanqid bildirish orqali motivatsiya darajasini oshirishadi[6].

Video tahlil platformalari: Video tahlil futbolchilarning xatolarini ko‘rsatish va ularni to‘g‘rilash uchun ishlatiladi. Shuningdek, murabbiylar video orqali futbolchilarning kuchli tomonlarini namoyish etish orqali ularning o‘z-o‘zlariga bo‘lgan ishonchini oshirishadi.

Jamoaviy motivatsiya: Jamoaviy videolar orqali jamoaning birlikdagi natijalari namoyish qilinib, jamoaviy hamkorlik ruhiyati mustahkamlanadi.

Video tahlillardan so‘ng futbolchilarning motivatsiya darajasi 20–25% ga oshgan. "Catapult" orqali shaxsiy natijalarni ko‘rsatish futbolchilarning o‘yinga ishtiyoqini 30% ga oshirgan.

Charchoq darajasini pasaytirish va tiklanish jarayonini boshqarish. Futbolchilarning charchoq darajasini nazorat qilish va tiklanish jarayonini boshqarish nafaqat ularning jismoniy, balki psixologik holatiga ham katta ta’sir ko‘rsatadi. Innovatsion texnologiyalar yordamida charchoqni erta bosqichda aniqlash va tiklanish jarayonini tezlashtirish mumkin[4].

Charchoq darajasini baholash: "Cardi" dasturi futbolchilarning tiklanish jarayonini baholashda ishonchli vositalardan biri hisoblanadi. U futbolchilarning yurak-qon tomir tizimi ko‘rsatkichlari va YQCH orqali charchoq darajasini aniqlaydi. Mashg‘ulotdan so‘ng tiklanish vaqti qanchalik tez bo‘lsa, futbolchining jismoniy holati ham shunchalik yaxshi bo‘ladi. YQCH tiklanishining sekinlashishi ortiqcha stress yoki chegaraviy holatlarning alomati bo‘lishi mumkin. Bu futbolchilarga alohida e’tibor berish zarurligini ko‘rsatadi.

YQCH zonalariga asoslangan mashqlar: Murabbiylar YQCH ma’lumotlari orqali mashg‘ulotlarning intensivligini moslashtirib, futbolchilarning chegaradan oshib ketmasligini ta’minlashlari mumkin.

Masalan: O‘rtacha intensivlik zonalari (120-140 bpm): Charchoq darajasini pasaytirish va tiklanishni ta’minlash uchun eng samarali.

Yuqori intensivlik zonalari (160 bpm va undan yuqori): Qisqa vaqtli stresslarning ta’sirini baholash uchun mos.

Tiklanish jarayonini yaxshilash: "PolarTeamPro" va "Cardi" texnologiyalari yordamida tiklanish jarayoni real vaqt rejimida kuzatiladi. Charchoq darajasi yuqori bo‘lgan futbolchilar uchun quyidagi usullar qo‘llaniladi:

Mashg‘ulotlardan keyingi tiklanish mashqlari (masalan, yurak-qon tizimi faoliyatini normallashtiruvchi yengil yurish).

Fiziologik tiklanishni tezlashtiruvchi maxsus diyetalar va sug‘orish (gidratatsiya).

Tahlil va natijalar muhokamasi.

Tadqiqot natijalariga ko‘ra, charchoq darajasi yuqori bo‘lgan futbolchilarda tiklanish vaqti o‘rtacha 30% ga sekinlashgan. Tiklanish jarayonini "Cardi" orqali monitoring qilish natijasida futbolchilarning tiklanish samaradorligi 20-25% ga yaxshilangan.

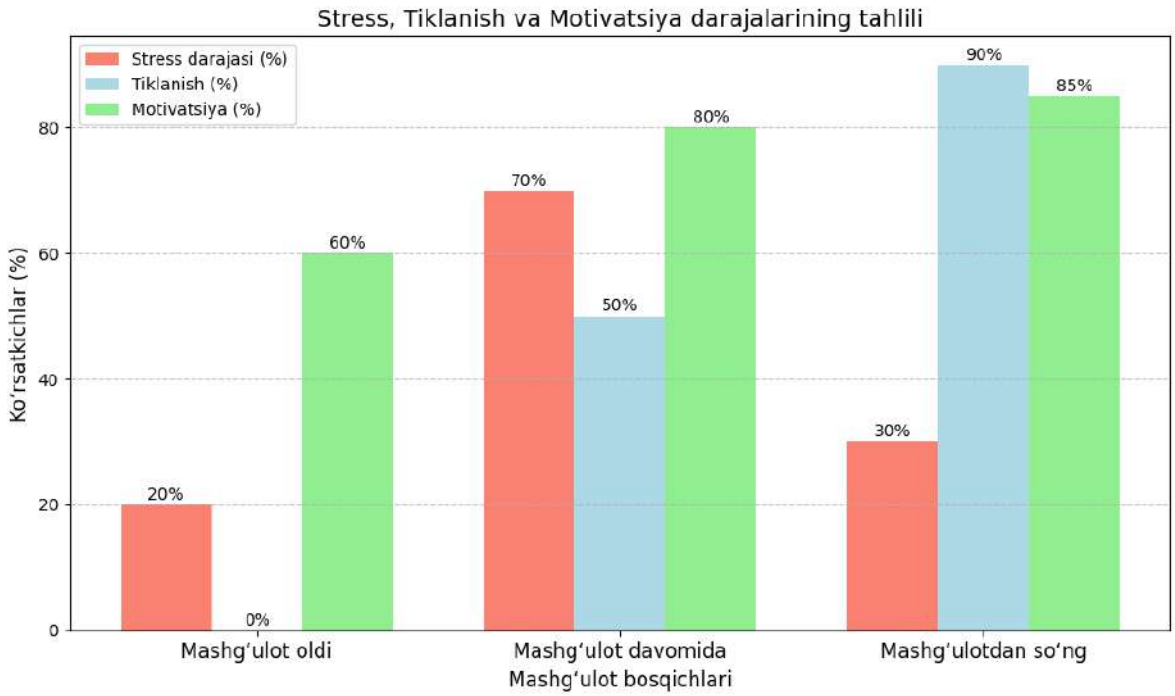
"Quyidagi grafik futbolchilarning mashg‘ulot davomida va undan so‘ng stress, tiklanish va motivatsiya darajalarining o‘zgarishini ko‘rsatadi.
Bu ma’lumotlar mashg‘ulot jarayonini optimallashtirish uchun muhimdir"

Yuqoridagi grafik futbolchilarning mashg‘ulot jarayonidagi stress darajasi, tiklanish progressi, va ishtiyoq darajalarining turli bosqichlarda qanday o‘zgarishini ko‘rsatadi:

Stress darajasi mashg‘ulot davomida eng yuqori nuqtaga yetadi (70%), ammo mashg‘ulotdan keyin sezilarli darajada pasayadi (30%).

Tiklanish progressi mashg‘ulot davomida o‘rtacha (50%) bo‘lib, mashg‘ulotdan keyin deyarli to‘liq (90%) tiklanish kuzatiladi. Motivatsiya darajasi mashg‘ulot boshlanishida o‘rtacha (60%) bo‘lsa, mashg‘ulot davomida va undan keyin asta-sekin oshadi (85%). Grafikdan ko‘rinib turibdiki, tiklanish jarayonini tezlashtirish uchun mashg‘ulotdan keyingi tiklanish mashqlariga va tiklanish diyetalariga e’tibor qaratish zarur. Shuningdek, stress darajasini pasaytirish uchun individual yondashuv talab etiladi.

Futbolchilarning mashg‘ulot jarayonidagi o‘zgarishlari		
Ko‘rsatkich	**mashg‘ulot jarayonidagi darajasi**	**mashg‘ulotdan keyin darajasi**
Stress darajasi	70%	30%



Tiklanish progressi	50%	90%
Motivatsiya darajasi	60%	85%

Tayyorlov Jarayonida Psixologik Boshqaruv Modeli

Futbolchilarning psixologik holatini boshqarishda innovatsion texnologiyalarni qo‘llash maqsadida quyidagi model taklif etiladi. Ushbu model jarayonni uch asosiy bosqichga bo‘ladi:

Kuzatuv va Monitoring: Futbolchilarning fiziologik va psixologik ko‘rsatkichlarini "PolarTeamPro", "Cardi" va "Catapult" kabi zamonaviy texnologiyalar orqali kuzatish amalga oshiriladi:

Yurak Qisqarish Chastotasi (YQCh) va Stress Darajasi Monitoringi: Mashg‘ulotlar va o‘yinda futbolchilarning YQCh o‘zgarishlari dinamik ravishda kuzatiladi. Bu jarayon, futbolchilarning jismoniy holatini baholashga yordam beradi.

Harakat Faoliyati Tahlili: "Catapult" tizimi yordamida futbolchilarning harakat tezligi, tezlanish va chegara yuklamalari baholanadi, bu esa ularning sport faoliyatini yanada takomillashtirish uchun zarur.

Tiklanish Jarayoni Monitoringi: Mashg‘ulot yoki o‘yindan keyin tiklanish jarayoni "Cardi" texnologiyasi yordamida kuzatiladi, bu esa futbolchilarning tiklanish samaradorligini aniqlash imkonini beradi.

Tahlil va Natijaga Yo‘naltilgan Rejalashtirish: Olingan ma'lumotlar asosida murabbiylar va psixologlar quyidagi chora-tadbirlarni amalga oshiradilar:

Mashg‘ulot Shiddatini Individual Holatga Moslashtirish: Har bir futbolchining individual psixologik va jismoniy holatini hisobga olgan holda mashg‘ulotlar shiddati moslashtiriladi.

Maxsus Mashg‘ulot Dasturlari Ishlab Chiqish: Yuqori stress yoki charchoq holatlariga duch kelgan futbolchilar uchun maxsus mashg‘ulot dasturlari ishlab chiqiladi, bu esa ularning holatini yaxshilashga yordam beradi.

Jamoaviy va Individual Motivatsiya Dasturlari: Jamoa va individual motivatsiyani oshirish maqsadida maxsus dasturlar tayyorlanadi.

Moslashtirish va Samaradorlikni Oshirish: Tahlil natijalaridan foydalanib, futbolchilarning faoliyatini optimallashtirish uchun quyidagi chora-tadbirlar amalga oshiriladi:

Ruhiy Bosimni Pasaytirish: Videotahlillar va jamoaviy treninglar o‘tkazish orqali ruhiy bosimni kamaytirish maqsadga muvofiqdir.

Ruhiy Holatni Yaxshilash: Shaxsiy maslahatlar va motivatsion suhbatlar o‘tkazish orqali futbolchilarning ruhiy holati yaxshilanadi.

Tiklanish Jarayonini Monitoring Qilish: Real vaqt rejimida tiklanish jarayonini kuzatish va individual dietalarni moslashtirish orqali futbolchilarning tiklanish samaradorligini oshirish maqsad qilinadi.

Ushbu model futbolchilarning psixologik holatini samarali boshqarish va ularning sport faoliyatini yaxshilashda innovatsion yondashuvlarning ahamiyatini ta'kidlaydi.

Xulosa va tavsiyalar. Ushbu maqolada innovatsion texnologiyalar orqali futbolchilarning psixologik holatini boshqarishning ahamiyati ta’kidlandi. Zamonaviy texnologiyalar, jumladan, "PolarTeamPro", "Cardi" va "Catapult", futbolchilarning stress darajasini monitoring qilish, motivatsiyani oshirish va tiklanish jarayonlarini yaxshilashda muhim rol o'ynaydi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, innovatsion yondashuvlar futbolchilarni yuqori darajadagi psixologik barqarorlikka erishishga yordam beradi va natijada o'yin samaradorligini oshiradi.

Zamonaviy texnologiyalarni kengroq qo‘llash: Murabbiylar mashg‘ulot jarayonida "PolarTeamPro" va "Cardi" kabi innovatsion texnologiyalarni yanada kengroq qo‘llashlari lozim. Bu nafaqat futbolchilarning jismoniy holatini, balki psixologik holatini ham yaxshilashga yordam beradi.

Motivatsion treninglar: Jamoaviy va individual motivatsion treninglar o‘tkazish, futbolchilarning ruhiy holatini yaxshilashga qaratilgan strategiyalarni ishlab chiqish zarur. "Catapult" tizimidan foydalanish orqali futbolchilarning harakat samaradorligini tahlil qilib, ularni rag‘batlantirish va o‘z-o‘ziga ishonchini oshirish mumkin.

Tiklanish jarayonini boshqarish: Futbolchilarning tiklanish jarayonini individual dasturlar asosida boshqarish va moslashtirish muhimdir. "Cardi" texnologiyasi orqali tiklanish jarayonini monitoring qilish, futbolchilarning jismoniy va ruhiy holatining barqarorligini ta’minlaydi.

Stressni boshqarish usullarini joriy etish: Futbolchilarning stress darajasini pasaytirishga yordam beradigan metodlarni joriy etish, masalan, relaksatsiya mashg‘ulotlari va shaxsiy maslahatlar orqali ruhiy bosimni kamaytirish.

Ushbu tavsiyalar futbolchilarning psixologik holatini samarali boshqarishga va ularning sport faoliyatini yaxshilashga yordam beradi.

Adabiyotlar:

1. Исеев Ш.Т., Курязов Р. Сравнительный анализ тактических действий футболистов высокой квалификации. FAN-SPORTGA Научно-теоретический журнал №3. 2017. – Ташкент. – С. 50-56.
2. Артиков А.А., Шоджалилов Ш.Ш., Шлапаков В.А. Исследование двигательной активности футболистов разной квалификации. Сб. научных трудов, посвященных 40-летию кафедры футбола и ручного мяча. Ташкент. 2007.- С.107–108.
3. Афоншин В.Е., Коновалов И.Е., Драндоров Г.Л. Технология обучения юных футболистов техническим приемам ведения мяча и обводки. Всероссийская научно-практическая конференция с межд. участием «Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры», Казань, 21 февраля 2018.
4. Шестаков, М.М. Технология индивидуализации процесса подготовки футболистов и условия её реализации. Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2012. -С. 249 - 257.
5. Иорданская, Ф.А. Специальная работоспособность футболистов в системе мониторинга текущего функционального состояния с учетом игрового амплуа и возраста. Ф.А. Иорданская, М.С. Юдинцева. Мониторинг здоровья и функциональная подготовленность высококвалифицированных спортсменов в процессе учебно-тренировочной работы и соревновательной деятельности: монография. М., 2006. - С.108-118.
6. Губа, В.П. Подготовка футболистов в ведущих клубах Европы: монография. В. Губа, А. Стула, К. Кромке. - М.: Спорт, 2017. - 273 с.
7. Губа, В.П., Самойлов А.Б. Влияние морфо-биомеханических характеристик на надёжность соревновательной деятельности. Физическая культура: образование, воспитание, тренировка. 2001. - № 1. - С. 33-35.
8. Акрамов Р.А. Игровые и тренировочные нагрузки в футболе. Учеб. пособие.-Т.: Абу Али Ибн Сино, 2000.-135 с.
9. Акрамов Р.А. Футбол/Дословник. – Ташкент: “O‘zDJTI” нашриёт-матбаа бўлими, 2006, - 406б.
10. Артиков А.А., Алимжанов С.И., Шукурова Ш.Т. Футболчиларнинг машғулот жараёнида педагогик назорат. Услубий қўлланма. Тошкент. 2014. – 62 б.
11. Ильюшин, А.Е. Разработка оптимальных режимов тренировочной нагрузки в соревновательном периоде футболистов высокой квалификации. МГФК. XXX юбилей. науч. конф. студентов, аспирантов и соискателей: тез. докл. - Малаховка, 2006. - Вып. XV. - С.137-143.
12. Бектуров О.Йо. Ёш футболчиларни техник-тактик Ҳаракатларини шакллантириш. Ўқув-услубий қўлланма. Тошкент . 2012 йил. Б-30.
13. Годик М.А. Средства тренировки футболистов // Фан спортга.-Тошкент, 2007.-№1.-С. 29-32.
14. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов в подготовительном периоде. - Ж.: «Фан спортга», 2007. - №3. - С. 18-23.
15. Исеев Ш.Т. Курязов Р. Сравнительный анализ тактических действий футболистов высокой квалификации. FAN-SPORTGA Научно-теоретический журнал №3. 2017. – Ташкент. – С. 50-56.
16. Марианович, А. Основы технологии работы в начальном периоде тренировок юных футболистов в возрасте от 6 до 11 лет. // Актуальные проблемы современного футбола: сб. науч. тр., посвящ. 25-летию кафедры теории и методики футбола и регби. - Краснодар. - 2011. - С. 24-29.

Мундарижа/Содержание/Contents

№		bet cmp page
1	***Fayziyeva Umida Asadovna***	***3***
	Bo‘lajak o‘qituvchilarda kasbiy sifatlarning rivojlanishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar	
	Социально-психологические факторы, влияющие на развитие профессиональных качеств будущих учителей	
	Socio-psychological factors influencing the development of professional qualities in future teachers	
2	***Tilavov Muxtor Hasan o‘g‘li***	***8***
	Zamonaviy jamiyatda psixologik xizmatlar tizimini takomillashtirishning innovatsion usullari	
	Инновационные методы совершенствования системы психологической службы в современном обществе	
	Innovative methods of improving the system of psychological services in modern society	
3	***Asranbayeva Munojatxon Halimjanovna***	***13***
	O’quv jarayonida talabalarda hissiy zo’riqishlar namoyon bo’lishining psixologik xususiyatlari	
	Психологические особенности проявления эмоционального напряжения у студентов в ходе учебного процесса	
	Psychological characteristics of emotional stress manifestation in students during the learning process	
4	***Avlayev Orif Umirovich***	***18***
	O‘zbekiston ayollarining liderlik faoliyati dinamikasiga sotsial intellekt ta’sirining tahlili	
	Анализ влияния социального интеллекта на динамику лидерской активности узбекских женщин	
	Analysis of the influence of social intelligence on the dynamics of leadership activity of uzbek women	
5	***Badritdinova Madina Baxromovna***	***25***
	O’smirlarda qo’rquv tufayli yuzaga keladigan emotsional zo’riqishlarni bartaraf etish usullari	
	Методы устранения у подростков эмоционального напряжения, обусловленного страхом	
	Methods of eliminating emotional stress in adolescents due to fear	
6	***Bo‘riyeva Mahbuba Shavkatovna***	***30***
	Oilalardagi ajrim holatlarining ijtimoiy-psixologik sabablari	
	Социально-психологические причины семейных разводов	
	Socio-psychological causes of divorce in families	
7	***Datkayev Umidjon Karimjon o‘g‘li***	***35***
	O‘quv faoliyatida kursantlarning emotsional zo‘riqishlarini psixologik jihatdan o’rganish	
	Психологическое изучение эмоционального напряжения курсантов во время учебной деятельности	

	Psychological study of emotional stress in cadets during learning activities	
8	***Djadigerova Gulnaz Maratovna***	***39***
	Pedagogik psixologiyaning zamonaviy yo‘nalishlari va uning ta’limdagi o‘rni va ahamiyati	
	Современные направления педагогической психологии, её место и значение в образовании	
	Modern directions of pedagogical psychology, its role and significance in education	
9	***Eshnayev Nortoji Jumayevich***	***43***
	Talabalarning intellekti va kasbiy yo‘nalganligini psixologik tadqiq etilishi OTMlarda mobil mutaxassis tayyorlash samaradorligining omili sifatida	
	Психологическое исследование интеллекта студентов и профессиональной ориентации как фактор эффективности подготовки мобильных специалистов	
	Psychological research of students' intelligence and professional orientation as a factor of effectiveness of training mobile specialists	
10	***G’aniyev Axrorjon Alisher o‘g‘li***	***47***
	Integrativ moslashuv modeli: migrantlarning ijtimoiy-psixologik moslashuvi va akkulturatsiya dinamikasi	
	Интегративная модель адаптации: социально-психологическая адаптация и динамика аккультурации мигрантов	
	Integrative adaptation model: socio-psychological adaptation and acculturation dynamics of migrants	
11	***Hamroyeva Dilfuza Rahmatullayevna***	***55***
	O‘smirlardagi addektiv xulq psixodiagnostika va psixokorreksiyasi	
	Психодиагностика и психокоррекция аддективного поведения у подростков	
	Psychodiagnostics and psychocorrection of addictive behavior in adolescents	
12	***Ibragimova Odina Kamoldinovna***	***59***
	Maktabgacha yoshdagi bolalarning shaxslararo munosabatlar diagnostikasi	
	Диагностика межличностных отношений детей дошкольного возраста	
	Diagnostics of interpersonal relationships in preschool children	
13	***Ismatova Halovat Baxtiyorovna***	***65***
	O‘smirlarda destruktiv xulqning psixologik asoslari: ichki va tashqi omillar	
	Психологические основы деструктивного поведения у подростков: внутренние и внешние факторы	
	Psychological foundations of destructive behavior in adolescents: internal and external factors	
14	***Ismoilova Nurjaxon Zuxuriddinovna***	***69***
	O‘quvchi va talabalarda stressga barqarorlikni oshirishda lokus nazorat shakllari va shaxs hayotiy pozitsiyalarining o‘rni	

	Формы локуса контроля и роль жизненной позиций личности в повышении стрессовой устойчивости учащихся и студентов	
	Forms of locus control and the role of personality life attitudes in increasing stress resilience of pupils and students	
15	*Jalilova Saboxat Xalilovna*	*74*
	O’spirinlarda psixologik himoya mexanizmlari namoyon bo‘lish xususiyatlari	
	Особенности проявления механизмов психологической защиты у подростков	
	Features of the demonstration of psychological defense mechanisms in adolescents	
16	*Kasimova Xulkar Atabayevna*	*78*
	Subyektiv farovonlik va shaxs xususiyatlari orasidagi bog‘lanishlar	
	Связь между субъективным благополучием и личностными характеристиками	
	Relationships between subjective well-being and personal characteristics	
17	*Korayeva Latifa Zarifovna*	*83*
	Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida bilish faoliyatiga doir munosabat motivlarini shakllantirish omillari	
	Факторы формирования мотивов отношения к познавательной деятельности у учащихся начальных классов	
	Factors forming attitude motives towards cognitive activity in primary grade students	
18	*Kosimova Sarvinoz Bakhtiyorovna*	*87*
	Psychological foundations of protecting young people from manipulative influences in the context of globalization	
	Психологические основы защиты молодёжи от манипулятивных воздействий в условиях глобализации	
	Yoshlarni globallashish hayotidagi manipulyativ ta’sirlardan himoya qilishning psixologik asoslari	
19	*Kushakova Barno Komilovna*	*92*
	Zamonaviy oilalar bolalariga nisbatan zo‘ravonlik muammosini psixodiagnostik tahlil qilish	
	Психодиагностический анализ проблемы насилия по отношению к детям в современных семьях	
	Psychodiagnostic analysis of the problem of violence against children in modern families	
20	*Makhmudova Zulfiya Mekhmonovna*	*96*
	Social-psychological factors of professional competence of security service personnel	
	Социально-психологические факторы профессиональной компетентности сотрудников служб безопасности	
	Qo‘riqlash xizmati xodimlari kasbiy kompetensiyasining ijtimoiy-psixologik omillari	
21	*Mamadiyarova Dilfuza Umirzakovna*	*103*
	The level and psychodynamics of mental injury in women with childbirth complications	
	Уровень и психодинамика психической травмы у женщин с	

	осложнениями при родах	
	Tug‘ruq asoratlari mavjud bo‘lgan ayollarda ruhiy jarohatlar darajasi va psixodinamikasi	
22	***Mavlonov Doniyor Ergash o‘g‘li***	***108***
	O‘smir suzuvchilarda shaxs ichki nizolari namoyon bo‘lishining o‘ziga xos jihatlari	
	Особенности проявления внутренних конфликтов личности у пловцов-подростков	
	Specific aspects of the manifestation of internal conflicts in adolescent swimmers	
23	***Maxammatova Saida Sadriddinovna***	***118***
	Psixolog talabalarni kasbiy kutishlarining ijtimoiy-psixologik omillari	
	Социально-психологические факторы профессиональных ожиданий студентов-психологов	
	Socio-psychological factors of professional expectations of psychologist students	
24	***Mominova Xijran Eldar qizi***	***125***
	O‘zbekistonda maktabgacha ta’lim va tarbiya tizimida psixodiagnostik va psixokorreksion ishlarning ilmiy-nazariy asoslari	
	Научно-теоретические основы психодиагностической и психокоррекционной работы в системе дошкольного образования и воспитания Узбекистана	
	Scientific and theoretical basis of psychodiagnostic and psychocorrectional work in the system of preschool education and upbringing in Uzbekistan	
25	***Muhamedova Muxayyo Karimovna***	***130***
	Talabalarda ekologik ong va jamoaviy mas’uliyat hissini rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	
	Социально-психологические особенности развития экологического сознания и чувства коллективной ответственности у студентов	
	Socio-psychological features of developing environmental awareness and a sense of collective responsibility among students	
26	***Mustafayeva Shirinoy Farxadjonovna***	***135***
	Ludomaniyaning rivojlanishi va shakllanib borish bosqichlari: profilaktika va korreksiya	
	Этапы развития и формирования лудомании: профилактика и коррекция	
	The development and formation stages of ludomania: prevention and correction	
27	***Eshnayev Nortoji Jumayevich***	***140***
	Talaba shaxsiga xos bo‘lgan kasbiy psixologik mobillik hamda uning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	
	Профессионально-психологическая мобильность, характерная для личности студента, её социально-психологические особенности	
	Professional psychological mobility characteristic of a student's personality and its social-psychological features	
	Orunbayev Azamat	***145***

28	Talabalarning mashg’ulotlarga bo’lgan motivatsiyalarini oshirish	
	Повышение мотивации студентов к тренировкам	
	Increasing students' motivation for training	
29	*Palvannazirova Yulduz Hasanboy qizi*	*150*
	Oliy ta‘lim muassasalarida talabalarni oilaviy hayotga tayyorlashning metod va vositalari	
	Методы и средства подготовки студентов к семейной жизни в высших учебных заведениях	
	Methods and tools for preparing students for family life in higher education institutions	
30	*Qulmamatova Fazilat Qarshiyevna*	*157*
	Yoshlarda destruktiv xulq shakllanishining psixologik determinantlari	
	Психологические детерминанты формирования деструктивного поведения у молодёжи	
	Psychological determinants of the formation of destructive behavior in youth	
31	*Qurbanova Shaxlo Bahodirovna*	*161*
	Bemorlar bilan psixokorreksion ishni tashkil qilinishining samaradorlik jihatlari	
	Аспекты эффективности организации психокоррекционной работы с больными	
	Aspects of the effectiveness of organizing psychocorrectional work with patients	
32	*Radjapova Firuza Duschanovna*	*166*
	Ayollarni tug‘ruqqa tayyorlash asoslari haqida ilmiy-nazariy qarashlar talqini	
	Интерпретация научно-теоретических взглядов на основы подготовки женщин к родам	
	Interpretation of scientific and theoretical views on the basics of preparing women for childbirth	
33	*Ramazonov Jasur Elmurodovich*	*173*
	Ichki ishlar organi xodimlarining jamiyatga ijtimoiy moslashuvini baholash mezonlari	
	Критерии оценки социальной адаптации к обществу сотрудников органов внутренних дел	
	Assessment criteria of the social adaptation of the employees of the internal affairs body to the society	
34	*Razikova Lola Tuychiyevna*	*180*
	Analysis of models of personality’s psychological structure	
	Shaxsning psixologik tuzilish modellarini tahlil etish	
	Анализ моделей психологической структуры личности	
35	*Ismatova Dilafruz Tuymuratovna*	*186*
	Ota-ona va bola hissiy-emotsional munosabatlarining psixik tavsifi	
	Психическая характеристика эмоциональных отношений родителей и детей	
	Psychic description of the emotional relationship of parents and children	
36	*Adizova Gulnavoz Farxodovna*	*193*
	Noto‘liq oila farzandlarida coping strategiya usullarining o‘ziga xosligi	

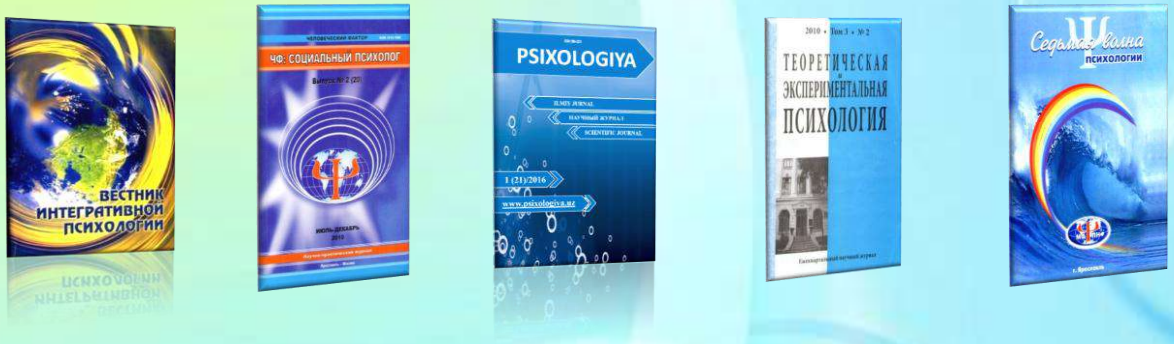
	Специфика методов копинг-стратегии у детей из неполной семьи	
	Specificity of coping strategy methods in children of a disfunctional family	
37	***Ro‘ziboyeva A’loxon Arabjon qizi***	***198***
	Yolg‘izlik hissining ifodalanish xususiyatlari	
	Особенности проявления чувства одиночества	
	Features of the manifestation of loneliness	
38	***Rustamova Manzura Ne’matjanovna***	***202***
	Keksalik davrida yolg‘izlik hissini psixoprofilaktikasi va psixokorreksiyasi	
	Психопрофилактика и психокоррекция одиночества в пожилом возрасте	
	Psychoprophylaxis and psychocorrection of loneliness in old age	
39	***Saydullayev Yoqub Murodullayevich***	***206***
	Ichki ishlar tizimidagi vatanparvar kadrlar tayyorlashning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	
	Социально-психологическая характеристика подготовки патриотических кадров в системе внутренних дел	
	Social-psychological features of training patriotic personnel in the internal affairs system	
40	***Atoyeva Mehriniso Farhodovna***	***210***
	Kredit-modul tizimida integratsion metodlarni rivojlantirishning psixologik tamoyillari	
	Психологические принципы развития интеграционных методов в кредитно-модульной системе	
	Psychological principles of developing integrative methods in the credit-modular system	
41	***Axadov Yo’ldosh Hamzayevich***	***214***
	O‘smirlarning irodaviy sifatlarini rivojlantirishda ichki va tashqi motivatsiyaning ahamiyati	
	Значение внутренней и внешней мотивации в развитии волевых качеств подростков	
	The importance of internal and external motivation in developing the volitional qualities of adolescents	
42	***Bahriyeva Nafisa Nurilloyevna***	***220***
	Shaxsning ekstremal vaziyatlarda qaror qabul qilishining psixologik komponentlari	
	Психологические компоненты принятия решений человеком в экстремальных ситуациях	
	Psychological components of human decision making in extreme situations	
43	***Barnoyev Bekzod Bahrom o’g’li***	***225***
	Talabalarda yolg‘izlik hissi va o'zini ifoda etishning ijtimoiy-psixologik xusussiyatlari	
	Социально-психологические особенности чувства одиночества и самовыражения у студентов	
	Social-psychological characteristics of loneliness and self-expression in students	

44	***Odinayev Tolibjon Toyirovich***	***229***
	Tibbiyot hamshiralari kasbiy identifikatsiyasi va professional rivojlanishning psixologik aspektlari	
	Профессиональная идентификация медицинских сестёр и психологические аспекты их профессионального развития	
	Professional identification of nurses and psychological aspects of their professional development	
45	***Pulatova Gulnoza Murodilovna, Umrzaqova Gulzoda Abdurahmon qizi,***	***233***
	Talablarda iroda kuchini va muvaffaqiyatga erishish motivatsiyalarini aniqlash	
	Определение сила воли и мотивации к достижению успеха у студентов	
	Determining willpower and motivation to achieve success in students	
46	***Raximov Zoyir Jumayevich***	***238***
	O‘qituvchining o‘quv jarayonini samarali tashkil etishdagi metakognitiv ko‘nikmalar va ularni rivojlantirish metodlari	
	Метакогнитивные навыки учителя в организации учебного процесса и методы их развития	
	The metacognitive skills of a teacher in organizing the educational process and methods for their development	
47	***Sherombetova Zamira Shalabayevna***	***242***
	Talabalarda o'quv fanlarini o'zlashtirishning pedagogik-psixologik determinantlari	
	Педагогико-психологические детерминанты освоения студентами учебных предметов	
	Pedagogical-psychological determinants of students' mastering of school subjects	
48	***Usmonova Surayyo Muxidinovna***	***246***
	Pedagogik stressning metakognitiv nazorati va uning ta'lim sifatiga ta'siri	
	Метакогнитивный контроль педагогического стресса и его влияние на качество образования	
	Metacognitive control of pedagogical stress and its impact on the quality of education	
49	***Maxmudov Azamjon Muxtarovich***	***250***
	Futbolchilar tayyorgarligida innovatsion texnologiyalar orqali psixologik holatni boshqarish	
	Управление психологическим состоянием посредством инновационных технологий в подготовке футболистов	
	Management of psychological state through innovative technologies in the training of football players	

Bizning yangilangan saytimizga tashrif buyuring

BUXDU.UZ

Saytimizda maqolalarni o'qishingiz va ularni elektron nusxasini yuklab olishingiz mumkin



PSIXOLOGIYA
ilmiy jurnal
1-son (61)
Buxoro – 2025. 214 b.

PSIXOLOGIYA
научный журнал.
Выпуск 1. (61) Бухара – 2025. – 214 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.
Shatrli 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