

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-dekabrda 201/3-sonli qarori bilan psixologiya fanlari bo'yicha dissertatsiya ishlari ilmiy natijalari yuzasidan ilmiy maqolalar chop etilishi lozim bo'lgan ilmiy jurnallar ro'yxatiga kiritilgan.

Tahririyat manzili:

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

**Jurnal 1 yilda 4 marta
chiqadi.**

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

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

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

Адрес:

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

**Журнал выходит 4 раза в
год.**

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



PSIXOLOGIYA

ILMIY JURNAL * НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

1-son 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

KOROBENNIKOV I.A. (Rossiya)

Psixologiya fanlari doktori, professor

KARIMOVA V.M.

Psixologiya fanlari doktori, professor

SAFOYEV N.S.

Psixologiya fanlari doktori, professor

BEKMURODOV M.B.

Sotsiologiya fanlari doktori, professor

KADIROV U.D.

Psixologiya fanlari doktori, professor

JABBOROV A.M.

Psixologiya fanlari doktori, professor

OLIMOV Sh.Sh.

Pedagogika fanlari doktori, professor

JUMAYEV R.G'.

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

NISHONOVA Z.T.

Psixologiya fanlari doktori, professor

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

professor

IBODULLAYEV Z.R.

Tibbiyot fanlari doktori, professor

BEGMATOV A.S.

Falsafa fanlari doktori, professor

HUSEYNOVA A.A.

Falsafa fanlari doktori, professor

MUXAMEDOVA D.G.

Psixologiya fanlari doktori, professor

RUXIYEVA X.A.

Psixologiya fanlari nomzodi, professor

BAROTOVA D.SH.

Psixologiya fanlari doktori, dotsent

AKRAMOV V.R.

Tibbiyot fanlari doktori, dotsent

ZARIPOV G.T.

Texnika fanlari nomzodi, dotsent.

OSTONOV Sh.Sh.

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

RUSTAMOV Sh.Sh.

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

TILAVOV M.H.

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

MUHARRIRLAR – РЕДАКТОРЫ:

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

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

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

Abuzalova M.K. - filologiya fanlari doktori, professor

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

TEXNIK MUHARRIRLAR – TEX.

РЕДАКТОРЫ:

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



PSYCHOLOGY

SCIENTIFIC JOURNAL

Issue 1: 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

KOROBAYNIKOV 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)



Barotov Shuxrat Sharipovich,
Buxoro psixologiya va xorijiy tillar instituti o'qituvchisi

BOJXONA XODIMLARIDA SHAXSLARARO MUNOSABATNI RIVOJLANTIRISHNING YO'NALISHLARI VA ILMIY ASOSLARI

Annotatsiya. Maqolada bojxona xizmatchilarining ijtimoiy munosabatlari va unga ta'sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillarning o'rni va ahamiyati ochib berilgan. Shuningdek, ijtimoiy intellektning kasbiy faoliyat samaradorligiga ta'siri va ular orasidagi tavofutlarning ilmiy tahlili keltirilgan.

Kalit so'zlar: sotsial intellekt, kasbiy-psixologik kompetentlik, bojxona xodimi, korrelyatsion munosabatlar, muloqot, noverbal muloqot, verbal muloqot.

НАПРАВЛЕНИЯ И НАУЧНЫЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ У ТАМОЖЕННЫХ СЛУЖАЩИХ

Аннотация. В статье раскрываются роль и значение социальных отношений сотрудников таможенных органов и социально-психологические факторы, влияющие на них. Также представлен научный анализ влияния социального интеллекта на профессиональную деятельность и различий между ними.

Ключевые слова: социальный интеллект, профессионально-психологическая компетентность, сотрудник таможни, корреляционные связи, коммуникация, невербальное общение, вербальное общение.

DIRECTIONS AND SCIENTIFIC BASIS FOR THE DEVELOPMENT OF INTERPERSONAL RELATIONS AMONG CUSTOMS OFFICERS

Abstract. The article reveals the role and significance of social relations of customs officers and the socio-psychological factors influencing them. It also presents a scientific analysis of the influence of social intelligence on professional activity and the differences between them.

Key words: social intelligence, professional psychological competence, customs officer, correlation links, communication, non-verbal communication, verbal communication.

Mavzuning dolzarbligi. Jahonda ijtimoiy - iqtisodiy sohalarida kechayotgan tub islohotlar jamiyatning barcha tarmoqlarini qamrab olmoqda. Bugungi kunda xalqaro aloqalarning jadallashuvi va kengayishi bojxona xizmati xalqaro faoliyatining o'ziga xos xususiyati hisoblanadi. Bojxona jarayonlarini amalga oshirishda xorijiy texnologiyalar, zamonaviy kompyuter texnologiyasi, elektron va rentgen uskunalaridan foydalanish o'z ijobiy samarasini bermoqda, ammo shu bilan birga, tizimda faoliyat olib borayotgan xodimlarning psixologik tayyorgarligi, ularning kasbiy malakalarni egallashlari tizim faoliyatini samarali tashkil etishda muhim o'rin egallovchi omil bo'lib qoladi.

Muomala jamiyatda kishilar o'rtasidagi munosabatlar to'g'risidagi mulohazalar sharq xalqlarining tarixiy yozma adabiyotlarida hamda sharqning buyuk mutafakkirlari falsafiy qarashlarida aks etgan. Xalq og'zaki ijodida, tarixiy yozma adabiyot namunalarida mazkur muammo doimo birinchi o'rinni egallab kelgan.

Metodologiya. Sotsial yoki ijtimoiy muhit – bu insonning aniq maqsadlar va rejalar asosida faoliyat ko'rsatadigan dunyosidir. Mazmunan har bir insonning shu ijtimoiy olam bilan aloqasi uning insoniyat tajribasi, madaniyati va qabul qilingan, tan olingan ijtimoiy xulq normalari doirasidagi harakatlarida namoyon bo'ladi. Psixologiya ilmining namoyondalari bo'lmish olimlarning butun bir avlodi ana shu shaxs va jamiyat aloqalari tizimida insonning tub mohiyatini anglash, uning rivojlanishi va kamol topishi qonuniyatlarini izlaganlar. Abu Nasr Farobiy, A. Navoiy, Ibn Sino, Beruniy, Umar Xayyom kabi Sharq allomalari ham bu o'zaro bog'liqlikning falsafiy va ijtimoiy sirlarini ochishga o'zlarining eng durdona asarlarini bag'ishlaganlar.

Sharq adabiyoti durdonalaridan biri bo'lgan «Qobusnoma»da Kaykovus jamiyatdagi kishilarni guruhlariga bo'ladi va har bir guruhning jamiyatda tutgan o'rnini birin-ketin sanab o'tadi, ammo bu guruhlarining xulq-atvori e'tibori bilan turlicha ekanligini aniqlab beradi. Inson hayoti xilma-xil jamiyatda va xilma-xil ijtimoiy guruhlar orasida o'zaro hamkorlikda kechishini ta'kidlaydi. «Qobusnoma»da xalqimizdagi rost so'zni qadrlash, yolg'onni xushlamaslik sifatlarining namoyonligi, raiyat bilan muloqotdagi notabiiylik,

yolg' onchilik munosabatlarning buzilishiga olib kelishi, ayniqsa davlat ishi va xalq turmushi uchun mas'ul etib tayinlangan kishilarning so'z aytishidan oldin uni adolat va axloq tarozusiga qo'yib ko'rmog'i zarurligi badiiy tarzda bayon qilib beriladi. Shy nuqtayi nazardan qaraganda birgina bojxona tizimi uchungina emas, balki mamlakatimiz kelajagi uchun sof vijdonli, yuksak axloqli, burchiga sodiq kadrlar tayyorlashda, ularni muomala malakasi va ko'nikmalariga o'rgatishda ushbu asarni o'ganish, unga dasturamal snfatida qarash maqsadga muvofiqdir.

Yuqoridagi mulohazalardan ko'rinib turibdiki, sharq olimlari tomonidan uzoq o'tmishda ham amaliy psixologiyaga doir ilmiy izlanishlar qilingan. Albatta, bu manbalarda ilgari surilgan ayrim nazariyalar hozirgi psixologiya sohasida to'plangan bilimlar yordamida inkor etilishi mumkin, lekin ushbu asarda aks etgan asosiy g'oyalar hozirgi davrda ham dolzarblik kasb etadi.

G'arb mamlakatlari olimlari tomonidan shaxslararo hamkorlikni mazmun va mohiyat jihatidan tushuntirishga bag'ishlangan bir qator nazariyalar ilgari suriladi. Almashinuv nazariyasi (teoriya obmena) (Dj.Xomane), simvolik interaksionizm (Dj. Mid), taassurotlarni boshqaruv (upravlenie vpechatleniyami) nazariyasn. Gofman), psixoanalitik nazariya (3. Frend)larni alohida ta'kidlab o'tish lozim

Almashinuv nazariyasiga ko'ra, kishilar o'zaro hamkorlikka kirishar ekanlar, bu hamkorlikdan o'zlari ega bo'ladigan fonda va yo'qotishlarni o'zaro taqqoslash tajribasidan kelib chiqadilar.

Ushbu nazariya 4 tamoyilga asoslanadi:

- ma'lum bir xulq-atvor va xatti-harakat qancha ko'p mukofotlansa, u shuncha ko'p qaytariladi;
- agar ma'lum tipdagi xatti-harakatlar uchun beriladigan mukofot qandaydir shart-sharoitni taqozo qilsa, inson uni yaratishga intiladi;
- agar mukofot katta bo'lsa, kishi uni olish uchun ko'proq kuch sarflashga tayyor bo'ladi.
- inson ehtiyojlari qondirilishga qanchalik yaqin bo'lsa, kishi ularni qondirish uchun kamroq kuch sarflashga harakat qiladi.

Xomansning mazkur nazariyasi asosida turli murakkab o'zaro hamkorlik turlarini tushuntirib berish mumkin: hukmronlik munosabatlari, o'zaro muzokara jarayonlari, liderlik va hokazolar. U ijtimoiy hamkorlikni foyda va yo'qotishlarni o'zaro muvozanatlanishi usullari bilan shartlangan murakkab almashinuvlar tizimi sifatida qaraydi [1].

Dj. Mid o'zining simvolik interaksionalizm nazariyasida muomalaning interaktiv tomonini batafsil o'rganadi. Dj. Mid insonning xatti-harakatlarini axborot almashinuviga asoslangan ijtimoiy xulq-atvor sifatida qaraydi. U kishilar odamlarning nafaqat xatti-harakatiga, balki ushbu xatti-harakatlarga sabab bo'luvchi maqsadlariga ham o'z e'tiborini qaratadi. Biz odatda kishilarning xatti-harakatiga qarab va o'zimizning xuddi shu sharoitlardagi tajribamizdan kelib chiqqan holda, ularning fikrlarini «o'qishga» harakat qilamiz.

Dj. Mid bunday harakatlarni 2 ta tipga ajratadi:

- 1) Ahamiyatga molik bo'lmagan imo-ishora (jest) lar (kiprik qoqishga o'xshagan avtomatik reflekslar);
- 2) ahamiyatga molik imo - ishora (jest) lar (boshqalarniig xatti-harakatlari va maqsadlarini tafakkur qilishi bilan bog'liq).

Ikkinchn holatda inson o'zini boshqaning o'rniga qo'yib ko'rishi yoki Midning ta'biri bilan aytganda «boshqaning rolini qabul qilishi» talab etiladi.

E. Gofmanning taassurotlarni boshqaruv nazariyasiga ko'ra, ijtimoiy hamkorlik dramatik spektaklga qiyoslanadi. Bu spektaklda aktyorlar ijobiy taassurot yaratish va uni doimiy ta'minlash uchun harakat qilishadi [1].

3. Freydning psixoanaliz nazariyasiga ko'ra, shaxslararo o'zaro hamkorlik ilk bolalik davrida o'zlashtirilgan tasavvurlar va mazkur davrda kishi boshidan kechirgan ziddiyatlar bilan belgilanadi. Z. Freyd kishilar liderlarga bo'ysunish va tobelikni his qilganliklari uchun ham ijtimoiy guruhlar tuzishadi va ularda qolishadi, - deydi. Bu narsaga liderlarning yuqori sifatlarga ega ekanligi uchun emas, balki ularni bizdan oldingi avlod, ota-onalarimiz e'zozlagan buyuk yetakchilar bilan bir qatorga qo'yishimiz sabab bo'ladi. Bunday vaziyatlarda biz regressiya (orqaga qaytish)ga ilk rivojlanish bosqichiga qaytishga moyil bo'lamiz. Bunday «qaytish» asosan o'zaro hamkorlik norasmiy yoki uyushmagan tarzda kechadigan vaziyatlarga xosdir. Tadqiqotlar ma'lum bir kutishlarning mavjud emasligi guruhda yetakchilarning mavqeyini mustahkamlashga xizmat qilishini ko'rsatadi. Shaxsning yo'nalganligi strukturasida uning motivatsiya sohasida kerakli darajada anglanmagan xulq-atvorlar holatlaridan biri mayllardir. Ular doimo aniq anglanmagan ehtiyojlar, turli darajadagi kuchga va yo'nalishga ega bo'lgan emotsional kechinmalar bilan birga kechadigan o'ziga xos kutishlarni o'zida mujassam etadi. Freyd taqlid qilish, o'yin va muloqotga intilish kabilarni ajratib ko'rsatadi.

Rus olimi N.G. Ananov psixologiya fanining muomala kategoriyasiga bag‘ishlangan o‘zining dastlabki ma’ruzalarida muomalaning nutqli (verbal) va nutqsiz (noverbal) vositalaridan tashqari, uning ichki tomonini ham turlarga ajratadi. Uning fikricha, muomala qanday kechishidan qat’iy nazar shaxslararo munosabatlarda, inson o‘z harakatini o‘zi boshqarishi bilan bir paytda, uning ichki dunyosi qayta tashkillashuvi o‘rtasida o‘zaro aloqa hukm suradi. U shaxsning turli o‘ziga xos tuzilmalari o‘rtasidagi aloqalarni maxsus tadqiqot predmeti qilib tanlaydi. Shaxsning jamiyat bilan, xususan, ijtimoiy guruhlar va institutlar bilan aloqalari xilma-xilligi, uning intraindividual tuzilishini, shaxsiylik xususiyatlari takomillashuvini va ichki dunyosini aniqlaydi [2].

V.M. Myasishev muomala va shaxsning ruhiy tuzilishi to‘g‘risida so‘z ketganda, inson ruhiyati yaxlit, uning vujudga kelishi esa sabab natijasi ekanligini ta’kidlaydi. Uning fikricha, shaxs dialogli muomalaning malakasi va boshqalar bilan munosabatning mahsuli sifatida namoyon bo‘ladi. Muomala jarayonida boshqa odamlar bilan munosabatga kirishishning tashqi ahamiyatga molik bo‘lgan shaxsiy tajribasi borliqqa nisbatan ichki munosabatlarni individual tanlanma xususiyatini determinatsiya qiladi.

Shaxsga muomalani ta’siri shart-sharoitlari va ruhiy omillari muallif tadqiqotlarida alohida ahamiyat kasb etadi. So‘zga ta’sirchanlik ko‘p jihatdan shaxsning tashqi ta’sirga berilish darajasiga, qayta ishontrish qobiliyatiga bog‘liq. Moyillik shaxsning zakovatini belgilovchi barqaror xususiyati mahsuli emas, balki odamlarning o‘zaro munosabatlari natijasi hisoblanadi.

Xulosa. Yuqoridagi ilmiy-nazariy ma’lumotlar asosida shu xulosaga kelindiki, bojxona organlari xodimlari muomala jarayoni tadqiqi umumiy xususiy (yoki maxsus) metodologiya tamoyillari asosida o‘rganilishi lozim. Umumiy metodologik tamoyillar shaxs va jamiyat munosabatlarni asosida yotadi. Ijtimoiy psixologiya fani doirasida esa psixologiya va sotsiologiyadagi metodologik tamoyillar tadqiqotning metodologik asosini tashkil etadi. Muomala psixologiya fanining asosiy kategoriyalaridan biri hisoblanib, u o‘z ichiga shaxslararo munosabatlarning eng muhim mexanizmlarini qamrab oladi. Ushbu fundamental kategoriyani chuqur tushunmay turib, xo‘jalik faoliyati sharoitida inson resurslaridan foydalanish va uni takomillashtirishda zamonaviy metodlardan foydalanishning imkoniyati bo‘lmaydi. Shuning uchun ham hozirda muomala, uning tabiati, texnikasi va strategiyasi, muloqotga o‘rgatish (ijtimoiy psixologik trening) masalalari bilan shug‘ullanuvchi fanlarning ham jamiyatdagi o‘rni va salohiyati keskin oshdi. Bizning fikrimizcha, bojxona xodimining kasbiy faoliyati samaradorligi uning professional faoliyatida odamlar bilan hamkorlik uchun zarur bo‘lgan bilim, malaka va ko‘nikmalardan samarali foydalanish qobiliyatida namoyon bo‘ladigan ijtimoiy-psixologik kompetensiyasiga muhim darajada bog‘liqdir. Bojxona xodimlarida muomala malakasi va ko‘nikmalarini shakllantirish jarayonida psixologik trening usulidan foydalanish yaxshi samara beradi. Jamoaning umumiy rivojlanishiga erishish, xodimlarning shaxsiy o‘sishiga va ziddiyatlarni kamaytirish uchun ko‘proq psixologik treningning an’anaviy shakllaridan foydalanish maqsadga muvofiqdir.

Adabiyotlar:

1. Андреева Г.М. Социальная психология. – М.: Аспект пресс, 1996. – 178 с.
2. Бендас Т.В. Гендерная психология. СПб.: Изд-во Питер, 2006. – 431 с.
3. Гамезо М.В., Домашенко И.Н. Атлас по психологии. – М.: «Просвещение», 1986. – 112 с.
4. Леонтьев Д.А. Методика изучения ценностных ориентаций. М.: Смысл, 1992. 18 с.
5. Майерс Д. Социальная психология/ Интенсивный курс 3-изд., «Олма Пресс» С.Петербург – Москва 2002. – 188 с..
6. Muslimov N.A., Mullaxmetov R.G. Kasb tanlashga yo'llash. O'quv qo'llanma. -Toshkent: OO'MTV, 2007. 173 b.
7. Nishonaliev U.N., Shodiev N.S., Muslimov N.A. Mehnat ta'limidan “Kasbga yo'naltirish asoslari” kursi bo'yicha metodik qo'llanma. -Toshkent, 2004. 12 b.
8. Немов Р.С. Психология: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: в 3 кн. М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. Кн.3. 640с.

Salixov Shoxrux Mansurovich,
Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrası o'qituvchisi,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
salikhovshoxrux@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-7520-6498>

BO'LAJAK JISMONIY MADANIYAT FANI O'QITUVCHILARI SHAXSIY SIFATLARINI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK ASPEKTLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada bo'lajak jismoniy madaniyat fani o'qituvchilarining shaxsiy sifatlari shakllanishida ijtimoiy muhit hamda psixologik faktorlarning o'rni tahlili keltirilgan. Bundan tashqari har bir sportchida rivojlantirish zarur bo'lgan irodaviy sifatlari, hissiy boshqaruvchanlik kabi jarayonlarning amaliy natijalari asoslab berilgan. Bo'lajak jismoniy madaniyat fani o'qituvchilarida shaxsiy sifatlarning shakllanishi psixologik omillarga bog'liq ekanligi va bu holat juda muhim psixologik omil ekanligi jadvallarda o'z aksini topgan.

Kalit so'zlar: ijtimoiy muhit, irodaviy sifatlari, sport faoliyati, psixologik omillar, pedagogik jarayon, o'quv faoliyati, ijtimoiy psixologik motivlar.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация. В данной статье представлен анализ роли социальной среды и психологических факторов в формировании личностных качеств будущих учителей физической культуры. Кроме того, обоснованы практические результаты процессов развития таких качеств, как волевые характеристики и эмоциональная саморегуляция, которые необходимо развивать у каждого спортсмена. В таблицах отражено, что формирование личностных качеств у будущих учителей физической культуры зависит от психологических факторов, и этот аспект является крайне важным психологическим фактором.

Ключевые слова: социальная среда, волевые качества, спортивная деятельность, психологические факторы, педагогический процесс, учебная деятельность, социально-психологические мотивы.

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF FORMING THE PERSONAL QUALITIES OF FUTURE PHYSICAL CULTURE TEACHERS

Abstract. This article analyzes the role of the social environment and psychological factors in the formation of personal qualities of future physical education teachers. In addition, the practical results of such processes as willpower and emotional control, which need to be developed in every athlete, are substantiated. The tables show that the formation of personal qualities of future physical education teachers depends on psychological factors and that this situation is a very important psychological factor.

Keywords: social environment, volitional qualities, sports activity, psychological factors, pedagogical process, educational activities, social and psychological motives.

Kirish. Hozirgi talabalarning subyektligiga va ijodiy kuchiga (qobiliyatiga) qo'yilayotgan talablarning ortishiga qaramasdan, talabalar subyektiv hayotiy o'rning psixologik o'ziga xosliklari va uning ijtimoiy mavqeyi o'rtasidagi bog'liqlik kam o'rganilganligi, faoliyat kategoriyasining psixologiyaga kiritilishi shaxsni dialektik-materialistik tadqiq qilish, uning g'oyaviy yo'nalishini o'rganish uchun shart-sharoitlarni ta'minlash va psixikani obyektiv o'rganish imkoniyatini yaratish uchun zarur edi.

Bilish va hissiy sohalarining birligida shaxs muammosini ko'rib chiqish (S.L.Rubinshteyn, L.S.Vigotskiy, A.Leontev) shaxsiy yondashuv, psixikani dialektik-materialistik anglashning quyidagi keltirib o'tilgan muhim tamoyillarni rivoj topishiga ko'maklashadi: aks ettirishning aqliy jihati, shaxs psixikasining moslashishi, ong va faoliyatning birligi, determinizm va tarixiy xususiyatlar tamoyili.

An'anaviy yondashuvdagi atrofdagi voqelikni o'zgartirish orqali inson o'z tabiatini o'zgartiradi, degan pozitsiyasiga asoslanib, S.L.Rubinshteyn shaxsning yo'nalishini o'rganishda tizimli yondashuvning asosini tashkil etgan ong va faoliyatning birligi tamoyilini ilgari surdi. Ongning faoliyat bilan chambarchas bog'liqligi mazmuni «ularning o'zaro bog'liqligi va mazkur bog'liqlikni tasdiqlashdan iborat: inson faoliyati

uning ongini shakllantirishni, uning intellektual aloqalarini, jarayonlarini va xususiyatlarini belgilaydi va bu ikkinchisi, tartibga soluvchi faoliyat, ularni adekvat amalga oshirish sharti hisoblanadi» [130]. Tadqiqotimizda qo'llanilgan metodlarning o'ziga xosligi shundaki, shaxsda ong darajasi uning faoliyatdagi harakati bilan uzviy bog'liq. Shunday ekan, kasbiy sifatlar rivojlanishini faoliyatni tashkil qilmasdan erishib bo'lmaydi.

Insonlarning vaziyatlarga munosabati ularning faoliyatini ko'rsatib beradi. Shuningdek, shaxsning faoliyatida uning xususiyatlari, yo'nalishi ochiladi va bu jarayon kishilarning eng yaqin xususiyati sifatida namoyon bo'ladi. S.L.Rubinshteyn tomonidan shakllantirilgan yana bir tamoyil – determinizm tamoyilidir. Determinizm insonlar o'rtasida yaratilgan obyektiv qonun-qoidalar bilan ichki qarshiliklarga asoslanib yagona tizimni o'rganish lozimligini bildiradi.

Mazkur tamoyilga ko'ra, shaxsning shakllanishida yetakchi rol ichki sharoitlar, shu jumladan, shaxsning haqiqiy shaxsiy sifatleri va tabiiy xususiyatlari orqali o'zgaradigan tashqi ta'sirlarga beriladi, ya'ni tashqi ta'sirlar o'zgarishi shaxsdagi sifatleri ham ma'lum ma'noda o'zgarishiga olib keladi. Determinizm tamoyili psixolog talabalarning bilim va kasbiy sifatleri mukammal o'zlashtirib, rivojlanishiga o'z ta'sirini ko'rsatadi.

Metodologiya. Bo'lajak jismoniy madaniyat fani o'qituvchilarida o'z mehnat faoliyatlari davomida o'quvchilarda hissiy irodaviy sifatleri shakllantirish vazifasi muhim hisoblanadi. Hissiy irodaviy sifatleri zaif differensiallashganligi hatto iroda sohasida yirik mutaxassis hisoblanuvchi A.S.Puni mehnatlarida ham keltirib o'tilgan va u bu sifatleri juftlashtirib birlashtirgan; qat'iyatlilik va dadillik, qat'iylik va qattiq tura olish, mustaqillik va tashabbuskorlik, bardoshlilik va o'zini tuta olish. Aslida bular xilma-xil hissiy irodaviy ko'rinishlardir va bu masalan, M.S.Govorov tomonidan mustaqillik va tashabbuskorlikka nisbatan munosabatda ko'rsatib o'tilgan. U o'smirlarning 3 guruhini ajratgan: tashabbuskor va mustaqil; tashabbuskor va mustaqil bo'lmagan; mustaqil va tashabbuskor bo'lmagan. A.S.Punida faqat maqsadga intiluvchanlik yakka holda keltirib o'tilgan. Ammo unga berilgan ta'rifdan u qat'iylikdan qanday farqlanishini anglab olish qiyin. Ehtimol hissiy irodaviy sifatleri juftlikda birlashishi A.S.Puning "irodaviy sifatleri shaxsning bir butun hissiy irodaviy aks ettirishlarida bir-biridan alohida emas, balki, o'zaro aloqada vazifa bajaradi" degan tasavvurlariga mos keladi.

1-jadval.

Hissiy irodaviy sifatleri ajratish va differentsiatsiya qilish muammosining chalkashligi

Shaxsiy sifatlar	Maqsad va intilish	Imkoniyatlar va motivlar	Motivlar kurashi va tanlanishi	Yechim	Yechimni amalga oshirish
Kuchli iroda	Maqsadni aniq anglash, intensiv intilish	Etarli	Asoslangan va tezkor	Asoslangan va intensiv intilishli	Matonat bilan
Qat’iylik	Uzoqlashgan va intensiv intilishli	Me’yorda			Juda qat’iy
O’jarlik	Obyektiv oqlanmagan	Barcha imkoniyatlarni oldindan yanglish fikr bilan kelganligi va obyektiv hisobga olinmaganligi bilan ajraladi		Asoslanmag an intensiv intilishli	Qat’iy
Mulo-yimlik	Oson o’zgaruvchan	Boshqa insonlar kuchli ta’siri bilan aniqlanadi		Oson o’zgaradi	Turli xil
Ta’sir ko’rsata olishlik	Mavjud emasligi			Tashqaridan keladi	Tashqaridan keladi
Qat’iyat-lilik	Maqsadni aniq anglash, intensiv intilish	Yetarli ba’zida haddan ziyod	Tezkor lekin har doim ham asoslashma ganlik	Qat’iy va turg’un	Qat’iy

Jadvaldan ko'rinib turibdiki, K.K.Platonov shaxsiy hissiy irodaviy xususiyatlar qatoriga nima uchundir ta'sir ko'rsata olishlik va muloyimlikni ham kiritgan. Shuningdek, hissiy irodaviy sifatleri insoniylik, mustaqillik, mardlik, fidokorlik va prinsipiiallilik kabilarning kiritilishi ham tushuntirilgan.

A.S.Punining fikricha, “har bir insonda hissiy irodaviy sifatlar bir butun tizim sifatida namoyon bo‘ladi, ammo bu tizim bo‘g‘inlarining strukturasi turli insonlarda bir xil emas.”

Bundan tashqari u bir insonning o‘zida faoliyatning turli ko‘rinishlarida o‘zgarib boradi. Shu bois, shaxsiy hissiy irodaviy sifatlar yig‘indisini harakatchan dinamik tizim sifatida ko‘rib chiqish lozim hamda bu tizimning bo‘g‘inlari bir-birlari bilan turlicha o‘zaro munosabatga kirishadi va aloqa qiladi. Hissiy irodaviy sifatlarning u yoki bu to‘plamlari A.S.Puni fikricha, aniq bir faoliyat turining barqaror, obyektiv shart-sharoitlari orqali belgilanadi. Birinchi navbatda yetakchi hissiy irodaviy sifatlar determinantlashadi.

Shaxsning boshqa sifatleri kabi hissiy irodaviy sifatlar ham gorizontaal va vertikal strukturaga ega.

Gorizontaal struktura. Uni layoqatlar tashkil etadi va ularning rovida asab tizimi belgilarining tipologik xususiyatlari ishtirok etadi. Biroq buni tan olib, ba’zi bir holatlarda psixologlar ushbu muammoni izohlashda xatoga yo‘l qo‘yishadi. Dadillikning past darajasi tipologik xususiyatlarning ma’lum bir kompleksiga: zaif asab tizimi, “tashqi” balans bo‘yicha tormozlanishning ustunligi, tormozlanishning harakatchanligiga bog‘liqligi monografiyalarda aniqlangan

Vertikal struktura. Barcha hissiy irodaviy sifatlar o‘zaro o‘xshash vertikal strukturaga ega. Bu o‘xshashlik shundan iboratki, unga ko‘ra har bir hissiy irodaviy sifat xuddiki bir, uch qavatli pirogga o‘xshaydi. Uning eng quyisida tug‘ma layoqatlar – neyrodinamik xususiyatlar yotadi.

Shu bilan bir qatorda har bir hissiy irodaviy sifatda vertikal komponentlarning roli turlicha bo‘lishi mumkin. Bu holat E.K.Feshenko monografiyalarida yaqqol namoyon bo‘lgan.

I.Selivanov shaxsiy sifatleri ta’riflayotganda, ularga xos umumiy xususiyatlarni aytib o‘tgan: bular kengligi, kuchi va barqarorligidir. hissiy irodaviy sifatning kengligi yoki torligi ushbu sifat yorqin namoyon bo‘ladigan faoliyatlar miqdori orqali aniqlanadi. hissiy irodaviy sifatning kuchi qiyinchiliklarni engib o‘tishga yo‘naltirilgan hissiy irodaviy xatti-harakatning namoyon bo‘lish darajasi bilan aniqlanadi. Bir turdagi vaziyatlarda hissiy irodaviy xatti-harakat namoyon bo‘lishining doimiylik darajasi hissiy irodaviy sifatlar barqarorligida asosiy belgi bo‘lib xizmat qiladi. Bu xususiyatlarning o‘zaro aloqasi turli insonlarda turlicha bo‘lishi mumkin.

O‘zini tuta bilish – odamning o‘z xatti-harakatlari, his-tuyg‘ulari, xulq-atvori kabilarni boshqara bilishda aks etuvchi iroda sifatidir.

Chidamlilik – maqsadga erishishda odamning ko‘pincha sovuq va issiqqa ham, ochlik-tashnalikka ham, betoblik va boshqa shu singari qiyinchiliklarga qaramay, barcha to‘siqlarni yengib, o‘z maqsadini ro‘yobga chiqarishga intilishda aks etuvchi ijobiy sifatidir.

Qat’iylilik - shaxsning vaziyatni tezda baholab, o‘z vaqtida asosli, o‘ylangan va mustahkam qaror qabul qilishi, hech qanday ikkilanishsiz uni bajarishga kirishishidan iborat fazilatidir.

Botirlik – odam sog‘lig‘i yoki hayoti uchun xavfli va murakkab sharoitda ham biron qarorga kelishi va uni bajarishning uddasidan chiqa bilish xislatidir.

Intizomlilik – jamiyat qonunlariga, axloq normalari va qoidalariga, milliy (umumbashariy) urf-odatlariga, ixtiyoriy hamda ongli ravishda bo‘ysunishda ifodalanuvchi inson sifatidir.

Sabotlilik – shaxsning qabul qilgan qarorini bajarish va o‘z oldiga qo‘ygan maqsadiga erishish uchun, ko‘p vaqt hamda muayyan qiyinchiliklarni yengish talab etilishiga qaramay, og‘ishmay intilishda gavdalanuvchi iroda belgisidir.

Mustaqillik – insonning o‘zicha biror qarorga kelishi va uni amalga oshirishidan, qarorni amaliyotga tatbiq etishning usul va yo‘llarini o‘zi mustaqil tanlashidan, har bir ishda o‘zining bilimlari, dunyoqarashi va e’tiqodlariga amal (rioya) qilishidan iborat iroda sifatidir.

Mardlik – oliy maqsadlarni ko‘zlab ish ko‘ruvchi, o‘z oldiga qo‘ygan maqsadiga erishishda qat’iylilik, vazminlik, sabr-matonat, chidamlilik, bardoshlilik, mustaqqillik va dadillik ko‘rsatuvchi xislatlar majmuasidir.

“Men” obrazining shaxsiy sifatlar shakllanishidagi ahamiyati shaxsning o‘z xulq-atvor xususiyatlari va jamiyatdagi mavqeini tasavvur qilishidan hosil bo‘ladigan obraz – “Men” obrazi deb atalib, uning qanchalik adekvatligi va realikka yaqinligi shaxsning jamiyatdagi ijtimoiy mavqeini belgilaydi va uning barkamolliigi me’zonlaridan hisoblanadi. Kishi o‘z mohiyatiga ko‘ra ijtimoiy hisoblangan munosabatlar tizimiga kirgan, odamlar bilan o‘zaro birgalikda harakat qilgan va munosabatda bo‘lgan holda o‘zini atrof-muhitdan alohida ajratib ko‘rsatadi, o‘zining jismoniy va psixologik holati, harakatlari va jarayonlarining subyekti sifatida aks etadi. “Men” obrazining ijtimoiy-psixologik ahamiyati shundaki, u shaxs tarbiyasining va tarbiyalanganligining muhim omillaridan hisoblanadi. Shu nuqtayi nazardan olib qaraganda, tarbiyani shaxsning o‘zi va o‘z sifatleri to‘g‘risidagi tasavvurlarning shakllanishi jarayonidir, deb ta’rif berish mumkin.

“Men” tushunchasining ta’riflari bir qancha bo’lishiga qaramasdan, uni ikki ma’noda ifodalash mumkin. Ya’ni I.Kant ta’kidlaganidek, o’zini-o’zi anglash o’z ichida ikki ma’noni saqlaydi.

1.	“Men” tafakkur subyekti sifatida reflektiv “Men”.
2.	“Men” ichki hislar va idrok obyekti sifatida.

Psixologik manbalarda birinchi “Men” odatda faol, harakatdagi subyektlik yoki ekzistensial “Men” deb nomlanadi, ikkinchisi esa – obyektivlik, reflektiv, fenomenal, kategorial “Men” yoki “Men tasavvur”, “Men – konsepsiya” deb nomlanadi.

Rozenberg quyidagi “Men” tiplarini ajratadi:

1)	<i>mavjud bo’lgan “Men” (nalichnoe “YA”) – bu individning hozirgi paytdagi o’zini ko’rishidir (Real “Men”);</i>
2)	<i>ko’zlanayotgan “Men” (Jelaemoe “YA”) – individ o’zini qanday ko’rishni xohlaganini ifodalaydi;</i>
3)	<i>tasavvur qilinayotgan “Men” (predstavlyaemoe “YA”) – u o’zini boshqalarga qanday ko’rsatishi tushuniladi.</i>

Shaxsning o’zi haqidagi obrazi va o’zini-o’zi anglashi jinsiy o’ziga xoslikka ega. Bu davrda paydo bo’ladigan “kattalik” hissi qizlarda ham, o’smir yigitlarda ham nafaqat o’ziga, balki o’zgalar bilan bo’ladigan munosabatlarini ham belgilaydi.

Xulosa. Jamiyat a’zosi bo’lgan sportchi o’zining butun faoliyati davomida atrofdagi kishilar uchun nazoratning obyekti bo’lib kelgan. Jamiyat nazorati ostida sport maktabi o’quvchisi ta’lim oladi va tarbiyalanadi, sport faoliyati bilan band bo’ladi, axloq qoidalari asosida xatti-harakatlarini amalga oshiradi. Boshqa tomondan, sportchi nazoratning subyekti sifatida uning o’zi nazorat mexanizmlarini tashuvchisi hisoblanadi. Bu nazorat boshqalarga yoki shaxsning o’ziga yo’naltirilgan bo’ladi. Birinchi holatda nazorat ob’ekti bo’lib boshqalarning xatti-harakatlari va ijtimoiy, tabiiy va texnik tizimdagi faoliyat jarayonining xarakteri xizmat qiladi. Lekin shaxsning shaxsiy xatti-harakatlari, psixik holatlari ham uning o’zi uchun nazorat ob’ekti bo’lishi mumkin. Aynan oxirgi vaziyatda, ya’ni shaxsning o’z psixik sohasini nazorat qilishida, biz o’zini-o’zi boshqarishni ko’ramiz. Sportchi faolligining har xil ko’rinishlari ichida o’zini-o’zi hissiy irodaviy boshqarish alohida o’ziga xos shakldan iboratligi bilan ajralib turadi. O’zini-o’zi boshqarish sportchining o’z xatti-harakatlarini (xulq-atvorini) o’zi boshqarishini, u yoki bu xususiyatli intilish va istaklarini tormozlashni talab qiladi, binobarin, u anglanilgan turlicha harakatlar tizimi mujassam bo’lishini nazarda tutadi. hissiy irodaviy faoliyat mohiyati shunda ko’zga tashlanadiki, bunda sportchi o’zini o’zi boshqaradi, o’zini qo’lga oladi, o’zining xususiy ixtiyorsiz impulsiv tomonlarini nazorat etadi, hatto zarurat tug’ilsa, u holda ularni tamoman yo’qotadi ham.

Shuni alohida ta’kidlash joizki, ba’zi psixologik holatlarda, vaziyatlarda o’zini-o’zi hissiy irodaviy boshqarish faoliyati sportchining butun hayot yo’lini aniqlab beradigan, uning ijtimoiy-psixologik qiyofasini namoyon qiladigan va ma’naviy-axloqiy qadriyatini ro’yobga chiqarishga yordam beradigan qarorga kelish bilan uyg’unlashadi.

Sportchining hayot yo’lida muhim xususiyat kasb etuvchi javobgarlik hissi hissiy irodaviy harakatlarni tatbiq qilishda uning miyasiga mujassamlashgan, anglanilgan barcha ijtimoiy-psixologik shartlangan fazilatlar, sog’lom fikr, ustuvor hissiyot tariqasida faollashadi, mustahkamlanadi hamda baholash, qarorga kelish, tanlash, ijro etish jarayonlariga ta’sir qilib, umumiy hamkorlik tizimida o’z izini qoldiradi. Javobgarlik hissi shaxs ma’naviyati, ruhiyati, qadriyati namoyon bo’lishi, kechishi, takomillashishi bosqichlarining boshqaruvchisi, ongli turtkisi, sifatining ko’taruvchisi funksiyasini bajaradi.

Adabiyotlar:

1. Gapparov Z.G. Sport psixologiyasi: Jismoniy tarbiya instituti talabalari uchun darslik /tarj. M.Omon; T.: “Mehridaryo”, 2011.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. О природе человеческой воли // Психологический журнал. 2005. № 3.
3. Загайнов Р.М. К проблеме уникальности личности спортсмена-чемпиона. // Журнал “Спортивный психолог” №1(4), 2005.
4. Salixov S. M., Salixov T. M. Bo’lajak jismoniy madaniyat o’qituvchisining kasbiy tayyorgarligini shakllantirish // Science and Education. – 2022. – T. 3. – №. 3. – C. 1013-1019.
5. Mansurovich S. S. Methodology of organizing physical education lessons through digital technologies //European Journal of Modern Medicine and Practice. – 2022. – T. 2. – №. 4. – C. 107-111.

Sharafutdinova Xadichaxon Gulyamutdinovna,
Termiz davlat universiteti dotsenti, psixologiya fanlari doktori (DSc)

KOGNITIV PSIXOTERAPIYA PSIXOLOGIYA METODI SIFATIDA

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy psixologiyada jadal rivojlanib borayotgan kognitiv psixologiya sohasi va uning istiqbollari xususida ma'lumotlar bayon etilgan. Shaxsning sog'lom tafakkuri uning salomatligini himoya qilib, faravon turmushining manbai ekanligi, ammo ko'pchilik kishilar salbiy fikr yuritishda moyil bo'lishi, buning sababi odamlarning ajdodlaridan, ota-onalaridan meros bo'lib qolgan yoki stress, qo'rquv, mojarolar, uzoq muddatli asabiy taranglik, ruhiy travma, uzoq muddatli xafagarchilik natijasida olingan negativ fikrlashi oqibati ekanligi haqida fikrlar bayon etilgan. Shuningdek, kognitiv psixoterapiya xuddi shunday psixologik muammolarni yechishga yordam beradigan psixologik metod ekanligi e'tirof etilgan, kognitiv psixoterapiya maqsadida qo'llaniladigan “Gabituatsiya”, “Xulq-atvorni mustahkamlash” usullari, “Muammo” psixologik trening metodlari va ularning natijalari keltirilgan.

Kalit so'zlar: kognitiv psixoterapiya, kognitsiya, metod, ustanovka, e'tiqod, perfektsionizm, “gabituatsiya”, “xulq-atvorni mustahkamlash”.

КОГНИТИВНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ МЕТОД

Аннотация. В данной статье представлена информация о быстро развивающейся области когнитивной психологии в современной психологии и её перспективах. Отмечается, что здоровое мышление человека защищает его здоровье и является источником благополучной жизни, однако многие люди склонны к негативному мышлению. Причиной этого является негативное мышление, унаследованное от предков и родителей, либо приобретённое в результате стресса, страха, конфликтов, длительного нервного напряжения, психической травмы или продолжительных обид. Также признаётся, что когнитивная психотерапия является психологическим методом, помогающим решать подобные психологические проблемы. В статье представлены методы «Габитуация» и «Укрепление поведения», используемые в когнитивной психотерапии, а также методы психологического тренинга «Проблема» и их результаты.

Ключевые слова: когнитивная психотерапия, когниция, метод, установка, убеждение, перфекционизм, «габитуация», «укрепление поведения».

COGNITIVE PSYCHOTHERAPY AS A PSYCHOLOGICAL METHOD

Abstract. The article presents information about the rapidly developing direction of cognitive psychology in modern psychology and its prospects. Healthy human thinking protects his health and is a source of a prosperous life, but most people are prone to negative thinking, which is due to inherited traits from ancestors and parents or due to stress, fear, conflict. It is believed that this is the result of negative thinking caused by prolonged nervous tension, mental trauma and prolonged sadness. In addition, cognitive psychotherapy is recognized as a psychological method that helps to solve such psychological problems. The methods of psychological training «Habituation», «Behavioral reinforcement», «Problem», used for the purposes of cognitive psychotherapy, as well as their results are presented.

Keywords: cognitive psychotherapy, cognition, method, institution, belief, perfectionism, «Gabituation», «Behavioral reinforcement».

Kirish. 2022-2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi Yoshlarga oid davlat siyosatini takomillashtirishga oid 70-maqsadning 6-bandida “Yoshlarni vatanparvarlik, fuqarolik tuyg'usi, bag'rikenglik, qonunlarga, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga hurmat ruhida, zararli ta'sirlar va oqimlarga qarshi tura oladigan, hayotga bo'lgan qat'iy ishonch va qarashlarga ega shaxs sifatida tarbiyalash”; 7-bandida esa “Yoshlarni axloqiy negizlarni buzishga olib keladigan xatti-harakatlardan, terrorizm va diniy ekstremizm, separatizm, fundamentalizm, zo'ravonlik va shafqatsizlik g'oyalaridan himoya qilish” masalalari belgilangan. Mazkur maqsadlarga erishishda insonning ruhiy salomatligi, uning sog'lom tafakkuri alohida o'rinni egallaydi.

Shaxsning sog'lom tafakkuri inson salomatligini himoya qilish va ta'minlashga qaratilganligi bilan ijtimoiy qiymatga ega. Sog'lom tafakkur tarkibiga tibbiy, jismoniy, ma'naviy, axloqiy va mafkuraviy salomatlikni himoya qilishga qaratilgan g'oyalar, qarashlar, tushunchalar, harakatlar, bilim, tajriba va

faoliyatga tayyorlik kabilar kiradi. Kishining sog'lom tafakkuriga uning ijtimoiy muhitda o'zi, yaqinlari va umuman jamiyat bilan munosabatlarini tom ma'noda himoya qilish uchun sharoit va potentsial imkoniyatlar yaratilishga qodir. Shuningdek, sog'lom fikrlash kishiga har qanday vaziyatda xotirjamlik va muvozanatni saqlashga, o'zini va atrofdagilarni tushunishga yordam beradi va jazo sifatida emas, balki tajriba uchun berilgan tinchlik va vaziyatlarga barqarorlikni ta'minlashga xizmat qiladi. Shu nuqtai nazardan, sog'lom tafakkur muhim ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lib, shaxsning salomatligi va rivojlanishi uchun qulay ijtimoiy muhitni yaratishga yordam beradi deb e'tirof etish mumkin.

Afsuski, ko'pchilik kishilar salbiy fikr yuritishda moyil bo'ladilar. Bu ularning ajdodlaridan, otalaridan meros bo'lib qolgan yoki stress, qo'rquv, mojarolar, uzoq muddatli asabiy taranglik, ruhiy travma, uzoq muddatli xafagarchilik natijasida olingan negativ fikrlash kishida g'azab, hukm, tanqid, norozilik kabilarni shakllantiradi. Tafakkurning bunday buzilishi kasallik emas, balki, voqeylikni hato aks ettirilishi oqibati bo'lib, shaxsning o'ziga, boshqalarga, jamiyatga nisbatan to'g'ri va pozitiv munosabatlari shakllanishiga rahna soladi.

Tadqiqot ob'ekti va qo'llanilgan metodlar. Ta'kidlash joizki, ruhiy salomatlik va hissiy farovonlik masalalarida psixologlar va psixiatr shifokorlar mijozlarga yordam berishadi, faqat ularning yordam berish usullari yordamchi mutaxassisning ixtisosligiga qarab farqlanadi. Psixolog - bu tadqiqiy va amaliy psixologik muammolarini hal qilish va psixologik yordam ko'rsatish uchun inson psixikasini professional o'rganadigan maxsus oliy ma'lumotga ega mutaxassis. Psixolog mutaxassis psixologik bilimlarga asoslanadi va o'z ishini inson psixikasining qanday ishlashi va qaysi yordam usullari eng yaxshi ishlashi haqidagi ilmiy ma'lumotlarga tayanib ish ko'radi.

Avtomatik fikrlar - bu kognitiv psixoterapiyaning kognitiv modeli tushunchasi bo'lib, odamning muayyan hodisalarga, vaziyatlarga va boshqa qo'zg'atuvchilarga munosabati sifatida yuzaga keladigan, dalillarga asoslanmagan, lekin odatda haqiqat sifatida qabul qilingan bir lahzali baholovchi fikrlardan iborat.[1]

Psixologiyada perfektsionizm - idealga erishish mumkin va shart degan ishonch; ishning nomukammal natijasi mavjud bo'lish huquqiga ega emasligi kabilarni anglatadi. Shuningdek, perfektsionizm-bu hayotidagi "ortiqcha" narsalarni olib tashlash, yo'q qilish, "notekis" narsalarni "tekis" qilish istagidan iborat destruktiv g'oya bo'lib, shaxsning o'zaro va oilaviy munosabatlar jarayoni normal kechishiga salbiy ta'sir qiladi.

E'tiqod - kognitiv psixoterapiya tushunchasi sifatida insonning o'zi va dunyo haqidagi g'oyalarini anglatadi va mutlaqlashtirilgan va umumlashtirilgan e'tiqodlar farqlanadi. Chuqur e'tiqodlar odatda bolalik davrida, bola o'zi uchun muhim bo'lgan odamlar bilan munosabatlar va hayotiy tajribalar ta'sirida shakllanishi e'tirof etiladi.[3] Chuqur e'tiqodlar insonning oldiga qanday maqsadlar qo'yishini, uning xatti-harakatlarini baholashini, o'zi bilan sodir bo'layotgan voqealarga munosabatini va ularga qanday izoh berishini oldindan belgilab, u yoki bu vaziyatga xos bo'lgan avtomatik fikrlarning paydo bo'lishiga hamda ushbu vaziyatga nisbatan hissiy reaksiya hosil bo'lishiga sabab bo'ladi. A.Bek tarafdorlari turli xil hissiy va shaxsiyat buzilishlariga mos keladigan disfunktsional chuqur e'tiqodlarni tasvirlab, avtomatik fikrlarni tizimli tahlil qilish va ularda takrorlanadigan markaziy mavzularni aniqlash asosida chuqur e'tiqodlarni qayta tiklash, disfunktsional e'tiqodlarni konstruktiv e'tiqodlarga almashtirish bo'yicha usulini qo'llab, kognitiv jarayonlarning borishi hamda turli xil aqliy xatolar tuzatganlar. Yuqoridagilar asosida yuzaga keladigan kognitiv buzilishlar va fikrlash xatolariga "falokatlashtirish", "kelajakni bashorat qilish" kabilarni kiritish mumkin.

Kognitiv xulq-atvor psixoterapiyasining dastlabki kelib chiqishini qadimgi yunon faylasuflarida topish mumkin. Kbtning asoschilari psixologlar A. Adler, A. Ellis va Aaron T. Bek hisoblanadi. Aaron Temkin Bek va uning shogirdlari kognitiv xulq-atvor psixoterapiyasining zamonaviy shakli asoslariga eng katta hissa qo'shdilar. Aa Aaron T. Bek: kognitiv xulq-atvor terapiyasini o'ylab topgan odam Rus tilida CBT kognitiv xulq-atvor psixoterapiyasi, kognitiv xulq-atvor psixoterapiyasi va oddiygina KP terapiyasi yoki CBT deb nomlanishi mumkin.

Kognitiv xulq-atvor psixoterapiyasi psixoterapiyaning keng tarqalgan shakli bo'lib, turli destruktiv xulqni tuzatishda samarali usul hisoblanadi. Kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasida mijoz fikrlari, xatti-harakatlarini o'zgartirish orqali hissiy reaksiyalarni o'zgartirishga qaratilgan qisqa muddatli seansdan iborat bo'lib, undan ko'plab maqsadlarda foydalanish mumkin. Kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasi usullaridan shuningdek, odamlarga kognitiv buzilishlarga nisbatan ochiqroq va ongli pozitsiyani egallashga yordam berish va shu bilan kognitiv buzilishlarning shax hayoti va munosabatlariga salbiy ta'sirini kamaytirish maqsadida qo'llash mumkin hisoblanadi.

Kognitiv xulq-atvor psixoterapiyasining qo'llanilishi psixologiyada kognitiv yondashuvga muvofiq psixologik muammolar va ko'pgina nerv-psixik buzilishlar insonning mantiqsiz yoki noo'rin fikrlari va

e'tiqodlari hamda ularning fikrlash uslubidagi disfunktsional stereotiplar tufayli yuzaga kelishi va bu kabi hissiyotlar va xatti-harakatlarni o'zgartirish orqali muammolarni hal qilishi mumkin degan g'oyaga asoslanadi. Mazkur qarashga asoslangan xulq-atvor yondashuvi insonning foydali xatti-harakatlarni rag'batlantirish va mustahkamlash aksincha, zararli yoki istalmagan shakllarni so'ndirish natijasida hissiyotlar va fikrlash shakllarini o'zgartirishdan iborat.

Kognitiv xulq-atvor psixoterapiyasi mijozning hayotini yaxshi tomonga o'zgartirish imkoniyatlarni oshirish, hayotdagi to'siqlarni yengib o'tishi va psixologik muammolarni hal qilishi uchun sharoit yaratishga yordam beradi. Psixolog yoki psixoterapevt o'z faoliyatida kognitiv-xulqiy psixoterapiya texnikasidan foydalangan holda, mijozning ongsiz motivatsiyasini yoki istaklarini ajratib olib, ularni ongli darajaga ko'tarishi, normal hayotga xalaqit beradigan salbiy munosabat, fikr va e'tiqodlarni o'zgartirishga yordam beradi. Shu nuqtayi nazardan Kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasining asosiy maqsadi mijoz bilan ishlash metodikasini ishlab chiqishdan iborat.[3] Ushbu maqsadlarda turli metodikalar ishlab chiqilgan va amaliyotchi psixologlar faoliyatida qo'llaniladi.

Jumladan, “Kognitiv xulq - atvorni mashqlantirish” metodikasi - o'z-o'ziga ta'sir ko'rsatish kognitiv psixoterapiyaning terapevtik va psixoprofilaktik vositasi bo'lib, xulq-atvor va kognitiv psixologiya tamoyillarining kombinatsiyasidan iborat. Psixoanalizdan farqli ravishda, kognitiv xulq-atvor psixoterapiyasining "muammoga yo'naltirilgan" va "kognitiv xulq-atvorga yo'naltirilgan" shakli mavjud bo'lib, u tashxis qo'yilgan destruksiya bilan bog'liq o'ziga xos muammolarni tuzatishda qo'llaniladi. Kognitiv psixoterapiyada psixologning roli mijozga o'z maqsadlariga erishish va destruksiya belgilarini yengillashtirish uchun samarali strategiyani topish va qo'llashda yordam berishdan iborat.

Kognitiv xulq-atvor terapiyasining zamonaviy ildizlarini 20-asrning boshlarida rivojlanib, 1960-yillarda kognitiv terapiyaning rivojlanishi va keyinchalik ularning birlashishi bilan bog'lanadi. Xulq-atvor sohasidagi o'zgarishlar 1920-yilda Jon B.Uotson va Rozali Raynening xulq-atvorning shartsizligini o'rganish bilan boshlangan. 1924-yilda xulq-atvorning terapevtik yondashuvlari amerikalik psixolog Meri Kover Jonsning bolalarni qo'rquvdan xalos etishga bag'ishlangan asarida keltirilgan. Ular Jozef Volpning 1950-yillarda paydo bo'lgan xulq-atvor terapiyasining tarafdorlari hisoblangan. Jozef Volp va Uotsonning Ivan Pavlovning shartli reflekslar sohasidagi kashfiyotlariga asoslangan qarashlari Gans Ayzenk va Arnold Lazarusga klassik yondoshuvga asoslangan xulq-atvor terapiyasining yangi usullarini ishlab chiqishga turtki bo'lgan [2]. G.Ayzenk tadqiqotlar olib borilgan bir vaqtda, B.F.Skinner va uning hamkasblari operant metodlarni ishlab chiqishni boshlagan va B.F.Skinner usuli radikal bixeviorizm deb nomlangan. 1954-yilda Julian Rotter va 1969-yilda Albert Bandura xulq-atvorni o'zgartirishga ta'sirini ko'rsatish orqali ijtimoiy ta'lim nazariyasidagi o'zgarishlar bilan xulq-atvor terapiyasiga hissa qo'shgan.

Psixoterapiyada kognitsiyalarni birinchilardan bo'lib Alfred Adler qo'llagan. Alfred Adler tomonidan kiritilgan kognitiv xatolar tushunchasi kognitiv psixoterapiya rivojlanishida katta rol o'ynaydi va bu shaxsning sog'lom, foydali xulq-atvor va hayotiy maqsadlarini yaratishga yordam beradi. Adlarning qarashlari ratsional-emotsional terapiya deb nomlangan kognitiv yo'naltirilgan psixoterapiyaning eng qadimgi turini ishlab chiqqan Albert Ellisning qarashlariga ta'sir ko'rsatdi. Ratsional-emotsional-xulq-atvor terapiyasi ishlab chiqilgan bir vaqtda Aaron T. Bek o'zining psixoanalitik amaliyotida erkin assotsiatsiya seanslarini o'tkazib, mazkur mashg'ulotlar davomida Z.Freydning fikrlar ongsiz emasligini, fikrlashning ayrim turlari hissiy tanglikka olib kelishi mumkinligi haqidagi gipotezaga asoslanib kuzatgan. Aaron T. Bek psixologiyada kognitiv xulq-atvor terapiyasining asoschisi hisoblanadi. [4].

Olingan natijalar va ularning tahlili. Kognitiv xulq-atvor psixoterapiyasi usulidan foydalanib, 54 nafar respondentlarda tadqiqotlar olib borildi. Respondentlar bilan “Gabitatsiya”, “Xulq-atvorni mustahkamlash” usullari, “Muammo” psixologik trening metodlari asosida psixoterapevtik suhbat va mashqlantirish ishlari olib borildi va ularda mavjud kognitsiyalar va avtomatik fikrlar ta'siri natijasida shakllangan o'ziga ishonchsizlik, motivatsiyaning yo'qligi, xavotirlanish, tushkunlik, befarqlik muammolarini bartaraf etish bo'yicha ishlar amalga oshirildi.

1-jadval.

Kognitiv psixoterapiyaga oid psixologik tadqiqot natijalari

Kognitiv buzilishlar	Kognitiv psixoterapiyadan avval (N=54)			Kognitiv psixoterapiyadan keyin (N=54)		
	Darajasi			Darajasi		
	yuqori	o'rta	past	yuqori	o'rta	past
O'ziga ishonchsizlik	51,8%	29,6%	22,2%	12,9%	48,1%	38,8%
Motivatsiyaning yo'qligi	44,4%	38,8%	16,6%	18,5%	53,7%	27,7%

Xavotirlanish	47,7%	31,4%	27,7%	16,6%	66,6%	16,6%
Tushkunlik, befarqlik	35,1%	44,4%	20,3%	12,9%	48,1%	38,8%
Sotsial xavotir	38,8%	46,2%	14,8%	9,2%	55,6%	35,1%

Tadqiqotda qo'llanilgan metodlar “Gabituatsiya” – muammoni keltirib chiqaruvchi qo'zg'atuvchiga e'tiborsizlik. Masalan, yolg'izlanib qolishdan qo'rqishdan tuzatish maqsadida yakka holda tadbirkorlikni yo'lga qo'yish, shu yo'nalishda ishlab hayotini farovon qilgan odamlar haqida hikoyalarni tinglash, ular bilan suhbat qurish, yakka o'zi yashayotgan turmushi farovon kishilar bilan uchrashuvlar uyushtirildi.

“Xulq-atvorni mustahkamlash” - mijozga uni qiynayotgan muammolaridan qutilishga yordam beradigan aniq xatti-harakatlarni amalga oshirishga o'rgatish. Xulq-atvorni mustahkamlashning ikki turidan foydalanildi. Birinchisi ijobiy, ikkinchisi salbiy harakatlarni qo'llash. Ijobiy harakatlarga odatlantirishdan iborat. Masalan, mijozga mukofot berish va bundan ijobiy hissiyotni tuyish, salbiy aksincha xato qilib jarima olmaslik uchun, to'g'ri harakatlanishga odatlantirish.

Xulosa. Kognitiv psixoterapiyada shaxsning o'zini band qilgan g'oyalari va e'tiqodlariga qarshi turishga yordam berish va kognitiv xatolar deb nomlanuvchi fikrlash tarzidagi xatolarini o'zgartirishga yordam berish uchun kognitiv xulq-atvor terapiyasi usullaridan foydalaniladi. Xususan, hissiy stressni kamaytirish va o'z-o'zini parchalaydigan "haddan tashqari umumlashtirish, negativni bo'rttirish, pozitivni kamaytirish va fojialashtirish" kabi xatti-harakatlarni kamaytirishga ko'proq e'tibor qaratiladi.

Oilaviy munosabatlar destruksiyasi yuzasidan olib borgan tadqiqotlar asosida mazkur yo'nalishda kognitiv-xulq-atvor psixoterapiyasini qo'llashda asosiy e'tiborni qaratish lozim bo'lgan jihatlarni ajratib oldik. Ular quyidagilardan iborat: - oila a'zolarida salbiy xulq-atvor va munosabarlarga olib keluvchi mantiqsiz fikrlarni bostirish; - haddan tashqari negativ qarashlarni yengish uchun shaxsiy reja tuzishga o'rgatish; - perfektsionizmni zaiflashtirish va ishonchni oshirish bo'yicha mashqlantirish; - vahima paydo bo'lganda o'zini tinchlantirish usullarini qo'llashga o'rgatish; - muvaffaqiyatlarni mustahkamlashga o'rgatish.

Adabiyotlar:

1. Андерсон Д. Р. Когнитивная психология. 5-е изд. СПб.: Питер, 2002.
2. Belmont C.A. Clinical psychology 7th. Thomson / Wadsworth, 2007.
3. Величковский Б. М. Когнитивная наука: Основы психологии познания: в 2 т. Т. 1. М.: Смысл; Академия, 2006.
4. Трусков В. П. Социально-психологические исследования когнитивных процессов. Л. МГУ, 2008.

Shermatov Javohir Sherzotovich,
Qarshi xalqaro universiteti o'qituvchisi
Qarshi davlat universiteti tadqiqotchisi

ZAMONAVIY PSIXOLOGIYADA ZO'RAVONLIK HISSINI O'RGANISHNING PSIXOLOGIK MAZMUN-MOHİYATI

Annotatsiya. Ushbu maqolada o'smirlarda zo'ravonlik hissi namoyon bo'lishiga ta'sir etuvchi omillar ochib berilgan. Shuningdek, mazkur maqolada sotsiumdagi turli xil sodir bo'ladigan o'smirlar orasidagi o'zgarishlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari va zo'ravonlik bilan aloqadorligi batafsil yoritib berilgan.

Kalit so'zlar: o'smir, zo'ravonlik, psixologik xususiyat, sotsium, hissiyot, psixologik ta'sir.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ И СУЩНОСТЬ ИЗУЧЕНИЯ НАСИЛИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Аннотация. В данной статье раскрываются факторы, влияющие на проявление насилия у подростков. Также в данной статье подробно описаны социально-психологические особенности изменений, происходящих у подростков в обществе, и их связь с насилием.

Ключевые слова: подросток, насилие, психологическая характеристика, общество, эмоция, психологическое воздействие.

PSYCHOLOGICAL CONTENT AND ESSENCE OF THE STUDY OF THE FEELINGS OF VIOLENCE IN MODERN PSYCHOLOGY

Abstract. This article reveals the factors influencing the manifestation of feelings of violence in adolescents. Also, this article provides a detailed description of the socio-psychological characteristics of various changes occurring in society among adolescents and their relationship with violence.

Keywords: adolescent, violence, psychological characteristics, society, emotions, psychological impact.

Kirish. Zo'ravonlik jabrlanuvchilari bilan ishlaydigan psixologlar, aksariyat hollarda shunday vaziyatga duch keladilar: tajovuzga uchragan xotin-qizlar zo'ravonni tark etmaydilar va u bilan birga yashashni davom ettiradilar, balki uning xatti-harakatlarini oqlab, sodir bo'lgan voqealarda o'zlarini ayblashadi, uni sevganliklari uchun ham uning tajovuzkorligiga, kaltaklash va xo'rlashlariga chidashlarini aytishadi. Psixologiyada zo'ravonlik jabrdiydalari xatti-harakatlarining ushbu modeli "Stokgolm sindromi" deb nomlanadi. Jabrlanuvchi go'yo, tajovuzkorning salbiy xatti-harakatlarini yashirib, uning yonini oladi, bu holni xuddi xameleoning tashqi sharoitga moslashib, rangini o'zgartirib oladigan harakatiga o'xshatish mumkin. E.B.Goncharenkoning yozishicha, stokgolm sindromi – bu odamlar uchun xavfli sharoitlar yuzaga kelganida o'zini himoya qilish uchun psixikaning moslashish mexanizmidir [1]. Bu atama qayerdan kelib chiqqan? Ehtimol, bu atamaning tarixi hech bo'lmaganda ko'pchilikning qulog'iga chalingandir.

Adabiyotlar tahlili. Boshqa bir tadqiqotchi B.A.Astaxovanning ta'kidicha, "Stokgolm sindromi" iborasining muallifi 1973-yil 23-avgustda Stokgolm markazidagi bankda sodir bo'lgan voqealar markazida bo'lgan shvetsiyalik psixiatr-kriminalist Nils Beyerot sanaladi [2]. O'shanda ikki nafar qurolli bosqinchi bankka hujum qilib, bir necha kishini garovga olgan. Jinoyatchilar garovdagilarni portlovchi moslamalar yordamida tarozida tortib, olti kun davomida kichkina xonaga qamab qo'yadilar. Garovga olinganlar bu xonada o'rnilaridan turish va cho'zilib yotish imkoniyatiga ega bo'lmaganlar, faqatgina hojatxonaga borish me'yorida edi. Ular garovdagi birinchi kunlarini itoatsizlik uchun juda tor xonada o'q uzish tahdidi ostida o'tkazadilar.

Xo'sh o'zi zo'ravonlik nima?

Zo'ravonlik so'zning ma'nosi va talqini. Konsepsiyaning o'zi ruhiy jismoniy, balki ruhiy tabiatning ruhiy va ma'naviy ta'sirini ham o'z ichiga oladi.

Zo'ravonlik -insonning ongli-harakati:

- ❖ Boshqa shaxsga kuch va nazorat qilish;
- ❖ O'zining mavqeyiga, jamiyatdagi mavqeyiga (oila, jamoa) ehtiyotkorlik.

Zo'ravonlikning eng keng tarqalgan shakllari [3]:

1. Jismoniy Ba'zi shaxslar o'z manfaatlarini himoya qilish yoki har qanday harakat uchun majburlash uchun qarorlar qabul qilishidir.

2. Jinsiy aloqa. Ko'p navlari bor. Jinsiy zo'ravonlikning asosiy yo'nalishi jinsiy aloqaga majburlashdir.

3. Ruhiy (ma'naviy, hissiy). U doimiy og'zaki xavfsizlar, haqoratlar, jabrlanuvchini depressiv, tashvishli davlatga olib boradi va o'zining axloqiy muammolariga qarshi harakatga keltiradi.

4. Siyosiy. Insonlarni hokimiyatga, avtoritarizmga majbur qilish. Siyosiy zo'ravonliklarning kuchayishi genotsidga kelishi mumkin.

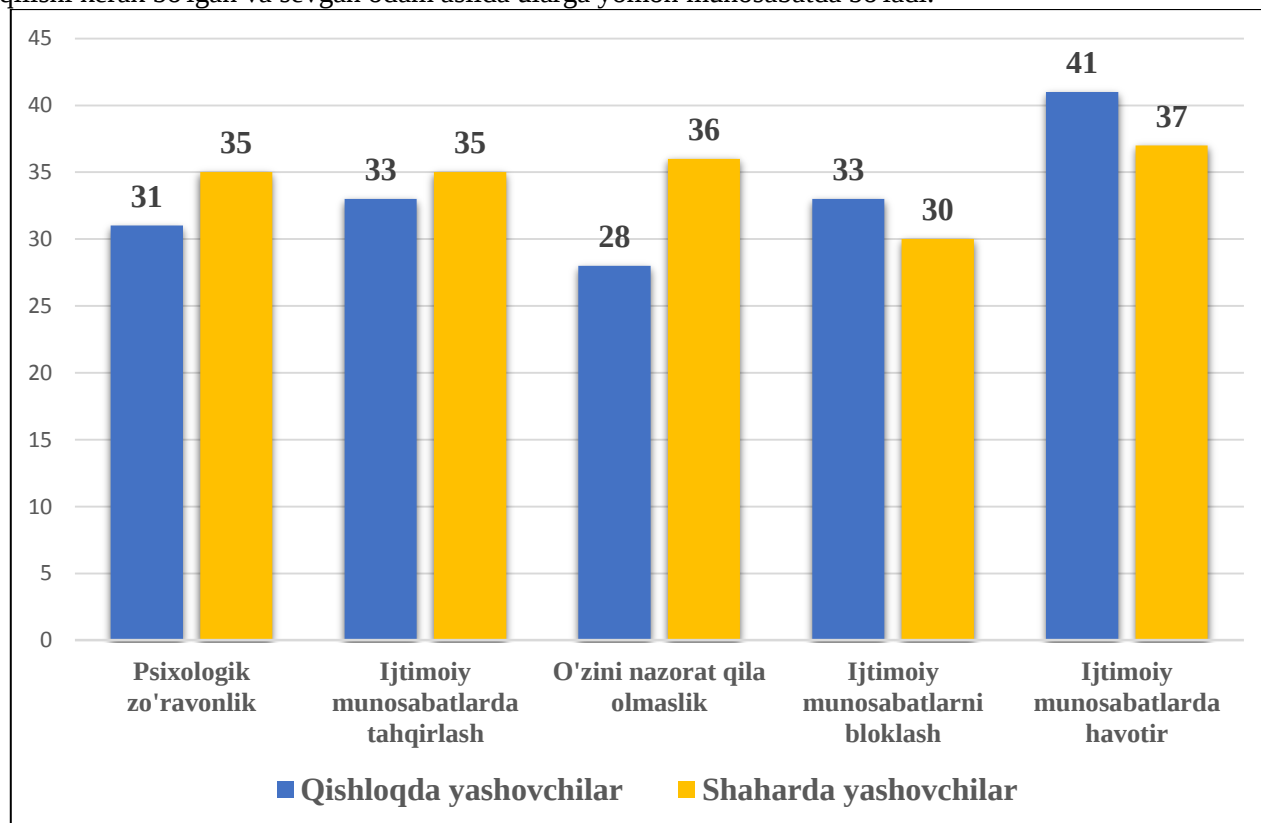
5. Oiladagi zo'ravonlik - bu shaxsning boshqasiga zarar ta'sirining eng keng tarqalgan shakllaridan biri. Ko'p bolalar qurbonlar ayollar va jamiyatning zaif a'zolari.

6. Bolalarga nisbatan zo'ravonlik. O'zini boshqa shakllarda namoyon qilishi mumkin (jismoniy, jinsiy).

Bolalarga nisbatan zo'ravonlik har qanday sharoitda yuz berishi mumkin bo'lsa-da, shuni bilishingiz kerakki, bola yoki o'spirinning zo'ravonlikka uchrashi ehtimolini oshiradigan ba'zi bir xavf omillari mavjud. Masalan, to'rt yoshgacha bo'lgan bolalar va o'spirinlar yuqori xavf ostida. Xuddi shu narsa istalmagan, otasining umidlarini qondirmaydigan, jismoniy yoki aqliy nogiron bo'lgan yoki ko'p yig'laydigan bolalar bilan ham sodir bo'ladi. Bolalari bilan aloqa o'rnatishda qiynalgan, bolaligida o'zlarini suiiste'mol qilgan yoki o'z farzandlarining rivojlanishidan noaniq umidvor bo'lgan voyaga yetgan vasiylar suiiste'mol bo'lish xavfi yuqori. Bundan tashqari, uydagi moliyaviy qiyinchiliklar va spirtli ichimliklar yoki giyohvandlikka bog'liqlik ham xavf omillari bo'lishi mumkin. Va nihoyat, oiladagi zo'ravonlik sharoitida yashaydigan, o'z jamiyatida izolyatsiyani boshdan kechirayotgan yoki o'z farzandlariga g'amxo'rlik qilish uchun qarindoshlarining yordamiga muhtoj bo'lmagan oilalarda, shuningdek, bolalarga nisbatan zo'ravonlik xavfi katta [4].

Uch yoshga to'lmagan kichik yoshdagi bolalarda suiiste'mollik sodir bo'lganda, ularning uyg'unligi rivojlanmaydi va shuning uchun ularning ijtimoiy ko'nikmalari va o'z qadr-qimmatini anglash buziladi. Bunday holatlarda bolani yomon tush ko'rishi, uyqusi buzilishi, ovqatlanish odatlarining o'zgarishi, ularning psixomotor rivojlanishining kechikishi yoki hojatxonada o'qishni yo'qotishi tez-tez uchraydi.

Tahlil va natijalar. Voyaga yetmagan holda, zo'ravonlikka uchragan bolalar o'zlarining his-tuyg'ulari va impulslerini tushunish, baholash va tartibga solishda qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. Ular ko'pincha o'zlari va atrofidagi dunyo haqida ijobiy e'tiqodlarga ega emaslar. Umuman olganda, ular boshqalarning noqulayligini bilish yoki ularga munosabat bildirish qobiliyatiga ega emaslar. Ular o'z tengdoshlari yoki o'qituvchilarining niyatlarini o'zlaridan ko'ra ko'proq dushman deb talqin qilishadi. Bu, asosan, ularga ta'sir qiladigan doimiy hissiy qarama-qarshiliklar bilan bog'liq, chunki ularga g'amxo'rlik qilishi kerak bo'lgan va sevgan odam aslida ularga yomon munosabatda bo'ladi.



1-rasm. Zo'ravonlik xususiyatlarini aniqlash so'rovnomasi natijalari

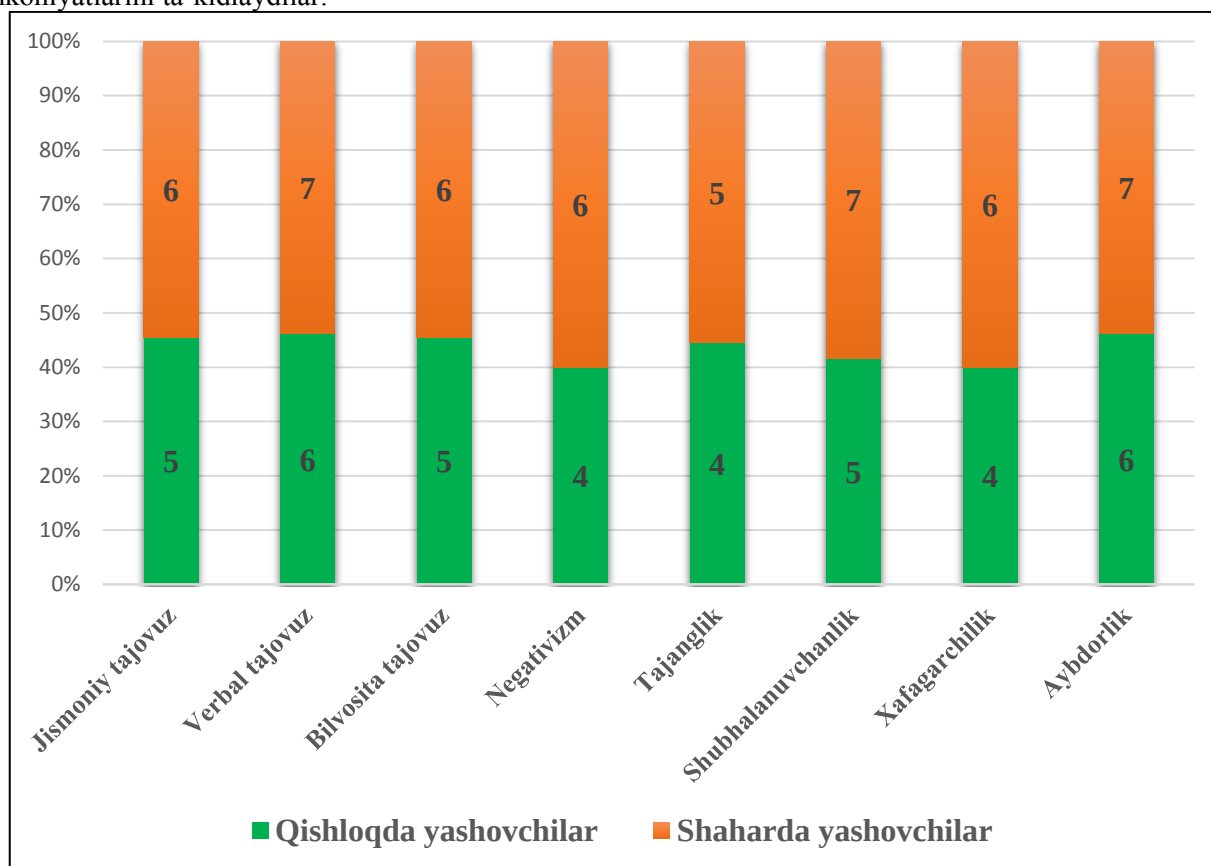
Kattaroq bolalar yoki o'spirinlarda zo'ravonlik ro'y berganda, ular uydan qochib, o'zlariga hujum qilishadi va odatda o'qish ko'rsatkichlari past bo'ladi. Voyaga yetganidan so'ng, bolaligida zo'ravonlikka uchragan odamlar ko'pincha o'z farzandlarining tajovuzkoriga aylanishadi. Psixologik buzilishlardan tashqari, Qo'shma Shtatlardagi tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, jismoniy jazo miyada o'zgarishlarga olib kelishi mumkin. Shu tarzda kaltaklangan yoki besh yoshdan katta yoshdagi bolalarga nisbatan jismoniy zo'ravonlikka uchragan bolalar, bunday zo'ravonlikka duch kelmaydigan bolalar bilan taqqoslaganda IQ darajasi past bo'lishi mumkin, chunki ularda miyaning prefrontal sohasidagi kulrang moddalar kamroq bo'ladi [5].

Zo'ravonlik jabrdiydalari va garovga olinganlarni qiynash bilan bog'liq bo'lgan bunday xatti-harakatlarni deyarli barchasining xuddi shu kabi ko'rinishlarda qayd etilishi shu sababli ham Stokgolm sindromi nomi ostida qayd etiladi. Sindrom mexanizmi shundayki, jinoyatchi va jabrlanuvchi uzoq vaqtni birgalikda o'tkazishi natijasida ular bir-birini yaxshiroq tushuna boshlaydi va oralarida totuvlik uyg'onadi. Oqibatda jabrdiyda zo'ravonning xayrixohiga aylanadi va u tutgan yo'l to'g'riligiga ishonib qoladi. U zo'ravonning xatti-harakatini oqlashi, kechirishi va hattoki unga yordamlashishi mumkin.

Psixologiyada zo'ravonlik-bu insonlar o'rtasidagi munosabatlar dinamikasini, kuch va hukmronlik elementlarini, shaxsning ruhiy salomatligi va ijtimoiy o'zaro munosabatlaridagi ta'sirlarni o'rganish uchun muhim mavzulardan biri hisoblanadi.

O'smir yoshlarga nisbatan zo'ravonlik muammosini tahlil qilishda shaxsning destruktiv xulq-atvor bilan bog'liq baholashini keltirib chiqaruvchi psixologik omillar yuzasi bo'yicha olingan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, zo'ravonlik xususiyatini keltirib chiqarayotgan qishloqda va shaharda yashovchi o'smirlarda psixologik zo'ravonlik shkalasi 31-35 farqni namoyon qilgan. Ijtimoiy munosabatlarda tahqirlash shkalasi 33-35 bilan, o'zini nazorat qila olmaslik shkalasi 28-36 farqni aks ettirgan. Ijtimoiy munosabatlarni bloklash 33-30 kabi o'rtacha tafovutlarni aks ettirgan. Ijtimoiy munosabatlarda xavotir shkalasi 41-37 kabi ko'rsatkichlarni aks ettirgan.

Tadqiqotchilar destruktiv xulq-atvorni keltirib chiqaruvchi sabablarga subyektiv omillar: tarixiy xotira, qasd olish udumlari, ayrim diniy oqimlar (fanatizm, ekstremizm g'oyalari), ommaviy axborot vositalari (ayniqsa, televideniye), ayrim siyosatchilarning individual axloqiy jihatlarining bevosita ta'sir etish imkoniyatlarini ta'kidlaydilar.



2-rasm. Tajovuzkor xulq-atvor xususiyatlarini o'rganish so'rovnomasi natijalari

Tajovuzkor xulq-atvor oilada o'smirlarning erkinliklari haddan ziyod chegaralanganda yoki unga haddan ziyod erkinliklar berilganda ham shakllanishi mumkin. Jamiyatning asosiy foni hisoblangan qishloqda va shaharlarda yashovchi o'smirlarda jismoniy tajovuz shkalasi 6-5 farq bilan, verbal tajovuz 6-7 bilan, bilvosita tajovuz shkala 5-6 farqni namoyon qilgan. Negativizm shkala 4-6 bilan, tajanglik 4-5, shubhalanuvchanlik 5-7, xafagarchilik 4-6 va aybdorlik 6-7 kabi o'rtacha tafovutlarni aks ettirgan.

Zo'ravonlikning sabablari va oqibatlari:

- Sabablari: Zo'ravonlikning sabablari juda murakkab bo'lishi mumkin va ular madaniy, iqtisodiy, psixologik yoki shaxsiy omillarga bog'liq. Patriarxal jamiyat tuzilmalari, gender stereotiplari, kam ta'lim, oiladagi ruhiy va moddiy qiyinchiliklar ham sabablar sirasiga kiradi.

- Oqibatlari: Ayollar zo'ravonlik tufayli ruhiy tushkunlik, o'z-o'zini qadrsiz his qilish, xavotir va qo'rquv kabi ruhiy muammolarga duch kelishlari mumkin. Jismoniy zo'ravonlik esa sog'liq bilan bog'liq jiddiy muammolarga olib keladi.

Albatta, o'zini-o'zi namoyon qila olmagan va frustratsiya holatida bo'lgan barcha odam ham agressiv harakatlarni amalga oshiravermaydi. Bunda biologik omillar bilan bir qatorda turli ijtimoiy omillar, tarbiya va muhitning shaxs shakllanishidagi o'rni, insonning turli destruktiv, salbiy psixologik-manipulyatsion ta'sirlarga tushish xususiyatlarini ham inobatga olish zarur.

Xulosa qilib aytganda, maqsadli ishlashda bolalarni zo'ravonlikdan asrash uchun va zo'ravonlikka uchragan o'quvchilar bilan korreksion ish olib borish uchun o'quvchining qiziqishi va xohishlarini inobatga olish, siyosiy, ijtimoiy iqtisodiy barqarorlikni ta'minlash, oilada sog'lom muhitni shakllantirish, bolalarni nazoratsiz qoldirmaslik, bolalarga bo'sh vaqt ajaratish, to'liq oilani saqlab qolish, bolalar bilan emotsional yaqinlikni yo'qotmaslik, boladagi eng yaxshi insoniy fazilatlarni ko'ra olishga va bolalarda o'ziga ishonish, o'z xulqini o'zi yaxshilash motivlarini shakllantirish muhimdir.

Adabiyotlar:

1. Гончаренко Е.В., Тайсаева С.Б., Парамонова К.В., Калюжный И.П. Биопсихосоциальный подход формирования стокгольмского синдрома в криминалистической и психологической практике // Евразийский юридический журнал. 2022. № 4 (167). С. 375-376.
2. Астахова В.А. Стокгольмский синдром: история появления // Правовое образование: сборник научных статей. Ростов-на-Дону, 2022. – С.18-22.
3. Белеева И.Д., Панкратова Л.Э., Титова Н.Б. Буллинг как социальная проблема в образовательном учреждении // Педагогическое образование в России. – 2019. – № 8. – С. 144–148.
4. Вострикова М.М. Феноменология буллинга в образовании // Менеджмент и социально-гуманитарные науки: проблемы и перспективы в современном мире. Сборник материалов Всероссийской (национальной) научно-практической конференции, 2022. – С. 78–82.
5. Киселева Т.Б., Горбенко И.А. Подготовка студентов к профилактике буллинга в подростковой среде средствами кинотерапии // Психологически безопасная образовательная среда: проблемы проектирования и перспективы развития. Сборник материалов II Международной научно-практической конференции / науч. редакторы И.Л. Федотенко, С.В. Пазухина. – 2020. – С. 140–144.

Xasanov Otabek Xamidjonovich,

*O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti
Sport psixologiyasi va pedagogika kafedrasi dotsenti v.b., PhD
ORCID ID 0009-0000-6450-8071
xotabek889@gmail.com*

YOSH FUTBOLCHILARNI NUFUZLI MUSOBAQALARGA TAYYORLASHDA ULARNING PSIXOFIZIOLOGIK HOLATINI O'RGANISH

Annotatsiya. Ushbu maqolada yosh futbolchilarning nufuzli musobaqalariga tayyorgarlik davridagi psixofiziologik holati o'rganilgan. Tadqiqotda U-16 futbol bo'yicha milliy terma jamoa a'zolaridan 14 nafar futbolchi ishtirok etdi. Tadqiqot usullari quyidagilardan iborat: Luscher testi, Ravenning progressiv matritsalar va harakatlanuvchi obyektga reaksiya. Olib borilgan tadqiqot natijasi shuni ko'rsatadiki, yosh futbolchilar mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatining mavjudligi, asab jarayonlari muvozanati, malakali futbolchilarda noverbal ma'lumotlarni tez va samarali idrok etish hamda boshqa psixofiziologik komponentlar keng tahlil etilgan. Barcha o'rganilgan ko'rsatkichlar yosh futbolchilar guruhidagi psixoemotsional holat, neyrodinamik xususiyatlar va og'zaki bo'lmagan intellekt o'rtasidagi bog'liqlik aniqlandi.

Kalit so'zlar: malakali futbolchilar, psixofiziologik holat, psixoemotsional holat, kognitiv qobiliyatlar, aql, neyrodinamik xususiyatlar.

ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ МОЛОДЫХ ФУТБОЛИСТОВ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К ПРЕСТИЖНЫМ СОРЕВНОВАНИЯМ

Аннотация. В данной статье изучается психофизиологическое состояние молодых футболистов в период подготовки к престижным соревнованиям. В исследовании приняли участие 14 футболистов из национальной сборной по футболу U-16. Методы исследования включают: тест Люшера, прогрессивные матрицы Равена и реакцию на движущийся объект. Результаты проведенного исследования показывают, что у юных футболистов были широко проанализированы способность к самостоятельному принятию решений, баланс нервных процессов, быстрое и эффективное восприятие невербальной информации, а также другие психофизиологические компоненты. Все изученные показатели выявили взаимосвязь между психоэмоциональным состоянием, нейродинамическими особенностями и невербальным интеллектом в группе юных футболистов.

Ключевые слова: квалифицированные футболисты, психофизиологическое состояние, психоэмоциональное состояние, когнитивные способности, интеллект, нейродинамические характеристики.

STUDYING THE PSYCHOPHYSIOLOGICAL STATE OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS WHEN PREPARING THEM FOR PRESTIGIOUS COMPETITIONS

Abstract. The article studied the current psychophysiological state of youth football players during the preparation for the main competitions of the year. 14 football players from the national football team took part in the study. The age of the athletes is 15 years. The research methods are as follows: Luscher test, Raven's Progressive Matrices and Reaction to a Moving Object. It was established that all the studied indicators had an average level of manifestation, and connections were identified between the psychoemotional state, neurodynamic characteristics and non-verbal intelligence in the group of young football players. This fact indicates that the presence of subjective mental comfort, the presence of the ability to make independent decisions determines the balance of nervous processes, and contributes to the rapid and effective perception and processing of non-verbal information in qualified football players.

Keywords: qualified football players, psychophysiological state, psychoemotional state, cognitive abilities, intelligence, neurodynamic characteristics.

Kirish. Barcha sport turlarida sportchi tanasining psixofiziologik holati ma'lum bir faoliyat turida turlicha tavsiflanadi, ya'ni sportchi tanasining alohida tizimlari (tana tuzilishi, genetikasi, psixik jihatdan sezgilari, intellektual salohiyati, tezkor tafakkuri, diqqat, idrok) umuman olganda sport turlariga saralashda sportchining psixofiziologik darajasini tavsiflovchi funksional tizimni shakllantirish muammosi hozirgacha

dolzarblik kasb etmoqda. Shunday ekan futbolchilarni terma jamoalarga saralashda ham sportchilarning psixofiziologik holatini aniq ilmiy tahlil etish, hamda olingan natijalar haqida murabbiylar kengashiga muhim ma'lumotlar taqdim etish lozim [5,13,16].

Har qanday holatda sportchining psixofiziologik holati uning mashg'ulot yoki musobaqa sharoitida o'z-o'zini boshqarishning psixofiziologik va psixik darajalarini aniqlashni talab etadi [2,3,7]. P.E.Ilin va boshqa psixofiziolog olimlarning fikriga ko'ra, psixofiziologik holat sababiy hodisa bo'lib, unda shaxs yaxlit holda ko'rib chiqiladi [5,6].

V.D.Nebilitsinning va B.M.Teplovning ko'p sonli ilmiy ishlarida psixofiziologik holat shaxsning tipologik individualligini namoyon bo'lishidir [11,14]. Biroq inson faoliyatining natijalariga nafaqat barqaror individual sifatlar, balki shaxsning psixoemotsional holati sifatida belgilanadigan organizmdagi vaqtinchalik siljishlar ham ta'sir etishi mumkin [7,10].

Psixofiziologik holat uchta javob darajasi bilan tavsiflanadi: psixik (stress, xavotir), fiziologik (inson organizmining somatik tuzilmalarining reaksiyalari, vegetativ asab tizimining ta'sir mexanizmlari) va xulq-atvor [3,8,9,12].

Kognitiv-faoliyat uslublarni o'rganish shaxsning kognitiv faoliyat strategiyalarining o'ziga xosligini ko'rsatuvchi individual barqaror xususiyatlarini (axborotni idrok etish, qayta ishlash, muammolarni hal etish, o'rganish, mustaqil qaror qabul qilish) aniqlashga imkon beradi. Kognitiv-faoliyat uslublari qisman genetik jihatdan belgilangan va ontogeneza barqaror xususiyatlarga ega deb hisoblanadi [4,15].

Tadqiqotni tashkil etish. Tadqiqotda U-16 futbol bo'yicha milliy terma jamoa a'zolaridan 14 nafar futbolchi ishtirok etdi.

Tadqiqot usullari. Yosh futbolchilarning psixoemotsional holatini o'rganish uchun dastlab M.Lyusherning qisqartirilgan 8-rangli shaklining moslashtirilgan rang tanlash testidan foydalanildi. O'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, sportchilar tomonidan rang qatorini tanlash nafaqat sportchi holatiga, balki sinaluvchining konstitutsional tipi, uning individual tipologiyasi va boshqa xususiyatlari bilan bog'liq barqaror shaxsiy xususiyatlarga ham bog'liqligi tekshirildi. [13].

Markaziy nerv tizimida qo'zg'alish va tormozlanish nerv jarayonlari muvozanatini aniqlash uchun "Harakatlanayotgan obyektga reaksiya" (RDO) fazoviy-vaqt ekstrapolyatsiyasi metodikasidan foydalanildi. Testdagi aniqlik ko'rsatkichi bevosita mavjud vizual ma'lumotlar asosida dinamik obyektning fazo va vaqtdagi holatini antitsipatsiya qilish (oldindan taxmin qilish yoki oldinda ko'ra bilish) qobiliyati darajasini tavsiflaydi, barqarorlik ko'rsatkichi asab tizimining muvozanatlashganlik darajasini ko'rsatadi. Shu bilan birga qo'zg'alish ko'rsatkichi ham aniqlandi.

M.L.Sobchikning ranglarni tanlashga shaxsning aktual psixik holatiga ta'sir etuvchi omilni aniqlashga qaratilgan testidan foydalanildi.

Shuningdek, test o'tkazish jarayonida sportchilarning konstitutsiyaviy turi, uning individual tipologiyasi va boshqa psixik xususiyatlari bilan bog'liq barqaror shaxsiy xususiyatlari ham aniqlandi.

1-jadvalda (Lyusher bo'yicha) rang tanlash testi natijalari keltirilgan. Testning asosiy ko'rsatkichlari ish qobiliyati, charchoq va xavotir hisoblanadi, barcha ma'lum ko'rsatkichlar bir-birini to'ldiradi va o'rganilayotgan sportchilarning psixoemotsional holatining yaxlit manzarasi haqida maksimal darajada ma'lumot beradi.

Ma'lumotlarni qayta ishlashda matematik tahlildan foydalanildi: o'rtacha qiymatlar usuli va korrelyatsion tahlil [13].

1-jadval.

Lyusher rangli testi bo'yicha malakali futbolchilarning dolzarb psixoemotsional holatining o'rtacha ko'rsatkichlari (n=14)

Test	Ko'rsatkichlar	Ko'rsatkichlar qiymati		
		mediana	quyi kvartal	yuqori kvartal
Rang tanlash testi (Lyusher)	ish qobiliyati, shartli birlik	9,00	7,00	10,00
	toliqish, shartli birlik	3,00	2,00	4,00
	vahima, shartli birlik	3,00	2,00	5,00
	autogen me'yordan og'ishlar, shart.	20,00	16,00	24,00
	ekscentriklik	7,00	4,00	8,00
	konsentriklik	8,00	6,00	9,00
	vegetativ koeffitsiyent, shartli birlik	19,00	16,00	21,00
	geteronimlik, shartli birlik	6,00	4,00	8,00
	avtonomlik, shartli birlik	9,00	7,00	10,00

Ishchanlik qobiliyati ko'rsatkichi bo'yicha yosh futbolchilar ish qobiliyati o'rtacha namoyon bo'lish darajasi ($Me=9,00$ birlik), teng.

Yosh futbolchilarda toliqish darajasi o'rtacha ($Me=3,00$ birlik), ko'rsatkichlarning tarqalishi o'rtacha darajadan o'rta darajaga va yuqori darajagacha o'zgarib turadi.

Stress rivojlanishining birinchi bosqichi sifatida xavotir ko'rsatkichi o'rtachadan yuqori darajada bo'lib, noaniqlik hissini va salbiy hodisalarni kutishni ifodalaydi. Bizning tanlanmamizda qiymat ($Me=3,00$ birlik), o'rtacha darajaga mos keladigan qiymatlar tarqalishi o'rtachadan past darajadan o'rtachadan yuqori darajagacha o'zgarib turadi.

Autogen normadan og'ish ko'rsatkichi (AVN) ham o'rganilayotgan sportchining qulaylik zonasidan og'ish darajasini subyektiv baholashni tavsiflaydi. Yosh futbolchilar uchun bu ko'rsatkich o'rtacha darajada ($Me=20$ birlik), qiymatlarning past darajadan yuqori darajagacha o'zgarib turadi.

Izlanish, o'zgarishlarga intilish, hozirgi mashg'ulotdan qoniqmaslik va kelajakka intilish bilan tavsiflanuvchi eksentriklik ko'rsatkichi bo'yicha futbolchilar o'rtacha darajaga ega ($Me=7,00$ birlik). Qiymat ko'rsatkichi past darajadan o'rta darajaga bundan esa yuqori darajagacha o'zgarib turadi.

Passivlikni ifodalovchi konsentriklik ko'rsatkichi tahlili shuni ko'rsatdiki, bizning tadqiqotimizdagi sportchilar orasida qiymatlar o'rtacha darajada ($Me=8,00$ birlik) aniqlandi. Ko'rsatkichlarning tarqalishi o'rtachadan past darajaga va o'rtachadan yuqori darajagacha o'zgarib turadi.

Vegetativ koeffitsiyent simpatik (ergotropik tonus) yoki parasimpatik (trofotropik tonus) vegetativ nerv sistemasi ta'sirining ma'lum ustunligini tavsiflaydi.

Yosh futbolchilarda vegetativ koeffitsiyent ko'rsatkichi o'rtacha darajada ($Me=19,00$ birlik), tarqoqlik o'rtachadan past va o'rtachadan yuqorigacha o'zgarib turadi. Ya'ni ushbu guruhda ergotrop va trofotrop tonuslar muvozanatlashgan. Geteronimlik-murosasozlik, bo'ysunuvchanlik va tashqi ta'sirlarga tobeklik nuqtayi nazaridan futbolchilarni tavsiflovchi xususiyat sifatida o'rta darajada ($Me=6,00$ birlik), ko'rsatkichlarning tarqalishi o'rtachadan past va o'rtachadan yuqorigacha o'zgarib turadi.

O'z-o'zini baholash, ixtiyoriylik, mustaqillik, tashqi ta'sirlardan mustaqillikni ifodalovchi avtonomlik ko'rsatkichi bo'yicha guruh o'rtachadan past darajada ($Me=9,00$ birlik), ko'rsatkichlarning tarqalishi pastdan o'rtachaga o'zgarib turadi.

Umuman olganda, rangli tanlov testining deyarli barcha ko'rsatkichlari bo'yicha malakali futbolchilar o'rtacha darajani namoyish etishadi.

Autogen me'yor va vegetativ koeffitsiyentdan og'ish ko'rsatkichlari muvozanatlashgan bo'lib eksentriklik-konsentriklik kabi bipolyar xususiyatlar muvozanatlashgan bo'lib, avtonomlik-geteronimlik ko'rsatkichining tahlili avtonomlikning pasayishi va geteronimlikning ustunligi tendensiyasini ko'rsatdi.

Har qanday psixofiziologik holatni o'rganish vaqtida har qanday darajani ko'rib chiqish va inson holati haqida har bir tenglikni tavsiflovchi informativ ko'rsatkichlar to'plami asosida xulosalar chiqarish lozim.

Faoliyat natijasiga ta'sir etuvchi funksional tizimning miqdoriy mezonlari insonning kognitiv faoliyatining psixofiziologik mexanizmlarini belgilaydi. Shuning uchun qaror qabul qilish darajasida ma'lumotlarni qabul qilish va qayta ishlash usullarini baholash muhimdir.

Insonning bilish va qiyinchiliklarni hal etishning umumiy qobiliyati bilan birlashtirilgan barcha bilish qobiliyatlari umumiy kognitiv qobiliyatlar darajasiga bog'liq. Muayyan intellektual qobiliyatlarning rivojlanishi inson faoliyatining mazmuniga bog'liq bo'lib, nafaqat individning genotipi, balki uning hayotiy tajribasiga boyligi bilan ham belgilanadi.

Kognitiv qobiliyatlarning xarakteri va natijadorligi miqdoriy (bajarilgan vazifalarning samaradorligi va tezligi) va sifat (bajarilgan vazifalarning aniqligi va samaradorligi) bo'yicha baholandi. Malakali futbolchilarning umumiy kognitiv imkoniyatlarini o'rganish uchun Ravenning "Progressiv matritsalar" testidan foydalanildi.

A.P.Pavlov, B.M.Teplov, V.D.Nebilitsin va ularning izdoshlari ilmiy ishlarida asosiy nerv jarayonlarining xususiyatlari genetik jihatdan shartlanganligi asoslangan. Ushbu nazariya xulq-atvorning psixofiziologik xususiyatlarini tadqiq etishning konseptual asoslarini yanada rivojlantirish uchun hal qiluvchi ahamiyatga ega va individual xulq-atvorning biologik asosi bo'lib qolmoqda.

Ta'rifga ko'ra, nerv jarayonlari muvozanati miya va umuman organizm ishining umumiy energetik darajasini tavsiflaydi. Jarayon turlaridan birining (qo'zg'atuvchi yoki tormozlovchi) muvozanati yoki ustunligi individning xulq-atvor uslubini belgilaydi va inson faoliyatining individual uslubiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Nerv harakatlarini qo'zg'atish va tormozlashning ichki nisbati inson oliy nerv tizimi faoliyatining barcha tarkibiy qismlarini tartibga solib turadi.

Markaziy asab tizimidagi nerv jarayonlarining muvozanatini o'rganish uchun "Multipsikometr-05" psixodiagnostik kompyuter majmuasini ishlab chiquvchilar "Fazoviy-vaqt ekstrapolyatsiyasi"ga nisbatan turli xil uslubiy yondashuvlarni taklif qilganlar. Yosh futbolchilarni o'rganish uchun "Harakatlanayotgan obyektga reaksiya" RDO testi tanlandi.

Barcha futbolchilar uchun "Harakatlanayotgan obyektga reaksiya" testining mutlaq aniqligi 2,53% ni tashkil etadi, bu o'rtacha daraja sifatida aniqlanadi. Ushbu testning mutlaq aniqligi bevosita mavjud bo'lgan vizual ma'lumotlar asosida dinamik obyektning fazo va vaqtdagi holatini antitsipatsiya qilish (bashorat qilish) qobiliyati darajasini belgilaydi.

Ya'ni futbolda yaxshi darajadagi o'yin malakalarini namoyish etgan sportchilar antitsipatsiya qobiliyatining o'rtacha darajasiga ega degan xulosaga kelish mumkin.

"Harakatlanayotgan obyektga reaksiya" testini bajarishning barqarorlik ko'rsatkichi asab tizimining muvozanatlashganlik darajasini ko'rsatadi. Ushbu testni bajarishning barqarorlik ko'rsatkichiga ko'ra, barcha futbolchilar o'rtacha $Me = 3,88\%$ dan yuqori deb baholanishi mumkin bo'lgan sonli qiymatlarga ega.

Biroq RDO testida aniqlik va barqarorlik uchun past sonli qiymatlar ushbu ko'rsatkichlarning yuqori rivojlanish darajasiga mos keladi. Ushbu faktlarga asoslanib quyidagi fikrga kelish mumkinki, malakali futbolchilarda asab tizimining muvozanat darajasi o'rtachadan pastroq. 2-jadvalga qarang.

2-jadval.

Asab jarayonlari muvozanatini aniqlash testi bo'yicha yosh futbolchilarning neyrodinamik xususiyatlari (n=14)

Test	Ko'rsatkichlar	Ko'rsatkichlar qiymati		
		mediana	quyi kvartal	yuqori kvartal
Nerv jarayonlari muvozanati	aniqlik darajasi, %	2,53	2,23	2,69
	turg'unlik, %	3,88	3,47	4,20
	qo'zg'alish	-0,01	-0,08	0,00

Tadqiqotda ishtirok etgan yosh futbolchilarni qo'zg'alish jarayonlari tormozlanish jarayonlaridan ustunligi, qo'zg'alish jarayonining namoyon bo'lish darajasi $Me = -0,01$ birlik, guruhlardagi ko'rsatkichlarning tarqalishi o'rtachadan pastdan, o'rta darajagacha o'zgarib turishi aniqlandi.

Yosh futbolchilar guruhi uchun qo'zg'alish jarayonlarining tormozlanish jarayonlariga nisbatan ustunligi xos, ammo sezilarli emas, bu asab tizimidagi tiklanish jarayonlari bilan bog'liqlik borligidan dalolat beradi.

Shunday qilib, "Harakatlanayotgan obyektga reaksiya" testi ko'rsatkichlari tahlili shuni ko'rsatdiki, yosh futbolchilarda qo'zg'alish jarayonlari tormozlanish jarayonlaridan ustunligini, faollashuvning individual-maxsus darajasi ustunlik qilshi, bu esa o'yin faoliyati va xulq-atvorining individual uslubiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi namoyon bo'ldi.

3-jadvalda tadqiqot guruhi futbolchilarning umumiy kognitiv (intellektual) qobiliyatlarini aniq natijalari keltirilgan. Test va unga doir mashqlarni tushuna olish qobiliyatidan dalolat beruvchi asosiy informativ samaradorlik ko'rsatkichi bo'yicha futbolchilar o'rtacha darajaga ega ($Me = 7$ sign), qiymatlar taqsimoti o'rtachadan past, o'rtagacha bo'lgan oraliqda tebranib turadi.

3-jadval.

Yosh futbolchilarning umumiy kognitiv qobiliyatlarni namoyon bo'lish darajasi (n=14)

Test	Ko'rsatkichlar	Ko'rsatkichlar qiymati		
		mediana	quyi kvartal	yuqori kvartal
Ravenning progressiv matritsalar	samaradorlik, signallar	7,00	5,00	8,00
	tezlik, signal/kv	3,70	2,52	5,71
	aniqlik	0,60	0,42	0,72
	samaradorlik, %	30,56	13,89	48,40

Quyidagi testning o'rtacha darajaga mos kelishi (daqiqada $Me = 3,7$ signal), ko'rsatkichlarning tarqalishi o'rtachadan past darajadan, o'rtachadan yuqori darajagacha o'zgarib turadi, guruh yuqori va pastki kvartil ko'rsatkichlari bo'yicha bir xil emas.

Testni bajarish sifati (aniqligi) o'rtacha darajada ($Me=0,6$ birlik), qiymatlarning tarqalishi pastdan o'rtagacha o'zgarib turadi.

Samaradorlik ko'rsatkichi bo'yicha yosh futbolchilar o'rtachadan past darajaga ega ($Me=30,57\%$) bo'lib, qiymatlar farqi past va o'rta darajalar o'rtasida joylashgan.

Demak, sinaluvchilarimizning "Ravenning progressiv matritsalar" testi bo'yicha barcha ko'rsatkichlari yuqori bo'lmagan va bu yosh futbolchilarda noverbal intellektni rivojlantirish haqida yetarli darajada xabardor emasligini ko'rsatadi. Vaholanki, futbol o'yinida maksimal muvaffaqiyat qozonish uchun barcha taktik tayyorgarlik verbal va noverbal intellektual qobiliyatlarga asoslangan bo'lishi kerak.

Yosh futbolchilarda psixoemotsional holat, neyrodinamik xususiyatlar va kognitiv funksiyalar o'rtasidagi bog'liqlikni o'rganish uchun (Spearman bo'yicha) korrelyatsion tahlil o'tkazildi.

Tahlil natijasida o'rganilayotgan parametrlar o'rtasidagi funksional bog'liqlikni aks ettiruvchi ishonchli korrelyatsiya koeffitsiyentlari olindi. Aslida, olingan natijalarni aloqalar sifatida ko'rib chiqish mumkin. Ushbu asosiy belgilovchi komponent Lyusher testi bo'yicha psixoemotsional holat hisoblanadi. Ushbu metodika nafaqat psixoemotsional holatning xususiyatlarini, balki sportchining xulq-atvor reaksiyalarining tavsifini ham aniqlashga imkon beradi.

Yosh futbolchilarning psixoemotsional holati neyrodinamik xususiyatlar holatiga, asab tizimidagi qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlari muvozanatiga ta'sir ko'rsatadi. 4-jadvalga qarang.

4-jadval.

Yosh futbolchilarda Lyusher testi va "nerv jarayonlari muvozanati" testi ko'rsatkichlari o'rtasidagi korrelyatsion tahlil, $n=14$

Ko'rsatkichlar	Subyektiv qulaylik	Eksantriklik	Geteronomiya	Avtonomiya
Aniqlik	0,37	- 0,48	-	-
Qo'zg'alish	-	-	0,41	- 0,57

Subyektiv qulaylik va eksantriklik (Lyusher testi bo'yicha) ko'rsatkichlari bilan aniqlik ko'rsatkichi (nerv jarayonlari muvozanati testi bo'yicha) o'rtasida ishonchli korrelyatsion aloqalar mavjudligi aniqlandi. Bu subyektiv psixik komfort va ichki o'z-o'zini nazorat qilishning mavjudligi asab tizimidagi qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlari muvozanatiga yordam berishini ko'rsatadi. Buni geteronimlik/avtonomlik va qo'zg'alish ko'rsatkichi o'rtasida ishonchli korrelyatsion bog'liqlik mavjudligi ham ko'rsatadi. Aslida, sportchilarda qaror qabul qilishdagi mustaqillik qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarini muvozanatlashuviga va tashqi taassurotlarga javob berish aniqligiga olib keladi.

Olingan natijalardan shunday xulosa qilish mumkinki, neyrodinamik xususiyatlarni optimallashtirish hamda qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarini muvozanatlash uchun sportchilarda subyektiv qulaylik mavjud bo'lganda, unda mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini shakllantirish zarur.

Neyrodinamik holat futbolchilarda kognitiv funksiyalarning, ayniqsa, noverbal intellektning namoyon bo'lish imkoniyatlariga ta'sir ko'rsatadi. Barqarorlik ko'rsatkichi (nerv jarayonlari muvozanati testi bo'yicha) va mahsuldorlik, tezlik, aniqlik, samaradorlik (Raven testi bo'yicha) o'rtasida ishonchli korrelyatsion bog'liqliklar mavjudligi aniqlandi. Olingan natija neyrodinamik xususiyatlar holati va tezlik, shuningdek, sportchilar tomonidan noverbal axborotni qayta ishlash sifati o'rtasidagi bog'liqlikni aks ettiradi. 5-jadvalga qarang.

5-jadval.

Yosh futbolchilarda Lyusher testi va Raven testi ko'rsatkichlari o'rtasidagi o'zaro korrelyatsion tahlili $n=14$

Ko'rsatkichlar	Ishchanlik	Eksantriklik	Geteronomiya	Avtonomiya
Mahsuldorlik	- 0,47	-	- 0,45	-
Aniqlik	- 0,56	-	- 0,56	0,41
Samaradorlik	- 0,50	-	- 0,50	-
Tezlik	-	- 0,53	-	-

Asab tizimida qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlari o'rtasidagi muvozanatning mavjudligi yosh futbolchilarda axborotni sifatli va tez qabul qilish va qayta ishlashga yordam beradi. Shu bilan birga, aniqlik (nerv jarayonlari muvozanati testi bo'yicha) va tezlik (Raven testi bo'yicha) o'rtasida ijobiy korrelyatsion bog'liqlik aniqlandi. Ushbu natija shuni ko'rsatadiki, sportchilarda tashqi qo'zg'atuvchilarga javob berish aniqligining yomonlashishi va asab tizimining qo'zg'alishi va tormozlanishi o'rtasidagi muvozanatning buzilishi noverbal axborotni qabul qilish va qayta ishlashning tezlik xususiyatlarining pasayishiga olib keladi.

Shunday qilib, noverbal intellektning optimal namoyon bo'lishi uchun yosh futbolchilar qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarini muvozanatlashtirishni o'rganishlari kerak. Yuqorida ko'rsatib o'tilganidek, subyektiv qulaylik va mustaqil qaror qabul qilish mavjud bo'lganda nerv jarayonlari muvozanati mumkin.

Psixoemotsional holat va noverbal intellekt ko'rsatkichlari o'rtasida o'tkazilgan korrelyatsion tahlil ushbu komponentlar o'rtasidagi bilvosita bog'liqlik to'g'risida ma'lumot olish imkonini berdi 6-jadvalga qarang.

6-jadval.

Raven testi va yosh futbolchilarda "nerv jarayonlari muvozanati" testi ko'rsatkichlari o'rtasidagi korrelyatsion tahlil, n=14

Ko'rsatkichlar	Natijadorlik	Tezlik	Aniqlik	Samaradorlik
Aniqlik	-	0,36	-	-
Barqarorlik	- 0,48	0,53	- 0,52	- 0,46

Ishchanlik qobiliyati va geteronomlik ko'rsatkichlari (Lyusher testi bo'yicha) natijadorlik, aniqlik va samaradorlik (Raven testi bo'yicha) bilan manfiy ishonchli korrelyatsion bog'liqlikka ega ekanligi aniqlandi. Olingan natija shuni ko'rsatadiki, psixik ish qobiliyatining pasayishi natijasida mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmasining yo'qligi noverbal axborotni qayta ishlashning sifat xususiyatlarining yomonlashishiga olib keladi. Buni eksentriklik (Lyusher testi bo'yicha) va tezlik (Raven testi bo'yicha) hamda avtonomlik (Lyusher testi bo'yicha) va aniqlik (Raven testi bo'yicha) o'rtasida korrelyatsion bog'lanishlar mavjudligini ham ko'rsatadi.

Xulosalar. Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash joizki, psixofiziologik holatning namoyon bo'lish xususiyatlarini o'rganishda uning tarkibiy qismlarining barcha darajalarini o'rganish va har bir darajani tavsiflovchi informativ ko'rsatkichlar majmui asosida inson holati haqida xulosalar chiqarish zarur.

Shunday qilib, "Harakatlanayotgan obyektga reaksiya" testi ko'rsatkichlari tahlili shuni ko'rsatdiki, yosh futbolchilarda qo'zg'alish jarayonlari tormoz jarayonlaridan ustunligini namoyish etadi, faollashuvning individual-maxsus darajasi ustunlik qiladi, bu esa malakali futbolchilarning individual o'yin uslubiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Demak, yosh futbolchilarda noverbal intellektni aniqlash testi bo'yicha ko'rsatkichlar yuqori emas va bu futbolchilarda noverbal intellektni rivojlantirishga nisbatan murabbiylarning yetarli darajada xabardor emasligidan dalolat beradi.

Futbol o'yinida butun jamoaning maksimal muvaffaqiyati uchun barcha taktik tayyorgarlik verbal va noverbal intellektual qobiliyatlarga asoslanishi kerak.

Yosh futbolchilarda psixoemotsional holat, neyrodinamik xususiyatlar va noverbal intellekt o'rtasida bog'liqlik mavjudligi aniqlandi. Subyektiv psixik holat, mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatining mavjudligi asab jarayonlarini muvozanatlashtirishga olib keladi va futbolchilarda noverbal ma'lumotlarni tez va samarali qabul qilish va qayta ishlashga yordam beradi.

Adabiyotlar:

1. Антомонов М. Ю. Математическая обработка и анализ медико-биологических данных / М. Ю. Антомонов. – К.: «Малый друг», 2006. – 558 с.
2. Артемьева Г. П. Современное состояние проблемы профессионального отбора в спорте / Г. О. Артемьева, В. В. Мулик, П. С. Евтушенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків, 2007. Вип. 12 – С. 135–138.
3. Беленко И.С. Психофизиологические особенности у юных спортсменов игровых видов спорта разного возрастного периода развития и тренированности / И.С. Беленко // Вестник ТГПУ, 2009. – № 3. – С. 81.
4. Брилль М. С. Отбор в спортивных играх. /М. С. Брилль – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 127 с., ил.
5. Ильин Е. П. Психология индивидуальных различий. [Электронный ресурс]. / Е. П. Ильин. – СПб: Питер, 2004. – 701 с. – (Мастера психологии). – Режим доступа: [http // www/ log-in/ ru /books/ 7899 /](http://www/log-in.ru/books/7899/).
6. Ильин Е. П. Психофизиология состояний человека. / Е. П. Ильин – СПб: Питер, 2005. – 412 с.
7. Козина Ж. Л. Индивидуализация подготовки спортсменов в игровых видах спорта: [Моногр.] / Ж. Л. Козина. – Харьков, 2009. – 396 с.

8. Коробейников Г. В. Оценка и коррекция психофизиологических состояний в спорте: уч. пособие для студентов высших уч. заведений / Г. В. Коробейников, Л. Г. Коробейникова, Ж. Л. Козина. – Харьков, 2012. – 340 с.
9. Макаренко Н. В. Формирование свойств нейродинамических функций у спортсменов / Н. В. Макаренко, В. С. Лизогуб, А. П. Безкопыльный // Наука в олимпийском спорте. – 2005. – № 2. – С. 80–86.
10. Мищук Д. Н. Особенности психоэмоциональной устойчивости в игровых видах спорта / Д. Н. Мищук // Stiintaculturiifizice – Chişinău: USEFS, 2012. – № 13/1. – С. 40–45.
11. Небылицын В. Д. Функциональное состояние нервной системы человека и её основные свойства / В. Д. Небылицын // Психофизиологические исследования индивидуальных различий. – М.: Наука, 1976. – С. 187–192.
12. Павлов И. П. Полное собрание сочинений. 2-е изд. М. – Л.: Изд. АН, 1951. – Т. 3. кн. 2. Физиологическое учение о типах нервной системы, темпераментах. – С. 77–88.
13. Собчик Л. Н. Метод цветовых выборов (модифицированный цветовой тест Люшера) / Л. Н. Собчик Методы психологической диагностики, вып. 2. – М., 1990. – 88 с.
14. Теплов Б. М. Проблемы индивидуальных различий. / Б. М. Теплов. – М.: Изд-во АПН РСФСР, 1961. – 536 с.
15. Хокинс Д. Об интеллекте. / Д. Хокинс, С. Блейсли. – М.: ООО "И. Д. Вильямс, 2007. – 240 с.
16. Шинкарук О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) / О. А. Шинкарук. – К.: Олимп. лит., 2011. – 360 с.

Xayrullayev Qodir Zarfulla o'g'li,
Toshkent xalqaro moliyaviy boshqaruv va texnologiyalar universiteti
Pedagogika va psixologiya kafedrasida o'qituvchisi
qodirxayrullayev95@gmail.com

FRUSTRATSIYAGA TOLERANTLIKNI RIVOJLANTIRISH MUAMMOSINI NAZARIY MANBALARDA TALQIN ETILISHI

Annotatsiya. Frustratsiyaga chidamlilikni rivojlantirish muammosining talqini ko'p qirrali bo'lib, nazariy manbalar frustratsiyaning tabiati va uning inson xatti-harakatlariga ta'siri haqida turli xil tushunchalarni beradi. O'qituvchilar, psixologlar va shaxslar frustratsiya bilan bog'liq psixologik asoslarni tushunish orqali ruhiy rivojlantirish va hissiy tartibga solishni kuchaytirish strategiyalarini amalga oshirishlari mumkin. Ushbu frustratsiyaga tolerantlikni rivojlantirish muammosi nazariy manbalar asosida ko'rib chiqiladi. Frustratsiyaga chidamlilikni rivojlantirish muammosining talqini ko'p qirrali bo'lib, nazariy manbalar frustratsiyaning tabiati va uning inson xatti-harakatlariga ta'siri haqida qimmatli tushunchalarni beradi. Maqolada shaxslararo munosabatlar, o'qitish va boshqa voqeliklarda frustratsiyaning ta'sir qilish usullarini tushunish imkonini beruvchi zamonaviy tadqiqot natijalariga urg'u beradi.

Kalit so'zlar: frustratsiya, daraja, psixologiya, ta'lim.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ К ФРУСТРАЦИИ В ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ИСТОЧНИКАХ

Аннотация. Интерпретация проблемы развития устойчивости к фрустрации многогранна, а теоретические источники дают различные представления о природе фрустрации и её влиянии на поведение человека. Педагоги, психологи и отдельные личности могут реализовывать стратегии психического развития и усиления эмоциональной регуляции, понимая психологические основы, связанные с фрустрацией. Эта проблема развития толерантности к фрустрации рассматривается на основе теоретических источников. Интерпретация проблемы развития устойчивости к фрустрации многогранна, а теоретические источники дают ценные представления о природе фрустрации и её влиянии на поведение человека. В статье делается акцент на результаты современных исследований, которые позволяют понять способы воздействия фрустрации в межличностных отношениях, обучении и других реалиях.

Ключевые слова: фрустрация, уровень, психология, образование.

INTERPRETATION OF THE PROBLEM OF DEVELOPING FRUSTRATION TOLERANCE IN THEORETICAL SOURCES

Abstract. The interpretation of the problem of developing resilience to frustration is multifaceted, and theoretical sources provide different insights into the nature of frustration and its impact on human behavior. By understanding the psychological underpinnings of frustration, educators, psychologists, and individuals can implement strategies to enhance emotional development and emotional regulation. Theoretical sources of the problem of developing tolerance to this frustration are considered. The interpretation of the problem of developing resilience to frustration is multifaceted, and theoretical sources provide valuable insights into the nature of frustration and its impact on human behavior. The article emphasizes the results of modern research, which allows to understand the methods of frustration in interpersonal relations, teaching and other realities.

Keywords: frustration, level, psychology, education.

Kirish. Borgan sari murakkab va tez sur'atlar bilan rivojlanayotgan dunyoda frustratsiyani boshqarish va bardosh berish qobiliyati barcha yoshdagi odamlar uchun muhim mahoratga aylandi. Maqsadga erishish yo'lidagi harakatlari to'siqlar, bajarilmagan umidlar yoki kutilmagan qiyinchiliklar tufayli buzilganida frustratsiya paydo bo'ladi. Bu hissiy javob chidamlilik va muammolarni hal qilishdan tajovuzkorlik va chekinishgacha bo'lgan turli xil xatti-harakatlarga olib kelishi mumkin. Frustratsiya dinamikasini tushunish va eng muhimi, frustratsiyaga chidamlilikni rivojlantirish nafaqat shaxsiy farovonlik uchun, balki oila, ta'lim va ish joyi kabi turli sharoitlarda sog'lom munosabatlar va samarali o'zaro munosabatlarni rivojlantirish

uchun juda muhimdir. Nazariy jihatdan, turli xil psixologik asoslar frustratsiyaga bardoshlilik fenomenini o'rganish va tushuntirishga harakat qildi. Fikrlar va e'tiqodlarning hissiy reaksiyalarni qanday shakllantirishiga bag'ishlangan kognitiv-xatti-harakat modellaridan emotsional iztirobning ildizlarini o'rganuvchi psixodinamik nazariyalarga ko'ra, tadqiqotchilar frustratsiyaga chidamlilikning ko'p qirrali xususiyatini ta'kidladilar. Bundan tashqari, rivojlanish psixologiyasining istiqbollari insonning frustratsiyaga qarshi kurashish qobiliyatini shakllantirishda dastlabki tajribalar muhim rol o'ynashini ta'kidlaydi. Nazariy manbalarni o'rganish odamlarning qiyinchiliklar va muvaffaqiyatsizliklarga qanday munosabatda bo'lishiga ta'sir qiluvchi turli omillar haqida tushuncha beradi [Цуканова, А. П. (2006)]. Jamiyat doimiy o'zgarishlar va oldindan aytib bo'lmaydigan holatlar bilan kurashar ekan, frustratsiyaga chidamlilikni rivojlantirish keng qamrovli ta'sirga ega bo'lgan muhim tadqiqot sohasi sifatida paydo bo'ladi. Frustratsiyaga chidamlilikning nazariy talqinlarini o'rganib chiqib, biz uning shaxsiy o'sish va hissiy tartibga solishdagi ahamiyatini aniqroq tushunishimiz mumkin. Bu xabardorlik nafaqat individual o'z-o'zini rivojlantirishni qo'llab-quvvatlaydi, balki jamoalar va tashkilotlarga birdek foyda keltirishi mumkin bo'lgan chidamlilik va moslashuvchan kurash strategiyalariga madaniy siljishni rag'batlantiradi.

Asosiy qism. Bugungi kunda pedagog kadrlarni tayyorlash tizimida mavjud muammolar yechimini topish va ularni bartaraf etish, ijobiy yechimlarni amalga oshirish, shu maqsadda psixologik bilimlardan foydalanish imkoniyatlarining ochilayotganligi ta'lim sohasidagi yangi islohotlar sanaladi. Bu islohotning oldiga qo'ygan eng asosiy vazifasi bu sifatli kadrlar, yetuk mutaxassislarni tayyorlash masalasi hisoblanadi. Oliy ta'lim muassasasiga kirgan har bir talaba ham o'zi egallamoqchi bo'lgan kasbi, mutaxassisligi va bu kasb-mutaxassislikni egallash jarayonida yuzaga keladigan qiyinchiliklar haqida to'liq ma'lumotga ega bo'ladi, deb ayta olmaymiz. Uning nazarida “o'qishga kirildi – bo'ldi, qolgan hammasi silliqqina ketaveradi” ganday tuyuladi. Ammo o'qish faoliyatining ijobiy jihatlari bilan bir qatorda o'ziga yarasha qiyinchiliklari, o'ziga xos muammolari ham mavjud bo'lib, ular ne-ne orzu-havaslar bilan o'qishga kirgan talabaning qarshisidan o'quv faoliyati jarayonida ketma-ket yoki birvarakayiga chiqaveradi.

Demak, oliy ta'lim muassasasining 1-bosqichidagi har qanday talaba o'qishning dastlabki davridanoq talabalikning o'ziga xos “to'siq”lariga duch kela boshlaydi. To'siqlarning yuzaga kelishi esa aksariyat talabalarda, psixologik atama bilan aytilsa, frustratsion holatni yuzaga keltiradi. “Frustratsiya” tushunchasi psixologik adabiyotlarda odatda ikki xil ma'noda qo'llaniladi. Bu borada ish olib borgan olimlardan biri Y. P. Ilin frustratsiyani ikki xil ma'noda izohlaydi: 1. Zarur va shaxs uchun e'tiborga ega bo'lgan maqsadga erishishga yo'naltirilgan xatti-harakatlarni to'xtatish (frustratsion vaziyat). 2. Insondagi biror-bir kuchli ehtiyojning qondirilmasligi, omadsizlik yoki shaxsning atrofidagi kimningdir ta'na-malomati ta'sirida kelib chiqadigan emotsional holat. Lotincha “frustratio” umidlar, rejalar, o'ylarning barbod bo'lishini anglatadi. Kognitiv-xulq-atvor nazariyasi fikrlar hissiyotlar va xatti-harakatlarga ta'sir qiladi, deb ta'kidlaydi. Ushbu nazariyaga ko'ra, frustratsiyani salbiy talqin qiladigan odamlar qiyinchilikni boshdan kechirishlari va samarali kurasha olmasliklari mumkin. Kognitiv qayta qurish jarayoni odamlarni frustratsiyaga uchragan vaziyatlar haqida o'z fikrlarini qayta ko'rib chiqishga o'rgatish va shu bilan ularning frustratsiyaga chidamliligini oshirishni o'z ichiga oladi. Ushbu yondashuv ularga qiyinchiliklarni yengib bo'lmaydigan to'siqlar emas, balki o'sish imkoniyatlari sifatida ko'rish imkoniyatini beradi.

Zigmund Freydning asarlaridan kelib chiqqan psixodinamik nuqtayi nazar, hal qilinmagan nizolar va bostirilgan his-tuyg'ular frustratsiyaga chidamlilikning pastligiga hissa qo'shishi mumkinligini ko'rsatadi. Frustratsiyani yengish uchun kurashayotgan odamlar o'tmishdagi his-tuyg'ularni olib yurishlari mumkin. Shu sababli, psixodinamik terapiya odamlarga ushbu his-tuyg'ularni qayta ishlashga yordam berish, o'z-o'zini anglashni rivojlantirish va oxir-oqibat ularning frustratsiyaga chidamliligini oshirishga qaratilgan. Rivojlanish psixologiyasi frustratsiyaga chidamlilikni shakllantirishda bolalik tajribasining rolini ta'kidlaydi. Jon Boulbi tomonidan taklif qilingan bog'lanish nazariyasi erta bolalikdagi xavfsiz qo'shilish hissiy tartibga solish uchun asos bo'lishini taklif qiladi. O'zini xavfsiz va qo'llab-quvvatlanadigan bolalar keyinchalik hayotda frustratsiyaga dosh berish uchun zarur bo'lgan ko'nikmalarni rivojlantirish ehtimoli ko'proq. Aksincha, nomuvofiq yoki e'tiborsiz g'amxo'rlikni boshdan kechirayotgan bolalar kattalardek frustratsiyaga chidamlilik bilan kurashishlari mumkin. Moslashuvchanlik nazariyasi qiyinchiliklarga moslashish qobiliyatiga qaratilgan. Chidamlilik bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar, yengish strategiyalari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlari va o'z-o'zini samaradorligini rivojlantirish muhimligini ta'kidlaydi. Yuqori chidamlilikka ega bo'lgan odamlar odatda ko'ngilsizliklarni yengish, moslashuvchanlik va muammolarni hal qilish qobiliyatlarini namoyish qilish uchun yaxshi jihozlangan. Ehtiyotkorlik amaliyotlari va hissiy aqlni o'rgatish kabi chidamlilikni rivojlantiruvchi tadbirlar frustratsiyaga chidamlilikni oshirishga sezilarli hissa qo'shishi mumkin.

Inson shaxsini, uning yuksak ma'naviy fazilatlarini kamol toptirish, milliy istiqbol mafkurasini shakllantirish, yosh avlodni boy madaniy merosimiz hamda tarixiy qadriyatlarimizga hurmat-e'tibor, mustaqil vatanimizga mehr-muhabbat ruhida tarbiyalash talablari oldimizga muhim vazifalarni qo'yimoqda. Sog'lom ruhiyat egasi bo'lgan yoshlar ma'naviy dunyoqarashini shakllantirish, bu boradagi ishlarning samarali yo'llarini izlab topish esa yoshlarning o'zligini anglashi, ularning komilligi, axloq-ijtimoiy normalar doirasidagi maqbul harakati bilan bog'liqdir. Odamning o'z-o'zini anglashi, bilishi va o'z ustida ishlashi avvalo uning diqqati, ongi bevosita o'ziga, o'z ichki imkoniyatlari, qobiliyatlari, hissiy kechinmalariga qaratilishini taqozo etadi. Ya'ni ijtimoiy xulq-shaxs tomonidan uni o'rab turgan odamlar, ularning xulq-atvorlariga e'tibor berishdan tashqari, o'zining shaxsiy harakatlari va ularning oqibatlarini muntazam tarzda tahlil qilib borishni ham taqozo etadi. Chunki inson o'zini to'la angamay turib, o'z shaxsiy «Men»i bilan kelishmay turib, o'zga insonni anglashi, o'zgalarning hissiy kechinmalarini ichdan kechirishi mumkin emas.

Shaxsning o'z-o'zi bilan kelisholmay qolishining yaqqol ko'rinishini ekzistensial psixologiyaning asosiy g'oyasi bo'lgan ekzistensial frustratsiya, mazmuniy bo'shliq misolida ko'rish mumkin. Shaxsda mazmuniy bo'shliq, vakuum paydo bo'ldimi, unda hayotga muhabbat, maqsad sari intilish, faollik so'nadi, hissizlik, emotsional sovuqlik, befarqlik paydo bo'ladi. Shuning uchun yoshlarni o'zini-o'zi anglash, o'z tasavvurlariga ega bo'lish, o'z ruhiyatida «ichki tartib-intizom»ni joriy etish va shu asosda o'zini-o'zi ruhiy-ma'naviy jihatdan tarbiyalay olishga o'rgatish lozim. Chunki shaxs ma'naviyati rivoji avvalo o'zini-o'zi anglash, keyinchalik o'z manfaatini anglash va nihoyat jamiyatni tanish bosqichlarini taqozo etadi. Insonning jamiyatni anglashi -bu uning milliy o'z-o'zini anglashidir. Milliy o'z-o'zini anglash insonning ijtimoiy etnik umumiylikka mansubligida, ijtimoiy sohadagi munosabatlarda o'z millatining egallagan mavqeyini yaqqol tasavvur qilganida, milliy manfaatdorligida namoyon bo'ladi. Milliy o'z-o'zini anglashning qator obektiv va subektiv omillari mavjud. Bulardan biri milliy tuyg'u bo'lib, u insonning shaxslararo munosabat jarayonida hissiy ta'sirlanishida, yuksak ma'naviy ichki tug'yonlarda, ijodiy g'oyalar tug'ilishi kabi kechinmalarda aks etadi. Milliy o'zlikni anglash «Men» dan boshlanib, real «Men», o'tmishdagi «Men», hozirgi «Men», kelgusi «Men», ideal «Men», dinamik «Men» ko'rinishlarida o'z ifodasini topadi.

Shaxsda o'z-o'zini anglashning ko'rinishlari o'rin almashib boradi, chunki o'zining yaqin o'tmishini baholash, hozirgi davrdagi, kundagi hayot faoliyatida imkon boricha qo'yilgan kamchiliklarni bartaraf qilish, muvaffaqiyatga erishishning ustivor yo'llarini tanlash, o'z imkoniyatini tashxis qila olishgina kamolot sari yetaklaydi. Psixologiyada inson shaxsi bilan bog'liq tushunchalar ichida «Men -konsepsiya» tushunchasi alohida o'rin tutadi. Bu tushuncha shaxsning boshqalar bilan munosabatini belgilab beradigan o'zi haqidagi tasavvurlar to'plamidan iborat, deb izohlanadi. Ta'lim-tarbiya jarayonida esa «Men -konsepsiya» yanada muhimroq ahamiyat kasb etadi, chunki pedagog-o'qituvchi yoshlarga o'zi haqidagi tasavvurlardan kelib chiqib baho beradi, ularga o'zi o'zlashtirgan tajribani uzatadi, singdiradi. Agar o'qituvchi ijobiy «Men -konsepsiya»ga ega bo'lsa, ya'ni unda shaxsiy to'laqonlik hissi mavjud, yetarlicha emotsional barqaror va yetuk bo'lsa, unda bunday o'qituvchining yoshlar bilan munosabati faqat ijobiy tasavvurlar asosiga quriladi, o'qituvchi yoshlardan o'ziga nisbatan salbiy munosabatni kutmaydi, chunki bunday o'qituvchida o'z-o'zini baholash bilan bog'liq muammo bo'lmaydi.

O'z-o'zidan mahlumki o'qituvchining ijobiy «Men -konsepsiya»si talaba shaxsi shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi, chunki inson yoshidan qat'i nazar o'z faoliyatiga nisbatan ijobiy baholashga ehtiyoj sezadi, bunday munosabat va ibrat esa talabada ijobiy xarakter xislatlarini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Talaba yoshlarning kelajakda yuqori saviyali, malakali mutaxassis bo'lib yetishishi, ixtisoslik bo'yicha barqaror malakalar va mustahkam bilimlar egallashi kelgusi «Men» bilan uzviy bog'liq ravishda amalga oshadi. Kelajakda o'z sohasining mahoratli kishisi, tashabbuskor va tashkilotchi shaxs sifatida voyaga yetishi ko'p jihatdan ular tomonidan tanlangan ideal kasb egasi fazilatlarini qunt bilan o'zlarida shakllantirib borishga bog'liq. Bo'lg'usi mutaxassisning tinimsiz izlanishda bo'lishligi unda dinamik «Men»ni tarkib toptira boradi, ijobiy va sifat o'zgarishlarini oqilona nazorat qila olishi, to'g'ri baholay bilishi ushbu jarayonning asosiy mezonini hisoblanadi.

Ekstrapunitiv shakl shaxsda yuzaga keladigan agressiv reaksiyalar bilan bog'liq. Bunday holatda insonda jahldorlik, sabrsizlik, nima bo'lishidan qat'iy nazar belgilangan maqsadga erishish istagi paydo bo'lishi kuzatiladi. Insonning xulq-atvori primitiv, noelastik bo'lib, frustratsiya obyektiga nisbatan, shu paytgacha o'zlashtirilgan xatti-harakat namunalari qo'llanadi. Masalan, bolalik chog'ida ota-onaning bola tarbiyasi borasida o'zaro bir-birini ayblash holati bolalar ishtirokida sodir bo'lgan bo'lsa, bunday bolalarda aynan shunday reaksiya shakllanadi. Bunday insonlar frustrasion to'siq yuzaga kelgan paytda buni vujudga kelgan vaziyatning ta'siri deb tushunadi hamda bu vaziyat va omadsizlikda o'zidan boshqa barchani

ayblaydi, agressiv tarzda reaksiya bildiradi. Frustrasion holatda eng ko'p uchraydigan reaksiya – bu agressiv xulq-atvordir. Bu reaksiya shunchalik ko'p uchraydiki, AQSHdagi Yel universiteti professorlari shunga muvofiq quyidagi ilmiy farazni ilgari surdilar: har qanday frustratsiya shaxsni agressiyaga undaydi. Mutaxassislar fikriga ko'ra, frustrasion vaziyatda kuchsiz asab tizimiga ega insonlarda intrapunitiv shakl, kuchli asab tizimiga ega insonlarda esa ekstrapunitiv shakl kuzatiladi. Bunda insonning tarbiyalanganlik darajasi va frustrasion holatga bo'lgan munosabati ham muhim ahamiyat kasb etadi. Ayni kunda talabalar oddiy kuzatish asosida tahlil qilinadigan bo'lsa, ularning aksariyatida frustrasion vaziyatlarda o'zini tez yo'qotib qo'yish, muammoning yechimini topishga harakat qilmaslik va bu holatdan chiqib ketish yo'llarini izlashda sustkashlikni ko'rish mumkin. Buni bir tomondan, ularning turli xil tashqi ta'sirlar natijasida yengil-yelpi yashashga o'rganib qolganligi va hayotiy qiyinchiliklarga bardosh berishdagi irodasizligi bilan bog'lash mumkin bo'lsa, ikkinchi tomondan ularda bu boradagi psixologik bilim, ko'nikma va malakalarining yo'qligi bilan izohlash mumkin. Maqsadga erishish yo'lida paydo bo'lgan to'siqlarni noto'g'ri idrok qilish va ularni "yengib bo'lmaz" deb tushunish, talabaning nafaqat ruhiy holatiga, balki uning o'quv faoliyatiga, eng asosiysi, fiziologik salomatligiga ham salbiy ta'sir etadi. Bugungi kunda sog'lom va barkamol avlodni tarbiyalash muhimligi hisobga olinsa, bu muammoning dolzarbligi yana bir bor namoyon bo'ladi. Shuni inobatga olgan holda, talabalarining bu boradagi psixologik savodxonligini oshirish maqsadga muvofiq bo'lar edi.

Frustrasion vaziyatlarda pedagoglarning vaziyatdan chiqib ketishni bilmasliklari, yuzaga kelgan muammolarning yechimini topa olmasliklari ayrim talabalarining nojo'ya ta'sirlarga berilib ketishlariga ham olib kelishi mumkin. Frustratsiyaga nisbatan beqaror munosabatning yana bir salbiy ta'siri shundaki, bunday shaxslar stressga nisbatan ham beqaror, ya'ni chidamsiz munosabatda bo'ladilar. Bunday hol esa shaxsning organizmiga jiddiy salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bu ilmiy asoslangan dalillardan kelib chiqib aytish mumkinki, talabalarining o'quv jarayonida yuzaga keladigan frustrasion holatlarga bo'lgan munosabati ularning stressga barqarorlik darajasining yuqori yoki past bo'lishiga asoslardan biri bo'ladi. Shuning uchun talabalar ongida o'qish jarayoni davomida vujudga kelayotgan ijtimoiy va shaxsiy muammolarga nisbatan to'g'ri munosabatda bo'la olish ko'nikmalakalarini shakllantirish lozim. Bu esa stressga barqarorlikni oshirishning eng yaxshi omillaridan biri bo'la oladi. Bunday ko'nikma va malakalarni shakllantirish uchun talabalarda frustrasion holatlarga nisbatan shaxsiy tolerantlikni oshirish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Shu o'rinda frustrasion tolerantlik atamasiga ham izoh berib o'tmoqchimiz. Frustrasion tolerantlik tushunchasini yoritish va bu boradagi tadqiqot ishlari S. Rozensveyg, N. D. Levitov, F. Y. Vasilyuk, I. P. Ilin, Y. N. Kulyutkin, R. P. Milrud, R. I. Xmelyuk, Z. N. Kurlyand, N. A. Shevchenko, L. M. Mitina kabi mualliflarning ishlarida o'z aksini topgan. Bu mualliflar o'z ishlarida frustrasion tolerantlikni alohida tadqiqot predmeti sifatida qaramaganlar, ular stress, frustratsiya, frustrasion holatlar va bu jarayonda shaxs xulq-atvorining namoyon bo'lishi borasida olib borgan ishlarida frustrasion tolerantlik muammosiga nisbatan munosabat bildirib o'tishgan. Bu borada dastlab xorij psixologlari ish olib borganlar va ulardan S. Rozensveyg o'zining frustratsiya haqidagi konsepsiyasi uchun nihoyatda katta ahamiyatga ega bo'lgan frustrasion tolerantlik yoki frustrasion vaziyatlarda chidamlilik tushunchasini kiritgan. U bu tushunchani quyidagicha tushuntirgan: frustrasion tolerantlik individ frustratsiyani o'zining psixobiologik moslashuviz, ya'ni noadekvat javob reaksiyalariga murojaat qilmagan holda kechirishidir. Frustrasion tolerantlik muammosi bir qancha tadqiqotchilarning psixologik barqarorlik, emotsional barqarorlik kabi muammolar bilan bog'liq ishlarida ham ko'rib chiqilgan bo'lib, ular asosan frustrasion tolerantlik atamasini nazariy jihatdan tahlil etganlar. L. M. Mitina (1992)ning tadqiqotlarida frustrasion tolerantlik shaxsning ijtimoiy psixologik moslashuvi darajasi bilan bog'liq holda o'rganilgan. Muallif bu muammoni o'rganish barobarida frustrasion tolerantlik atamasining ma'nosini ham yoritishga harakat qilgan. Uning fikricha, frustrasion tolerantlik sifatida shaxsning turli xil hayotiy qiyinchiliklarga psixologik adaptatsiyani yo'qotmagan holda turib bera olish qobiliyati yotadiki, uning asosida esa turli xil hayotiy vaziyatlarga nisbatan adekvat yondashuv va munosabat bildirish qobiliyati mavjud bo'ladi. L. M. Mitina frustratsion tolerantlik turlicha bo'lishini ta'kidlagan. Ulardan birmuncha adekvatrog'i frustratorning mavjud bo'lishiga qaramasdan xotirjamlik, mulohazalilik kabi psixik holat hisoblanadi. Frustrasion tolerantlik istalmagan impulsiv reaksiyalarni ushlab turish uchun zo'riqishlar va urinishlarda ham namoyon bo'ladi. Frustrasion tolerantlikning ostonasi individuallikka ega bo'lib, u xarakter va temperament xususiyatlari, o'ziga baho berish, shaxsning ustunlik qiluvchi motivlari va etnik muhitning o'ziga xosligi bilan ham bog'liq bo'ladi. Frustratsion tolerantlik hayot faoliyati jarayonida shakllanadi. Bu qiyin vaziyatlarni hal etishda to'siqlar, murakkab vaziyatlarni o'ziga xos holda yengib o'tishdagi individual tajribaga asoslaniladi. Frustratsiyalovchi vaziyatlarni yengib o'tishning o'ziga xos yo'li ko'pgina holatlarda insonning xulq-atvorini belgilab beradi. Frustratsion holatdan chiqib ketish, ya'ni frustratsion tolerantlik pedagogdan bu vaziyatlarning yechimini

topish va o'z hayoti, faoliyatida sodir bo'lgan qiyinchiliklarga nisbatan yengilroq munosabat bilan qarashga intilish zaruriyatini talab qiladi. Pedagog bunday holatlarda sabr-toqat, chidam, aql bilan ish tutish, frustratsion vaziyatni ko'rmaslik, ahamiyat bermaslikka harakat qilish kabi bir qancha psixologik omillardan foydalanadi. Lekin inson ruhiyatiga tegishli bo'lgan bunday ko'nikma va malakalar pedagoglarda o'zidan-o'zi paydo bo'lmaydi. Ularni shakllantirish uchun pedagogdan bilim olish, kuzatuvchanlik, qo'yilgan maqsadlar sari olg'a borish kabi jihatlar talab etiladi.

Buyuk Suqrot o'z falsafiy bahslarining birida o'zlikni anglash haqida «avval o'zingni bil» deb da'vat qilgan edi. Demak, bilish jarayonida muhim bosqich yoki bilimning muhim ob'ekti insonning o'zidir. O'zlikni anglash orqali insonning ma'naviyati shakllanadi. Psixologik bilimdonlik shaxsni o'z-o'zini qo'lga olishga, o'z-o'ziga buyruq berishga, o'z-o'zini qayta tarbiyalash va o'z imkoniyatlaridan to'g'ri foydalanishga o'rgatadi. Talabaning o'z-o'zini idrok qilishini uni ijobiy ishlarga yo'naltirish orqali o'stirish kerak. Bunda talaba ijobiy tajriba orttirsin, ya'ni o'ziga, oilasiga, guruhiga, jamoasiga manfaatli ish qilib, olqish olsun. Talabalarni jamoat ishlariga keng jalb etish amaliyotini kengaytirish, bu ishdan manfaatdorligini oshirish lozim. Talabaning o'zini shaxs sifatida anglashi, o'z ijobiy va salbiy sifatlarini tahlil qilishi, boshqa shaxslar ichida o'z shaxsini alohida ajratish kabi muhim ijtimoiy-psixologik sifatlarni shakllantiradi. Bu esa shaxsda o'z-o'zini nazorat qilish tizimini yuzaga keltiradi. O'zini anglagan inson o'z manfaatlarini ham himoya qila oladi. O'z manfaatlarini himoya qila olish o'z fikri, huquqlari, talablarini ishonch bilan gapira olish va o'zini hurmat qilishni anglatadi. O'ziga ishongan odam har qanday hodisaga o'z munosabatini ochiq va qat'iy bayon qiladi. Ya'ni u o'z xisssiyotlari uchun mahsuliyatni o'z zimmasiga oladi va boshqalarga ham nimani xis qilayotganligini anglatadi. Bu xulqning normal usuli. Hammada ham atrofdagilar uchun befarq bo'lmagan o'z fikr, talab va huquqlar bor. Bularni hurmat qilishlariga erishishning yagona yo'li - ularni shaxsning o'zi himoya qila olishidir. O'ziga ishongan odamlar o'z shaxsiy ehtiyojlarini anglaydilar va ularni qat'iy talab qiladilar. Shu bilan birga bunday odam boshqa odamning ham o'z manfaatlarini himoya qilish huquqini tan oladi. Shuning uchun ham ular o'z talablarini qo'yishda odob doirasidan chiqishmaydi va atrofdagilarning talablariga ham hurmat bilan qarashadi. O'ziga ishongan odamlar o'z-o'zlari va atrofdagilar bilan samimiy, halol munosabatda bo'ladilar. Ular borliqni real idrok qiladilar, bo'lib o'tayotgan hodisalar haqida ularning ahamiyatini bo'rttirib va kamsitmay gapiradilar. Ular uchun muhimi illyuziyalar emas, reallikdir. Yetuk odam o'zining va boshqalarning nimaga arzishini bilishni xohlaydi. Asosiy tamoyil - o'zini yaxshi ko'rsatishga intilmasdan tabiiy tutishdir. Egoist odam esa faqat o'zi, o'z ishlari bilan band, u aksariyat boshqalarni butunlay inkor qiladi. Hammamiz ham egoizm yomon, birinchi o'ringa boshqalarning manfaatlarini qo'yish kerak, deb o'ylaymiz. Lekin odamning atrofdagilar haqida g'amxo'rlik qilish darajasi - maxsus falsafiy masala. O'z manfaatlarini himoya qila olish esa o'zimiz to'la huquqimiz bo'lgan narsani tan olish va talab qilish demakdir. O'z manfaatlarimizga riyokorlik qilmaslik uchun biz doimiy biron narsadan voz kechamiz va natijada egoizmdan ham yomonroq bo'lgan alptuist - boshqalar uchun o'zini qurbon qiluvchiga aylanamiz. Bizni egoistiklikda ayblamasliklari uchun biz nafaqat boshqalarning manfaatlarini birinchi o'ringa qo'yamiz, balki o'zimizning qonuniy istaklarimizni ham qurbon qilamiz, natijada o'z-o'zimizni hurmat qilmay qo'yamiz. Shunday bo'lishi mumkinki, agar o'zingizga yordam bera olmasangiz, xatto xohlaganingizda ham boshqalar haqida g'amxo'rlik qila olmay qolasiz. Xaqiqiy o'z manfaatlarini himoya qila olish halollik va atrofdagilarning huquqlarini hurmat qilish demakdir. Talabalik davrida o'zini boshqarishning tarkibiy qismlari, ijodiy tafakkur, muayyan hayotiy tajriba, o'zlashtirilgan bilimlarni tartibga solish asosida his-tuyg'ular, qarashlar, axloqiy qadriyatlar, o'zligini anglash va barqaror e'tiqod shakllanadi. Shularni hisobga olgan holda talaba yoshlarning qiziqishlari, hayotiy muammolarini o'rganib, ular o'rtasida ko'proq suhbat, badiiy kecha, uchrashuv va muloqotlarni uyushtirish, turli xil to'garak, sport seksiyasi, ilmiy tadqiqot uyushmalarini ko'paytirish, tanlov, anjuman, munozara, bahs va boshqa ommaviy tadbirlarni tashkillash lozim. Chunki psixolog olim Jan Piajening fikricha, yoshlarning o'z tengqurlari bilan turli mavzularda qiladigan munozara yoki bahslari, undagi egoistik, shaxsiyatparastlik mohiyatini susaytirib, o'z-o'zini anglash bilan bir qatorda o'zgalarning mavqelarini anglash va o'zida shaxsga xos sifatlarni ham o'stiradi.

Shaxsning o'zi, o'z xulq-atvori, xususiyatlari, jamiyatdagi o'rnini tasavvur qilishidan hosil bo'lgan obraz - «Men» - obrazi bo'lib, uning adekvatligi ya'ni haqiqatga qanchalik yaqin bo'lish shaxs barkamolligini belgilaydi. Insonning tarbiyalanganligi uning o'zi va o'z sifatlari to'g'risidagi tasavvurlarga ega bo'lishi natijasida namoyon bo'ladi. Chunki har bir shaxsning o'zligini anglashi jamiyatdagi mavjud normalarga zid harakatlar qilish ehtimolini kamaytiradi. O'z - o'zini anglash ko'pincha shaxs tomonidan og'ir kechadi, ya'ni inson tabiati shundayki, u o'zidagi o'sha jamiyat normalariga to'g'ri kelmaydigan, nomahqul sifatlarni anglamaslikka, ularni «yashirishga» harakat qiladi, hattoki, bunday tasavvur va bilimlar ongosti

sohasiga siqib chiqariladi (avstriyalik olim Z. Freyd nazariyasiga ko'ra). Bu har bir shaxsdagi o'z shaxsiyatini o'ziga xos ximoya qilish mexanizmidir. Bunday ximoya mexanizmi shaxsni ko'pincha turli xil yomon asoratlardan, hissiy kechinmalardan asraydi. O'z-o'zini anglash jarayoni shaxsning o'zini o'zi tarbiyalashi bilan uzviy bog'liqdir. Shaxsning o'zini o'zi tarbiyalashida quyidagi omillar muhim rol o'ynaydi:

1. O'z-o'zi bilan muloqot, bunda shaxs o'zini tarbiya obyekti sifatida idrok etib, o'zi bilan muloqotni tashkil etadi.

2. O'z-o'zini ishontrish, bunda shaxsning o'z imkoniyatlari, kuchi va irodasiga ishonishi orqali, ijobiy xulq normalariga bo'ysunishi amalga oshadi.

3. O'z-o'ziga buyruq berish -bu tig'iz va ekstremal holatlarda shaxsning o'zini qo'lga olishi va maqbul yo'lga o'zini chorlay olishi hisoblanadi.

4. O'z-o'ziga ta'sir etish -bunda shaxsning ijtimoiy normalardan kelib chiqqan holda o'zida ma'qul ustanovkalarni shakllantirishi amalga oshadi.

5. Ichki intizom -o'z-o'zini boshqarishning muhim mezoni, har doim har yerda o'zining barcha harakatlarini muntazam ravishda korreksiya qilish va boshqarish uchun zarur sifat hisoblanadi.

Psixologiyada shaxsning o'zini o'zi boshqarishi bilan bog'liq bo'lgan «nazorat lokusi» nazariyasi mavjud bo'lib, unga ko'ra, har bir insonda ikki tipli mas'uliyat kuzatiladi. Birinchi tipli mas'uliyat shundayki, shaxs o'zining hayotida ro'y berayotgan barcha hodisalarning sababchisi, mahsuli sifatida faqat o'zini tan oladi. Bular internallar bo'lib, ular o'zlariga ishonchning ortiqchisi, maqsadga erishishda qat'iylik, o'zini analiz qilishga moyillik, muloqotga kirishuvchanlik, odamlarga xayrixohlik va mustaqilligi bilan ajralib turadilar. Mas'uliyatlikning ikkinchi turi barcha ro'y bergan va beradigan voqea, hodisalarning sababchisi tashqi omillar, boshqa odamlar deb hisoblaydigan eksternallarga xos bo'lib, ular o'zining imkoniyatlariga ishonmasligi, maqsadlarini aniq bo'lmagan muddatlarga surishi, ortiqcha hayajonlanishlari, shubhalanishlari, konformliliklari, agressivliklari va og'ir ruhiy kayfiyatga moyilliklari bilan ajralib turadi. Eksternallar ham ishlarini qat'iy reglamentga asoslangan holda muvaffaqiyat bilan bajara oladilar, lekin boshqa odamlar boshqaruvi ostida yaxshi bajaruvchanlik xususiyatini namoyon qiladilar.

Frustratsiyaga bardoshlilikning nazariy asoslarini tushunish ta'lim, ruhiy salomatlik va shaxsiy rivojlanishda amaliy foydaga ega.

1. Ta'limda [Сулим, Н. Н. (2009)]

O'qituvchilar qat'iyatlilik va muammolarni hal qilishga undaydigan qo'llab-quvvatlovchi o'quv muhitini yaratish orqali o'quvchilarda frustratsiyaga chidamlilikni rivojlantirishi mumkin. Murakkab vazifalarga bosqichma-bosqich ta'sir qilish, o'sish tafakkurini rag'batlantirish va konstruktiv fikr-mulohazalarni taqdim etish kabi strategiyalarni amalga oshirish talabalarga frustratsiyaga qarshi kurashish mexanizmlarini rivojlantirishga yordam beradi. Bu jarayonda hissiy tartibga solish ko'nikmalari va stressni boshqarish usullarini o'rgatadigan dasturlar ham muhim rol o'ynashi mumkin.

2. Klinik psixologiya fanida

Ruhiy salomatlik bo'yicha amaliyotchilar turli nazariyalardan olingan ma'lumotlardan frustratsiyaga chidamliligi past bo'lgan shaxslarga moslashtirilgan aralashuvlarni loyihalashda foydalanishlari mumkin. Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (CBT) texnikasi, ongni rivojlantirish mashqlari va psixodinamik yondashuvlar asosiy muammolarni hal qilish va yengish strategiyalarini yaxshilash uchun terapevtik amaliyotlarga birlashtirilishi mumkin [Руденский, Е. В. (2011)].

3. Shaxsiy rivojlanishda

Shaxslar o'z-o'zini aks ettirish va shaxsiy o'sish faoliyati orqali frustratsiyaga chidamliligini oshirishi mumkin. Frustratsiya tug'diradigan vaziyatlarga hissiy munosabatni hujjatlash uchun jurnalni yuritish, namunalarni tanib olish va sog'lom kurash strategiyalarini ishlab chiqishga yordam beradi. Ehtiyotkorlik va stressdan xalos bo'lish amaliyotlari bilan shug'ullanish odamlarga o'zlarining hissiy reaksiyalarini yanada samarali boshqarishga imkon beradi. Hozirgi davr pedagogikada ish faoliyati davomida yuzaga keladigan qiyinchiliklarni yengishga bo'lgan ko'nikma va malakalar qanchalik ko'p bo'lsa va ulardan pedagog o'z ish faoliyati davomida ko'proq foydalansa, uning mutaxassis bo'lib shakllanishi ham shunchalik yengil kechadi, degan xulosaga kelish mumkin. Chunki bunday ko'nikma va malakalarni egallash uning oliy ta'lim muassasasida muvaffaqiyatlarga erishishi uchun ham asos bo'ladi. Muvaffaqiyatga intilgan va erishgan pedagogda esa asta-sekin o'z-o'zidan va egallayotgan kasbidan faxrlanish, kasbini sevish hislari vujudga keladi. Shunday ekan, bugungi kun pedagoglarda avvalo o'z ish faoliyati jarayonida duch keladigan frustratsion vaziyatlarda tolerant bo'la olish ko'nikma va malakalarini shakllantirish uchun faqat uning o'zi emas, balki barchamiz ham mas'ulmiz.

Frustratsiyaga chidamlilikni rivojlantirish muammosining talqini ko'p qirrali bo'lib, nazariy manbalar frustratsiyaning tabiati va uning inson xatti-harakatlariga ta'siri haqida qimmatli tushunchalarni beradi. O'qituvchilar, ruhiy salomatlik bo'yicha amaliyotchilar va shaxslar frustratsiyaga chidamlilik bilan bog'liq psixologik asoslarni tushunish orqali chidamlilikni rivojlantirish va hissiy tartibga solishni kuchaytirish strategiyalarini amalga oshirishlari mumkin. Ko'ngilsizlikni inson tajribasining asosiy jihati sifatida e'tirof etish konstruktiv javoblar va shaxsiy o'sish uchun eshiklarni ochadi, natijada ko'proq moslashuvchan jamiyatni rivojlantiradi. Biz tobora murakkablashib borayotgan dunyoni kezib borar ekanmiz, frustratsiyaga chidash qobiliyati individual farovonlik va jamoaviy taraqqiyot uchun tobora muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Xulosa. Turli xil nazariy linzalar orqali frustratsiyaga bardoshlilikni o'rganish uning murakkabligi va inson xatti-harakati va shaxsiy rivojlanishidagi ahamiyatini ochib beradi. Salbiy fikrlash modellarini qayta ko'rib chiqishni qo'llab-quvvatlaydigan kognitiv-xatti-harakat yondashuvlaridan tortib, hissiy tartibga solishning ildizlarini o'rganadigan psixodinamik nazariyalargacha [Kumari, A., & Gupta, S. (2015)], har bir ramka frustratsiyaga chidamlilikni qanday rivojlantirish mumkinligi haqidagi tushunchamizni boyitadi. Bundan tashqari, rivojlanish psixologiyasi va chidamlilik nazariyasidan olingan ma'lumotlar frustratsiyani boshqarish qobiliyatini shakllantirishda erta hayot tajribasi va moslashuvchan kurash strategiyalarining muhim ta'sirini ta'kidlaydi. Frustratsiyaga nisbatan bag'rikenglikni rivojlantirish shunchaki individual harakat emas; Bu ta'lim amaliyotlari, ruhiy salomatlik aralashuvi va hatto jamiyatning umidlari uchun kengroq ta'sir ko'rsatadi. Frustratsiyani inson tajribasining ajralmas qismi sifatida tan olsak, biz chidamlilik va moslashuvchanlikni rivojlantiradigan muhitni targ'ib qila olamiz. O'qituvchilar, ruhiy salomatlik bo'yicha mutaxassislar va shaxslar ushbu muhim ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam beradigan qo'llab-quvvatlovchi tuzilmalarni yaratish uchun hamkorlik qilishlari kerak [Şterbeţ, R., & Potâng, A. (2024)]. Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, frustratsiyaga chidamlilikni oshirish shaxsiy o'sishga, hissiy barqarorlikka va muammolarni samarali hal qilishga erishish uchun muhim izlanishdir. Frustratsiyaga chidamlilikning nazariy talqinlari hayotdagi qiyinchiliklarga dosh berish qobiliyatimizni oshiradigan strategiyalar va aralashuvlar haqida qimmatli tushunchalarni beradi. Biz bu ko'nikmalarni rivojlantirar ekanmiz, biz nafaqat farovonligimizga hissa qo'shamiz, balki qiyinchiliklarda gullab-yashnashi mumkin bo'lgan yanada chidamli va moslashuvchan jamiyatga yo'l ochamiz.

Adabiyotlar:

1. Цуканова, А. П. (2006). Толерантность в структуре социально-психологической адаптации личности: автореферат дисс.... канд. психол. наук: // Российская государственная библиотека.
2. Сулим, Н. Н. (2009). Социально-психологические особенности формирования организационной культуры предприятия. Дисс... канд. психол. наук. Белгород: Белгородский ГУ.
3. Руденский, Е. В. (2011). Педагогическая социология как теоретическое основание конструктивистской педагогики профессионального образования. Профессиональное образование в России и за рубежом, (3), 16-25.
4. Kumari, A., & Gupta, S. (2015). A study of emotional intelligence and frustration tolerance among adolescent.// Advance research journal of social science, 6(2), 173-180.
5. Şterbeţ, R., & Potâng, A. (2024). Comparative analysis of gender-related differences in frustration tolerance levels among early school-age children.

Xudoyqulova Nazokat Rajab qizi,

Yoshlar muammolarini o'rganish va istiqbolli

kadrlar tayyorlash instituti

«Ijtimoiy psixologiya. Etnopsixologiya» yo'nalishi 3 -bosqich tayanch doktoranti

NOQONUNIY OILAVIY MUNOSABATLARNING KELIB CHIQISHINI TADQIQ ETISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK MASALALARI

Annotatsiya. Mazkur maqola noqonuniy oilaviy munosabatlar kelib chiqishini tadqiq etishning ijtimoiy-psixologik masalalari mavzusiga bag'ishlangan. Shuningdek, maqola matnida noqonuniy oilaviy munosabatlar va unga sabab bo'luvchi psixologik omillar, er-xotin o'rtasidagi xiyonat, oilaviy hayotda sevgi va muhabbat, oilaviy ajrimlarga sabab bo'luvchi holatlar, xiyonat va uning sabab -oqibatlarini to'g'risidagi turli mutaxassis tadqiqotchilarning fikr-mulohazalari, nikohdan tashqari munosabatlar va uni keltirib chiqaruvchi ijtimoiy omillar, er -xotin o'rtasidagi hissiy yaqinlik kabi masalalar ham batafsil yoritilgan.

Kalit so'zlar: oila, noqonuniy oila, xiyonat, er-xotin, munosabat, yoshlar, ajrim, sevgi, nafrat, hissiy yaqinlik, empatiya, qo'rquv, qasos, xarakterologik sifatlar, nikoh.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОИСХОЖДЕНИЯ НЕЗАКОННЫХ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Аннотация. Данная статья посвящена социально-психологическим аспектам исследования возникновения незаконных семейных отношений. Также в тексте статьи подробно освещены незаконные семейные отношения и психологические факторы, их вызывающие, супружеская измена, любовь и привязанность в семейной жизни, обстоятельства, приводящие к семейным разводам, измена и её причины и последствия. Рассмотрены мнения различных специалистов-исследователей о внебрачных отношениях и социальных факторах, их вызывающих, а также об эмоциональной близости между супругами.

Ключевые слова: семья, незаконная семья, измена, супруги, отношения, молодёжь, развод, любовь, ненависть, эмоциональная близость, эмпатия, страх, месть, характерологические качества, брак.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL STUDY OF THE ORIGIN OF ILLEGAL FAMILY RELATIONS

Abstract. This article examines the socio-psychological aspects of illegal family relationships. The text provides a detailed analysis of illicit family relations and the psychological factors that contribute to them, including marital infidelity, love and attachment in family life, circumstances leading to divorce, infidelity and its causes and consequences. The article considers the views of various researchers on extramarital affairs and the social factors that give rise to them, as well as the emotional intimacy between spouses.

Keywords: family, illegal family, infidelity, spouses, relationships, youth, divorce, love, hatred, emotional intimacy, empathy, fear, revenge, character traits, marriage.

Kirish. Oila – hayot abadiyligi va avlodlar davomiyligini ta'minlovchi qadriyatlar beshigi, kelajak nasllar uchun betakror tarbiya qo'rg'onidir. Shu bois, oila xalqimizda qadim zamonlardan muqaddas sanalib kelingan va shunday bo'lib qoladi. Zero, xalqning, millatning kelajagi aynan oila bilan chambarchas bog'liq. Chunki har bir inson oilada tug'iladi va voyaga yetadi. Har bir bolaning kelajakda kim va qanday inson bo'lib kamol topishida oila muhim o'rin tutadi.

Demokratik huquqiy davlat va adolatli fuqarolik jamiyatida oila o'ziga xos ijtimoiy birlashmani tashkil etadi. Oilaning bu xususiyati uning jamiyat manfaatlarini bilan bog'liqligi hamda ijtimoiy vazifalarida ifodalanadi.

Ma'lumki, oila qurish jamiyatdagi har bir fuqaroning eng muhim hayotiy ehtiyojlaridan biridir. Nikohga tayyorlik esa, erkak va ayol o'rtasidagi o'zaro simpatik munosabatlarni ham mehr-muhabbatni o'z ichiga oladi. Sevgi bu nafaqat tuyg'u, balki boshqa odamni sevish qobiliyati, shuningdek, sevilish imkoniyati hamdir. Ammo ba'zida, sevgi kabi eng kuchli tuyg'u ham insonni vasvasadan to'xtata olmaydi va inson unga ongli ravishda bo'ysunadi. Oxir -oqibat esa, inson zino deb ataladigan "gunoh yo'liga" o'tadi. Hozirgi kunda turmush o'rtoqlardan biri yoki ikkalasi ham bir-birini aldagan oilalarni ko'p uchratish mumkin. Ya'ni

hayotning tez sur'ati, ishdagi va oiladagi muammolar, er yoki xotinni yangi taassurotlar, yangi his-tuyg'ular, tajribalarni “izlashga” undaydi. Mehr-muhabbat, sadoqat, bir-biriga hurmat afsuski, bugungi ayrim zamonaviy oilalar uchun begona bo'lib bormoqda. Bunday vaziyatlarning barchasi oilaviy munosabatlarning izdan chiqishiga, zinoga qo'l urishga va ajrimlarning sonini ko'payishiga sabab bo'lmoqda.

Adabiyotlar tahlili. Mohiyatan, zino qilish oilaviy hayotni izdan chiqaruvchi va o'zaro munosabatlarni buzuvchi noxush holatlardan biridir. Ko'plab yosh oilalar biri-biriga xiyonat qilish, noqonuniy oila qurish oqibatida, ajrimlarni boshdan kechirmoqda. Shu bois ham, noqonuniy nikoh va zinoga yo'l qo'yish holatlari ko'plab mutaxassislar e'tiborini tortib kelmoqda. Misol uchun, psixologiya, tibbiyot, sotsiologiya, falsafa va pedagogika fanlarida, mazkur muammo yuzasidan qator ilmiy izlanishlar olib borilmoqda. Ayniqsa, psixolog mutaxassislar va shifokorlar nikohdan tashqari munosabatlarni, hozirgi farovon hayot uchun tabiiy va odatiy hodisa deb hisoblamoqdalar. Turli oilalarda turmush o'rtog'ining xiyonatiga bo'lgan munosabat, ko'proq er va xotinning xarakteriga, ularning o'zaro munosabatlariga bog'liqligi ta'kidlanadi. S.Kratoxvelning fikriga ko'ra, yolg'onchi er yoki xotinlar o'z juftlaridan topa olmaydigan mehr va e'tiborni yangi jinsiy sherikdan qidirishga intiladilar. Ba'zi zamonaviy psixologik adabiyotlarda qayd etilishicha, noqonuniy oilaviy munosabatlarga kirishishning sabablari turlicha sanalib, ushbu masalani tadqiqotchi D.Yenikeyeva quyidagicha tasniflashga harakat qilgan

– Yangi sevgi. Bunday holat sevgi ahamiyatsiz bo'lgan yoki umuman yo'q bo'lgan oilalar uchun xosdir.

– Qasos - bu er -xotindan birining xiyonati uchun qilingan qasos olish istagi;

– Parchalangan sevgi - bu oilada er -xotin o'rtasida o'zaro munosabatlarning yo'qligi, javobsiz his-tuyg'ular orqali kelib chiquvchi holatdir.

– O'zaro munosabatlar mumkin bo'lgan, boshqa hamkorlikda sevgini topish. Ba'zida xiyonatkor shaxsning o'zi yangi sherikni yoqtirmaydi, lekin uning his-tuyg'ulariga javob beradi.

– Kompensatsiya hissi - nikoh xiyonati yordamida ular uzoq vaqt ajralish, turmush o'rtog'idan birining kasalligi hamda oilaviy hayotda sevgi munosabatlarining yetishmasligini qoplashga harakat qilishadi.

– Oilaviy munosabatlarning to'liq buzilishi– xiyonat - bu yangi oilani yaratishning haqiqiy natijasi bo'lib, ular uchun birinchi oilaviy munosabat yaroqsiz deb qabul qilinadi.

– Tasodifiy munosabatlar - mastlik, noqonuniy munosabatlarga qiziqish, qulay vaqtdan foydalanish va hokazo.

Oilashunos tadqiqotchi O.Karabanovanning aniqlashicha, noqonuniy oila qurish va nikohdan tashqari munosabatlar kelib chiqishi va uning sabalarini uchta katta guruhga bo'lish mumkin

1.Nikoh sheriklarining individual xususiyatlari:

- turmush o'rtog'ining gender roli yoki uning identifikatorini buzish, uni iloji boricha ko'proq, jinsiy aloqaga moyilligini isbotlashga majburlash;

- turmush o'rtoqlarning patoxarakterologik shaxsiy xususiyatlari.

2. Mikro omillar:

- nikoh munosabatlarining buzilishi;

- nikohdagi nomuvofiqlik (birinchi navbatda jinsiy nomuvofiqlik);

- turmush o'rtoqlar o'rtasida hissiy yaqinlikning yo'qligi;

- bir sherikning boshqasidan yetkazilgan azob uchun olgan qasosi;

- oilaviy hayotda o'zaro his-tuyg'ularning yo'qligi;

- turmush o'rtoqlarning bir-biridan umidsizlikka tushishi;

- kasallik yoki sherikning uzoq vaqt yo'qligi.

3. Makro omillar:

- oilaviy ssenariylarni yangilash;

- avlodlar o'rtasidagi norasmiy an'analar va boshqalar.

Mutaxassis S.Peydjning so'zlariga ko'ra, agar turmush o'rtoqlardan birining jinsiy ehtiyoji yetarli darajada qondirilmasa, bu keyinchalik zino qilishga sabab bo'lishi mumkin. Muallifdan farqli o'laroq, A.Taradanova ham o'z izlanishlarida, erkaklar va ayollardagi aldash motivi namoyon bo'lishiga alohida e'tibor qaratib, oxir-oqibat aldash motivi va uning gender o'ziga xosliklari bo'yicha, qiziqarli natijalarni qo'lga kiritishga muvaffaq bo'lgan. Muallifning yozishicha, erkaklar buni ko'pincha jinsiy ehtiyoj bilan izohlashadi. Ko'pincha, muloqotning hissiy yoki ma'naviy jihatlari bilan bog'liq bo'lmagan bu ehtiyoj tasodifiy, notanish sheriklar bilan yoki qisqa muddatli “o'tkinchi” munosabatlar orqali namoyon bo'lishini ko'rsatib o'tishgan. Boshqalar esa, uzoq vaqtdan beri tanishlar, hamkasblar, jamoadagi xotinlar bilan bilan bog'liq sabablarni keltirib o'tishgan. Shuningdek, er yoki xotinning muntazam xizmat safarida bo'lishi,

ta'tilga ketish va boshqa omillar ham noqonuniy munosabatlar kelib chiqishining muhim omillaridan biri ekanligi qayd etilgan. Ba'zi tekshiriluvchilar "xiyotnat"ni turmush o'rtoqlarining kasalligini sabab qilib, uning o'rniga vaqtinchalik o'rinbosar izlash deb hisoblashgan. Ayrim tekshiruvchilar esa, alkoholizm va ichkilikka ruju quyish holatlarini nikohdan tashqari munosabatlarga sabab bo'luvchi omil sifatida ko'rsatib o'tishgan. Umuman olganda, nikohdan tashqari munosabatlar bilan shug'ullanadigan har o'n erkakdan biri, xiyonatni qiziqvchanlik orqali amalga oshishi mumkinligini belgilashgan.

Tadqiqotchi N.Kochelaeva izlanishlariga ko'ra, amerikalik erkaklarning aksariyati nikohning 14-yilida yoki 40 yoshga yaqinlashganda, bir-birlarini aldashlari mumkin ekan. Shuningdek, muallifning xulosalariga ko'ra, erkaklarning xiyonatiga quyidagilar sabab bo'ladi.

– Xotinning homiladorligi;

– Bolaning tug'ilishi, ayol vaznining normadan oshib ketishi. Agar to'ydan keyin xotining vazni ko'paysa, ko'pchilik erkaklarning jahli chiqishi qayd etilgan. Misol uchun, amerikalik erkaklar, xuddi rus erkaklari kabi, nikohdan tashqari munosabatlarini hissiy emas, balki jinsiy aloqa sifatida qabul qilar ekan. Demak, oilaviy hayotda bir-birini aldash ko'pincha, yaqinlik qilish bilan bog'liq nevrotik qo'rquvni boshdan kechirishi mumkin ekan. Bu esa, ikki tomonlama munosabatlarda bo'lishga qodir bo'lmagan erkakni bir ayol bilan, keyin esa, boshqasi bilan bo'lishga majbur qiladi.

Tahlil va natijalar. Quyida mazkur masalaga doir, amalga oshirilgan empirik tadqiqotimizdan ayrim jadval natijalari va ularning tahliliga e'tibor qaratishga harakat qilamiz.

Oilaning mohiyati uning munosabatlarida aks etgan bo'lib, faqat o'zaro hamkorlik, oila a'zolarining bir-birlariga munosabatlari asosida quriladi va oiladagi muhit uning munosabat mohiyatini anglatadi. Barcha ishlar, oilaning o'zaro tuzilmasi uning oldidagi vazifalarni bajarishga bog'liq. Er-xotinning o'zaro hamkorligi, bir-birini tushinib, barcha ziddiyatlarni yaxshilik yo'li bilan hal qilish, barcha oilaviy vazifalarni ijobiy hal etishda omil bo'ladi.

1-jadval.

**Rokichning qadriyatlar darajasi so'rovnomasi ko'rsatkichlari
(Man-Uitining U-statistik mezon bo'yicha)**

Shkalalar	Guruhlar		U	P
	Erkaklar	Ayollar		
Terminal qadriyatlar	169,6	144,1	9354,0	0,050*
Instrumental qadriyatlar	156,3	158,2	9468,0	0,347

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

Qadriyatlar inson amaliy faoliyati davomida vujudga keladi. Qadriyatlarni vujudga keltiruvchi omillardan biri insonning kelajakka yo'naltirilgan maqsadli faoliyatidir. Maqsad bu inson yaqin kelajakda bajarishni rejalashtirgan faoliyat to'g'risidagi tasavvur bo'lib, unga erishish yo'lida to'siq bo'lgan qiyinchiliklar ushbu tanlangan maqsad qimmatini oshirib, shaxs uchun qadrlı hodisaga aylanadi. Bu jarayonda shaxs qanday yo'llar bilan bo'lsa ham maqsadiga erishish uchun harakat qiladi. Agar bunday voqelikda shaxs o'z individual mayllarini ijtimoiy ehtiyojlar bilan uyg'unlashtirmasa, qadriyat obyektiv mazmunini yo'qotib, subyektivlashadi. Rokichning qadriyatlar darajasi so'rovnomasi ko'rsatkichlari bo'yicha olib borilgan izlanishlar natijalari shuni ko'rsatadiki, qonuniy nikohda bo'lmagan er-xotinlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari tadqiqotning asosiy jihatlarini qamrab oladi. Shu jihatdan olib qaralganda, er-xotinlarning Rokich so'rovnomasi uchta hududda istiqomat qiluvchi oilalarda quyidagicha natijalarni aks ettirgan. Terminal qadriyatlar shkalasiga ko'ra, erkaklar 169,6 va ayollarda 144,1 ko'rsatkichlarni hamda 0,050* bilan o'rtacha tafovutni keltirib chiqargan. Keyingi instrumental qadriyatlar shkalasi esa erkaklarda 156,3 va ayollarda 158,2 natijalar bilan o'rtachadan pastroq farqlarni qayd etgan.

Qadriyatlar olami plyuralistik mohiyatga egadir. Shaxs hayotining barcha sohalarini ularsiz tasavvur etib bo'lmaydi. Ushbu jarayonda an'ana va jamiyat o'zaro uyg'unidir, har bir ijtimoiy taraqqiyot o'z an'ana va axloqi asosiga quriladi, ushbu qoida har bir jamiyat davomiyligini belgilovchi mezon hisoblanadi. XX asrning oxirlariga kelib, fan sohalaridagi ulkan yutuqlar, ma'lum ma'noda ularning oqibati sifatida paydo bo'lgan global muammolar umumsayyoraviy tafakkur zaruratini taqozo etadi. Qadriyatlar garchi ob'ektiv mohiyatga ega bo'lsa-da, mavhumdir. Ularni real borliqda in'ikos etishi inson omili bilan bog'liq. Shu ma'noda qadriyatlar ijtimoiy ongda turlicha anglanadi.

Umuman olganda, noqonuniy oila qurish yoki xiyonat qilish faqatgina oilaviy ajrimlarni yuzaga keltirib qolmasdan balki oilaviy nizolar, g'ayriijtimoiy xatti-harakatlar, inqirozlar, suitsid boshqa salbiy holatlarga ham olib kelishi tabiiydir. Va yuqoridagi holatlardan kelib chiqib muammo yuzasidan quyidagi xulosalarga kelish mumkin:

- Birinchidan, zino oilaning yaxlitligiga tahdid soladi, barqror oilaviy munosabatlarni izdan chiqaradi.
- Ikkinchidan, nikoh munosabatlarning buzilishi, oilaviy hayotning boshqa jabhalariga o'tib, hissiy, kundalik, iqtisodiy va hatto ota-ona va bola munosabatlariga salbiy ta'sir etadi.
- Uchinchidan, xiyonat qilish er-xotin o'rtasidagi sevgi, empatik munosabatlarni izdan chiqarib, farzandlar psixikasiga ham katta ta'sir etadi.
- To'rtinchidan, nikohdan tashqari munosabat turmush o'rtoqlardan birining sha'ni va qadr-qimmatiga, obro'siga ham salbiy ta'sir qiladi.
- Beshinchidan, xiyonatdan jabrlangan er yoki xotindan birida og'ir psixologik travma, psixogen depressiya, va o'z-o'zi boshqarishdagi buzilishlar, o'z joniga qasd qilish, tajovuzkorlik, zo'ravonlik hattoki, qotillik hissi kabi xulq-atvor sifatleri yuzaga kelishi mumkin ekan.

Adabiyotlar:

1. Кратохвёл С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний.: Пер. с чешского.- М: Медицина, 1991. – С.47.
2. Еникеева Д. Несчастливый брак / Д.Еникеева. – М.: «РИПОЛ КЛАССИК», 1998. – С.52.
3. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования / О.А. Карабанова. – М.: Гардарики, 2006. –С.25 -27.
4. Пейдж С. Супружеская жизнь: путь к гармонии / С.Пейдж. – М.: Мирт, 1995. –С.63.
5. Тараданов А.А. Семейное благополучие в современной России: генезис и практика: автореф. дис. канд. социолог. наук. – Екатеринбург, 2004. –С.8-9.
6. Кочелаева Н.В. Психология семьи / Н.В.Кочелаева. – Саранск: «Красный Октябрь», 2004. – С.96.

UO‘K 159.316.454.54.



Yangiboyeva Dildoraxon Rahmon qizi,
«International School of Finance Technology and Science» instituti
Psixologiya va pedagogika kafedrası o'qituvchisi
dildorichkayangiboyeva98@gmail.com

KO'P BOLALI OILALARDAGI OILAVIY HAYOTDAN QONIQISH DARAJASINING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Oilaning o'ziga xosligi shundaki, u inson hayotining deyarli barcha jabhalarini qamrab oladi va ijtimoiy amaliyotning barcha darajalariga yetadi. Rivojlanishning hozirgi bosqichida ko'p bolali oila ijtimoiy-iqtisodiy va ijtimoiy sharoitlar, ijtimoiy institut sifatida oilaga nisbatan qadriyat yo'nalishlari va ustuvorliklarining o'zgarishi natijasida yuzaga kelgan inqiroz holatida degan qarashlar mavjud. Oila o'zida iqtisodiy, ijtimoiy, psixologik va jismoniy xavfsizlik va uning a'zolari uchun murakkab ijtimoiy-madaniy hodisani ifodalaydi. Maqolada ko'p bolali oilalardagi oilaviy hayotdan qoniqish darajasining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari haqida so'z yuritiladi.

Kalit so'zlar: ko'p bolali oila, shaxslararo munosabatlar, ota-onalik, modernizatsiya, tizimli yondashuv, strukturaviy tahlil, metodologik muammolar, oilaviy hayotdan qoniqish, juftliklar konkordantligi.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ УРОВНЯ УДОВЛЕТВОРЁННОСТИ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНЬЮ В МНОГОДЕТНЫХ СЕМЬЯХ

Аннотация. Уникальность семьи заключается в том, что она охватывает практически все аспекты жизни человека и распространяется на все уровни социальной практики. На современном этапе развития существует мнение, что многодетная семья находится в кризисном состоянии, возникшем в результате изменения социально-экономических и общественных условий, а также ценностных ориентаций и приоритетов по отношению к семье как социальному институту. Семья представляет собой сложное социокультурное явление, обеспечивающее экономическую, социальную, психологическую и физическую безопасность для её членов. В статье рассматриваются социально-психологические особенности уровня удовлетворённости семейной жизнью в многодетных семьях.

Ключевые слова: многодетная семья, межличностные отношения, родительство, модернизация, системный подход, структурный анализ, методологические проблемы, удовлетворённость семейной жизнью, конкордантность пар.

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE LEVEL OF SATISFACTION WITH FAMILY LIFE IN FAMILIES WITH MANY CHILDREN

Abstract. The uniqueness of the family is that it covers almost all aspects of human life and reaches all levels of social practice. There are views that at the present stage of development, a large family is in a state of crisis as a result of socio-economic and social conditions, changes in value orientations and priorities in relation to the family as a social institution. The family represents a complex socio-cultural phenomenon, both economic, social, psychological and physical security for its members. The article discusses the socio-psychological characteristics of the level of satisfaction with family life in large families.

Keywords: large family, interpersonal relationships, parenthood, modernization, systemic approach, structural analysis, methodological problems, satisfaction with family life, concordance of couples.

Kirish. Zamonaviy ko'p bolali oilalardagi shaxslararo munosabatlarni tadqiq etishning muhim tendensiyasi bu oilada sodir bo'layotgan jarayonlarning mohiyatini ochib beradigan yangi uslubiy asoslarni izlash hisobanadi. Bu ijtimoiy hayotdagi o'zgarishlar natijasida yuzaga kelgan bir qator holatlar va shunga mos ravishda oila instituti uchun ziddiyatli va noaniq oqibatlarini tushunish zarurati bilan bog'liq. Ko'p bolali oilalardagi shaxslararo munosabatlar dinamik ijtimoiy-iqtisodiy va ijtimoiy-madaniy, ijtimoiy o'zgarishlar sharoitida ishlaydigan o'z-o'zidan rivojlanadigan mikroijtimoiy tizim sifatida ham tadqiq etiladi. Ko'p bolali oilalarni voqelik sifatida tahlil qilish bizga kamida ikkita muammoni hal qilish imkonini beradi. Birinchisi, oilaviy munosabatlarni tamoyillar nuqtayi nazaridan oilani o'zini-o'zi rivojlantirish mexanizmi sifatida tahlil

qilish hamda jamiyat rivojlanishining hozirgi bosqichi sharoitida oila rivojlanishini optimallashtirishning tashqi mexanizmlarini aniqlash. Ikkinchisi - oilaning mehnat salohiyatini shakllantirish uchun motivatsiya tizimini ochib berishdir.

Ayni paytda jahonda oila instituti ma'lum o'zgarishlarni boshdan kechirmoqda, ushbu jihat so'nggi o'n yilliklarda mamlakatimizda kechayotgan ijtimoiy-siyosiy va ijtimoiy-iqtisodiy jarayonlar bilan bog'liq. Bu o'zgarishlar ham asosan shaxs psixologiyasidagi o'zgarishlar bilan bog'liq. Jamiyat darajasida oilada sodir bo'layotgan o'zgarishlar oilaning qadr-qimmatini ma'lum darajada yo'qotishini ifodalovchi ajralishlarning ko'payishi, yetim bolalarning tarqalishi, ixtiyoriy nikohsizlik, to'liqsiz oilalarning vujudga kelishi kabi salbiy hodisalar dinamikasida namoyon bo'ladi. Oila darajasida mazkur o'zgarishlar oilaviy funksiyalarni bajarish tabiatida va oila ichidagi munosabatlarning xususiyatlarida namoyon bo'ladi. Shaxs darajasida birinchi navbatda, shaxsning oilaga bo'lgan munosabati xususiyatlarida qayd etilishi mumkin. Jamiyatni modernizatsiya qilish tendensiyalari XX asrning oxiriga kelib, dunyoning sanoat mamlakatlarida katta oilaning yo'q qilinishiga yordam berishi natijasida oilaviy sivilizatsiya inqirozi boshlandi. Jamiyatning agrar ishlab chiqarish turi va oila faoliyati barbod bo'ldi. Mashinalar, asbob-uskunalar, kompyuter texnologiyalari - bularning barchasi zamonaviy sivilizatsiya maydonidan insonni bosh qahramon sifatida, oilani esa aholini ko'paytirishning asosiy mexanizmi sifatida olib tashlaydi. XXI asrda texnologiyaning tez o'sishi kuzatilmoqda: robotlashtirish, raqamlashtirish, reproduktiv inkubatorlar, sun'iy intellektning paydo bo'lishi natijasida zamonaviy madaniyat endi odamlarga juda muhtojlik sezmaydi [1]. Ko'p bolali ota-onalarning o'ziga xos xususiyati sifatida ko'p bolali bo'lishni haddan tashqari yuk, ba'zan esa qabul qilib bo'lmaydigan xato deb hisoblaydigan zamonaviy jamiyat bosimi ostida o'zlarining ota-onalik maqomini intensiv ravishda saqlab qolishga majbur bo'lishni ongli his qilish kabilarni kiritish mumkin. Ko'p bolali oilaga ega bo'lgan shaxslar boshqalarga qaraganda ba'zi jihatlarda kuchliroq va mas'uliyatliroqdir [3].

Tadqiqot obyekti va qo'llanilgan metodlar. Ko'p bolali oila tushunchasini aniqlashda tadqiqotchilar er-xotinning yoshi, birga yashash muddati, oila va nikoh munosabatlarining barqarorligiga ta'sir etuvchi omillar va boshqalarni o'z ichiga olgan bir qator mezonlarga tayanadilar. Oilaviy munosabatlar psixologiyasining metodologik asosini erkinlik, tenglik va qadr-qimmat nazariyasi tashkil etadi. Oilaviy munosabatlar psixologiyasining mafkurasi oila farovonligi, oilaviy turmush tarzini mustahkamlash va rivojlantirish, shaxsiy rivojlanish uchun teng imkoniyatlar, bola manfaatlarining ustuvorligidan iborat. Oila muammosiga nazariy va amaliy qiziqish insoniyat jamiyati mavjud ekan, mavjud bo'ladi, va bu ajablanarli emas. Oila - bu insonning ijtimoiy faoliyati tizimi, jamiyatning asosiy institutlaridan biri. U harakatda, nafaqat ijtimoiy-siyosiy sharoitlar ta'sirida, balki uning rivojlanishining ichki jarayonlari tufayli ham o'zgaradi. Psixologiya oilani ijtimoiy-psixologik guruh sifatida o'rganar ekan, uning a'zolarining shaxslararo munosabatlariga, ularning turli ijtimoiy va oilaviy vaziyatlardagi o'zaro ta'siriga, oilaviy hayotni tashkil etishga va kichik guruh sifatida oilaning barqarorligi omillariga e'tibor beradi. Shu bilan birga, oila ma'lum bir jamiyatning me'yorlari va qadriyatlariga mos keladigan, birgalikdagi faoliyatda shakllanadigan shaxslararo munosabatlar majmui bilan birlashtirilgan ijtimoiy guruh sifatida talqin etiladi [5].

Psixologiya uchun ko'p bolali oila ichidagi munosabatlarning o'ziga xosligi, shuningdek, uning a'zolarining psixologik xususiyatlarining mavjudligi tufayli alohida qiziqish uyg'otadi. Bu xususiyatlar ko'p jihatdan ko'p bolali oilaning paydo bo'lishini ham, uning keyingi mavjudligi va hayot xususiyatlarini ham belgilaydi. Hozirgi vaqtda o'n sakkiz yoshga to'lmagan uch va undan ortiq farzandi (shu jumladan asrab olingan bolalar, shuningdek o'gay farzandlari) bo'lgan oila ko'p bolali oila hisoblanadi. E.F.Achildiyevaning tasnifiga ko'ra, ko'p bolali oilalarning quyidagi turlari ajratiladi:

- Ota-onalar farzandlarini yaxshi ko'radigan va ularga ongli ravishda ega bo'lishni xohlagan oilalar. Bunday oilalarda bola hayotdagi qadriyatlardan biri sifatida harakat qiladi va ota-onalar farzandlarining yaxshi hayot kechirishi uchun qo'lidan kelganini qiladilar.

- Ota-onalar ongli ravishda ko'p farzandli bo'lishga intilmagan oilalar. Uchinchi va keyingi bolalar, asosan, oilani rejalashtirishning yo'qligi tufayli ularda paydo bo'lishi mumkin. Bunday yettita egizak yoki uch egizak tug'ilishi natijasida, homiladorlikni to'xtatishdan qo'rqish, shifokorning onaning sog'lig'i sababli abort qilishni taqiqlashi, diniy e'tiqodlarga ko'ra abort va kontratsepsiyani rad etishi natijasida paydo bo'lishi mumkin.

- Ikkita to'liq bo'lmagan oilalarning birlashishi natijasida tashkil etilgan oilalar, bunda ularning har biri allaqachon farzandli bo'lgan bo'ladi.

- Ko'p sonli bolalar tug'ilishi muammoning namoyon bo'lishi deb hisoblanishi mumkin bo'lgan oilalar. Bu yerda bolalar ko'pincha turli xil imtiyozlar, qo'shimchalar olish vositasidir. Bundan tashqari, aksariyat hollarda bunday oilalarda bolalar tartibsiz jinsiy aloqalar, alkogol yoki giyohvandlik holati

natijasida tug'iladi va ota-onalarning tipik psixologik munosabati ularning asosiy vazifasi bolani tarbiyalash ekanligiga ishonishadi [10].

Y.E.Aleshina nikohdan qoniqishni «har bir turmush o'rtog'ining o'zaro munosabatlarining tabiatini subyektiv baholash» xususiyati sifatida belgilaydi. Bunday holda, oila kichik guruhdagi jarayonlarga o'xshash o'ziga xos dinamik o'zgarishlar nuqtayi nazaridan ko'rib chiqiladi [1]. «Nikohdan qoniqish» tushunchasining mazmunini belgilab, M.S.Matskovskiyning ta'kidlashicha, qoniqish ajralmas xususiyat bo'lib, u har bir turmush o'rtog'ining o'z hayoti va o'zaro munosabatlarining turli tomonlariga bo'lgan munosabatidan, shuningdek, har bir turmush o'rtog'ining bo'sh vaqt, shart-sharoit, rollarning taqsimlanishi va boshqalardan qoniqishidan iborat. [2]. B.A Sisenkoning fikricha, «oilaviy hayotdan qoniqish juda keng tushuncha bo'lib, shaxsning barcha ehtiyojlarini qondirish darajasini o'z ichiga oladi. Nikohdagi turmush o'rtog'ining har biri uchun ehtiyojni qondirishning minimal zarur darajasiga erishish kerak, bundan tashqari allaqachon noqulaylik paydo bo'ladi, salbiy his-tuyg'ular va his-tuyg'ular shakllanadi va mustahkamlanadi. Nikohdan qoniqish bir xil tabiat va bir xil talqinga ega bo'lgan tushunchalar ekanligini ta'kidlaymiz. Shunday qilib, munosabatlardan qoniqish yoki nikohda subyektiv farovonlik hissi, o'zaro munosabatlar sifati har bir turmush o'rtog'iga mos kelganda paydo bo'ladi.

S.I.Golod nikohdan qoniqishning quyidagi konseptsiyasini beradi: «Nikohdan qoniqish, shubhasiz, inson ongida shakllangan oila g'oyasini (timsolini) adekvat hayotga tatbiq etish natijasida rivojlanadi hamda ushbu faoliyat sohasidagi tajribasini (haqiqiy yoki ramziy) oshiriladi». Adabiyotlarni tahlil qilish natijasida, uch yoki undan ortiq farzandi, shu jumladan o'n sakkiz yoshga to'lmagan asrab olingan bolalari bo'lgan oila ko'p bolali oila hisoblanishi ma'lum bo'ladi. Ko'p bolali oilalar - ota-onalar ataylab ko'p farzandli bo'lishga qaror qilgan oilalar, ota-onalar ko'p farzandli bo'lishga intilmagan oilalar, ikkita to'liq bo'lmagan oilalarning shakllanishi natijasida ko'p bolali oilalar va bolalar soni noqulaylikning natijasi hisoblangan ko'p bolali oilalar kabi turlarga bo'linadi. Ko'p bolali oilalarda bolalar rivojlanishining omillari uning parametrlari, atrof-muhit sharoitlari va a'zolarining shaxsiy xususiyatlari hisoblanadi. Ko'p bolali oilalar ajralishlar va bolalar o'rtasidagi turli xil shaxsiy munosabatlar bilan ajralib turadi. Ko'p bolali oilalarning muammolari - moddiy va maishiy muammolar, ota-onalarning ish bilan ta'minlanishi, uy-joy kabilarga ajratiladi. Ko'p bolali oilalarning psixologik muammolari - ota-onalar tomonidan bolalarga e'tiborning yetishmasligi, ijtimoiy yoshning o'sishi, turmush darajasi va sog'lig'ining pasayishiga olib keladigan psixologik iqlimning murakkabligi kabilar bilan tavsiflanadi. Zamonaviy jamiyatda iqtisodiy, ijtimoiy va siyosiy muammolar alohida ahamiyatga ega bo'lib, beqarorlik holati oilaning psixologik tarkibiy qismiga ta'sir qiladi. Oila ijtimoiy birlik sifatida ko'plab yangi shartlarga duch keladi, bu esa mavjud asoslarni o'zgartirishni nazarda tutadi. Jamiyat tomonidan ilgari surilgan yangi shart-sharoitlarga bog'liqlik, ayniqsa, "ko'p bolali oila" bosqichida keskin namoyon bo'ladi.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Ko'p bolali oiladagi ota-onalar odatda kuchli psixologik barqarorlikka ega bo'lishadi. Ular stressga ko'proq bardosh beradilar, qadriyatlarni birinchi o'ringa qo'yganliklari hamda eng qimmatli narsa - farzandlari foydasiga tanlov qilganliklari bois hayot qiyinchiliklarini osonlikcha yengib o'tishadi. Har kim qiladigan ishni qilmaslik, mustaqil qaror qabul qilishda ma'lum bir jasorat ko'rsatishga intilish, ko'p bolali oilalardagi ota-onalar odatiy tusga kirgan.

1-jadval.

«Oilaviy hayotdan qoniqish» metodikasining tavsiflovchi hamda normal taqsimlanish qonuniyatiga mosligi natijalari (N-510)

Shkalalar	Min	Max	M	σ	Z	p
Turmushini boshqa turmushlar bilan solishtirish	1,00	8,00	4,5137	1,74584	3,233	0,000*
Turmushini tashqaridan baholash	1,00	8,00	4,3078	1,91708	4,373	0,000*
Hozirgi juftining his-tuyg'ulariga nisbatan konstatatsiya	1,00	8,00	4,5569	1,98018	3,007	0,000*
Turmush o'rtog'ining bir qator parametrlarini baholash	1,00	8,00	4,4863	1,96001	3,352	0,000*
Turmush o'rtog'ining xarakterini o'zgartirishga nisbatan ustanovka	1,00	8,00	4,5667	1,90606	3,658	0,000*
Nikoh haqida ijobiy yoki salbiy fikr	1,00	8,00	4,6196	1,93418	3,117	0,000*
Oilaviy hayotdan qoniqish darajasi	9,00	46,00	23,7588	6,64942	1,870	0,002*

* statistik tafovutlar mavjud

V.V.Stolin, T.L.Romanova hamda G.P.Butenko muallifligidagi «Oilaviy hayotdan qoniqish» metodikasining normal taqsimlanish qonuniyatiga mosligini tekshirish natijalari aks etgan yuqoridagi

jadvaldan ma'lum bo'lishicha, ushbu metodika oiladagi umumiy oilaviy hayotdan qoniqish darajasini tadqiq etish bilan birga oilaviy hayotning 6 ta jabhasida qoniqish elementlarining strukturasi o'rganish uchun ham mo'ljallangan. Xususan, turmushini boshqa turmushlar bilan solishtirish ($Z=3,233$; $p=0,01$), turmushini tashqaridan baholash ($Z=4,373$; $p=0,01$), hozirgi juftining his-tuyg'ulariga nisbatan konstatatsiya ($Z=3,007$; $p=0,01$), turmush o'rtog'ining bir qator parametrlarini baholash ($Z=3,352$; $p=0,01$), turmush o'rtog'ining xarakterini o'zgartirishga nisbatan ustanovka ($Z=3,658$; $p=0,01$), nikoh haqida ijobiy yoki salbiy fikr ($Z=3,117$; $p=0,01$) va oilaviy hayotdan qoniqishning umumiy darajasi ($Z=1,870$; $p=0,01$) bo'yicha olingan natijalarning barchasi noparametrik mezonlarga muvofiq tekshirilishi ma'lum bo'ldi.

Oilaviy hayotdan qoniqish so'rovnomani ishlab chiqishda mualliflar «er-xotinni birlashtirgan asosiy omil bu hissiy aloqalar sanalmish, sevgi, hissiy bog'liqlik» degan mulohazadan kelib chiqqan. Shunga ko'ra, ular «oilaviy hayotdan subyektiv qoniqish yoki norozilik, o'z tabiatiga ko'ra, nikoh muvaffaqiyatini ma'lum parametrlar bo'yicha oqilona baholashning natijasi emas, balki umumlashtirilgan hissiyot, umumlashtirilgan tajriba bo'lishi ehtimoli ko'proq» deb taxmin qilishdi.



1-rasm. Oilaviy hayotdan qoniqish so'rovnomasining o'rtacha qiymat ko'rsatkichlari

Oilaviy hayotdan qoniqishning umumiy o'rtacha qiymat ko'rsatkichlari 23,76 ni tashkil etib, bu metodika interpretatsiyasi bo'yicha sinaluvchilardan nikohdan 23-27 ballar oralig'ini, ya'ni oilaviy hayotdan unchalik darajada qoniqmaslikni his qilishini anglatadi. Ushbu qayd etilgan natija bizda er-xotinning oilaviy hayot darajasidagi qoniqishi biroz pastligi ko'proq tashqi omillar, emotsional jihatdan yaqinlikni his etishda ijtimoiy birdamlikning yetishmasligini ham ko'rsatadi. Metodika shkalalarining qolgan o'rtacha qiymatlarida qayd etilgan natijalarga asoslanib, turmushini boshqa turmushlar bilan solishtirish (4,51), turmushini tashqaridan baholash (4,31), hozirgi juftining his-tuyg'ulariga nisbatan konstatatsiya (4,56), turmush o'rtog'ining bir qator parametrlarini baholash (4,49), turmush o'rtog'ining xarakterini o'zgartirishga nisbatan ustanovka (4,57), nikoh haqida ijobiy yoki salbiy fikr (4,62) nazdimizda, zamonaviy oilalardagi oilaviy hayotdan qoniqishda turmush o'rtog'ining xulq-atvorini o'zgarishga nisbatan ustanovka, hozirgi juftining his-tuyg'ulariga nisbatan konstatatsiya ham bilvosita ta'sirni indekslardan hisoblanadi. Shuningdek, o'z turmushi haqidagi ijobiy fikr oilaviy hayotdan qoniqish darajasi oshirsa, aksincha nikoh haqida salbiy fikrning turmush o'rtog'lar o'zaro munosabatlari dinamikasidagi emotsional-hissiy aloqalar chastotasiga negativ ta'sir etishi natijalar tahlilidan ham o'z isbotini topganini ko'ramiz. Shuning bilan birga juftliklarda o'z turmushini tashqaridan baholash ko'rsatkichi biroz pastroq bo'lib, bevosita baholash oilaviy hayotdan qoniqish darajasiga ta'sir etish ehtimoli kamligidan dalolat beradi.

2-jadval.

«Oilaviy hayotdan qoniqish» metodikasining ko'p va kam bolali oilalardagi farqlari (n=510)

№	Shkalalar	O'rtacha ranklar		Statistik ko'rsatkich	
		Ko'p bolali oilalar (n=296)	Kam bolali oilalar (n=214)	U	p
1	Turmushini boshqa turmushlar bilan solishtirish	256,00	254,81	31523,5	0,927
2	Turmushini tashqaridan baholash	267,52	238,87	28113	0,028*
3	Hozirgi juftining his-tuyg'ulariga nisbatan konstatatsiya	261,50	247,20	29895,5	0,274
4	Turmush o'rtog'ining bir qator parametrlarini baholash	264,86	242,55	28900,5	0,088
5	Turmush o'rtog'ining xarakterini	258,58	251,24	30761	0,574

	o'zgartirishga nisbatan ustanovka				
6	Nikoh haqida ijobiy yoki salbiy fikr	274,51	229,21	26045	0,001*
7	Oilaviy hayotdan qoniqish darajasi	270,94	234,14	27100,5	0,005*

* statistik tafovutlar mavjud

Empirik izlanishlarimizdan o'rin olgan navbatdagi metodika oilaviy muhitdan qoniqishni tadqiq etishga bag'ishlangan bo'lib, turmushini boshqalar bilan solishtirish ($U=31523,5$; $p>0,05$), hozirgi juftining his-tuyg'ulariga nisbatan konstatatsiya ($U=29895,5$; $p>0,05$), turmush o'rtog'ining bir qator parametrlarini baholash ($U=28900,5$; $p>0,05$), turmush o'rtog'ining xarakterini o'zgartirishga nisbatan ustanovka ($U=30761$; $p>0,05$) kabilarda ko'p hamda kam bolali oilalardagi er-xotinlarning natijalari o'rtasida ishonchli bo'lgan tafovutlar kuzatilmadi. Mazkur holat bizga oila turidan qat'iy nazar shaxslarda ma'lum oilaviy sikllardagi inqirozlarni boshdan kechirish bilan bog'liq bo'lgan vaziyatlarda turmush o'rtog'ining bir qator jihatlarini solishtirish, to'g'irlashga intilish hamda uning his-tuyg'ularini boshqarish, empatik munosabatlarga kirishish uchun harakat qilishda ba'zi bir psixologik baryerlarni yengib o'tish lozimligini anglatadi. Turmushini tashqaridan baholash jihatidan ko'p bolali oilalardagi juftliklarda ustunliklar qayd etilib, oilaviy holatni, sharoitni solishtirish, tashqi tarafdin oilaviy muhitini kuzatish orqali o'zida shukronalik hissini tuyish, mavjud kamchiliklarni bartaraf etishga intilish motivatsiyasining kuchli ifodalanishi mumkinligi bilan izohlanadi ($U=28113$; $p=0,05$). Nikoh haqida ijobiy yoki salbiy fikrning shakllanishida ham ko'p bolali oilalarda ustunliklar qayd etilib, turmush sharoitini, nikohdan qoniqish darajasini tashqaridan baholashga intilish hisobiga ham ularda oilasi borasida yaxlit fikr shakllanishida ikkilanishlar mavjud bo'ladi. Ushbu ikkilanishlarni natijasida nikoh haqida ularning ratsional fikrlari doirasida ijobiy yoki salbiy qarash kombinatsiyalashgan holda yuzaga chiqishi mumkin. Olingan natijalar asosida ko'p bolali oilalarda turmushi haqida ijobiy fikr ustunlik qilishi ma'lum bo'ldi ($U=26045$; $p=0,01$). Oilaviy hayotdan qoniqishning umumiy darajasi ham solishtirilganda ko'p bolali oilalarda oilaviy sharoitidan, holatidan hamda oiladagi munosabatlardan qoniqish yorqinroq ifoda etilgani aniqlandi ($U=27100,5$; $p=0,01$). Mazkur tendensiyaning biz oiladagi farzandlar va ota-ona o'rtasidagi shaxslararo munosabatlar dinamikasining barqaror tusda ekani, oilaning iqtisodiy-ma'naviy, felisitologik funksiyalari bir maromda o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarayotgani bilan tushuntirishimiz mumkin. Shu boisdan ham oilaviy hayotdan qoniqish turmushning past-balandliklariga qaramasdan ko'p bolali oilalarda yaqqolroq namoyon bo'lgan bo'lishi mumkin.

3-jadval.

«Oilaviy muhit shkalasi» ning ko'p va kam bolali oilalardagi farqlari ($N=510$)

№	Shkalalar	O'rtacha ranklar		Statistik ko'rsatkich	
		Ko'p bolali oilalar ($n=296$)	Kam bolali oilalar ($n=214$)	U	p
1	Uyg'unlik	256,91	253,55	31254,5	0,795
2	Ekspressivlik	258,08	251,93	30907	0,633
3	Nizo	256,78	293,73	21294	0,005*
4	Mustaqillik	257,88	252,21	30968,5	0,663
5	Muvaffaqiyat oriyentatsiyasi	260,27	298,91	30261	0,035*
6	Intellectual-madaniy oriyentatsiya	267,12	239,43	28233	0,033*
7	Faol dam olishga oriyentatsiya	254,88	296,35	31489	0,037*
8	Axloq va tarbiya	253,54	258,21	31092,5	0,719
9	Tashkilotchilik	263,88	243,91	29191	0,023*
10	Nazorat	252,59	289,52	30811	0,009*

* statistik tafovutlar mavjud

Ko'p bolali oilalardagi oilaviy muhitni ham tadqiq etish bizga shaxslararo munosabatlarning ijtimoiy ko'lamini ochishga zamin yaratadi. Oilaviy muhitda juftliklarning uyg'unligi ($U=31254,5$; $p>0,05$), his-tuyg'ularini o'zaro erkin ifodalay olishi ($U=30907$; $p>0,05$), qarorlar qabul qilishda mustaqillik ko'rsatishi ($U=3068,5$; $p>0,05$) hamda oiladagi axloq va tarbiyaviy ishlarga mas'ulligi jihatidan ($U=31092,5$; $p>0,05$) kam bolali oilalar bilan taqqoslanganda unchalik katta bo'lmagan, biroq ishonch darajasi kam bo'lgan farqlar aniqlandi. Ko'p bolali oilalardagi muhitda xuddi kam bolali oilalarda bo'lgani kabi er-xotinning uyg'unligi, his-tuyg'ularini ifoda etib tushuntirishga intilish, juftliklarning mustaqil rivojlanishi uchun imkoniyat yaratish holatlarida o'xshashliklar aks etadi. Nizoning namoyon bo'lishi jihatidan kam bolali oilalarda ustunliklar kuzatilib, er va xotinning qarashlardagi xilma-xillikni ba'zi oilaning kundalik holatlaridagi masalalarida yon bosmalik, qarshilik ko'rsatish kabi shakllari tez-tez namoyon bo'lishi bilan tushuntiriladi.

Shu bois, kam bolali oilalarda nizolar ko'p bolali oilalarga qaraganda vaqti-vaqti bilan takrorlanishi mumkin ($U=21294$; $p=0,01$).

Oiladagi muvaffaqiyat oriyentatsiyasi jihatidan ham ko'p hamda kam bolali oilalarning natijalari o'rtasida ishonchli tafovutlar kuzatilib, er va xotinning karyeraviy motivlarining balandligi hisobiga o'zini uy sohibi yoki sohibasi rolda kamroq sinab ko'rish evaziga asosan ish jarayonida farzandlar kelajagi uchun muvaffaqiyat qozonish istagi kam bolali oilalarda urg'uni bazal-karyeraviy tarafga qaratishga undagan ($U=30261$; $p=0,05$). Intellektual-madaniy oriyentatsiya borasida esa ko'p bolali oilalarda ustunliklar kuzatilib, uy sohibasi rolidagi onaning hamda ro'zg'or qo'riqchisi pozitsiyasidagi otaning sa'y-harakatlari evaziga ham oilaning intellektual salohiyatini oshirishga bo'lgan xohish hamda yo'nalganlik yuqori ko'rinish olgan bo'lishi mumkin ($U=28233$; $p=0,05$). Faol dam olishga yo'nalganlik borasida kam bolali oilalar o'zini nafaqat farzandlari bilan xordiq chiqarishga, balki shaxs sifatida takomillashish uchun sog' tanda sog'lom aql tamoyiliga muvofiq o'zlarining dam olish ehtiyojini qondirishga ham xohishi baland bo'lishi aniqlandi. Shu sababli ham kam bolali oilalardagi er-xotinlar hamda farzandlar faol dam olishga yo'nalganlik jihatidan ustunliklar ega bo'lgan ($U=31489$; $p=0,05$).

Oiladagi tashkilotchilik oilaviy muhitda hamma o'z rolini to'g'ri bajarishi ustidan nafaqat nazoratni, balki rollarni oila a'zolari o'rtasida to'liq adolat tamoyiliga muvofiq taqsimlanishi ham o'z ichiga oladi. Tashkilotchilik oilaviy bayramlar, tadbirlarni uyushtirish, madaniy xordiq uchun imkoniyat yaratishni ham inobatga olgani holda, ko'p bolali oilalarda bolalar soni hisobiga ham ular o'rtasida ahillik, sog'lom psixologik ijobiy muhitni yaratish uchun turli mazmunli tadbirlarni tashkil etishda ustunliklar mavjud ekan ($U=29191$; $p=0,05$). Nazorat er va xotinning nafaqat bir-birlari ustidan, balki bolalarning xulq-atvorini boshqarish, to'g'irlash, oilaviy hayot tarzini bir maromda ushlab turishga intilish kabi aspektlarda namoyon bo'lib, kam bolali oilalarda bolalar, urning xotin, xotining er ustidan nazorat o'rnatish imkoniyati balandroq ekani ma'lum bo'ldi. Bu jihatni biz ko'pincha bolalarning kamligi hisobidan rollar taqsimlanishida tenglik bo'lgani hisobidan er va xotinning har bir bolaga individual yondashish imkoniyati mavjudligi bilan tushuntirishimiz mumkin ($U=30811$; $p=0,01$).

4-jadval.

Ko'p bolali oilalardagi «Oilaviy hayotdan qoniqish» metodikasining jins tafovuti (n=296)

№	Shkalalar	O'rtacha ranklar		Statistik ko'rsatkich	
		Erkaklar (n=148)	Ayollar (n=148)	U	p
1	Turmushini boshqa turmushlar bilan solishtirish	147,84	188,90	9230	0,005*
2	Turmushini tashqaridan baholash	172,91	145,82	9810	0,002*
3	Hozirgi juftining his-tuyg'ulariga nisbatan konstatatsiya	146,08	149,98	9032,5	0,701
4	Turmush o'rtog'ining bir qator parametrlarini baholash	177,41	149,16	9182	0,003*
5	Turmush o'rtog'ining xarakterini o'zgartirishga nisbatan ustanovka	141,02	173,05	9466	0,004*
6	Nikoh haqida ijobiy yoki salbiy fikr	148,86	148,28	10263,5	0,954
7	Oilaviy hayotdan qoniqish darajasi	176,72	143,50	9383,5	0,007*

* statistik tafovutlar mavjud

Oilaviy hayotdan qoniqish darajasining ko'p bolali oilalardagi juftliklarda alohida o'rganilishi ularning shaxslararo munosabatlarida qoniqish, ehtiyojlarning qoplanganligi, oilaviy turmush tarzidan ko'ngli xotirjamligi kabi jihatlarida namoyon bo'lishiga yo'l ochadi. Yuqoridagi psixologik metodikadan o'rin olgan hozirgi juftining his-tuyg'ulariga nisbatan konstatatsiya ($U=9032,5$; $p>0,05$), nikoh haqida ijobiy yoki salbiy fikr ($U=10263,5$; $p>0,05$) kabi ko'rsatkichlarda ishonch darajasidagi farqlar er va xotinlarning natijalari o'rtasida qayd etilmadi. Bundan aniqlanadiki, oiladagi mavjud holatning beqaror yoki barqaror ko'rinish olishiga qarab turmush o'rtoqlarda bir-birining his-tuyg'ulariga nisbatan bepisandlik, e'tiborsizlik kabilar shakllanadi. Shuningdek, juftliklarda o'z nikohi haqida ijobiy va salbiy fikr kombinatsiyalashgan holda yuzaga chiqishi ma'lum bo'ladi. Ushbu jihat bir qancha omillar, xususan, bolalar tarbiyasidagi qiyinchiliklar, bir-birini emotsional, intim, kognitiv hamda moliyaviy jihatdan qo'llab-quvvatlashda tushunmovchiliklar sodir bo'lishi bilan bog'liq holda tushuntiriladi.

Turmushini boshqa turmushlar bilan solishtirish jabhasida ayollarda ustunliklar kuzatilib, uy yumushlaridan charchash, maishiy ishlarga ulgurmaslik jihatidan ham ko'pincha o'z oilasini boshqalarning oilalari bilan solishtirish holatlari kuzatilar ekan ($U=9230$; $p=0,01$). Natijada ayollarda nizolashuvchanlikka

moyillik, farzandlar tabiyasiga e'tiborsizlik hamda kutilmalar oqlanmagan taqdirda turmush o'rtog'idan "alamini" olish holatlari sodir bo'ladi. Bu o'z navbatida, ko'p bolali oilalardagi shaxslararo munosabatlarda psixologik inqiroz holatlarini vujudga keltirishga imkon beradi. Turmushini tashqaridan baholash ko'p bolali oilalardagi erkaklarda ifodalanib, o'z yashash sharoiti, ayoli bilan bo'ladigan munosabatlar, oilaga vaqt ajratish kabi jihatlarda oilasini tashqaridan baholash holatlari namoyon bo'ladi ($U=9810$; $p=0,01$). Yuqoridagilarga qo'shimcha ravishda turmush o'rtog'ining bir qator parametrlarni baholash erkaklarda qayd etildi. Bunda turmush o'rtog'idan emotsional, jinsiy, ma'naviy, psixologik jihatdan qoniqish kabilar baholanishi mumkin. Agar mazkur jabhalarda baho salbiy bo'lsa, erkak tarafidan ayolini qadrlamaslik, u bilan nizolashishga moyillik darajasi ortadi ($U=9182$; $p=0,01$).

Turmush o'rtog'ining xarakterini o'zgartirishga nisbatan ustanovka ayollarda yuqori bo'lib, juftidan oilaga ko'proq vaqt ajratish, farzandlar tarbiyasida unga ko'maklashish, oilaviy farovonlikni to'liq ta'minlash kabi aspektlarda namoyon bo'ladi ($U=9466$; $p=0,01$). Oilaviy hayotdan qoniqish darajasi ko'p bolali oilalardagi erkaklarda yuqori bo'lib, turmush o'rtog'ini bir qator parametrlarini baholash, turmushini tashqaridan baholashga moyillikka qaramasdan ularda oilaviy hayot tarzidan qoniqish baland ko'rinish olganligi ma'lum bo'ldi ($U=9383,5$; $p=0,01$). Ayollarda nisbatan oilaviy hayotdan qoniqishning erkaklarga nisbatan pastroq natijalar olganligi juftidagi xarakterni o'zgartirishga nisbatan ustanovkaning yuqoriligi, shuningdek, oilaviy hayotda mukammallikka intilish motivatsiyasining balandligi bilan izohlanadi.

Xulosa. Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, nikohdan qoniqish - bu subyektiv bo'lgan va turmush o'rtoqlarning bir-biriga va ularning nikohiga bo'lgan bahosini aks ettiruvchi nikoh munosabatlarining o'ziga xos xususiyati. Ko'pgina omillar nikoh barqarorligiga va qoniqishning oshishiga ta'sir qiladi.

Ko'p bolali oilalarda nikoh munosabatlarini o'rganish doirasida A.Y.Tavit nikohdan qoniqish omillarining ikki guruhini belgilaydi [9]:

1) Nikohdan oldin vujudga kelgan omillar: nikohning psixologik asosi, u kelib chiqishi, shaxsiy xususiyatlari, turmush o'rtog'i va nikoh ideali, nikoh motivlari kabi jihatlarni o'z ichiga oladi.

2) Nikoh davrida yuzaga kelgan omillar: er-xotinning axloqiy va hissiy munosabatlari, er-xotinning psixofiziologik munosabatlari, bolalarni tarbiyalash bo'yicha qarashlarning birligi, uy-ro'zg'or va xo'jalik vazifalarini taqsimlash, bo'sh vaqt va undan foydalanish, turmush o'rtoqlarning ota-onalari va oilalari bilan munosabatlari. Y.E.Aleshina nikohdan qoniqishning asosiy mezonlari quyidagilardan iborat deb hisoblaydi: birga yashash muddati (nikoh) va oilada birinchi bolaning tug'ilishi, sibling munosabatlari. Birinchi mezon oilaviy rivojlanish siklining uchta davridan biri, ikkinchisi esa o'zgarishlarning asosiy tabiatining boshlang'ich nuqtasi hisoblanadi.

M.S.Matskovskiy va A.G.Xarchev turmush o'rtoqlarning nikoh motivlari va nikohdan qoniqish o'rtasidagi munosabatlar haqida gapirdi [11]. Ular o'zlarining nikohlarini qoniqarli deb hisoblagan er-xotinlar unga quyidagi sabablar bilan kirganligini ta'kidladilar: umumiy manfaatlar va qarashlar, sevgi va boshqalar. Nikohdan norozi bo'lgan turmush o'rtoqlar, birinchi navbatda, bunday motivlarni nomlashdi: moddiy hisob-kitob, imkoniyat, turmush sharoitini yaxshilash istagi, beparvolik, yolg'izlikdan qochish istagi va boshqalar. Nikohdan qoniqish to'g'ridan-to'g'ri tarbiya uslubiga bog'liq va aksincha. Tadqiqotchilarning ta'kidlashicha, nikohdan qoniqish darajasi qanchalik yuqori bo'lsa, tarbiyadagi og'ishlar shunchalik kam bo'ladi, agar nikoh munosabatlaridan qoniqish darajasi past bo'lsa, tarbiyada og'ish va xatolar soni ko'payadi. Erning nikohdan qoniqishi qanchalik ko'p bo'lsa, xotinning qoniqishi shunchalik yuqori bo'ladi va aksincha, erning nikohdan qoniqishi past bo'lsa, uning xotini ham norozi bo'lish ehtimoli ortadi [12].

Shuningdek, olingan empirik ma'lumotlarga ko'ra nikoh qoniqishiga erkaklar va ayollar uchun har xil bo'lgan ijtimoiy-psixologik omillar ta'sir ko'rsatishi mumkin. Masalan, oilada rollarning an'anaviy taqsimoti (bu oilada turmush o'rtoqlarga jinsiga qarab ma'lum rollar beriladi - xotin ona va uy bekasi rolini o'ynaydi, er asosan moddiy yordam uchun javobgardir. oila va jinsiy munosabatlar) nikohdan qoniqish hosil qilmaydigan ayollarga, rollarning teng taqsimlanishi esa nikohlarini muvaffaqiyatli deb baholagan ayollarga xosdir. Erkaklarda turmush o'rtoqlar o'rtasidagi munosabatlardagi jinsiy rollarning nomuvofiqligi nikohdan qoniqishga salbiy ta'sir qiladi. Ayollar va erkaklar uchun qadriyatlar tizimining o'xshashligi nikohdan qoniqishga ta'sir qiladi. Shunday qilib, nikohdan eng ko'p qoniqish hosil qiladigan oilalar quyidagilardir: 1 yoshdan 4 yoshgacha bo'lgan bolalar (taxminan erta yosh), hayotning barcha sohalarida rollarni taqsimlashda tenglik va ikkala turmush o'rtog'i uchun ularni taqsimlashda izchillik bo'lgan oilalar hamda farzandlari soni ko'p bo'lishiga qaramasdan bir xil funksiyani aralash uddalashga harakat qiladigan ko'p bolali oilalardir.

Adabiyotlar:

1. Костюшина Е.В. Проблема конфликтов в подростковом возрасте / Е.В. Костюшина, Н.Н. Парусова // Наука и Образование. – 2018. - Т.1. – № 3- 4. – С. 24.
2. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование М., 1993. 175 с.
3. Кулакова Н.А. Особенности развития общения дошкольников со сверстниками / Н.А. Кулакова, В.Н. Обносков // Наука и Образование. - 2020. - Т. 3. - № 2. - С. 227.
4. Обносков В.Н. Традиции воспитания молодежи в русской истории / В.Н. Обносков // Сб.: Молодежь и ответственность: материалы IV Владимирских духовно-образовательных чтений / сост. Р.С. Леонов. - Мичуринск: Изд-во Мичуринского ГАУ, 2019. – С. 111 – 115.
5. Новгородова А.П. Гендерные различия удовлетворенности браком // Ананьевские чтения-2005: Материалы научно-практической конференции. Спб., 2005. С. 211-212.
6. Гурко Т.А. Влияние добрачного поведения на стабильность молодой семьи // Социологические исследования, 1982. № 2. С. 88-93.
7. Попов А.С. Формирование представления о развитии личности у будущих педагогов / А.С. Попов, Т.И. Попова // Актуальные проблемы образования и воспитания: интеграция теории и практики: сборник материалов Национальной контент-платформы (12 декабря 2019 г.) / под общ. ред. Г.В. Коротковой. – Мичуринск: Изд-во Мичуринского ГАУ, 2019. – С. 93.
8. Зиммель Г. Большие города и духовная жизнь.
9. Харчев А.Г., Мацковский М.С. Современная семья и её проблемы М., 1993. 224 с.
10. Бергер П., Лукман Т. Социальное конструирование реальности: трактат по социологии знания. М., 1995.
11. Сысенко В.А. Устойчивость брака: проблемы, факторы и условия. М., 1981. 210 с.
12. Голод С. Стабильность семьи: социологический и демографический аспекты. Л., 1984. 325 с.

Yusupjonova Iroda Abdirayimjonovna,
Andijon davlat universiteti umumiy psixologiya kafedrasi dotsenti, PhD

TALABALARDA KASBIY MOTIV VA MOTIVATSIYA MUAMMOSINING ILMIY-NAZARIY TAHLILI

Annotatsiya. Maqolada talaba shaxsida kasb motivatsiyasi shakllanishining ilmiy-nazariy tahlili bayon etildi. Shuningdek, o'quvchi shaxsida kasb motivatsiyasi shakllanishi va uni tadqiq qilish uslubi aniqlandi.

Kalit so'zlar: kasbga yo'naltirish va kasbga o'rgatish, kasbiy motiv, kasb tanlash motivatsiyasi, kasb tanlash, kasbiy o'zlikni anglash, kasbiy kamolotining psixologik jihatlari, kasbiy tajribalarini o'zlashtirish.

НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОТИВА И МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. В статье представлен научно-теоретический анализ формирования профессиональной мотивации у студентов. Также определены особенности формирования профессиональной мотивации у учащихся и методика её исследования.

Ключевые слова: профессиональная ориентация и профессиональное обучение, профессиональный мотив, мотивация выбора профессии, выбор профессии, профессиональное самосознание, психологические аспекты профессионального становления, усвоение профессионального опыта.

SCIENTIFIC-THEORETICAL ANALYSIS OF THE PROBLEM OF PROFESSIONAL MOTIVE AND MOTIVATION IN STUDENTS

Abstract. The article presents a scientific and theoretical analysis of the formation of professional motivation in a student's personality. Additionally, the development of professional motivation in a student's personality and the methodology for researching it were identified.

Keywords: career guidance and vocational training, professional motives, motivation for choosing a profession, career selection, professional self-awareness, psychological aspects of professional development, acquisition of professional experiences.

Kirish. Bugungi kundagi mamlakatimizda amalga oshirilayotgan keng ko'lamli islohotlarning asosiy maqsadi ham yurtimizda yashayotgan barcha fuqarolar uchun munosib hayot sharoitlarini yaratish, imkoniyatlarni belgilashdan iboratdir. Shu jihatdan ham har bir insonning ma'naviy jihatdan yuksak rivojlangan insonni tarbiyalash, ta'lim va maorifni yuksaltirish, milliy istiqlol g'oyasini o'zida mujassam yetgan yangi avlodni voyaga yetkazish davlatimiz siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ijtimoiy taraqqiyotni ro'yobga chiqarish uchun mamlakatda yuqori malakali mutaxassislarini tayyorlash va ularni jahon standartlari

darajasiga ko'tarmoq lozim. Kasbga yo'naltirish muammosini hal qilish nafaqat u yoki bu shaxsning, oilaning, balki butun bir davlatning muhim strategik vazifasi hisoblanadi. Shuning uchun ushbu jarayonni har jihatdan puxta o'rganish, tahlil qilish va tegishli tavsiyalarni ishlab chiqib, amaliyotga tatbiq yetish orqali shaxs va jamiyat taraqqiyotini ta'minlashga ma'lum darajada hissa qo'shish mumkin.

Darhaqiqat, bugun har jihatdan omilkor, mas'uliyatli, tashabbuskor va jamiyat taraqqiyoti uchun ongli – faol ijtimoiy shaxsni tarbiyalash, uni o'z salohiyatiga mos kasbga yo'naltira olish nafaqat ta'lim tizimining, balki butun bir davlatning ham kelajak taraqqiyotiga daxldor bo'lgan muhim vazifalardan biridir. Kasbga yo'naltirish va kasbga o'rgatish masalasi Sharq mutafakkirlari ta'limotida ta'lim va tarbiya berish bilan birga olib borilgan. Bundan ko'rinadiki, kasb tanlash, kasbga yo'naltirish masalalari nafaqat hozirgi kunning muammosi, balki azaliy muammo sifatida o'rganib kelinmoqda.

Adabiyotlar tahlili. Kasbiy motiv va motivatsiya muammosi rus psixologlari tomonidan keng doirada tadqiq qilingan. Jumladan, kasbiy motivlar borasida Y.A.Klimov, V.A.Kruteskiy, K.M. Gureyevish, S.S. Grinshpun, V.K. Vilyunas, L.I. Bojovish, A.V. Brushlinskiy, A.P.Vasilev, A.Y.Golomshtok, V.I.Jukovskaya va boshqalarni kiritishimiz mumkin. V.K. Vilyunas o'z tadqiqotlarida o'quvchilarda kasb tanlash motivatsiyasiga bevosita ta'sir yetuvchi omil sifatida o'z imkoniyatlarini baholash sog'lomligi, ishga yaroqliligi, ma'lum bir qiziqishi bo'yicha muhim sifatlarga egaligi, bilim darajasi, stresslarsiz ishga

moyilligi, yuqori shovqinli ishda talab etilgan temp va xotirjam ritm bilan ishlay olish imkoniyati kabilarni tavsiflab o'tadi.

Ilmiy manbalarining tahlili shundan dalolat beradiki, kasb tanlash, kasbga yo'naltirish, kasbiy o'zlikni anglash kasbga yo'naltirish, kasbiy o'zlikni anglash va aniqlashga taalluqli umummetodologik va nazariy muammolar borasida qator izlanishlar olib borilgan (A.N.Leontev, T.V.Kudryavsev, P.A.Shavir, A.A.Stolyarov, L.A.Yasyukova, V.D.Shadrikov, V.G.Aseev, V.S.Merlin, P.M.Yakobson, L.I.Bojovish, P.K.Anoxin N.A.Bernshteyn, M.X.Titma va boshqalar) [1,2,3.4.5].

Taniqli psixolog A.N.Leontev o'zining «Faoliyat, ong, shaxs» nomli monografiyasi orqali kasbga taalluqli motivatsiya talqiniga yangicha yondashuv nazariyasini fanga kiritdi, bu yondashuv esa kasb motivatsiyasi va munosabat uyg'unligining shaxs faoliyatida namoyon etilishini nazariy jihatdan asoslab berishga xizmat qiladi. I.I.Shesnakova [2,3] tadqiqotlaridagi shaxs munosabatlari tizimiga daxldor bo'lgan boshqaruv motivatsiyasi, V.S.Merlin [1,2,5] tadqiqotlaridagi shaxs va kasbning induvidial motivatsiyasi, P.M.Yakobsonning [240] munosabat motivatsiyasi va ijtimoiylashuvi kabi nazariy qarashlarning yaratilishi munosabat tizimida ma'lum metodologik asoslarni izohlab berishga xizmat qiladi. Qator tadqiqotlar kasb tanlash, kasbiy faoliyatga yaroqlilik va shaxsning kasbiy o'zligini anglashi masalalari, kasbiy faoliyatning psixologik talablari va individ faoliyatining psixofiziologik asoslari, kasbiy qiziqishlarning shakllanishini o'rganishga bag'ishlangan. Bu yo'nalishlarda M.X.Titma, Y.A.Klimov, E.A.Golubeva, A.P.Shernyavshkaya, Y.A.Golomshtok, K.M.Guriyevish, N.D.Levitov va boshqalarning olib borgan tadqiqot ishlarini misol qilib keltirish mumkin [4,5,6]. Tadqiqotchi A.K. Markova [6] —Kasbiy qobiliyatlarning to'laqonli safarbar qilinishi shaxsning boshqa xususiyatlari bilan integrallashganda o'z natijasini beradil, - deb hisoblaydi. N.A.Bernshteyn —Kelajak yekstrapolyatsiyasil degan muammo yechimini topishga ham harakat qiladi. Bu bilan muallif motivatsiyaning biologik mexanizmlarini yuksak darajada tushuntirib berishga muvaffaq bo'lgan [3].

O'quvchilarni kasbga yo'naltirish, ulardagi kasbiy munosabat tizimini tahlil qilish, kasbiy konsultatsiyalar shaxs xossalari, xususiyatlari, sifatleri tashxis metodlarini ishlab chiqish psixologiya fanining markaziy vazifalaridan biridir. Shunday qilib, insonning kasbiy shakllanish muammolarini o'rganish ham fundamental, ham amaliy tadqiqotlarning dolzarb vazifalaridan sanaladi. R.Z.Gaynutdinov rahbarligida kasbiy tiklanishning turli muammolariga bag'ishlangan qator tadqiqotlar amalga oshirilgan [5]. D.N.Arziqulovning dissertasion tadqiqotida Agrar universitet talabalarining kasbiy shakllanish bosqichlari psixologik xususiyatlarini o'rganishga asosiy e'tibor qaratildi [20]. B.N.Sirliiev —O'rta maxsus kasb-hunar o'quv yurtlari ustalari kasbiy kamolotining psixologik jihatleri mavzusidagi tadqiqot ishi kasb-hunar o'quv yurtlarining ustalari misolida kasbiy kamoloti va kasbiy o'zini o'zi belgilanishning dolzarb muammolarini tadqiq qilishga bag'ishlangan. E.G'.G'oziyev ham o'z ilmiy tadqiqotlarida kasbiy motivlar to'g'risida ish olib borgan. Bu borada Y.G'.G'oziyevning "Kasb tanlashning psixologik asoslari", "Shaxs va kasb tanlash", "Kasb psixologiyasi", "O'quv faoliyatini boshqarish" singari asarlari muhim ahamiyatga yega. Olimning motivatsiyaga bag'ishlangan bir talay asarlari muammoning metodologik, nazariy jabhalarini tekshirishga keng imkon beradi. Ye.G'.G'oziyev shunday yozadi: —Kasb-hunarga yo'naltirish ishlarining asosiy maqsadi eng avvalo, individga, o'z qiziqish qobiliyati va imkoniyatlarini to'liq anglash, xohish-istaklarini amalga oshirishning vosita va usullarini to'g'ri belgilash hamda mustaqil qarorga kelishi uchun imkoniyat va zarur shart-sharoitlarni yaratishdan iborat.

Kasb tanlashga tayyorlikning psixologik jihatleri va kasbiy diagnostika muammolariga doir tadqiqot ishi K.B.Qodirov tomonidan olib borilgan. Bunda asosiy qoida kasbiy yo'nalganlik umuman moyilliklarda, qiziqish va qadriyatlarda ifodalanib, kasbiy rivojlanishning mazmuniy tomoni sanaladi. Kasb tanlash chog'ida psixologik tayyorgarlik yoki yetuklik kasbiy o'zini o'zi anglashning muhim omili bo'lib, kasbni to'g'ri tanlashga yordamlashadi. V.M.Karimovanning ilmiy izlanishlarida kasb tanlash motivi va motivatsiyasi muammosiga ijtimoiy psixologik nuqtayi nazardan yondashish o'z ifodasini topgan. Biror aniq kasb-hunarni tanlash va o'z faoliyatini shunga yo'naltirish o'spirin shaxsi uchun juda katta ahamiyatga ega.

R.Z.Asomova - Kasb tanlash motivatsiyasi va uning dinamikasil nomli ilmiy izlanishida kasb tanlash motivlari mexanizmlari, ularning birlamchi manbalari, harakatlantiruvchi kushlari, dinamikasi va shaxsning individualligi masalalari atroflicha ochib berilgan. Shuningdek, kasbiy motivlarning mutaxassisni kasbiy tayyorgarligi o'rtasidagi bog'liqlik, hamda kasbiy va o'quv motivlari o'rtasidagi o'zaro aloqadorlik masalalari ham keng doirada tadqiq qilingan [4]. F.S. Ismagilova mutaxassis sifatida shakllanishda kasbiy tajribaning ahamiyatini e'tirof etgan holda, bir qator ijobiy mulohazalarni ilgari suradi. Uning fikricha, - mutaxassisning kasbiy tajribasi hozirgi kundagi yangi texnologik o'zgarishlarga xohish sezib, eskilari bilan o'rnini almashtirishi bilan xarakterlanadi. Bu muttasil yuz beradigan va amaliyotni taqozo etuvchi muammolardandir. Kasbiy tajriba mutaxassisni ma'lum bir kasb uchun saralashda foydalaniladigan mezon

hisoblanadi. Biroq muhimi shaxsning o'zi. Chunki o'z ish o'rnini yo'qotishi yoki uning kafolatlovchisi ham shaxsning o'zidir. N.Majidov o'zining tadqiqot ishlarida yoshlarni kelgusida hayotga, mehnatga, ma'lum kasblarga tayyorlash masalalari, kasbiy ta'limining pedagogik, metodik asoslarini yoritish orqali mahalliy sharoitlarda o'quvchilarning ijtimoiy-foydali, unumli mehnatini tashkil etishda sinfdan va maktabdan tashqari ishlarni tashkil etish metodikasi hamda bo'lg'usi o'qituvchilarni amaliy faoliyatga tayyorlash masalalari bilan shug'ullandi. Kasb tanlashning psixologik masalalari F.Temurov, texnik kasblariga yo'naltirish motivatsiyasi Q.Turg'unov, B.Boymuratov, o'qituvchilik kasbini tanlash motivlari N.Majidov, kitobxonlik qiziqishlari M.Muratxonova, o'quv motivlari F.Haydarov, I.B.Suvanov, Y.Quljonovlarning ilmiy izlanishlarida tadqiq etilgan. Shunday qilib, yurtimiz psixologlarining kasbiy tiklanishining turli bosqichlarini o'rganishga bag'ishlangan tadqiqotlari tahlilida rivojlanishning shaxsiy omillari, shaxsning kasbiy faoliyati doirasida tiklanishining hal qiluvchi rolga asosiy e'tibor qaratiladi. Yuqoridagi fikrlardan ko'rinadiki, respublikamiz psixologlari tomonidan kasbga yo'naltirish, kasb tanlash masalalariga doir bir qator ilmiy izlanishlar olib borilgan. Tadqiqotlarimizda asosiy e'tibor shaxsning kasbiy shakllanishi bilan bog'liqligini ularning kasbiy tasavvurlari, kasbiy motivatsiyasi, qiziqishlari, ustanovkalari va boshqa psixologik jihatlariga bog'liq holda o'rganishga bag'ishlanganligi sababli ushbu yo'nalishdagi tadqiqotlar ham shaxsning kasbiy kamoloti masalasiga borib taqaladi. Keyingi yillarda olib borilgan tadqiqotlarda kasbiy o'zini o'zi belgilash, pedagogik yo'nalishdagi kasbiy motivlarning shakllanishi, psixologlarning kasbiy kamoloti, pedagogik oliy o'quv yurti abituriyentlarining psixologik xususiyatlari, kasbiy tajribalarini o'zlashtirish, mutaxassisning bozor munosabatlaridagi kasbiy xususiyatlari, kasbiy xususiyatlarning faoliyat natijalarini belgilashdagi roli, kasbiy rivojlanishning metodologik masalalari, kasbiy kamolotning psixologik xususiyatlari, akmeologiya masalalari singari bir qator kasbga oid muammolar psixologik jihatdan o'rganilgan.

Tegishli ilmiy adabiyotlar tahlili va o'z kuzatishlarimizga asoslangan ilmiy tadqiqiy mulohazalar bugungi kunda amaliy psixologiya yo'nalishi talabalarida kasbiy shakllanish xususiyatlarini psixologik jihatlar va uning shakllanganlik darajalarini tadqiq qilishni atroflicha amaliy o'rganishni taqazo qilmoqda.

Amaliy psixologiya yo'nalishi talabalarining kasbiy shakllanish jarayonini o'rganish uchun V.V. Sinyavskiy, V.A. Fedoroshinlarning «Kommunikativ va tashkilotchilikka moyillik» testi (KTM); Y.M. Orlov va Y.N. Emelyanovning «Empatik qobiliyatlarini o'z-o'zi baholashi» bo'yicha test-so'rovnoma; M. Snayderning «Muloqotda o'z-o'zini nazorat qilish» test-so'rovnoma; A.A. Reanning «Muvaffaqiyat motivatsiyasi va muvaffaqiyatsizlikdan qochish» so'rovnoma; A.V. Zverkova va Y.V. Eydmanning «O'z-o'zini boshqarish irodasini o'rganish» test-so'rovnoma; B.Qodirovning «Yoshlarni kasbga yo'naltirish», E.P.Ilin va Y.K.Feshenko tomonidan ishlab chiqilgan va sabr-toqatlilikni baholash so'rovnoma; T.I.Ilinning «O'quv motivatsiyasini o'rganish metodikasi, N.N.Obozovning «Iroda kuchini baholash» so'rovnoma so'rovnomalardan foydalanildi.

Tadqiqotimiz asosiy maqsadi bo'lg'usi psixologlarning kasbiy salohiyatini takomillashtirishga qaratilganligi sababli talabalar bilan tadqiqot olib borildi. Tadqiqot obyekti qilib, Andijon davlat universiteti, Farg'ona davlat universiteti, Namangan davlat universiteti tanlab olindi. Tadqiqotda 18 yoshdan 35 yoshgacha bo'lgan jami 450 nafar talabalar qatnashdilar, shundan 434 nafari tadqiqotning barcha bosqichida ishtirok qildi. Quyida tadqiqotning tashkil qilinish yuzasidan chastotali tahlil natijalari keltiriladi.

Tadqiqotning tashkil qilinishi. Tadqiqotda ishtirok qilgan jami respondentlar 434 nafar bo'lib, ulardan 18-21 yoshdagilar 202 nafar (465%), 22-32 yoshdagilar 232 nafar tashkil qildilar. Tadqiqotda ishtirok qilgan sinaluvchi talabalarning jinsi bo'yicha 123 tasi yigitlar (28,3 0/0), 311 tani qizlar Sinaluvchilarning yo'nalishiga ko'ra taqsimlanishida psixologiya yo'nalishi Sinaluvchilari 71,4 % ni (310), boshqa yo'nalish sinaluvchilari 28,6 % ni (124) ko'rsatgan. Unga ko'ra sinaluvchi talabalar jami 434 ni tashkil qilib, ulardan 61 nafari (14,1 %) shaharlik, 373 nafari (85,9 %) qishloq hududidan ekanligini ko'rsatadi. Tadqiqotda o'tkazilgan metodikalar bo'yicha tavsiflovchi statistika amalga oshirildi va har bir metodikadan olingan natijalar alohida keltirildi.

1-jadval.

Talabalarda iroda kuchini namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari

	N	Minimum	Maksimum	O'rtacha	Standart og'ish	Dispersiy	Asimmetriya	Ekssess
Iroda kuchi	434	8,00	30,00	19,3687	3,82136	14,603	-,216	,287

Yuqoridagi jadvalga ko'ra, N.N.Obozovning «Iroda kuchini baholash» so'rovnomasidagi iroda kuchi shkalasi bo'yicha sinaluvchilar tomonidan olingan minimal ball 8 ballni, maksimal ball 30 ballni tashkil qildi, mazkur shkala bo'yicha o'rtacha qiymat 19,36 ni, standart og'ish esa 3,82 ni tashkil qilganligini ko'rishimiz mumkin. Iroda kuchi shkalasi uchun 15,54 dan 23,19 ballgacha me'yor hisoblanadi. Asimmetriya ($A=-0,216$) va eksess ($E=0,287$) ni tashkil qildi. Natijalar tahlilida kuchsiz Chap tomonlama asimmetriya va kuchsiz musbat eksess kuzatildi.

2-jadval.

Talabalarda o'quv motivatsiyasi namoyon bo'lishining psixologik xususiyati natijalarining tavsiflovchi statistikasi

	n	Minim um	aksi	O'rtacha	Stdandart Sish	ispersiy	simmetr	Kssess
Bilimlarni o'zlashtirish	434	00	12,	8,254	2,677	7,17	-,62	-,13
Kasbni o'zlashtirish	434	00	10,8	5,8581	2,303	5,3	-,05	-,571
Diplom olish	434	00	10,0	6063	24132	5,824	- 472	-.287

T.I.Ilinning «O'quv motivatsiyasini o'rganish usullari» bo'yicha natijalardagi bilimlarni o'zlashtirish shkalasining tavsiflovchi statistika bo'yicha tahlilida shuni ko'rishimiz mumkinki, bunda respondentlarning javobi bo'yicha minimal ball 0 ballni tashkil qilsa, maksimal ball 12,6 ballni tashkil qildi, bu shkala bo'yicha o'rtacha qiymat 8,25 ni. standart og'ish esa 2,67 ni tashkil qilgan va bilimlarni o'zlashtirish shkalasining me'yori 5,58 dan 10,92 ballgacha me'yor hisoblanadi. $-0,624$ va eksess ($Ez - 0,132$) ni tashkil qildi. Natijalar tahlilida Chap tomonlama manfiy asimmetriya va kuchsiz Chap tomonlama manfiy eksess kuzatildi. Kasbni o'zlashtirish shkalasining ko'rsatkichlari bo'yicha minimal ball 0 ballni tashkil qilsa, maksimal ball 10,8 ballni tashkil qildi, mazkur shkala bo'yicha O'rtacha qiymat 5,85 ni, standart og'ish 2,3 ni ko'rsatgan va me'yor qilib 3,55 dan 8,15 ballgacha me'yor hisoblandi. Asimmetriya $A= -0,5$ va eksess ($E= -0,571$) ni qayd qildi. Tavsiflovchi statistika tahlilida kuchsiz Chap tomonlama manfiy asimmetriya va kuchsiz Chap tomonlama manfiy eksess aniqlandi. Diplom olish shkalasida sinaluvchi talabalardan olingan natijalar ko'rsatkichi bo'yicha minimal ball 0 ballni tashkil qilsa, maksimal ball 10 ballni aniqladi. Yuqoridagi shkala bo'yicha o'rtacha qiymat 6,06 ni, standart og'ish esa 2,41 ni qayd etib, 3,65 dan 8,47 ballgacha me'yor hisoblandi. Asimmetriya ($A=- 0,472$) va eksess ($E -0,287$) ni tashkil qildi. Natijalar tahlilida kuchsiz Chap tomonlama manfiy asimmetriya va Chap tomonlama kuchsiz manfiy eksess kuzatildi.

Xulosa. Olib borilgan ilmiy-nazariy tahlillar, bugungi kunda kasb motivatsiyasi shakllanishi muammosi, o'zining nazariy-metodologik bazasiga ega ekanligini ko'rsatsa-da, aynan mavzu doirasidagi tadqiqotlarning yetarli emasligi, ushbu masalani chuqur tahlil qilishning dolzarbligini ko'rsatmoqda. Jahon psixologiyasida shaxsning kasbiy shakllanishi borasidagi izlanishlardagi xilma- xillik hali ham mazkur masala yuzasidan yakuniy xulosa chiqarish imkonini bermaydi.

Adabiyotlar:

1. Arziqulov D.N. Kasbiy kamolotning psixologik o'ziga xos xususiyatlari // Avtoref.psix.fan.nomz.dis. –T.: 2002. – 22 b.
2. Asomova R.S. Kasb tanlash motivatsiyasi va uning dinamikasi (Avtoref.diss. kand. psix. nauk).-T., 2002. – 28 s.
3. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирования личности. – М., 1976. – 158 с.
4. Barotov SH.R. O'quvchi shaxsini o'rganish usullari. – T.: «O'qituvchi», 1995. – 56 b.
5. Бехтерев В.М. Бехтерев и современная психология личности: сборник статей VI Всероссийской научно-практической конференции. 2–4 октября 2020 г. – Казань. – 227 с.
6. Гайнутдинов Р.З. Психология личности учителя узбекской национальной школы и её формирование в системе непрерывного образования. Автореф. дис. ...доктор, психол. наук. - Санкт-Петербург. –1992.-37 с.
7. Qodirov K.B. Kasb tanlashga tayorlikning psixologik jihatlar va kasbiy tashxis (9–sinf o'quvchilari ma'lumotlari asosida). (Psix.fan.nom... diss.). – T., 2001. – 24 b.
8. G'oziyev E., Tursunov L. Maktab psixologi faoliyatining mazmuni // «Xalq ta'limi» jurnali, 1995, № 7-8. 3-5-b.

Yusupova Iroda Narimonovna,
Urganch texnologiyalar universiteti magistranti
barnoqoshaqova87@gmail.com

OILADA FARZAND TARBIYASI IJTIMOY PSIXOLOGIK MASALA SIFATIDA

Annotatsiya. Maqolada oilada farzand tarbiyasining ijtimoiy-psixologik jihatlarini tahlil qilinadi. Tarbiya jarayoniga ta'sir etuvchi omillar, ota-onaning roli va jamiyatning ahamiyati yoritiladi. Bolaning shaxs sifatida shakllanishida oilaviy muhitning ta'siri tahlil qilinadi. Pedagogik va psixologik yondashuvlar asosida samarali tarbiya usullari ko'rib chiqiladi. Oiladagi nizolar va noto'g'ri tarbiyaning salbiy oqibatlarini yoritiladi. Tadqiqot natijalari asosida farzand tarbiyasini yaxshilash bo'yicha tavsiyalar beriladi.

Kalit so'zlar: oila, tarbiya, bola, ijtimoiy-psixologik, ota-ona, jamiyat, oilaviy muhit, shaxs rivojlanishi, tarbiya usullari.

ВОСПИТАНИЕ РЕБЁНКА В СЕМЬЕ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Аннотация. В статье анализируются социально-психологические аспекты воспитания детей в семье. Рассматриваются факторы, влияющие на процесс воспитания, роль родителей и значение общества. Исследуется влияние семейной среды на формирование личности ребёнка. Обсуждаются эффективные методы воспитания на основе педагогических и психологических подходов. Освещаются последствия семейных конфликтов и неправильного воспитания. На основе исследования даются рекомендации по улучшению воспитания детей.

Ключевые слова: семья, воспитание, ребёнок, социально-психологический, родители, общество, семейная среда, развитие личности, методы воспитания.

CHILD UPBRINGING IN THE FAMILY AS A SOCIO-PSYCHOLOGICAL ISSUE

Abstract. The article analyzes the socio-psychological aspects of child upbringing in the family. It examines the factors influencing the upbringing process, the role of parents, and the importance of society. The impact of the family environment on the child's personality development is explored. Effective parenting methods based on pedagogical and psychological approaches are discussed. The consequences of family conflicts and improper upbringing are highlighted. Based on the research, recommendations for improving child upbringing are provided.

Keywords: family, upbringing, child, socio-psychological, parents, society, family environment, personality development, parenting methods.

Kirish. Oilada farzand tarbiyasi jamiyatning barqaror rivojlanishi va kelajak avlodning ma'naviy hamda intellektual shakllanishida muhim o'rin tutadi. Har bir bola o'zining ilk ijtimoiy tajribasini oilada orttiradi, shaxsiy fazilatlarini rivojlantirish, axloqiy me'yorlarni o'rganish va jamiyatda munosib o'rin egallash uchun oilaviy tarbiya jarayonidan o'tadi. Shu sababli, oilada farzand tarbiyasiga oid muammolar nafaqat psixologlar va pedagoglarning, balki butun jamiyatning diqqat markazida bo'lishi zarur. Farzand tarbiyasiga ta'sir qiluvchi omillar turlicha bo'lib, ularga oilaning ijtimoiy-iqtisodiy holati, ota-onaning ma'naviy saviyasi, oiladagi muhit va tarbiya usullari kiradi. Ota-onalarning farzandga bo'lgan munosabati, ularning ruhiy holati hamda o'zaro munosabatlari bolada shaxsiy sifatlarining shakllanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Agar oilada sog'lom muhit yaratilsa, farzandning ijtimoiylashuvi muvaffaqiyatli kechadi, aks holda esa turli muammolar yuzaga kelishi mumkin. Bugungi globallashuv sharoitida farzand tarbiyasiga ta'sir etuvchi yangi omillar paydo bo'lmoqda. Axborot texnologiyalarining rivojlanishi, internet va ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi bolalarning tarbiyasida yangi qiyinchiliklarni yuzaga keltirmoqda. Shu bilan birga, zamonaviy jamiyatda psixologik va pedagogik yondashuvlarni takomillashtirish orqali oilada farzand tarbiyasining samaradorligini oshirish imkoniyatlari ham mavjud.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Farzand tarbiyasi masalasi tarixiy, falsafiy, psixologik va pedagogik nuqtayi nazardan keng o'rganilgan bo'lib, turli davrlarda olimlar tomonidan turlicha yondashuvlar ilgari surilgan. Sharq mutafakkirlari, xususan, Abu Nasr Forobiy, Abu Rayhon Beruniy, Yusuf Xos Hojib va Alisher Navoiy asarlarida tarbiya va ma'naviyat masalalariga katta e'tibor qaratilgan. Ularning ta'limotida inson kamoloti, odob-axloq me'yorlari va bilim olish jarayoni oiladagi tarbiya bilan chambarchas bog'liq

ekani ta'kidlangan. G'arb ilmiy an'analari ham bolalar tarbiyasiga oid muhim tadqiqotlar olib borilgan. J. J. Russo, J. Lokk, Z. Freyd, E. Erikson, J. Piaget kabi olimlar bolaning shaxs sifatida shakllanishida oilaning o'rnini, psixologik muhit va ta'lim jarayonining ahamiyatini chuqur o'rgangan. Ayniqsa, Freydning psixanalitik yondashuvi va Eriksonning psixosotsial rivojlanish bosqichlari oiladagi munosabatlarning bola ruhiyatiga ta'sirini tushinishda muhim nazariy asos yaratgan.

A.S. Makarenkova V.A. Sukhomlinskiy kabi olimlar bolalarning tarbiyasida mehnat va jamoaviy faoliyatning o'rnini, oilada ma'naviy-axloqiy muhit yaratishning ahamiyatiga urg'u berganlar. Zamonaviy pedagogik tadqiqotlarda oilaviy tarbiya va maktab hamkorligi, shuningdek, psixologik maslahat va ota-onalar uchun treninglar muhim o'rin tutmoqda.

So'nggi yillarda farzand tarbiyasiga doir tadqiqotlarda raqamli texnologiyalar, internet va ijtimoiy tarmoqlarning bolalar psixologiyasiga ta'siri ham keng o'rganilmoqda. Xususan, zamonaviy oilalarda farzand tarbiyasi jarayoniga mobil qurilmalar, virtual muhit va media kontentning ta'siri, shuningdek, ota-onalarning raqamli savodxonligi masalalari dolzarb mavzuga aylangan. Shu bois, oilaviy tarbiya jarayonini takomillashtirish uchun pedagogik va psixologik tadqiqotlarning yutuqlaridan foydalanish muhim sanaladi. Sotsiologik tadqiqotlar oiladagi munosabatlar, ijtimoiy muhit va iqtisodiy omillarning farzand tarbiyasiga ta'sirini o'rganishga qaratilgan. Jumladan, oilaning ijtimoiy mavqeyi, ota-onaning bandlik darajasi va jamiyatdagi madaniy qadriyatlarining bolalar tarbiyasiga ta'siri ko'plab tadqiqotlarda isbotlangan. Buning natijasida, turli ijtimoiy qatlamlarda farzand tarbiyasining o'ziga xos jihatlari, muammolar va ularni hal etish usullari tahlil qilinmoqda. Farzandning ruhiy holati, o'ziga bo'lgan ishonchi va ijtimoiy moslashuv darajasi oilaviy muhit bilan bevosita bog'liq.

Umuman olganda, mavzuga oid adabiyotlarni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, farzand tarbiyasi ko'p qirrali va kompleks yondashuvni talab qiladigan jarayondir. Psixologiya, pedagogika va sotsiologiya fanlarining yutuqlaridan foydalanish, ota-onalar va jamiyatning hamkorligini kuchaytirish orqali bolalarning har tomonlama rivojlanishini ta'minlash mumkin. Shu sababli, oilada tarbiya jarayonini samarali tashkil etish bo'yicha ilmiy asoslangan tavsiyalarni ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Farzand tarbiyasining ijtimoiy-psixologik masala sifatidagi ahamiyatini o'rganishda qo'llaniladigan tadqiqot metodologiyasi bir nechta yondashuvlarni o'z ichiga oladi. Ushbu metodologiya ilmiy nuqtayi nazardan farzand tarbiyasining turli jihatlarini tahlil qilish uchun zarur bo'lgan uslublarni tanlashga asoslanadi. Tadqiqotda sifatli va miqdoriy metodlarning kombinatsiyasi, shuningdek, anketalar, intervyular, kuzatish va tahlil metodlari qo'llaniladi.

Birinchi bosqichda farzand tarbiyasining ijtimoiy-psixologik aspektlarini o'rganish uchun adabiyotlarni tahlil qilish va ilmiy manbalarni to'plash ishlari olib boriladi. Bu bosqichda zamonaviy tadqiqotlarning yutuqlari, pedagogik va psixologik yondashuvlarning muhim jihatlari o'rganiladi. Bunda oiladagi tarbiya usullari, ota-onalarning tarbiya jarayonidagi roli, shuningdek, jamiyatning ta'siri tahlil qilinadi.

Ikkinchi bosqichda anketalar va intervyular o'tkazish orqali farzand tarbiyasi jarayoniga ta'sir qiluvchi omillarni o'rganish rejalashtirilgan. Tadqiqotda ota-onalar, pedagoglar va psixologlar bilan suhbatlar o'tkaziladi. Bu intervyular orqali oilaviy tarbiya metodlarining samaradorligi va o'zaro munosabatlar o'rganiladi. Anketalar yordamida turli ijtimoiy qatlamlardan bo'lgan ota-onalarning tarbiya uslublari va farzandlarining psixologik holati tahlil qilinadi.

Uchinchi bosqichda kuzatish metodidan foydalaniladi. Bu metod orqali bolalarning oiladagi shaxsiy rivojlanishi va ular bilan bo'ladigan muloqotning ijtimoiy-psixologik holati kuzatiladi. Oila muhitidagi tarbiyaviy jarayonlar, ota-onalar va bolalar o'rtasidagi aloqalar va farzandlarning psixologik reaksiyalari tahlil qilinadi. Bunda bolaning ruhiy holati, o'ziga bo'lgan ishonchi, ijtimoiy moslashuv darajasi va uning umumiy rivojlanish jarayoni diqqat bilan kuzatiladi. Tadqiqotda miqdoriy usullar ham qo'llaniladi. Bunda statistik tahlil usullari, jumladan, taqqoslash, o'zgaruvchilar o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash va natijalarni tahlil qilish usullari ishlatiladi. Shu tarzda, farzand tarbiyasining ijtimoiy-psixologik aspektlarini o'rganish bo'yicha aniqlangan natijalar statistik asosda tekshiriladi.

Tadqiqotning **metodologik asosini tashkil etuvchi** yana bir muhim jihat – psixologik va pedagogik nazariyalar bilan bog'liq holda tajriba o'tkazishdir. O'tkaziladigan tajribalar natijalari, farzandlarning tarbiyaviy jarayondagi shaxsiy xususiyatlarini aniqlashga xizmat qiladi va pedagogik yondashuvlarning samaradorligini o'rganishga imkon beradi. Tadqiqot metodologiyasi sifatida aralash yondashuvni tanlash, farzand tarbiyasining ijtimoiy-psixologik masalalarini keng qamrovli tahlil qilish va mavjud muammolarga ilmiy asoslangan yechimlar ishlab chiqishga imkon yaratadi. Bunday metodologik yondashuvlar farzand tarbiyasini yaxshilash bo'yicha amaliy tavsiyalarni ishlab chiqishda muhim ahamiyatga ega.

Tadqiqotda olingan ma'lumotlarni tahlil qilish jarayonida ota-onalar va pedagoglarning fikrlarini inobatga olish, shuningdek, **oilaviy tarbiyaning dolzarb muammolari** haqida so'rovlar o'tkazish orqali yanada ishonchli va ilmiy asoslangan xulosalarga kelish mumkin. So'rovlar va intervyular natijalarini o'zaro solishtirib, farzand tarbiyasiga doir mavjud masalalar va ularni hal qilish yo'llari aniqlanadi. Bundan tashqari, metodologiya jarayonida kuzatuv va eksperiment metodlari orqali farzandlar va ota-onalar o'rtasidagi muloqotlarni chuqurroq tahlil qilish mumkin. Ota-onalarning tarbiya uslublari va bolaning psixologik holatiga ta'siri tahlil etilganda, ijtimoiy muhitning, oilaviy nizolar va ijobiy munosabatlarning ta'siri ham alohida e'tiborga olinadi. Shunday qilib, tajriba asosida natijalarning ishonchliligi tekshiriladi. Tadqiqotning oxirgi bosqichida olingan ma'lumotlar asosida farzand tarbiyasini yaxshilash bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqiladi. Ushbu tavsiyalar oilaviy muhitni sog'lomlashtirish, tarbiya usullarini takomillashtirish va bolalar ruhiyatini qo'llab-quvvatlash uchun muhim yo'nalishlarni belgilaydi. Yaratilgan tavsiyalar amaliyotda qo'llanilishi, ota-onalarning tarbiya jarayonida o'zgarishlar kiritishi va farzandlarning sog'lom shaxs sifatida rivojlanishiga hissa qo'shishi mumkin. Shu bilan birga, tadqiqot metodologiyasida olingan ma'lumotlarning sifatli va miqdoriy tahlili orqali farzand tarbiyasining ijtimoiy-psixologik jihatlarini haqida keng va mukammal bilimlar to'plangan bo'lib, bu jamiyatda farzand tarbiyasiga doir muammolarni hal qilishda yordam beradi. Metodologik yondashuvlar asosida amalga oshirilgan tadqiqotlar farzand tarbiyasini yaxshilash bo'yicha yangi ilmiy istiqbollarni ochadi va kelajakda ota-onalar va jamiyat uchun amaliy qo'llanma sifatida xizmat qiladi.

Tahlil va natijalar. Tadqiqotning tahlil va natijalar qismi, olingan ma'lumotlar asosida farzand tarbiyasining ijtimoiy-psixologik jihatlarini o'rganishga qaratilgan. Tadqiqot jarayonida turli metodlar, jumladan, anketalar, intervyular, kuzatishlar va statistik tahlil usullari qo'llanilgan. Ushbu metodologiya orqali ota-onalarning tarbiya uslublari, oilaviy muhit va bolalarning psixologik holati o'rganildi. Kuzatuv metodini qo'llash orqali, farzandlarning tarbiyaviy jarayondagi xulq-atvori va ijtimoiy moslashuv darajasi o'rganildi.

Shuningdek, tadqiqotda bolalarning internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali tarbiyasiga ta'sirini o'rganish ham ko'zda tutilgan. So'rovlar natijalariga ko'ra, 60% ota-onalar bolalarining internetdan foydalanishini nazorat qilish zarurligini ta'kidlagan, 40% esa bolalar uchun raqamli texnologiyalarni o'qish va o'rganish jarayonida qo'llash foydali ekanini bildirgan. Ushbu ma'lumotlar internet va media kontentning bolalar psixologiyasiga ta'siri borligini, ammo buni muvozanatli tarzda boshqarish zarurligini ko'rsatadi. Tadqiqotning statistik tahlili natijalari bo'yicha oilada tarbiyaning ijtimoiy-psixologik jihatlarini yaxshilash bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqildi. Ushbu tavsiyalar asosan ota-onalarning tarbiya uslublarini takomillashtirish, bolalar bilan sog'lom va ijobiy muloqotni yo'lga qo'yish, shuningdek, raqamli texnologiyalarni tarbiya jarayoniga mos ravishda qo'llashga qaratilgan.



Shuningdek, tadqiqot davomida bolalar o'rtasida ijtimoiy qadriyatlar va xulq-atvor o'zgarishlariga ta'sir qiluvchi ijtimoiy omillar tahlil qilindi. 60% ota-onalar bolalarining jamiyatda o'rganilayotgan qadriyatlar bilan o'ziga xos ravishda tanishishini, ijtimoiy qoidalarni anglashini muhim deb biladi. Tahlil

natijasida oilaviy tarbiyadagi ba'zi xatolar, masalan, ota-onalarning bolalariga yetarlicha vaqt ajratmasliklari yoki noto'g'ri rag'batlantirish usullaridan foydalanishlari, farzandlarning ijtimoiy moslashuviga salbiy ta'sir qilayotgani ko'rsatildi. Tadqiqotda shuningdek, bolalarning raqamli texnologiyalarga bo'lgan munosabati ham o'rganildi. Tadqiqot ishtirokchilarining 70% internet va ijtimoiy tarmoqlarni bola tarbiyasida muhim vosita sifatida qarashsa, 30% esa bu texnologiyalarni ehtiyotkorlik bilan boshqarish kerakligini ta'kidladilar.

Bu natijalar raqamli texnologiyalar va internetning bolalarning psixologik rivojlanishiga ta'sirini chuqurroq o'rganish zarurati haqida ma'lumot beradi.

Xulosa va takliflar. Farzand tarbiyasi oilaning ijtimoiy-psixologik jihatdan muhim vazifasi bo'lib, farzandning psixologik va ijtimoiy rivojlanishida katta rol o'ynaydi. Oilada shakllanadigan munosabatlar, ota-onalar tomonidan qo'llaniladigan tarbiya usullari bolalarning kelajakdagi dunyoqarashini va ijtimoiy faoliyatini belgilaydi. Shu bois, farzandlarning ruhiy holatini va tarbiyasini to'g'ri yo'naltirish zarur. Bunda:

1. Ota-onalarga psixologik treninglar o'tkazish.
2. Ijtimoiy rivojlanishni rag'batlantirish.
3. Farzandlarning o'z-o'zini anglashini qo'llab-quvvatlash.
4. Pedagogik maslahatlarni kengaytirish.
5. Jamiyat bilan hamkorlikni kuchaytirish.
6. Tarbiya jarayonini integratsiyalash zarur bo'ladi.

Farzand tarbiyasida psixologik yondashuvlar va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash oilaning asosiy mas'uliyatidir. Oila va jamiyatning birgalikdagi harakati bolalarning kelajagini mustahkamlaydi.

Adabiyotlar:

1. Alqarov I., Mamatqulova R., Norqulov X. Shaxs va oila tarbiyasining pedagogikasi. -T.: «Fan va texnologiya», 2009, 224 bet.
2. Абдуллаева, Г. А. (2023). Ёшлар тарбиясидаги самарадорлик – умумхалқ ишидир!. // Results of National Scientific Research International Journal, 2(1), 212-222.
3. Haydarova, H. (2020). Development of virtual pedagogical culture of parents as an urgent problem. InterConf.
4. Hamrokulova, S. (2022). Pedagogical-programm implementation of the development of environmental education in higher class pupils of secondary schools. // Central Asian Journal of Education and Computer Sciences (CAJECS), 1(4), 52-56.
5. Jobborova Gulnoza Kadamovna. Pedagogik odob-axloq va talaba xulq – madaniyatini shakllantirishning asosiy omillari. // Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences. 3(1/2), Jan., 2023. 97-105.
6. Rajabova, S. F. Q. (2022). Oila tarbiyasi asoslari. // Scientific progress, 3(4), 970-972.



Yusupova Yodgarxon Muxammadjanovna,
Andijon davlat universiteti
Umumiy psixologiya kafedrasi dotsenti
Yusupovayodgoroy58@mail.ru

TAJOVUZKORLIK VA ZO'RAVONLIKNING PSIXOLOGIK FENOMENOLOGIYASI

Annotatsiya. Ushbu maqolada shaxsdagi tajovuzkorlik - bu turli xil vaziyatlarda tajovuzkor harakatlarga nisbatan barqaror tayyorlik va bu tushunchani "dushmanlik" tushunchasi bilan aralashtirib yubormaslik kerak. Tajovuzkorlik bilan ajralib turadigan, ko'pincha boshqa odamlardan tahdid va qiyinchiliklarni ko'radigan va o'zlari yoqtirmaganlarga hujum qilishga tayyor bo'lgan odamlar boshqa odamlarga dushmanlik bilan munosabatda bo'lishi ilmiy isbotlangan.

Kalit so'zlar: kuch ishlatish, jismoniy shikastlanish, jismoniy ta'sir, jismoniy-og'zaki, faol-passiv, bevosita-bilvosita, jismoniy tajovuz.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ФЕНОМЕНОЛОГИЯ АГРЕССИИ И НАСИЛИЯ

Аннотация. В данной статье агрессивность личности рассматривается как устойчивая готовность к агрессивным действиям в различных ситуациях, и это понятие не следует путать с понятием «враждебность». Научно доказано, что люди, отличающиеся агрессивностью, часто воспринимающие угрозы и трудности со стороны других людей и готовые нападать на тех, кого они не любят, проявляют враждебное отношение к окружающим.

Ключевые слова: применение силы, физическое повреждение, физическое воздействие, физическо-вербальное, активно-пассивное, прямое-косвенное, физическая агрессия.

PSYCHOLOGICAL PHENOMENOLOGY OF AGGRESSION AND VIOLENCE

Abstract. This article discusses aggressiveness in individuals as a stable predisposition to aggressive actions in various situations, and emphasizes that this concept should not be confused with "hostility." It has been scientifically proven that people characterized by aggressiveness often perceive threats and difficulties from others and are ready to attack those they dislike, thereby treating other people with hostility.

Keywords: use of force, physical injury, physical impact, physical-verbal, active-passive, direct-indirect, physical aggression.

Kirish. Xulq-atvor deganda shaxs va atrof-muhit o'rtasidagi o'zaro ta'sir jarayoni tushuniladi, bu shaxsning individual xususiyatlari va ichki faoliyati bilan bog'liq bo'lib, asosan tashqi harakatlar va xatti-harakatlar shaklini qamrab oladi. Agressiv xatti-harakatlar stress va umidsizlikni keltirib chiqaradigan turli noqulay jismoniy va ruhiy hayotiy vaziyatlarga javob berish shakllaridan biridir[1]. Psixologik tajovuzkor xatti-harakatlar individuallik va o'ziga xoslikni saqlash, o'zini o'zi qadrlash, intilishlar darajasini himoya qilish va oshirish, atrof-muhit ustidan nazoratni saqlash va kuchaytirish bilan bog'liq muammolarni hal qilish usullaridan biridir. Psixologlarning ta'kidlashicha, "tajovuz" va "tajovuzkorlik" tushunchalari sinonim emas. Aksariyat tadqiqotchilar tajovuzkorlikni tug'ma sifat deb bilishadi. Boshqalar buni sotsializatsiya natijasi deb hisoblashadi. Ehtimol, tajovuzkorlik - bu shaxsning tug'ma xususiyati bo'lib, u tarbiya va shaxsning rivojlanishi jarayonida buzg'unchi harakatlarda namoyon bo'ladi yoki zaiflashadi va dushmanlik ma'nosiga ega emas[3].

Tajovuzkorlik - bu tajovuzga tayyorlik, shuningdek, boshqalarning xatti-harakatlarini dushman sifatida qabul qilish va talqin qilish tendentsiyasida ifodalangan shaxsiy xususiyatdir. Shu munosabat bilan biz ba'zi odamlar uchun dunyoqarash va dunyoni tushunishning barqaror xususiyatlari sifatida potentsial tajovuzkor idrok va potentsial tajovuzkor talqin haqida etish mumkin[1]. Tajovuzkorlik - bu turli xil vaziyatlarda tajovuzkor harakatlarga nisbatan barqaror tayyorlik. Bu tushunchani "dushmanlik" tushunchasi bilan aralashtirib yubormaslik kerak. Tajovuzkorlik bilan ajralib turadigan, ko'pincha boshqa odamlardan tahdid va qiyinchiliklarni ko'radigan va o'zlari yoqtirmaganlarga hujum qilishga tayyor bo'lgan odamlar boshqa odamlarga dushmanlik bilan munosabatda bo'lishadi; Ammo boshqalarga dushman bo'lgan hamma

odamlar ham tajovuzkor bo'lishi shart emas. Shunday qilib, tajovuzkorlikni tajovuzkor xatti-harakatlarga moyillik deb hisoblash o'rinlidir [3].

Adabiyotlar tahlili. Zo'ravonlik xulq-atvor erkinligini qasddan cheklash, bo'ysunish, huquqlarni buzish va odamlarga va ularning birlashmalariga zarar yetkazish bilan bog'liq bo'lib, uni "majburlash" tushunchasi orqali ta'riflashga olib keladi. Zo'ravonlikning maqsadi shaxsni shunday ta'sir ko'rsatuvchi (yoki)ning irodasiga bo'ysundirishdir, shuning uchun zo'ravonlik iroda erkinligini egallab olish, hukmronlikni ta'minlash usullaridan biri sifatida belgilanishi mumkin. odam ustidan [4]. Bunda zo'ravonlik texnologiyasi odamlarni ma'lum harakatlarni bajarishga majburlash yoki ko'pincha to'g'ridan-to'g'ri jismoniy ta'sir ko'rsatish orqali muayyan harakatlarni bajarishdan cheklashdan iborat. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti zo'ravonlikni o'ziga, boshqa shaxsga, odamlar guruhiga yoki jamiyatga nisbatan qasddan jismoniy kuch yoki kuch ishlatish, jismoniy shikastlanishga olib keladigan (yoki olib kelishi ehtimoli yuqori) o'lim, psixologik shikastlanish, rivojlanish anomaliyalari yoki turli xil shikastlanishlar [3]. I.A.Furmanov tajovuzkorlikni konstruktiv va buzg'unchiga ajratadi, bunda faqat ikkinchisi dushmanlik, yovuzlik va shafqatsizlik potentsialiga ega.

Hissiy tajovuz. Agressiya - qasddan qilingan va jabrlanuvchiga zarar yetkazish uchun emas, balki boshqa biron bir maqsad (instrumental tajovuz) uchun qilingan sovuq va hisoblangan harakat bo'lishi mumkin, lekin u birinchi navbatda zarar yetkazish istagi bilan yuzaga keladigan hissiy reaksiya bo'lishi mumkin. Ikkala holatda ham tajovuzkorlar o'zlarining tajovuzkor maqsadlariga qanday erishishga ko'p e'tibor berishlari mumkin, lekin ko'pincha ular impulsiv va beixtiyor harakat qilishadi. Bunday hollarda tajovuzkor xatti-harakatlar asosan ularning ichki qo'zg'aluvchanligi bilan belgilanadi va ba'zida jabrlanuvchilarning hozirgi vaqtda mavjud bo'lgan xususiyatlari bilan to'liq avtomatik ravishda boshqariladi. Albatta, ko'pchiligimiz o'zimizni yo'qotib, bizni g'azablantirgan odamga: bolamizga, yaqinimizga, tanishimizga yoki hatto notanish odamga - jismonan, og'zaki yoki har ikkalasiga ham jahlimizni tashlagan paytlarimiz bo'lgan.

Hissiy tajovuz insonning kuchli ichki fiziologik va motorli reaksiyalari natijasida yuzaga keladi. Ichki qo'zg'alish tajovuzni (yoki tajovuzkor tendensiyani) rag'batlantiradi, bu esa jabrlanuvchiga zarar yetkazishga urinishlarni keltirib chiqaradi. Bunday hollarda kuchli hayajon holati odamni jismoniy yoki og'zaki hujumga undaydi. Emotsional tajovuz holatlarida tajovuzkor harakatlar ko'pincha jiddiy o'ylamasdan yoki rejalashtirmasdan amalga oshiriladi, garchi dushman fikrlar va g'oyalar tajovuzkor impulsiga yaxshi hamroh bo'lishi mumkin. Bu, birinchi navbatda, hujum to'liq qasddan va qasddan qilingan harakat emasligini anglatadi. Hissiy hayajonlangan odam o'z qurboniga hujum qilganda, odatda keyingi oqibatlar haqida o'ylamaydi. Qotilliklarning aksariyati tabiatan bu turdagi tajovuz bilan bog'liq. Agressiyaning namoyon bo'lish shakllari. Shaxsning tajovuzkorligi namoyon bo'lishining quyidagi shakllari ajralib turadi: jismoniy, bilvosita, og'zaki va negativizm [6].

Boladagi tajovuzkor harakatlar juda erta yoshdan kuzatilishi mumkin. Hayotning birinchi yillarida tajovuz deyarli faqat o'jarlikning impulsiv hujumlarida namoyon bo'ladi, ko'pincha kattalar nazoratidan tashqarida. Bu ko'pincha g'azab yoki g'azabning portlashi bilan ifodalanadi, baqirish, tepish, tishlash va g'azablanish bilan birga keladi. Bolaning bunday reaksiyalari yoqimsiz va rag'batlantirilmasa ham, ular g'ayritabiiy hisoblanmaydi. Bunday xatti-harakatning sababi - tarbiyaviy ta'sirlardan foydalanish natijasida istaklarni yoki mo'ljallangan harakat dasturini blokirovka qilish. Shu sababli, bolaning bunday xatti-harakati noqulaylik, umidsizlik yoki nochorlik holatidan kelib chiqishi aniq. Bu xatti-harakatni juda shartli tarzda tajovuzkor deb hisoblash mumkin, chunki bolaning boshqalarga zarar yetkazish niyati yo'q.

Kichik yoshda bolalar narsalarga, ko'pincha o'yinchoqlarga egalik qilish bilan bog'liq tengdoshlar bilan nizolar va janjallar tobora ko'proq birinchi o'ringa chiqadi. Keyinchalik, bola asta-sekin o'zining tajovuzkor impulslarini nazorat qilishni va ularni maqbul chegaralarda ifodalashni o'rganadi. Bu yoshdagi tajovuzkorlikning namoyon bo'lishi asosan ota-onalarning xatti-harakatlarning muayyan shakllariga munosabati va munosabatiga bog'liq. Kelajakda tajovuzkorlikning namoyon bo'lishi asosan bolaning jinsirolini aniqlash jarayonlari bilan bog'liq.

Yoshi bilan tajovuz shakllari ham o'zgaradi: haqorat yoki raqobat kabi ko'proq "ijtimoiylashgan" shakllarning o'sishi tufayli oddiy jismoniy hujumlarning chastotasi kamayadi.

Zo'ravonlik turlari. Qo'llash sohasiga qarab, zo'ravonlik siyosiy va maishiy zo'ravonlikka bo'linishi mumkin.

Siyosiy zo'ravonlik deganda hokimiyatni, birinchi navbatda, davlat hokimiyatini egallash, undan foydalanish va himoya qilish maqsadida siyosiy subyektning irodasini majburlash vositasi sifatida qo'llaniladigan jismoniy majburlash tushunilishi mumkin.

Siyosiy zo'ravonlik turlari. Siyosiy zo'ravonlikning har xil turlarini turli asoslarga ko'ra tasniflash mumkin - shafqatsizlik darajasi, oqlash usuli, jamiyatning ushbu harakatlarga munosabati va boshqalar.

Keling, misol sifatida, foydalanishga asoslangan tipologiyani ko'rib chiqaylik. Ikki koordinata. Birinchi koordinata zo'ravonlik subyekting turi - jamoaviy yoki individualdir. Bir holatda zo'ravonlik guruh yoki muassasa tomonidan, ikkinchisida bir shaxs tomonidan amalga oshiriladi. Ikkinchi koordinata - zo'ravonlik harakatining tuzilish darajasi. Strukturaviy zo'ravonlik - bu juda aniq qoidalarga muvofiq amalga oshiriladigan siyosiy zo'ravonlik. Strukturasisiz zo'ravonlik - bu aniq belgilangan qoidalarga ega bo'lmagan va o'z-o'zidan paydo bo'ladigan va oldindan aytib bo'lmaydigan siyosiy zo'ravonlik. Bu holatda, albatta, yozilmagan qoidalar mavjud, lekin ular jamiyatning turli a'zolari va siyosiy zo'ravonlik aktida ishtirok etgan individual yoki jamoaviy sub'ektlar tomonidan turlicha talqin qilinishi mumkin [1].

Ushbu ikki koordinatadan foydalanish siyosiy zo'ravonlikning to'rt turini ajratishga imkon beradi: jamoaviy tuzilgan zo'ravonlik, jamoaviy tuzilmagan zo'ravonlik, individual tuzilgan zo'ravonlik va individual tuzilmagan zo'ravonlik.

Oiladagi zo'ravonlik. Oiladagi zo'ravonlik, shuningdek, oilaviy yoki oiladagi zo'ravonlik, birinchi navbatda, oilada bir sherik yoki qarindosh tomonidan boshqasiga nisbatan takroriy zo'ravonlikdir.

Oilaviy zo'ravonlik xarakterini tashkil etuvchi zo'ravonlik harakatlarining quyidagi asosiy turlarini ajratib ko'rsatish mumkin: jismoniy zo'ravonlik, jinsiy zo'ravonlik, psixologik zo'ravonlik, iqtisodiy zo'ravonlik.

Tahlil va natijalar. Agressiya va zo'ravonlikning turlari va shakllari turli ko'rinishda bo'lib, odamlarda tajovuzkorlikning ko'rinishlari xilma-xildir. Amaliy nuqtai nazardan, bu hodisani o'rganishni kontseptual asos bilan cheklashni talab qiladi [2]. Misol tariqasida, A. Bass tomonidan taklif qilingan tajovuz turlarining tasnifini ko'rib chiqamiz (1-jadval). Uning fikricha, tajovuzkor harakatlarni uchta shkala asosida tavsiflash mumkin: jismoniy-og'zaki, faol-passiv va bevosita-bilvosita. Ularning kombinatsiyasi sakkizta mumkin bo'lgan toifani beradi, ularga eng agressiv harakatlar kiradi. Masalan, bir kishining boshqasiga jismonan tajovuz qilgan otishma, pichoqlash yoki kaltaklash kabi harakatlar jismoniy, faol va bevosita deb tasniflanishi mumkin. Boshqa tomondan, birovning orqasidan mish-mish tarqatish yoki kamsituvchi so'zlarni aytish og'zaki, faol va bilvosita tajovuz sifatida tavsiflanishi mumkin.

1-jadval.

A.Bassga ko'ra agressiya toifalari

Agressiya toifalari	Namunalar
Jismoniy faol - to'g'ridan-to'g'ri	Boshqa odamni pichoqli qurol bilan urish, o'qotar qurol bilan urish yoki jarohatlash.
Jismoniy-faol-bilvosita	Bubi tuzoqlarini qo'yish; dushmanni yo'q qilish uchun yollangan qotil bilan til birlashtirish
Jismoniy-passiv-to'g'ridan-to'g'ri	Boshqa odamning istalgan maqsadga erishish yoki istalgan faoliyat bilan shug'ullanishiga jismonan to'sqinlik qilish istagi (masalan, o'tirish namoyishi).
Jismoniy-passiv-bilvosita	Kerakli vazifalarni bajarishdan bosh tortish (masalan, o'tirish paytida hududni bo'shatishdan bosh tortish).
Og'zaki-faol-to'g'ridan-to'g'ri	Boshqa odamni og'zaki haqorat qilish yoki haqorat qilish
Og'zaki-faol-bilvosita	Boshqa odam haqida yomon niyatli tuhmat yoki g'iybatni tarqatish.
Verbal-passiv-to'g'ridan-to'g'ri	Boshqa odam bilan gaplashishdan bosh tortish, uning savollariga javob berish.
Verbal-passiv-bilvosita Aniq og'zaki	tushuntirishlar yoki ratsionalizatsiya berishdan bosh tortish (masalan, nohaq tanqid qilingan shaxsni himoya qilish uchun gapirishdan bosh tortish).

Tasniflashning boshqa variantida amerikalik psixologlar A. Bass va A. Darki tajovuzning besh turini aniqladilar:

1. Jismoniy tajovuz - boshqa shaxsga nisbatan jismoniy kuch ishlatish.
2. Bilvosita tajovuz, boshqa shaxsga aylanma yo'l bilan (g'iybat, g'arazli hazillar) yoki hech kimga qaratilmagan tajovuz tarzida (baqiriq, oyoq bosishda namoyon bo'ladigan g'azab portlashi).
3. G'azablanish - eng kichik provokatsiyada (jahldorlik, qo'pollik) salbiy his-tuyg'ularni ifoda etishga tayyorlik.
4. Negativizm - bu qarama-qarshi xatti-harakatlar modeli. U o'zini passiv qarshilikdan tortib, o'rnatilgan urf-odat va qonunlarga qarshi faol kurashgacha bo'lgan shakllarda namoyon qiladi.

5. Og'zaki tajovuz - og'zaki reaksiyalar shakli va mazmuni orqali salbiy his-tuyg'ularni ifodalash - qichqiriq, qichqiriq, tahdid, la'nat, so'kinish.

A. Bass og'zaki tajovuzkor reaksiyalarni uch turga ajratdi: rad etish – "ketish", "tashqariga chiqish" kabi og'zaki tajovuzkor reaksiya; "sizning borligingiz meni g'azablantiradi", "men sizga chiday olmayman" va hokazo kabi dushmanona so'zlar; tanqid – u to'g'ridan-to'g'ri shaxsga qarshi emas, balki shaxsga tegishli bo'lgan kiyim-kechak buyumlari, bajarilgan ishlar va hokazolarga qarshi qaratilgan bo'lishi mumkin.

A. Bass va A. Darki tajovuz turlarini farqlashdan tashqari, dushmanlikning ikki turini (nafrat va shubha) aniqladilar. Nafrat - bu haqiqiy yoki xayoliy azob-uqubatlar uchun butun dunyoga achchiq g'azab hissi tufayli kelib chiqqan boshqalarga hasad va nafrat. Gumon - bu boshqalarga zarar yetkazish niyatida ekanligiga ishonishga asoslangan odamlarga nisbatan ishonchsizlik va ehtiyotkorlik.

E. Fromm tajovuzning ikki turini ajratadi: "yaxshi" va "yomon". Birinchisi xavf paytida paydo bo'ladi va mudofaa xarakteriga ega. Xavf yo'qolishi bilan tajovuzning bu shakli ham susayadi. "Yomon" tajovuz shafqatsizlik va halokatli bo'lib, o'z-o'zidan paydo bo'ladi va shaxsiyat tuzilishi bilan bog'liq.[5]

Zo'ravonlik xulq-atvor erkinligini qasddan cheklash, bo'ysunish, huquqlarni buzish va odamlarga va ularning birlashmalariga zarar yetkazish bilan bog'liq bo'lib, uni "majburlash" tushunchasi orqali ta'riflashga olib keladi. Zo'ravonlikning maqsadi shaxsni shunday ta'sir ko'rsatuvchi (yoki)ning irodasiga bo'ysundirishdir, shuning uchun zo'ravonlik iroda erkinligini egallab olish, hukmronlikni ta'minlash usullaridan biri sifatida belgilanishi mumkin. odam ustidan. Bunday holda, zo'ravonlik texnologiyasi odamlarni ma'lum narsalarni qilishga majburlash yoki ko'pincha to'g'ridan-to'g'ri jismoniy ta'sir qilish orqali ma'lum narsalarni qilishdan to'xtatilishidan iborat bo'lib, Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti zo'ravonlikni qasddan jismoniy kuch yoki kuch ishlatish sifatida belgilaydi, haqiqiy yoki tahdid qilingan, o'ziga qarshi, boshqa shaxsga, shaxslar guruhiga yoki jamiyatga qarshi, bu jismoniy shikastlanishga, o'limga, ruhiy zararga, rivojlanish nogironligiga yoki har qanday turdagi mahrumlikka olib keladi (yoki olib kelishi ehtimoli yuqori). Demak, zo'ravonlik deganda ayrim shaxslarning (odamlar guruhining) o'zgalarni, o'z qobiliyatlarini, ishlab chiqarish kuchlarini, mulkini tashqi majburlash yordamida o'ziga bo'ysundirish bilan bog'liq ijtimoiy munosabatlarni ifodalash mumkin xulq-atvor. Agressiv xulq-atvor va tajovuzkorlikni shaxsiy xususiyat sifatida eksperimental tadqiqotlarning qiyinchiliklari aniq, chunki ko'pgina empirik ma'lumotlar tadqiqotchilar tomonidan laboratoriyada (nazorat qilinadigan sharoitda) yoki axloq tuzatish muassasalarida, maktablarda va bolalar bog'chalarida (ob'ektiv kuzatish usulidan foydalangan holda) to'planadi). Har holda, ochiq jismoniy tajovuz miqdori eksperimentator oldida turgan axloqiy muammolar yoki tadqiqot olib borilayotgan muassasalar xodimlarining aralashuvi bilan jiddiy ravishda kamayadi.

Quyida 55 nafar respondentning Buss-Perry Tajovuzkorlik shkalasi bo'yicha o'rtacha va maksimal ko'rsatkichlarining tahlillari keltirilgan:

1. O'rtacha ko'rsatkichlar:

- Jismoniy tajovuzkorlik: 2.81
- Og'zaki tajovuzkorlik: 3.00
- G'azab (Anger): 3.01
- Dushmanlik (Hostility): 3.14

2. Minimal va maksimal ko'rsatkichlar:

- Jismoniy tajovuzkorlik: 1.04 - 4.85
- Og'zaki tajovuzkorlik: 1.00 - 4.89
- G'azab (Anger): 1.08 - 5.00
- Dushmanlik (Hostility): 1.49 - 5.00

3. Statistik umumlashma:

- 25%-lik chiziq (past daraja):
- Jismoniy tajovuzkorlik: 2.30
- Og'zaki tajovuzkorlik: 2.51
- G'azab: 2.13
- Dushmanlik: 2.53
- 75%-lik chiziq (yuqori daraja):
- Jismoniy tajovuzkorlik: 3.36
- Og'zaki tajovuzkorlik: 3.38
- G'azab: 3.70
- Dushmanlik: 3.64

Natijada, ma'lumotlarning aksariyati tajovuzkor xatti-harakatlarning nisbatan engil shakllariga taalluqlidir va tadqiqotchilar tajovuzning yanada og'ir shakllarini (masalan, qotillik) tushuntirish uchun ularni

ekstrapolyatsiya qilishga majbur bo'lishadi. Ammo, barcha qiyinchiliklarga qaramay, olimlar tajovuz hodisasini o'rganish uchun tobora ko'proq adekvat usullarni ishlab chiqmoqdalar. Agressiya va tajovuzkor xatti-harakatlarni o'rganishda turli xil yondashuvlar va usullar qo'llaniladi. Tadqiqotni o'tkazish usullaridan biri eksperimentdir. Eksperimental yondashuv tadqiqotchiga mustaqil o'zgaruvchilarni nazorat qilish va shu bilan sabab va natija haqida xulosa chiqarish imkonini beradi [5].

Laboratoriya tajribalari. Tashqi sharoitlar ustidan nazoratning yo'qligi, shuningdek, kuzatilayotgan subyektlarning eksperimental ta'sirga moyilligi laboratoriya tajribalari shaklida tajovuzkor xatti-harakatlarning amaliy tadqiqotlarining aksariyat qismini o'tkazish uchun eng muhim sabab bo'ldi. Bunda tadqiqotchining o'zi uchta asosiy mezonga javob beradigan vaziyatlarni yaratadi: a) subyektlarga eksperimental ta'sir ko'rsatiladi, uning maqsadi ularning tajovuzkor reaksiyalariga ta'sir qilishdir; b) ular har xil turdagi eksperimental sharoitlarda tasodifiy joylashtirilishi mumkin; c) har qanday buzuvchi ta'sirlarni nazorat qilish mumkin.[2] Demak, agressiv xulq-atvorning asosiy tuzilishining haqiqiy o'lchovlari bo'lgan va shu bilan birga o'lchanadigan shaxsga zarar keltirmaydigan tajovuzkorlikning xatti-harakatlarini tanlash muhim qarordir.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash joizki, jabrlanuvchilarni rehabilitatsiya qilish va zo'rvonlikning oldini olish kompleks tarzda amalga oshirilsa, samarali bo'lishi mumkin. Biz ota-onalar va o'qituvchilar bilan faktlar ustida ham, oldini olishda ham ishlashimiz kerak. Shuni yodda tutish kerakki, zo'rvonlik faktlarini e'tiborsiz qoldirish uning oilada gullab-yashnashiga va undan tashqariga chiqishiga olib keladi. Shu bois oilaviy xizmatlar va ta'lim muassasalari psixologlari tomonidan har qanday buzg'unchi xulq-atvor shakllarining oldini olishga qaratilgan o'quv mashg'ulotlari zo'rvonlikning oldini olish muammosini hal etishga jiddiy hissa qo'shmoqda. Turli mutaxassislarning yondashuvlarini birlashtirib, zo'rvonlik qurboni bo'lgan bolalarni rehabilitatsiya qilishning yagona konsepsiyasini ishlab chiqish mumkin.

Birinchi bosqichda mijoz bilan individual ish olib boriladi. Mijoz bilan individual maslahatlashgandan so'ng, mijozning o'zini o'zi qadrlashi va stressga chidamliligini oshirish, dam olish va psixologik taranglikni bartaraf etish maqsadida psixologik o'zini o'zi boshqarish usullarini o'tkazish mumkin. Keyin mijoz bilan guruhni qo'llab-quvvatlash va ijobiy shaxsiy resurslarni aniqlash orqali psixologik yordam ko'rsatishga qaratilgan guruhli psixoterapevtik ish shakllari amalga oshirish maqsadga muvofiq.

Adabiyotlar:

1. Берковиц, Л. Агрессия: причины, последствия и контроль / Л. Берковиц. – СПб. : Прайм–ЕВРОЗНАК, 2001. – 512 с.
2. Бэрн, Р. Агрессия / Р. Бэрн Р., Д. Ричардсон. – СПб: Питер, 2001. - 352 с.
3. Глэддинг, С. Психологическое консультирование: пер. с англ. / С. Глэддинг. – 4-е изд. – СПб. [и др.]: Питер, 2002. – 729 с
4. Гребёнкин, Е.В. Профилактика агрессии и насилия в школе: учебно-методический комплекс / Е.В. Гребёнкин. – Ростов н/ Дону.: Феникс, 2006.- 157с.
5. Долгова, А.Г. Агрессия у детей младшего школьного возраста. Диагностика и коррекция. 2-е изд. / А.Г. Долгова. – М.: Генезис, 2011.- 216с.
6. Фурманов, И.А. Детская агрессивность: аффективно-динамический подход / И.А. Фурманов // Психология. – 1996. – № 5. – С. 5–8.

Жалалова Мухаббат Тургунбаевна,
Ўзбекистон Республикаси Миллий гвардия
"Темурбеклар мактаби" ҳарбий-академик лицей психологи

ҲАРБИЙЛАШТИРИЛГАН ТАЪЛИМ МУАССАСАЛАРИДА ЎҚУВЧИЛАРНИ ҲАРБИЙ СОҲАГА ҚИЗИҚИШЛАРИНИ ОШИРИШДА ҲАРБИЙ ВАТАНПАРВАРЛИК ТУЙҒУСИНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ ПЕДАГОГИК-ПСИХОЛОГИК ЖИҲАТЛАРИ

Аннотация. Мазкур мақолада Ўзбекистон Республикаси Вазирлар маҳкамасининг "Ёшларни ҳарбий-ватанпарварлик руҳида тарбиялаш ишлари самарадорлигини ошириш" чора-тадбирлари тўғрисидаги қарорга мувофиқ ҳарбий-академик лицей ўқувчиларида ҳарбий Ватанпарварлик туйғусини ривожлантириш ҳамда ҳарбий касбни эгаллашга бўлган қизиқишларини янада оширишнинг педагогик-психологик асослари, ҳарбий лицейда таъкил этиладиган маънавий-маърифий ишларнинг аҳамияти, мутахассис олимларнинг илмий фикрлари, тадқиқот ишидан қисқача натижалар ёритилган.

Калит сўзлар: ҳарбий Ватанпарварлик, концепция, глобаллашув, миллий қадриятлар, профессионал кўникма, эгоцентризм, шовинизм, интеллектуал, ҳарбий сафарбарлик.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ВОЕННОГО ПАТРИОТИЗМА В ПОВЫШЕНИИ ИНТЕРЕСА У УЧАЩИХСЯ К ВОЕННОЙ СФЕРЕ В ВОЕНИЗИРОВАННЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Аннотация. В статье рассматриваются педагогические и психологические основы формирования у учащихся военных академических лицеев воинского патриотизма и их заинтересованности в приобретении военной профессии, а также духовно-просветительская работа, организованная в военных лицеях в соответствии с Постановлением Кабинета Министров Республики Узбекистан о мерах по повышению эффективности работы по воспитанию молодежи в военно-патриотическом духе. Приведены обоснование важности формирования воинского патриотизма и научные мнения учёных-экспертов, краткие результаты научно-исследовательской работы.

Ключевые слова: военный патриотизм, концепция, глобализация, национальные ценности, профессиональные качества, эгоцентризм, шовинизм, интеллектуальный, военная мобилизация.

PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF DEVELOPING A SENSE OF MILITARY PATRIOTISM IN INCREASING STUDENTS INTEREST IN THE MILITARY FIELD IN MILITARIZED EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Abstract. This article discusses the pedagogical and psychological foundations of developing a sense of military patriotism in students of military academic lyceums and further increasing their interest in acquiring a military profession, the importance of spiritual and educational work organized in military lyceums, the scientific opinions of specialist scientists, and brief results of research work in accordance with the Resolutions of the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan on measures to increase the effectiveness of educations of young people in the spirit of military patriotism.

Keywords: military patriotism, concept, globalizations, national values, professional skills, egocentrism, chauvinism, intellectual, military mobilizations.

Кириш. Ёшларни ҳарбий-ватанпарварлик руҳида тарбиялаш бўйича мамлакатимизда ҳам бир қанча ишлар амалга оширилиб келинмоқда. Сабаби ёшларни ҳарбий ватанпарварлик руҳида тарбиялаш давлат сиёсатининг устувор йўналишларидан биридир. Ҳозирги мураккаб глобаллашув даврида, ахборот-коммуникация технологиялари шиддат билан ривожланиб бораётган шароитда ёшларни ҳарбий-ватанпарварлик руҳида тарбиялаш билан боғлиқ долзарб вазифалар ва уларни ҳал этиш йўллари, давлат ва нодавлат нотижорат ташкилотлари, оила, маҳалла, таълим-тарбия институтларининг бу борадаги роли ва аҳамиятини, ўзаро ҳамкорлигини миллий ва халқаро ҳуқуқий нормаларни ҳисобга олган ҳолда белгилаб беради.

Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2023 йил 29 июндаги 267-сон қарори Ёшларни ҳарбий-ватанпарварлик руҳида тарбиялаш ишлари самарадорлигини ошириш чоратадбирлари тўғрисидаги қарорга мувофиқ Ёшларни ҳарбий-ватанпарварлик руҳида тарбиялашга доир ишлар самарадорлигини янги босқичга олиб чиқиш, мазкур йўналишда давлат ва нодавлат ташкилотлари ҳамда фуқаролик жамиятининг бошқа институтлари фаоллигини янада ошириш, ёшлар онгига ватанпарварлик, мардлик туйғуларини сингдириш мақсадида 2023-2027 йилларда ёшларни ҳарбий-ватанпарварлик руҳида тарбиялаш ишлари самарадорлигини ошириш концепциясини амалга ошириш бўйича "Йўл харитаси" ишлаб чиқилди.

Бугунги глобаллашув ва кескин рақобат даврида, дунёнинг турли бурчакларида, жумладан, минтақамизда юз бераётган қуролли можаролар ва қарама-қаршиликлар, янги таҳдид ва хатарлар олдимизга кечиктириб бўлмайдиган долзарб вазифаларни қўймоқда. Айнан шундай шароитда мамлакатимиз ёшларини ватанпарварлик, шу жумладан, ҳарбий-ватанпарварлик, юксак маънавий-ахлоқий кадриятлар руҳида тарбиялаш, уларнинг онгига тинчлик ва тотувликни кўз қорачиғидек асраб-авайлаш зарурлигини чуқур сингдириш, "Халқ ва армия-бир тану, бир жондир!" деган эзгу ғоя асосида ёшлар тарбиясига масъул вазирлик ва идораларнинг куч ва имкониятларини бир ғоя, бир мақсад асосида бирлаштириш талаб этилмоқда.

Муҳокама. Ҳар қандай оғир ва мураккаб вазиятда Ватанимизни кўз қорачиғидек асраш, унинг шуҳратини дунёга тараннум этиш билан боғлиқ энг муҳим тушунчаларни, ҳаётий ва профессионал кўникмаларни илм-маърифат, шунингдек, миллий кадриятлар асосида ёшларнинг қалби ва онгига илк болалик давридан бошлаб сингдириб бориш орқали ватанпарвар, садоқатли ҳамда шижоатли ёшларни камол топтириш Концепциянинг асосий моҳиятини ташкил этади.

Юқорида келтириб ўтилган концепциянинг моҳиятидан келиб чиққан ҳолда бўлажак ҳарбий хизматчиларни ҳар томонлама соғлом ва чидамли, шу билан бирга ҳар қандай мураккаб жисмоний ва руҳий синовларга бардошли бўлиши, шунингдек ҳарбий соҳага бўлган касбий қизиқишларини шакллантиришда ижобий психологик таъсир кўрсатиш соҳа мутахассисининг махсус тайёргарлиги муҳим аҳамиятга эга ҳисобланади.

Ҳозирги вақтда ҳарбий хизматчи бўлишга интилаётган ўқувчилар эртага бизнинг қўлимиздан ишимизни оладиган, ҳаётимизни давом эттирувчи ва ўзидан кейинги авлодга етказувчи ворисларимиз, Ўзбекистонни буюк келажagini давом эттирувчилардир. Шу сабабли мамлакатимизда ёш авлодни ҳуқуқлари ва унинг тарбиясини юқори даражага кўтариш таълим ва тарбиянинг асосий вазифалардан бири десак муболаға бўлмайди.

Миллий тарбия мезонларини белгилашда шахснинг ижобий сифатларидан миллий ифтихор, ватанпарварлик, миллатлараро мулоқот маданияти, миллий одоб, виждонийлик, иймон-этикод, миллий истиқлол мафкуравий онгини ривожлантириши зарурдир. Уларнинг акси бўлган салбий сифатлар; миллий бефарқлик, ватанфурушлик, хоинлик, манкуртлик, миллатчилик, маҳаллийчилик, виждонсизлик, мафкурасизлик каби сифатларга эса нафрат ўйғотиш лозимдир.

"Темурбеклар мактаби" ҳарбий-академик лицей ўқувчиларида ҳарбий соҳага қизиқишларини ошириш асосида ҳарбий ватанпарварлик туйғуларини ривожлантириш педагогик-психологик жараёнларни тадқиқ этиш шу куннинг муҳим масаласидир.

Ўқув муассасаларида таълим-тарбия ишида ўқувчиларни ижтимоий-фойдали меҳнатга жалб этиш усуллари ҳамда маънавиятга доир суҳбатлар, маъруза ва мунозаралар етарли даражада ташкил этиш лозим. Бу усуллар орқали ҳарбий лицей ўқувчиларида миллий тарбиянинг маънавий фазилатларини, ҳарбий ватанпарварлик туйғусини, она ватанга хизмат қилиш истагини шакллантиришига хизмат қилади.

Ижтимоий-гуманитар, педагогик ва ихтисос фанларни ўрганиш жараёнида ҳарбий лицей ўқувчиларида дунёқараш шаклланади. У бўлажак ҳарбий хизматчи бўлиш истагида бўлган ўқувчиларда миллий онгни, ахлоқий сифатларини шакллантириш учун замин яратади.

Ҳарбий лицей ўқувчиларини ҳарбий Ватанпарварлик туйғусини ривожлантиришда кенг жамоатчилик ҳам катта роль ўйнайди. Матбуот, радио, телевидение, бадиий адабиёт, кино, театр, оммавий спорт ишлари ва бошқалар ўқувчиларда ҳарбий Ватанпарварлик туйғусини тарбиялаш каби тарбиявий усуллар муҳим аҳамиятга эга ҳисобланади.

Шахсда Ватанпарварликнинг психологик тузилмасини тадқиқ қилган В.Н.Мясишчевнинг фикрича, Ватанпарварлик компонентлари шахснинг давлатга, халққа ва ўз-ўзига нисбатан муносабатида намоён бўлади.

Давлатга муносабат - давлат рамзларини, давлатининг тарихий, маданий анъаналарини, давлат тилини билиш ва уларга нисбатан муносабатда кўринади;

Халққа муносабат - халқнинг менталитети, кадриятлари, асосий хусусиятларини англаш, ватанпарварлик, миллатчилик, эгоцентризм, шовинизм тушунчаларининг моҳиятини билиш, халқнинг тинчлик ва ҳарбий сафарбарлик ҳолатига муносабат, халқ манфаатида ватанпарварликни ифода этишга эҳтиёж ҳис қилишда ифодаланади;

Шахснинг ўзига ватанпарвар сифатида муносабат - ўзининг ҳуқуқларини, бурч ҳамда мажбуриятларини билишида намоён бўлади.

Ватанпарварлик асослари болалик давридан қўйилиб, шахс яшаётган шаҳар, қишлоқ, кўча, мамлакат, давлат рамзлари ва бошқаларни билишдан бошланади ва кейинчалик ёш улғайган сари Ватан ҳақидаги тасаввурлар бойиб боради. Инсоннинг туғилган жойига бўлган меҳр ва ёш улғайганда у жойларни вақти-вақти билан кўриш учун қисқа муддатга бўлса-да, ташиф буюришга мажбур қиладиган қўмсаҳ ҳислари юқоридагилар асосида юзага келади. Шу сабабли юқорида санаб ўтилганлар "Кичик ватан" деб аталади.

А.Л.Журавлев ва А.В.Юревич тадқиқотларида ватанпарварликнинг психологик жиҳатини тавсифлашга ҳаракат қилинган. Муаллифлар ватанпарварлик кўп компонентли тушунча ва ҳодиса бўлиб, унинг асосий таркибий қисмлари қуйидагилардан иборат эканлигини таъкидлаганлар:

- а) Ватанга муҳаббат туйғуси;
- б) шахсий манфаатларидан кўпчилик, омма манфаатлари учун воз кечишга тайёрлик;
- в) муносиб ҳуқ-атвор;
- г) ўз мамлақати, унинг тарихи ва халқига мансублигини ҳис этиш.

Ўз тақдири ва келажаги учун қайғурувчи ҳар қандай жамият, ҳар қандай мамлакат ёшларга муносабат масаласида уларнинг ҳаётини маънавий бой, сермазмун қилиш, халқига, Ватанига садоқатли, ҳар томонлама етук, баркамол инсон бўлиб етишишидан манфаатдордир. Шунинг учун ёшларнинг жисмоний, маънавий ва интеллектуал қобилиятларини намоён қила олишлари учун кенг имкониятлар яратиб берилмоқда. Ёшларимизнинг сиёсий онгли, маънавий баркамол, Шарқона одоб-ахлоқли, фаол, масъулиятли, она-Ватанга садоқатли бўлиб етишиши жамият, давлат тақдири учун гоят муҳимдир.

Шунингдек, ўқувчиларнинг энг муҳим психологик хусусияти ҳарбий таълим муассасасида таълим олиш билан биргаликда командир ва педагогларнинг талабларини, вазифаларини сўзсиз ва онгли равишда бажариш ҳамда турли хил вазиятларга, хусусан, ҳарбий таълим муассасасида таълим фаолиятига мослашувида ҳиссий-иродавий барқарорлик ва ўзини психологик бошқариш билан намоён бўлиши шунингдек, ўқувчиларнинг ҳарбий касбни эгаллашга бўлган қизиқишлари ва интилишларидаги психологик тайёргарлик ҳолати билан белгиланади.

Ҳарбий лицей ўқувчиларини ҳарбий ватанпарварлик туйғусини ривожлантириш ҳамда ҳарбий соҳага бўлган касбий қизиқишларни шакллантиришда ҳарбий лицей педагог ва психологларининг вазифалари муҳим аҳамиятга эга бўлиб ҳисобланади.

Шунга мувофиқ ҳолда "Темурбеклар мактаби" ҳарбий-академик лицей ўқувчиларининг ҳарбий-лицей муассасасида муваффақиятли билим олишларини таъминлаш ва руҳий баркамолликка эришишлари ҳамда ҳарбий соҳани мукамал эгаллашларига бўлган қизиқишларини ошириш шунингдек, турли хил фаолиятларда муҳим ўрин касб этган мулоқотчанлик ва шахслараро муносабатларга киришимлили ҳамда иродавий сифатларни тўғри ривожлантириш – бўлажак ҳарбий хизматчиларнинг ҳарбий касб соҳасида ютуқларининг гарови десак муболаға бўлмайди.

Мақсадга кўра, ўқувчи ёшларда ҳарбий ватанпарварлик ҳислатларини ҳамда Ватанга хизмат қилиш бурчини шакллантириш, шунингдек, ҳарбий соҳани эгаллашга бўлган қизиқишларини ошириш ҳарбий таълим муассасалари олдида турган вазифаларидан бири ҳисобланади.

Натижалар. Мазкур вазифалар ҳарбий соҳа бўйича маҳаллий ижтимоий муҳитда тадқиқот ишлари етарли даражада ўтказилмаганлигини инобатга олган ҳолда "Темурбеклар мактаби" ҳарбий-академик лицей ўқувчиларида ҳарбий касбга қизиқишларини оширишда ҳарбий ватанпарварлик руҳини шакллантириш ҳам муҳим аҳамиятга эгадир.

Юқоридаги фикрларга асосланган ҳолда биз ўқувчиларни ҳарбий касбга қизиқтириш ҳамда ҳарбий ватанпарварлик руҳида тарбиялашнинг педагогик ва психологик асосларига қуйдаги фикрларни киритдик:

- ёшларда жамиятнинг турли тармоқлари, айниқса, ҳарбий соҳа билан боғлиқ бўлган давлат хизмати турларида фаоллик кўрсатиш, Конституция ва ҳарбий бурчга садоқатли бўлиш, уларда ўз юрти ва халқининг тақдири учун юксак масъулият ҳамда жавобгарлик каби муҳим хусусиятларни мустаҳкамлаш;

- ёшларни миллий ғоя ва Ватанга садоқат руҳида тарбиялаш, уларнинг онги-шуурига Ватан ҳимояси шарафли ва муқаддас бурч эканлигини чуқур сингдириш;

- Ватан озодлиги ва мустақиллиги йўлида жон фидо қилган юртдошларимиз кўрсатган ватанпарварлик ва қаҳрамонлик, улардаги садоқат, фидойилик, матонат ҳамда жасорат каби хислатларни, шунингдек, юрт, оила, ота-она ва фарзандлар ҳимояси халқ ва аجدодлар хотираси олдида муқаддас бурч эканини ёшлар онгига сингдириш;

- ёшларда ён-атрофимиз ва жаҳонда рўй бераётган сиёсий-иҷтимоий жараёнларга миллий манфаатларимиздан келиб чиққан ҳолда ёндашиш кўникмаларини, оммавий ахборот воситалари, шу жумладан, Интернет жаҳон ахборот тармоғи орқали тарқатилаётган ғаразли ахборотлар, одоб-ахлоқни емирувчи иллатлар, ёшларни залолатга бошловчи бузғунчи ғояларга қарши соғлом дунёқарашни шакллантириш;

- ҳудудларда туркум ҳарбий-ватанпарварлик тадбирлари ҳамда “Жасорат мактаби” номли ҳарбий-ватанпарварлик ўқув йиғинларини ўтказиш орқали ёшлар онгида миллий армиямизга бўлган ишонч ва ҳурматни янада ошириш, ҳарбий хизматни ўташ Ўзбекистон фуқаросининг муқаддас бурчи эканлиги ҳақидаги тушунчаларни мустаҳкамлаш;

- Ўзбекистон манфаатларини нафақат ҳарбий соҳада, балки ҳаётнинг барча жабҳаларида ҳимоя қилишга тайёр туриш, юрт учун фидойи бўлиш – бу бугунги кун талаби эканини ҳаётий мисоллар ва таъсирчан воситалар орқали ёшлар оммасига кенг етказиш;

- ёшларда аجدодларимиз ва ота-боболаримизнинг Ватанни ҳимоя қилишга оид анъана ва кадриятларига садоқатли бўлиш хусусиятларини шакллантириш;

- Ватанни ҳимоя қилиш, уни асраш тўғрисидаги замонавий тушунчаларни, дунёқарашни, мазкур масала бўйича шахсий эътиқодни шакллантириш ва мустаҳкамлаб бориш, ёшларни ҳарбий хизматга тайёрлаш, уларнинг маънавий-руҳий тайёргарликларини оширишга ёрдам берувчи таълим-тарбиявий тадбирларни ташкил этиш.

- ёшларнинг турли хил вазиятларга бўлган иродавий сифатларини тарбиялаш ва шакллантириш;

- ёшларда ўз-ўзига ва келажакка бўлган ишончни тарбиялаш;

- оилада, таълим муассасасида ҳарбий соҳа касбий маданияти ҳақида тушунчаларини шакллантириш.

Шунингдек, ўқувчиларни ҳарбий касбга қизиқишларини оширишда гуруҳ раҳбарлари ва командирлари қуйидаги қоидаларга амал қилиши лозим бўлади:

1. Ўқувчилар фаолиятини баҳолаб бориши ва шахсий хусусиятларини ҳисобга олиши;
2. Ўқувчиларнинг руҳиятига ва ёш хусусиятларига мос равишда муносабатда бўлиши;
3. Ўқувчиларни турли фаолиятга қизиқтира олиши ва диққатини жалб қила олиши;
4. Гуруҳга ва ҳар бир ўқувчига руҳий таъсир ўткази олиши;
5. Дарс жараёнини ўқувчиларнинг ўзлаштириш даражалари ҳамда руҳий ҳолатини ҳисобга олган ҳолда ташкил қилиш;
6. Баҳолаш, рағбатлантириш ва жазолашда ҳар бир ўқувчига хос руҳий ҳолатни ҳисобга олиш;
7. Иродавий сифатлар (ишонтириш, мақсадга эриша олиш, изчиллик, қатъийлик)ни шакллантиришга эришиш;
8. Ҳар бир ўқувчининг имкониятини, қобилиятини ва ўзлаштириш даражасини инобатга олиши;
9. Гуруҳда юз бериши мумкин бўладиган ҳолатларни олдиндан англай олиш ва бошқариш.

Илмий адабиётлар таҳлилидан келиб чиқиб, машғулот ва дарсдан ташқари вақтда ҳарбий ватанпарварлик тарбияси шакл ва услублари бўйича қуйидаги тавсияларга амал қилиниши мақсадга мувофиқ, деб ҳисоблаймиз:

1. Буюк саркардаларимиз, хусусан, Амир Темур ва бошқа саркардалар жанговар мероси ютуқлари ҳақидаги маъруза, суҳбатлар тайёрлаш ва ўтказиш;

2. Уруш ва меҳнат фахрийлари, Ўзбекистонлик жангчилар билан учрашувлар ташкиллаштириш;

3. Эътиборга сазовор саналарга бағишланган кечалар, ҳарбий ватанпарварлик тарбияси мавзуси бўйича анжуманлар ўтказиш;

4. Ҳарбий қисм ва ҳарбий таълим муассасаларига экскурсиялар уюштириш, бевосита таълим жараёни билан танишиш;

5. Турли ҳарбий спорт мусобақалари ва ўйинларида, ҳарбий-техник тўғарақлар ишида иштирок этиш;

6. Ҳарбий ватанпарварлик тарбияси мавзусига оид кинофильм, телекўрсатувлар кўриш, тегишли мазмундаги бадиий, тарихий, илмий китобларни жамоада муҳокама қилиш, қаҳрамонлар (прототиплари), ёзувчилар, олимлар билан учрашиш;

7. Музейлар, мемориал комплексларга бориш, урушда ҳалок бўлган жангчилар биродарлик қабрларини зиёрат қилиш, жанговар ва меҳнат шон-шухрати жойларига сафарлар уюштириш;

8. Ҳарбий ватанпарварлик мавзусига бағишланган энг яхши иншо, ҳикоя, расмлар кўргазмаси, кўрикларини ташкил қилиш.

Ҳарбий таълим муассасаларига қўйиладиган энг муҳим талаб ва илмий-техникавий, ижтимоий тараққиётнинг қатъий шарт – кенг дунёқарашли, эгилувчан тафаккурга эга, ностандарт фикр юритувчи, тезкор қарор қабул қилишга қодир, ҳарбий соҳани эгаллашга юқори қизиқиш, ижодий фаолият юрита оладиган креатив ҳарбий мутахассисни шакллантиришдан иборат.

“Темурбеклар мактаби” ҳарбий-академик лицей ўқувчиларининг шахс хусусиятларини ҳар томонлама ўрганиш билан биргаликда танлаган касбида меҳнат қилишга лаёқати, қобилияти, қизиқишини аниқлашдаги методикалар ишланамаларидан фойдаланиш – ёшларни ҳарбий ватанпарварлик руҳида тарбиялаш ҳамда ҳарбий касбга йўналтириш энг муҳим восита ҳисобланади.

Таҳлил. Биз илмий тадқиқот ишимизда “Темурбеклар мактаби” ҳарбий-академик лицей ўқувчиларини ҳарбий ватанпарварлик руҳида тарбиялаш ишларини олиб бориш билан биргаликда уларнинг ҳарбий соҳани эгаллашга бўлган қизиқишларини ўрганиш мақсадида “Ҳарбий хизматчи бўлишни хоҳлайсанми” номли махсус сўровнома тузиб чиқдик ва ўқувчиларда ўтказиб таҳлил ишларини олиб бориб қуйидаги натижаларга эга бўлдик.

Сўровнома 10 та қуйидаги саволлардан ташкил топган бўлиб, яъни:

1. Ҳарбий лицейга ўз хоҳишингиз ва қизиқишингиз билан кирганмисиз?
2. Ҳарбий лицейга ўқишга кирмасдан олдинги тасаввурларингиз, киргандан кейинги тасаввурлар билан мос келдими?
3. Ҳозирги вақтда ҳам ҳарбий хизматчи бўлиш фикрингиз мавжудми?
4. Ҳарбий хизматчи бўлиш учун қандай шахс сифатларига эга бўлиш керак?
5. Оилангиз ва қариндошларингиз орасида ҳарбий хизматчилар борми?
6. Нима учун ҳарбий хизматчи бўлмоқчисиз?
7. Ҳарбий хизматчи бўлиш учун атрофдагиларнинг қўллаб қувватлашлари (мотивация) кераками?
8. Нима деб ўйлайсиз келажакда ҳарбий хизматчи бўлиш учун сизда ирода кучи етарлики, ҳар қандай қийинчиликка чидай оласизми?
9. Ҳарбий соҳага қизиқишингизни ошириш учун нималарга эътибор бериш керак деб ўйлайсиз?
10. Сизда ҳарбий хизматчи бўлиш учун қандай характер хусусияти етишмайди, ўзингизда қайси характерни (сифатни) шакллантиришни хоҳлайсиз каби саволлардан иборат бўлди.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
80%	70%	75%	75%	60%	70%	62%	80%	80%	70%
10%	30%	10%	25%	40%	30%	38%	10%	20%	20%
10%	-	15%	-	-	-	-	10%	-	10%

Миллий гвардия “Темурбеклар мактаби” ҳарбий-академик лицей ўқувчиларида ўтказилган сўровнома натижалар таҳлиliga кўра:

1-устунда “Ҳарбий лицейга ўз хоҳишингиз ва қизиқишингиз билан кирганмисиз” саволига 80% ўқувчилар ўз хоҳиши билан кирганликлари, 10% ўқувчилар ота-онаси хоҳиши билан, 10% дўстим, синфдошим киргани учун деб жавоб беришганлиги.

2-устунда “Ҳарбий лицейга ўқишга кирмасдан олдинги тасаввурларингиз, киргандан кейинги тасаввурлар билан мос келдими” саволига 70% ўқувчилар “Ҳа” деб, 30% ўқувчилар “Йўқ” деб жавоб беришганлиги.

3-устунда “Ҳозирги вақтда ҳам ҳарбий хизматчи бўлиш фикрингиз мавжудми” саволига 80% ўқувчилар 75% ўқувчилар “Хоҳлайман”, 10% ўқувчилар “Хоҳламайман”, 15% ўқувчилар “Ҳали ҳам бир қарорга келмадим” деб жавоб беришганлиги.

4-устунда “Ҳарбий хизматчи бўлиш учун қандай шахс сифатларига эга бўлиш керак” саволига 75% ўқувчилар ўз фикрларини билдирганлар, 25% ўқувчилар “Билмайман” деб жавоб беришганлиги.

5-устунда “Оилангиз ва қариндошларингиз орасида ҳарбий хизматчилар борми” саволига 40% ўқувчилар “Йўқ” деб, 60% ўқувчилар “Ҳа” деб жавоб беришганлиги.

6-устунда “Нима учун ҳарбий хизматчи бўлмоқчисиз” саволига 30% ўқувчилар билмайман деб, 70% ўқувчилар ўз фикрларини билдирганлар.

7-устунда “Ҳарбий хизматчи бўлиш учун атрофдагиларнинг қўллаб қувватлашлари (мотивация) кераками” саволига 62% ўқувчилар “Керак эмас бусиз ҳам эплайман” деб, 38% ўқувчилар “Ҳа керак” деб жавоб беришганлиги.

8-устунда “Нима деб ўйлайсиз келажакда ҳарбий хизматчи бўлиш учун сизда ирода кучи етарликми, ҳар қандай қийинчиликка чидай оласизми” саволига 80% ўқувчилар “Ҳа чидайман”, 10% ўқувчилар йўқ чидамасам керак; 10% ўқувчилар билмасам, ўйлаб кўрмапман деб жавоб беришганлиги.

9-устунда Ҳарбий соҳага қизиқишингизни ошириш учун нималарга эътибор бериш керак деб ўйлайсиз саволига 80% ўқувчилар ўз ижобий фикрларини, 20% ўқувчилар билмайман деб жавоб беришганлиги.

10-устунда “Сизда ҳарбий хизматчи бўлиш учун қандай ҳарактер хусусияти етишмайди, ўзингизда қайси ҳарактерни (сифатни) шакллантиришни хоҳлайсиз” саволига 70% ўқувчилар ўз фикрларини, 20% ўқувчилар “Шарт эмас”, 10% ўқувчилар “Билмайман” деб жавоб беришганлиги аниқланди.

Хулоса. Юқоридаги натижалар таҳлили ва фикрларга асосланган ҳолда шуни хулоса қилиш мумкинки, ҳарбий лицей ўқувчиларининг ҳарбий лицейда таълим олиш ва ҳарбий хизматчи бўлишга бўлган интилишлар борлиги маълум бўлди, бироқ ўқув йил давомида ҳарбий соҳани эгаллаш, ҳарбий Ватанпарварлик туйғуларини бардавом руҳда бўлишини таъминлаш мақсадида ўқувчиларни ҳарбий соҳани эгаллашда ўз қобилиятларига яраша тўғри танлашларига эришиш, ҳарбий соҳани эгаллашга бўлган қаътийлик, ирода кучи ҳамда ҳарбий Ватанпарварлик туйғусини мустахкамлашда ҳарбий лицей ўқитувчилари, командирларининг билим маҳорати ва билим савияси, дидактик (шунингдек, академик, ташкилотчилик, перцептив ва ҳ. к.) қобилиятлари юксак бўлиши, фан асосларини турмуш билан боғлаб ўрганилиши, тўғарак ва қўшимча, ёрдамчи курслар оқилона уюштирилиши, психологик машғулотлар асосида руҳан чиниктириш, тетиклик, бардамлик, ўз-ўзига ишонч каби ҳислатларни ривожлантириш шунингдек, ҳарбий соҳа ва бошқа касблар тўғрисида маърузалар ўқирилиши, суҳбатлар, мунозаралар ўтказилиши, саёҳатлар, учрашувлар, касб-хунар фотоқўргазмаларини ташкил этиш орқали ўқувчиларда ҳарбий Ватанпарварлик туйғуси ҳамда ҳарбий касбий соҳани эгаллашга бўлган қизиқишларини шакллантиришда муҳим аҳамиятга эга ҳисобланади.

Адабиётлар:

1. Сатиб-Алдиев А.А. Таълимнинг фаол шакл ва методлари. // Методик тавсиялар: – Тошкент ОУҚБЮ, 2007. – 45 б.
2. Журавлев А.Л. Патриотизм как объект изучения психологической науки / А.Л. Журавлев, А.В. Юревич. // Психологический журнал. – 2016. – Т. 37. – № 3. – С. 88-98.
3. Махмудов Р.М, Акбаров Л.И. Ёшларни ҳарбий-ватанпарварлик руҳида тарбиялаш концепцияси амалда. PEDAGOGS international research journal. Volume-1, Issue-1, January-2022, v 223-230.
4. Саидов О.Б, Ватанпарварлик – психологик феномен сифатида. - DOI: 10.34920.

Муҳаммадиева Шахло Ғаниевна,

Тошкент шаҳридаги ММФЙ Миллий тадқиқот ядро университети
Федерал давлат автоном олий таълим муассасасининг филиали катта ўқитувчиси
muhammadiyevashaxlo9@gmail.com

НОГИРОНЛИГИ БОР (КЎРИШДА МУАММОСИ БОР) ШАХСЛАР ТАЪЛИМНИ ИЖТИМОЙЛАШУВИНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Аннотация. Мақолада автор кўришда нуқсонли бор бўлган шахсларнинг турлари, уларнинг ўзига хос хусусиятлари, уларнинг таълимни ижтимоийлашувдаги муаммолар, шунингдек, инклюзив таълим ва алоҳида эҳтиёжга эга ёшларнинг ижтимоий мослашувининг психологик хусусиятларини ҳам таҳлил қилади. Бундан ташқари кўришда нуқсонга эга шахсларнинг жамият билан бирлашишига, таълим олишига ёрдам берадиган бир қатор замонавий технология турларининг тавсифи ҳам мақолада келтирилган.

Калит сўзлар: ногиронлик, инклюзив таълим, ижтимоийлашув, мослашув, руҳий аҳвол, ҳимояланиш, методлар, кўриш қобилияти, «ҳис қилиш орқали кўриш».

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛИЗАЦИИ В ОБРАЗОВАНИИ ЛИЦ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ (С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ)

Аннотация. В статье автор анализирует виды лиц с нарушениями зрения, их специфические особенности, проблемы их социализации в образовательном процессе, а также психологические аспекты инклюзивного образования и социальной адаптации молодежи с особыми потребностями. Кроме того, в статье представлено описание ряда современных технологий, которые помогают лицам с нарушениями зрения интегрироваться в общество и получать образование.

Ключевые слова: инвалидность, инклюзивное образование, социализация, адаптация, психологическое состояние, защита, методы, зрительная способность, «видение через осязание».

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EDUCATIONAL SOCIALIZATION OF PERSONS WITH DISABILITIES (VISUAL IMPAIRMENT)

Abstract. In this article, the author analyzes various types of visually impaired individuals, their unique characteristics, and the challenges they face in educational socialization. The article also examines the psychological aspects of inclusive education and social adaptation for young people with special needs. Furthermore, it provides a description of several modern technologies that assist visually impaired individuals in integrating into society and accessing education.

Keywords: disability, inclusive education, socialization, adaptation, mental state, protection, methods, visual ability, "tactile vision".

Кирриш. Бугунги кунда, Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти маълумотларига кўра, дунёда камида 2,2 миллиард одам жиддий кўриш муаммоси ёки кўрликдан азият чекмоқда [1]. Ҳозирги вақтда инклюзив таълим ва алоҳида эҳтиёжли ёшларнинг ижтимоий мослашувига масаласи жуда муаммоли. Ҳолбуки, кўпчилик ўқитувчилар бундай талабалар билан ишлаш усулларини билишмайди, шунингдек, ўқув материалларини ўқув жараёнига мослаштиришни яхши шакллантирмаганлар. Йиллар давомида болалар ривожланиши, социологияси ва махсус таълим соҳасидаги тадқиқотлар ўқитувчиларни кўр болалар чекловларсиз муҳитда тарбияланишга улар ўсади, ривожланади ва кўпроқ ижтимоий ҳаётга эришади деган хулосага келди. Кўзи ожизлар таълими бўйича яхши тайёрланган мутахассислар томонидан қўллаб-қувватланадиган маҳаллий таълим орқали бу болалар атрофдаги дунё ҳақиқатларини чуқур англаш учун зарур бўлган кундалик умумий тажрибалардан баҳраманд бўлишлари мумкин. Шунга кўра, ногиронликка эга инсонлар, хусусан кўзи ожиз шахсларнинг таълим олиш масаласи долзарбдир. Ўзбекистонда инклюзив таълимни ривожлантириш, алоҳида таълим эҳтиёжлари бўлган болаларга таълим-тарбия бериш тизимини такомиллаштириш ҳамда уларга кўрсатиладиган таълим хизматлари сифатини яхшилаш мақсадида 2020 - 2025 йилларда халқ таълими тизимида инклюзив таълимни ривожлантириш концепцияси ишлаб чиқилган. Концепция Ўзбекистон Республикасида инклюзив таълимни ривожлантиришнинг мақсадлари, вазифалари, устувор йўналишлари, ўрта ва узоқ муддатли

истикболдаги босқичларини белгилайди ҳамда инклюзив таълимни ривожлантиришга йўналтирилган дастурлар ва комплекс чора-тадбирларни ишлаб чиқиш учун асос бўлади [2]. Ҳозирги босқичда инклюзив таълимнинг долзарб вазифаларидан бири ўқув жараёнида кўзи ожиз ва кўр ўқувчиларни ижтимоийлаштиришнинг янги шакллари аниқлашдан иборат. Интернет ижтимоийлашувининг функционалигини тушуниш айниқса муҳимдир - бу умумий таълим тизимини ва хусусан, инклюзив таълимни ривожлантириш механизмларини ўз ичига олади. Алоҳида таълимга муҳтож одамлар учун ўқитишни ташкил этиш давлатдаги иктисодиётнинг ҳолати, сиёсий тизим, давлатнинг ижтимоий сиёсати, дин, маълум бир миллатнинг менталитети каби кўплаб омилларга боғлиқ.

Методология. Автор мақолада М.Селигман, Б.Г. Ананьев, А.Г. Литвак, А.И. Мещеряков ва бошқаларнинг ёш ногиронларни турли даврларда жамиятга муваффақиятли мослашишлари ҳақидаги ишларини таҳлил қилади.

Ўзбекистонда ногиронлиги бўлган шахсларни ижтимоийлаштириш ва ҳимоя қилиш масалалари бир қатор социолог олимлар жумладан, З.Ф. Узакова, Д.Юсупов, А.Абдухалилов кабилар томонидан таҳлил қилинган ва автор ушбу олимлар ишларидан ҳам бир қаторларини кўриб чиққан. Бундан ташқари, 2020-2025 йилларда халқ таълими тизимида инклюзив таълимни ривожлантириш концепцияси келтирилган фикр-мулоҳазалар ва таҳлил қилинган рақамларга ҳам мурожат қилинган. Мақолада кўзи ожизлар учун яратилган электрон платформалар ва уларнинг хусусиятлари, фарқлари ҳақида ҳам таҳлил олиб борилган.

Асосий қисм. Кўришда муаммоси бор бўлган шахсларнинг аввало ижтимоий ҳаётга мослашуви муҳимдир. А.И. Мещеряковга кўра, меҳнат фаоллининг мавжудлиги инсоннинг атроф-муҳитга ижобий мослашувини кўрсатиши мумкин. Кўр, кар-соқовларнинг органик эҳтиёжларни қондиришдаги бу фаоллик, ногиронлиги бор одамларни мослаштириш бўйича барча ишлар уларда эрта ёшда индикатив тадқиқот фаолиятини ривожлантиришга асосланган бўлиши керак [3,-С.93]. Б.Г.Ананьевнинг таъкидлашича, одамларда "сезгиларнинг ўзи овқатланиш ва кўпайишдан ташқари мустақил ҳаётга эришишга эга бўлган ташқи дунёни билиш ва унга мослашишга бўлган эҳтиёжнинг алоҳида турига айланади" [4,-С.61]. Ўрганилган ночорлик" тушунчаси М. Селигман томонидан киритилган бўлиб, ногироннинг бошқалардан ҳаддан ташқари ҳимояланиш таъсири остида нафақат кундалик (одатий) вазиятларда, балки у ҳали ҳаракат қилишга уринмаган янги вазиятларда ҳам ижобий натижага эришишга интилишдан бош тортишидир [5, -Р.47]. Шу фикрга таянадиган бўлсак ногиронлиги бор шахсларнинг, хусусан кўришда муаммоси бўлган инсонларни маълум бир гуруҳга ажратиб ихоталаш орқали биз уларга нафақат ёрдам бераолмаймиз, балки бутунлай акс таъсир кўрсатадиган натижаларга эришишимиз мумкин.

Узакова З.Ф. фикрига кўра, ижтимоийлашув барча ижтимоий жараёнларни камраб олган икки томонлама жараёндир. Бунинг натижасида шахс маълум бир билимлар, меъёрлар ва қадриятлар тизимини ўзлаштиради ва кўпайтиради [6]. Бу эса ўз навбатида ногиронлиги бор инсонларга ўзларини жамиятнинг бир қисми сифатида ҳис қилишларига ёрдам беради, изоляция ва ёлғизлик туйғуларини камайтиради. Бу ўз-ўзини ҳурмат қилиш ва ўзига ишончни оширишга ёрдам беради.

Абдухалилов А. таъкидлашича, ногиронлиги бор бўлган ва ногирон бўлмаган талабалар ўртасида ижтимоий-психологик параметрларида глобал фарқлар мавжуд эмас, бу инклюзив олий таълимни янада кенгайтириш ва ривожлантириш учун қулай шароит яратади [7, -Р.70]. Ушбу фикрга таянадиган бўлсак, ногиронлиги бор шахсларнинг ижтимоийлашувининг маъқул ечимларидан бири-инклюзив таълим, хусусан инклюзив олий таълимни самарали тарзда йулга қўйиш, деган хулосага кела оламиз.

Олим Д.Юсуповнинг фикрига кўра, ногиронлиги бор инсонларнинг ҳақ-ҳуқуқлари кўп йиллардан бери поймол қилиб келинган. «Шуни таъкидлаш керакки, бир жойда ўқиш, ишлаш, яшаш ва маданий, кўнгилочар ва спорт тадбирларида қатнашиш қулай бўлса-да, қар ва кўр одамлар узок вақтдан бери асосий жамиятдан ажратилган. Бунинг асосий сабаби шундаки, Совет ҳукумати қар ва кўр одамларни утопик коммунистик мафқурани сингдириш вазифасини юклаган Карлар жамияти ва Кўрлар жамияти институтлари орқали назорат қилиш осонроқ бўлган», таъкидлайди Д.Юсупов [8,-Р.221]. Бундан шу хулосага келишимиз мумкинки, ҳар қандай ногиронлиги бўлган шахс – жамиятнинг тенг ҳуқуқли аъзоси ва уларнинг жамият билан ижтимоийлашувига тўсиқ бўлувчи у ёки бу ҳолатнинг бартараф этилиши доимо долзарбдир.

Кўришда нуқсони бор шахсларнинг ижтимоийлашувидан ташқари уларнинг руҳияти билан боғлиқ ҳолатлар мавжудки, уларни таҳлили кўпгина муаммоли вазиятларни ечишда муҳим ўрин тутди. Визуал нуқсон шароитида психо-эмоционал стресс кучаяди, шахснинг қийин ҳаётга эришиш вазиятларини идрок этиши кескинлашади, уларни бартараф этишнинг адекват воситаларини танлаш

кийинлашади, ички рухий зиддият ҳолати, ижтимоий мослашув, хатти-ҳаракатларнинг бузилиши ва шу каби муаммолар намоён бўлади. А.Г. Литвакга кўра, оғир интеллектуал бузилишлар, нейропсих аномалиялар ва психофизик инфантилизм ҳам кўр ва заиф кўрадиганлар орасида жуда кенг тарқалган. Унинг таъкидлашича, кўзи ожизлар ва кўриш қобилияти заиф одамларнинг психикасини ўрганишнинг қийинлиги шундаки, ушбу таърифга кирувчи одамлар контингенти касалликнинг табиати ва асосий кўриш функцияларининг бузилиши даражасида жуда хилма-хилдир [9,-С.8].

Таҳлил ва натижалар. Кўришни йўқотишнинг турли даражалари мавжуд: иккала кўзнинг мутлақ (тўлиқ) кўрлиги, бунда ёруғлик ҳиси ва рангни кўриш бутунлай йўқолади; амалий кўрлик, бунда ёруғликни идрок этиш ёки қолдиқ кўриш сақланиб қолади, бу маълум даражада ёруғлик, ранглар, объектларнинг контурлари ва силуетларини идрок этишга имкон беради.

Белгиланган таснифга кўра, кўриш кескинлиги 0% дан 0,04% гача бўлган шахслар кўрлар деб таснифланади. Шундай қилиб, кўр аҳолига бутунлай кўр (тўлиқ кўр) ва қолдиқ кўриш қобилиятига эга (ёруғликни идрок этишдан кўриш кескинлиги 0,04% гача) бўлган одамлар киради. Кўриш кескинлиги 0,05% дан 0,2% гача бўлган кишилар кўриш қобилияти заиф гуруҳга кирадилар ва улар маълум гигиеник талабларга риоя қилган ҳолда кўриш қобилияти билан ишлаши мумкин бўлган одамлардир.

Кўриш қобилияти паст бўлган талабалар (ёки кўриш қобилияти паст ва нормал ўртасида чегара чизиғи бўлган) кўриш кескинлиги 0,5 (50%) дан 0,8 (80%) гача бўлган кўзни тузатиш билан яхши кўрадиган шахслардир. Кўриш қобилияти паст бўлган талабалар (ёки кўриш қобилияти паст ва нормал ўртасида чегара чизиғи бўлган) кўриш кескинлиги 0,5 (50%) дан 0,8 (80%) гача бўлган кўзни тузатиш билан яхши кўрадиган шахслардир. Шундай қилиб, юқорида таъкидланганидек, кўрлик ва паст кўришдаги кўриш ҳолати маълум фарқлар билан тавсифланади ва буни 1-жадвалда кузатишимиз мумкин.

1-жадвал.

Кўришда муаммоси бор болаларнинг кўриш даражаси бўйича фарқ таснифи

Болалар тоифалари	Болалар гуруҳлари	Визуал қобилиятлар ва чекловлар
Кўрлик	<i>бутунлай кўрмаслик</i>	визуал сезгиларнинг тўлиқ йўқлиги (ёруғлик ва қоронғуликни ажрата олмаслик)
	<i>ёруғлик идроки билан</i> а) нотўғри проекция билан: улар ёруғлик йўналишини тўғри аниқлай олмайдилар ва натижада мустақил йўналиш учун ёруғлик идрокидан фойдаланадилар; б) тўғри проекция билан: ёруғлик йўналишини тўғри аниқлай оладилар; в) ранг идроки билан: ёруғлик, қоронғулик ва рангларни фарқлай оладилар.	визуал сезгиларга эга
	<i>қисман</i> оптик тузатиш шароитида(яъни кўзойнақлар билан) яхши кўрадиган кўз учун кўриш кескинлиги 0,005 дан 0,04 гача)	объектларни визуал тарзда идрок эта олади, лекин визуал тасвирлар сифатсиз
Кўриш қобилияти паст (оптик узатиш шароитида яхши кўрадиган кўзнинг кўриш кескинлиги кўрсаткичи 0,05-0,4).	<i>оғир даража</i> (оптик тузатиш билан яхши кўрадиган кўз учун кўриш кескинлиги 0,05 дан 0,09 гача)	Одатда бир қатор кўриш функциялари бузилади: кўриш майдони (торайиши), ёруғликни идрок этиш (фотосенситивликнинг ошиши ёки пасайиши), рангларни фарқлаш, окуломотор функциялар сезиларли даражада мураккаблашади. Анъанавий ёзиш ва ўқиш тизимини ўзлаштириш

		билан бир қаторда, бу болалар ёзиш ва ўқишнинг рельеф-нуқта тизимини ўрганишлари керак.
	ўртача даража (оптик тузатиш билан яхши кўрадиган кўз учун кўриш кескинлиги 0,1 дан 0,2 гача)	Визуал тасвирларда бузилишлар ва ҳаракатланаётганда визуал назорат қилишда қийинчиликлар мавжуд. Кўпгина болалар монокуляр кўриш қобилиятига эга. Болаларда кўриш кескинлигининг пасайиши билан бирга, бошқа кўриш функциялари (кўриш майдони, ёруғликни идрок этиш, кенглик контраст сезгирлиги, рангларни фарқлаш, окуломотор функциялар ва бошқалар) бузилиши (индивидуал ёки комбинацияланган) бўлиши мумкин.
	заиф даража (оптик тузатиш билан яхши кўрадиган кўз учун кўриш кескинлиги 0,3 дан 0,4 гача)	Марказий кўришнинг доимий пасайиши ва иккиламчи визуал асоратлар (ғилайлик) тез-тез учрайди.

Кўзи ожиз инсоннинг ўз ногиронлигига бўлган ўзига хос муносабатини белгилайдиган муҳим омил - бу кенг кўламли барқарор ижтимоий алоқаларнинг мавжудлигини ўз ичига олган ижтимоий қўллаб-қувватлашдир. Ижтимоий ёрдамнинг мавжудлиги биргаликда яшаш ва бошқа одамлар билан бўш вақт ўтказиш, дўстларга эга бўлиш, қизиқиқарли клублар ёки жамоат бирлашмаларига аъзолик билан тавсифланади.

Кўзи ожиз одамларни ўргатишда дунёни ҳис қилиш орқали «кўриш» долзарб бўлиб қолади, шунинг учун "болаларга тайёргарлик синфларидан то тўққизинчи синфгача ҳис қилиш орқали «кўриш»ни шакллантириш муҳимдир. Шунингдек, «бу вақт оралиғида уларга мўлжал олишни ўргатилади. Бошланғич мактабда микромуҳитда, масалан, кичкина хонада, иш столида тана билан ишлашни ўргатилади. 3-4-синфларда синфхоналар, турар-жой бинолари ва мактаб ҳудудида ҳаракат қилишни ўргатилади. Бу ёшда болалар ҳассадан фойдаланишни бошлашади. 6-7-синфларда эса мактабдан ташқарида кўчада ҳаракат қилишни ўргатилади».

Баъзи ҳудудларда кўзи ожиз болалар учун махсус овозли светофорлар ўрнатилаётгани қувонарли ҳолдир. Бунда шаҳарнинг ўта гавжум кўчаларида жойлашган кўзи ожиз болаларнинг махсус мактаблари олдида ўрнатилган овозли светофорлар болаларга огоҳлантирувчи овозлар ёрдамида кўрсатма бериб туради. Бу эса мактаб ўқувчиларининг хавфсизлигини таъминлашнинг асосий мезонидир.

Давлатимизда алоҳида таълимга эга ёшларни эҳтиёжларни қондириш мақсадида бир қатор чора-тадбирлар кўрилмоқда. Умумтаълим муассасаларида имконияти чекланган болаларни ўқитиш учун зарур шароитларни яратишни кенгайтириш мақсадида инклюзив таълим тизимини ташкил этиш бўйича янгича ёндашув республикада татбиқ этилмоқда. Умумий ўрта таълим ташкилотларида инклюзив таълимни ташкил этиш соҳасини тартибга солувчи норматив-ҳуқуқий ҳужжатлар ишлаб чиқилмоқда. Халқ таълими тизимида жисмоний ёки психик ривожланишида нуқсон бўлган болалар учун 86 та ихтисослаштирилган мактаб ва 21 та мактаб-интернат мавжуд бўлиб, уларда 20 610 нафар бола таълим олмақда. Шунингдек, жисмоний ёки психик ривожланишида нуқсон бўлган ва узок муддатли даволанишга муҳтож 13 437 нафар болалар уйда таълим олмақда. Алоҳида шароитларда тарбиялаш ва таълим беришга муҳтож болаларнинг таълими 2 та ихтисослаштирилган ўқув-тарбия муассасасида амалга оширилмоқда. 19 та Меҳрибонлик уйи ва 3 та болалар шаҳарчасида 2 577 нафар етим ҳамда ота-она қарамоғидан маҳрум бўлган болалар тарбияланмоқда [10].

Кўзи ожиз одамлар учун таълим жараёнининг асосий ўзига хослиги визуал идрок этишнинг йўқлиги (ёки сезиларли даражада чекланиши) шароитида ахборот алмашинувини амалга оширишнинг ўзига хос хусусиятлари билан белгиланади [11,-С.18]. Кўзи ожизлар учун ўқув жараёнининг асосий хусусияти - ўқувчиларда барча зарур кўникма ва билимларни ривожлантириш учун ўқув материали ва ўқитиш усулларины мослаштириш зарурати. Бунинг учун идрокнинг тактил ва эшитиш воситаларидан фойдаланиш, эшитиш ва тегиниш сезгиларига урғу бериб ўргатиш, инклюзив таълим сингари махсус технологиялар, материаллар ва ёндашувлардан фойдаланиш керак.

Кўзи ожиз ва заиф кўрадиган ўқувчилар кўриш қобилиятининг бузилиши натижасида махсус таълим эҳтиёжларига эга. Кўзи ожиз ва заиф кўраётган ўқувчиларнинг махсус таълим эҳтиёжлари таркибига, бир томондан, барча ногирон ўқувчиларга хос бўлган таълим эҳтиёжлари, бошқа томондан, фақат ушбу гуруҳларнинг ҳар бирига хос бўлган таълим эҳтиёжлари ўз ичига олади.

Кўзи ожиз ва заиф кўрувчиларга ёрдам беришга мўлжалланган бир нечта умумий ва таълим платформалари, шунингдек, янги технологиялар мавжуд. Улардан баъзиларига тўхталиб ўтамиз:

1. Экранни ўқиш дастурлари ва ёрдамчи дастурлар

- JAWS (Job Access With Speech)- Экрандаги матнни нутққа айлантирувчи кенг қўлланиладиган экран ўқувчи. Бу кўр фойдаланувчиларга веб-сайтлар, ҳужжатлар ва дастурий таъминот билан навигация қилиш ва ўзаро алоқада бўлишга ёрдам беради.

- NVDA (NonVisual Desktop Access): Нутқ ва Брайл ёзувларини тақдим этувчи Windows учун бепул, очик манбали экран ўқувчи. NVDA ўзининг қулайлиги ва арзонлиги туфайли машҳурдир.

- VoiceOver (Apple): Барча Apple қурилмаларига (iPhone, iPad, Mac) ўрнатилган. VoiceOver экрандаги контентни овоз чиқариб ўқийди ва сенсорли навигацияга имкон беради.

- TalkBack (Android): Android қурилмаларига ўрнатилган экранни ўқиш мосламаси кўриш қобилияти заиф фойдаланувчиларга ўз телефонлари ёки планшетларига кириш ва улар билан мулоқот қилишда ёрдам беради

2. Таълим платформалари ва ўқув воситалари

- Learning Ally: Кўришда нуқсонли бўлган талабалар учун аудиокитоблар ва ўқув материалларини таклиф қилувчи онлайн платформа. Унда аудио форматдаги дарсликлар ва адабиётларнинг катта кутубхонаси мавжуд.

- Bookshare: Босма имконияти чекланган шахслар учун рақамли китоблардан бепул фойдаланиш имконини берувчи онлайн хизмат. Аъзолар китобларни аудио, Брайл алифбоси ёки катта ҳажмдаги босма форматларда юклаб олишлари мумкин.

- Braille eReaders: Braille Note Touch Plus каби қурилмалар Брайл алифбосидаги таълим ресурсларига кириш имконини беради. Ушбу электрон ўқувчилар рақамли контент ва иловаларга киришда Брайл алифбосида ўқиш ва ёзиш учун фойдалидир.

3. Янги технологиялар:

- Ақлли кўзойнақлар ва тақиладиган қурилмалар

- Aiga: Кўзи ожиз фойдаланувчиларни ўз смартфонлари ёки ақлли кўзойнақлари орқали малакали мутахассислар билан боғлайдиган хизмат. Мутахассис атрофни тасвирлаши, матнларни ўқиши ёки навигацияда ёрдам бериши мумкин.

- OrCam MyEye: Кўзойнақларга уланадиган ва матнни ўқиш, юзларни таниб олиш ва маҳсулот ва нарсаларни аниқлаш учун сунъий интеллектдан фойдаланадиган тақиладиган қурилма.

- Envision Glasses: Атроф-муҳитни тасвирлаш, матнни ўқиш ва кундалик ишларда ёрдам бериш учун АИдан фойдаланадиган ақлли кўзойнақлар. Ушбу кўзойнақлар визуал вазифаларни янада қулайроқ қилиш учун мўлжалланган. Бу инновациялар кўришда нуқсонли бўлган шахслар учун қулайлик, ўрганиш ва мустақилликни оширишга қаратилган.

Тавсиялар. Юқорида кўзи ожиз ўрганувчиларнинг умумий таълим эҳтиёжларини келтириб ўтган бўлсак, куйида дарс жараёнида ўргатувчи -ўқитувчи эътибор қаратиш лозим бўладиган айрим кўрсатмаларга тўхталиб ўтмоқчимиз(инглиз тили дарси мисолида)

-доимий овоз чиқариб туришни унутмаслик;

Бу шуни англатадики, масалан, ўқитувчи доскада ёзаётганида, нима ёзаётганини айтиши керак. Ҳар қандай кўриш қобилияти заиф талаба уни фойдали деб топади ва кўриш қобилиятига эга бўлган кўплаб талабалар учун ҳам фойдали бўлади.

-талабани синфнинг қолган қисмига жалб қилиш;

Бу камдан-кам ҳолларда (агар бўлса) муаммо; ўқувчиларни гуруҳларга бўлишда ҳаммани бирдек камраб олиш ва кўзи ожиз ўқувчини алоҳида ёрдам учун ажратмаслик.

- кўзи ожиз ўқувчи бутун синф билан танишиши учун ҳамма гапирётганига ишонч ҳосил қилиш;

Масалан, дарс учун давомат қилаётиб исмларни чақириш,шунчаки, ҳа, деб жавоб бериш ўрнига, талаба "ҳа" деб айтиши ва ўзининг сеvimли кўшиқчиси ёки қўллаб-қувватлаётган футбол жамоаси ёки ёктирадиган актёрини бериши керак. Бу кўзи ожиз ўқувчига бошқа ўқувчиларнинг каердалигини ва хонанинг каерида ўтирганини кўрсатишга имкон беради.

-иложи борица реалидан фойдаланиш;

Автомобилнинг флеш-картасини кўрсатиш ўрнига, кўриш қобилияти заиф ўқувчи тегиши ва ҳис қилиши мумкин бўлган модел автомобилдан фойдаланиш, шунда ўқувчилар буни ҳис қилишлари ва тассавур қилишлари мумкин.

Хулоса. Хулоса қилиб айтганда, олиб борилган тадқиқот шуни кўрсатдики, кўзи ожиз ўқувчилар кўра олмасликлари мумкин, лекин улар бошқа соҳаларда мукамал қобилиятга эга, шунинг учун керак бўлганда ўқитувчи кичик тузатишлар киритиши керак, лекин уларга ўрганишга ёки бошқа ҳеч нарса қилишга қодир эмасдек муносабатда бўлмаслик керак.

Кўзи ожиз шахс жамиятнинг бир бўлаги бўлиб ҳис қилаолишини таъминлаш шароитини нафақат синфхонада балки бутун кундалик ҳаётда яратиш керак.

Ўзбекистонда кўзи ожиз ёки кўр одамлар таълимни ижтимоийлаштиришнинг психологик жиҳатларини таҳлил қилувчи илмий тадқиқотлар деярли йўқ ва буни ўрганишга эҳтиёж катта. Бу ўз навбатида кўзи ожиз ва заиф кўрувчиларни касбий фаолиятга сифатли тайёрлашни таъминлаш учун шароит яратиш имконини беради.

Адабиётлар:

1. Mani MN. The role of integrated education for blind children. Community Eye Health. 1998;11(27):41-2. PMID: 17492039; PMCID: PMC1706061. [Электрон ресурс]. Кириш тартиби: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC1706061/> (мурожат санаси: 30.11.2024).
2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 13 сентябрдаги ПҚ-4860-сон "Алоҳида таълим эҳтиёжлари бўлган болаларга таълим-тарбия бериш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги Қарори, // [Электрон ресурс]. Кириш тартиби: <https://lex.uz/ru/docs/5044711> (мурожат санаси: 30.11.2024).
3. Пути совершенствования социально-трудовой реабилитации инвалидов по зрению: Метод. рекомендации/Сост. В.П. Жохов, А.Г. Литвак и др 1988. С.93
4. Ананьев Б.Г. Теория ощущений / Ананьев Б.Г. – Л.: ЛГУ, 1961. – 457 с. – С. 61.
5. Seligman, Martin E.P. Helplessness: On Depression, Development, and Death. 1975. P-47
6. Узакова З.Ф. Особенности социализации и трудовой интеграции молодежи с ограниченными возможностями [Электрон ресурс]. Кириш тартиби: <https://diss.natlib.uz/tanishish> (мурожат санаси: 30.11.2024).
7. Abdukhalilov A. The main features of providing employment for young people with disabilities in Uzbekistan. // Current research journal of pedagogics 2(10): 67-70, October P-70.
8. Yusupov D. Disability and Citizenship in Post-Soviet Uzbekistan: the role of disabled people's // Organisations, mahalla and Islam. P-221
9. Литвак А.Г. Психология слепых и слабовидящих: учеб.пособие/ А Рос. гос. пед. Ун-т им. А.И. Герцена. - СПб : Изд-во РГПУ, 1998.С-8
10. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2019 йил 29 апрельдаги ПФ-5712-сон "Ўзбекистон Республикаси Халқ таълими тизимини 2030 йилгача ривожлантириш концепциясини тасдиқлаш тўғрисида"ги Фармони, // [Электрон ресурс]. Кириш тартиби: <https://lex.uz/docs/4312785> (мурожат санаси: 30.11.2024).
11. Методические рекомендации «Особенности обучения и психолого-педагогического сопровождения слабовидящих детей в условиях ФГОС ОВЗ», /Маркелова Ю.- Иваново, 2021. С-18.

Нарзикулова Фируза Ботировна,

профессор кафедры «Педагогика, психология и физическая культура»

Самаркандского государственного института иностранных языков,

доктор психологических наук (DSc)

firuz-narzikulova@mail.ru,

ID ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-7809-2888>

Рахиммирзаев Санжар Ботурович,

доцент кафедры Психологии факультета социальных наук Национального Университета

Узбекистана им. М.Улугбека, кандидат психологических наук

sanjar-rah@list.ru,

ID ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-0151-2175>

ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ БЛАГОПОЛУЧИЯ СОТРУДНИКОВ КОМПАНИЙ

Аннотация. Статья посвящена изучению основных подходов исследования благополучия сотрудников компаний. Рассмотрены различные подходы учёных относительно понимания благополучия сотрудников, раскрыты особенности структурного содержания изучаемого явления, выделены слабые аспекты предлагаемых подходов, требующие эмпирического исследования.

Ключевые слова: благополучие сотрудников, структурные компоненты благополучия сотрудников, подходы, концепции благополучия, гедонистический подход к пониманию благополучия, эвдемонический подход к пониманию благополучия, социальный подход к пониманию благополучия, междисциплинарный подход к пониманию благополучия, модель благополучия сотрудника.

KOMPANIYA XODIMLARINING FAROVONLIGINI O'RGANISHDA ASOSIY YONDASHUVLAR

Annotatsiya. Maqola kompaniya xodimlarining farovonligini o'rganishning asosiy yondashuvlarini o'rganishga bag'ishlangan. Xodimlarning farovonligini tushunish bo'yicha olimlarning turli xil yondashuvlari ko'rib chiqiladi, o'rganilayotgan hodisa tarkibining xususiyatlari ochib beriladi, empirik tadqiqotlarni talab qiladigan taklif etilayotgan yondashuvlarning zaif tomonlari ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar: xodimlarning farovonligi, xodimlar farovonligining tarkibiy qismlari, yondashuvlar, farovonlik tushunchalari, farovonlikni tushunishga hedonistik yondashuv, farovonlikni tushunishga evdemonik yondashuv, farovonlikni tushunishga ijtimoiy yondashuv, farovonlikni tushunishga fanlararo yondashuv, xodimlarning farovonligi modeli.

BASIC APPROACHES IN STUDYING THE WELL-BEING OF COMPANY EMPLOYEES

Abstract. The article is devoted to the study of the main approaches to studying the well-being of company employees. Various approaches of scientists to understanding the well-being of employees are considered, the features of the structure of the phenomenon under study are revealed, and the weaknesses of the proposed approaches that require empirical research are highlighted.

Keywords: employee well-being, structural components of employee well-being, approaches, concepts of well-being, hedonistic approach to understanding well-being, eudaimonic approach to understanding well-being, social approach to understanding well-being, interdisciplinary approach to understanding well-being, employee well-being model.

Введение. На сегодняшний день современные организации всё больше уделяют внимание благополучию сотрудников как важному аспекту успешного функционирования бизнеса. Благополучие сотрудников включает в себя не только физическое и психологическое здоровье, но и уровень удовлетворённости работой, ощущение безопасности, возможности для профессионального роста и баланс между работой и личной жизнью. Исследования в этой области показывают, что внимание к благополучию сотрудников напрямую связано с повышением их производительности, снижением уровня текучести кадров и укреплением корпоративной культуры.

Разнообразие подходов к изучению благополучия сотрудников обусловлено междисциплинарным характером этой темы. Экономика, психология, социология и менеджмент

предлагают различные перспективы анализа, начиная от изучения материальных условий труда и заканчивая исследованием эмоционального выгорания и вовлечённости. При этом каждая из этих областей подчёркивает значение системного подхода, учитывающего как личные, так и организационные факторы.

Цель данной статьи – рассмотреть основные подходы к исследованию благополучия сотрудников компаний, выделить их особенности и определить направления для дальнейшего изучения. Такой анализ позволит углубить понимание роли благополучия в развитии современного бизнеса и создать основу для разработки эффективных практик управления персоналом.

Анализ литературы. Е.И. Рут, Л.И. Августова и другие, придерживаясь преимущественно эвдемонического подхода к пониманию благополучия сотрудников фокусируют внимание на глубоком удовлетворении и самореализации. Основные аспекты этого подхода, как правило, включают:

самореализацию, т.е. создание условий для раскрытия потенциала сотрудников, предоставления возможностей для профессионального роста и развития;

смысл и цель, т.е. помощь сотрудникам в понимании важности их работы и их вклада в общие цели компании, разработка миссии и ценностей, с которыми сотрудники могут себя идентифицировать;

вовлечённость, т.е. поощрение активного участия сотрудников в жизни компании, развитие культуры сотрудничества и обмена идеями;

качество межличностных отношений, т.е. стимулирование открытого и честного общения, поддержка команды и укрепление связей между сотрудниками;

автономия и ответственность, т.е. предоставление сотрудникам свободы в принятии решений и ответственности за свою работу, создание условий для проявления инициативы [11].

Эвдемонический подход в целом способствует более глубокому удовлетворению, повышая вовлечённость и лояльность сотрудников, что ведёт к улучшению общей эффективности компании. Кроме того, эвдемонический подход к благополучию основан на идеях, которые уходят корнями в философию Аристотеля, где благополучие связано с самореализацией и достижением жизненного смысла. В контексте современного понимания благополучия сотрудников в рамках данного подхода, значительный вклад внесли исследователи из области позитивной психологии [5].

Подход Д. Леонтьева охватывает вопросы смысла жизни и самореализации, что связано с эвдемоническим подходом и трактует благополучие сотрудников, фокусируясь на следующих ключевых аспектах:

смысложизненные ориентации, т.е. значимость работы и её соответствие личным ценностям и целям. Ощущение смысла в деятельности способствует повышению удовлетворённости и мотивации;

баланс работы и личной жизни, т.е. способность гармонично сочетать профессиональные и личные обязательства, что способствует снижению стресса и повышению качества жизни;

социальная поддержка, т.е. наличие поддержки со стороны коллег и руководства, что укрепляет чувство принадлежности и снижает уровень профессионального выгорания;

условия и среда труда, т.е. комфортные и безопасные условия работы, способствующие продуктивности и благополучию;

При этом автор подчёркивает важность комплексного подхода к благополучию, учитывая личностные и профессиональные аспекты жизни сотрудников [6].

Придерживаясь эвдемонического подхода к пониманию благополучия Н.С. Глуханюк, О.А. Коропец, М.Н. Юртаева сосредотачиваются на следующих его аспектах:

самореализация, т.е. осуществление личного потенциала и стремление к достижению собственных целей и идеалов;

смысл и значимость, т.е. поиск и реализация смысла жизни, участие в деятельности, которая приносит удовлетворение и соответствует внутренним ценностям;

личностный рост, т.е. постоянное развитие и открытость новому опыту, стремление к самосовершенствованию;

автономия, т.е. способность действовать в соответствии с собственными убеждениями и ценностями, независимо от внешнего давления;

аутентичность, т.е. жизнь в соответствии с истинной сущностью, честность с самим собой и окружающими.

По мнению учёных, эвдемонический подход акцентирует внимание на глубоком внутреннем удовлетворении и смысле, в отличие от более гедонистического фокуса на удовольствия и избегание боли [2].

Согласно позициям Д.Г. Мухамедовой, С.А. Водяха, Д.Г. Орловой, А.Е. Созонтовой и других понимание благополучия сотрудников ориентировано на достижение удовольствия и удовлетворения от профессиональной деятельности, проведённой, проводимой работы. Такое понимание можно отнести к так называемому гедонистическому подходу, основные аспекты которого включают:

удовлетворение потребностей, т.е. обеспечение конкурентоспособной заработной платы и бонусов, предоставление разнообразных льгот, таких как медицинское страхование, питание и транспорт;

комфортная рабочая среда, т.е. создание приятной и удобной обстановки в офисе, обеспечение современным оборудованием и технологиями;

управление стрессом, т.е. проведение мероприятий для снижения стресса, таких как тренинги по управлению стрессом и занятия йогой, предоставление возможности для отдыха и восстановления, в том числе через гибкий график и перерывы;

признание и награды, т.е. регулярное признание достижений сотрудников, использование систем вознаграждения, организация корпоративных мероприятий и праздников для поднятия командного духа;

социальные взаимодействия, т.е. поддержка дружелюбной и открытой корпоративной культуры, организация различных социальных мероприятий для укрепления связей между сотрудниками.

В целом, гедонистический подход помогает создать позитивную рабочую атмосферу, что может повысить благополучие сотрудников, их удовлетворённость, лояльность к компании [1, 8, 10, 12].

По своей сущности, гедонистический подход к благополучию в более широком смысле, включая благополучие сотрудников, основывается на идеях, которые восходят к древнегреческим философам, таким как Эпикур. В современном контексте этот подход часто связан с позитивной психологией. Хотя нет ни одного конкретного автора, который бы разработал гедонистический подход именно к благополучию сотрудников, многие современные исследователи и практики в области организационного поведения и человеческих ресурсов применяют принципы гедонизма. В целом, их работа направлена на создание условий, которые способствуют повышению удовольствия и удовлетворенности сотрудников от работы [7].

Следующим значимым подходом выступает социальный, согласно которого ряд исследователей раскрывают понимание, а также структуру благополучия работников. Так, Л. Григорьева, придерживаясь социального подхода, исследовала благополучие сотрудников, уделяя внимание факторам, влияющим на их психологическое, социальное и профессиональное состояние. Это направление исследований имеет большое значение для понимания и улучшения условий труда, повышения мотивации и продуктивности сотрудников, а также предотвращения профессионального выгорания. По мнению автора, основными компонентами благополучия сотрудников выступают следующие:

физическое благополучие, т.е. здоровье, условия труда, доступ к ресурсам для поддержания здорового образа жизни;

психологическое благополучие, т.е. уровень стресса, эмоциональная устойчивость, удовлетворённость работой и жизнью;

социальное благополучие, т.е. взаимоотношения с коллегами, поддержка от руководства, участие в корпоративной культуре.

Кроме того, учёным выделены следующие факторы, которые имеют значимое влияние на благополучие сотрудников:

условия труда, т.е. наличие гибкого графика, комфортного рабочего места и пр.;

социальная поддержка, т.е. поддержка от коллег, руководителей, семьи;

уровень заработной платы и системы мотивации;

корпоративная культура и возможности для профессионального роста [3, 4].

Дж.С. Хаус, также придерживаясь преимущественно социального подхода, понимание благополучия сотрудника базирует на собственной теории социальной поддержки и организационного стресса. Автор исследовал, как различные формы поддержки и ресурсы на рабочем

месте влияют на благополучие сотрудников, их здоровье, продуктивность и удовлетворённость работой. Согласно авторскому подходу, благополучие сотрудника включает в себя:

физическое здоровье - уровень стресса, отсутствие заболеваний, вызванных работой;

психологическое благополучие - чувство удовлетворённости, эмоциональная стабильность;

социальное благополучие - наличие поддержки коллег, руководителей и семьи;

организационное благополучие - удовлетворенность работой, баланс между профессиональной и личной жизнью.

Таким образом, предлагаемый подход Дж.С. Хауса к благополучию сотрудника фокусируется на взаимодействии рабочего стресса и социальной поддержки, где последний играет ключевую роль в смягчении негативных последствий. Учёный подчёркивает важность не только индивидуальных, но и организационных факторов в обеспечении здоровой и продуктивной рабочей среды [14].

В свою очередь, А.Ю. Лисовская, придерживаясь преимущественно междисциплинарного подхода предлагает трактовать благополучие сотрудника как некое состояние, при котором работник эффективно реализует собственный потенциал, продуктивно работает и вносит свой вклад в развитие компании и общества в целом. Базовыми компонентами благополучия, по мнению автора, выступают:

физическое благополучие, т.е. состояние здоровья и комфорт человека, которое характеризуется хорошим функционированием организма, отсутствием заболеваний и высоким уровнем физической активности. Оно является одним из ключевых компонентов общего благополучия и тесно связано с психологическим и социальным состоянием;

психологическое благополучие, т.е. состояние, характеризующееся гармонией между внутренними потребностями и внешними условиями жизни, ощущением удовлетворённости собой, своими действиями и жизнью в целом. Оно включает эмоциональный комфорт, устойчивость к стрессу, осмысленность жизни и способность эффективно справляться с трудностями;

социальное благополучие, т.е. состояние, при котором человек ощущает себя частью общества, имеет качественные и поддерживающие межличностные отношения, доступ к необходимым ресурсам, и способен эффективно взаимодействовать с окружающими. Оно связано с чувством принадлежности, социальной защищённости и позитивным восприятием социальной среды;

финансовое благополучие, т.е. состояние, при котором человек обладает достаточными финансовыми ресурсами для удовлетворения своих текущих и долгосрочных потребностей, чувствует себя уверенно в вопросах финансового управления и защищённости, а также может достигать своих финансовых целей без излишнего стресса [7].

Наряду с предыдущим, Н.И. Нагибина – сторонник междисциплинарного подхода, понятие благополучия она представляет как многомерную категорию, которая охватывает различные аспекты жизни сотрудника и напрямую влияет на его производительность и удовлетворённость. Автор рассматривает благополучие как ключевой фактор, формирующий успешность и устойчивость бизнеса. По мнению автора, благополучие сотрудника включает следующие структурные составляющие:

физическое благополучие - состояние здоровья сотрудника и его способность эффективно выполнять свои обязанности. Важные аспекты данной структурной составляющей являются доступ к медицинской поддержке, здоровый образ жизни, предотвращение профессиональных заболеваний;

эмоциональное благополучие - уровень психологического комфорта, отсутствие стресса, способность справляться с эмоциональными нагрузками. Включает такие элементы, как удовлетворённость работой, поддержка со стороны коллег и руководства;

социальное благополучие - качество межличностных отношений на рабочем месте, формирование здоровой корпоративной культуры и атмосферы доверия;

профессиональное благополучие - удовлетворение карьерными достижениями, возможность профессионального развития и самореализации, оценка смысла и ценности своей работы, наличие целей и перспектив;

финансовое благополучие - стабильность дохода, удовлетворение уровнем оплаты труда и финансовая безопасность.

Н.И. Нагибина подчёркивает, что каждая из этих структурных составляющих влияет как на отдельного сотрудника, так и на общую эффективность компании. Гармоничное развитие всех компонентов благополучия является основой успешной реализации программ управления персоналом [9].

Дж.К. Хартер, К.Л. Кейс и другие свой подход к благополучию сотрудников базируют на интеграции понятий счастья, вовлечённости и продуктивности на рабочем месте. Они рассматривают благополучие как многогранную концепцию, включающую личное, профессиональное и социальное измерения, и выделяют роль вовлеченности сотрудников как центрального фактора, влияющего на их общее благополучие.

Ключевыми аспектами предлагаемого подхода выступают:

психологическое благополучие - уровень счастья и удовлетворённости жизнью, эмоциональная устойчивость и способность справляться со стрессом, чувство цели и значимости как в профессиональной, так и в личной жизни;

физическое благополучие - здоровье сотрудников (отсутствие хронических заболеваний, здоровый образ жизни), доступ к программам корпоративного здоровья, которые поощряют физическую активность, правильное питание и профилактику болезней;

социальное благополучие - качество отношений с коллегами, руководством и в личной жизни, уровень поддержки и принятия в коллективе;

профессиональное благополучие - удовлетворённость работой, чувство вовлечённости, возможности для роста, признание достижений, баланс между работой и личной жизнью;

финансовое благополучие - способность справляться с текущими финансовыми обязательствами, чувство уверенности в будущем благодаря стабильному доходу и поддержке со стороны работодателя.

Дж.К. Хартер, К.Л. Кейс и др. подчёркивают, что благополучие сотрудников – это не просто результат заботы о них, а стратегический ресурс, который влияет на успех организации. Их подход строится на том, чтобы компании активно инвестировали в благополучие и вовлечённость своих сотрудников, создавая условия для их профессионального и личного роста [13].

Выводы. Таким образом, исходя из вышеизложенного полагается целесообразным заключить, что на сегодняшний день наблюдается стремительный рост числа научно-прикладных исследований, посвящённых благополучию сотрудников различных компаний с увеличением доли междисциплинарных подходов. Это обусловлено множеством факторов, в первую очередь, связанных с происходящими динамическими изменениями в современном мире труда, ростом конкуренции на рынке и возрастающим значением человеческого капитала для устойчивого развития соответствующих компаний. Вместе с тем, содержание рассмотренных исследований, предлагаемых подходов наглядно демонстрируют некоторую разноплавность, многообразие в понимании, толковании содержания изучаемого явления, что, в свою очередь, существенно затрудняет определения эффективной корпоративной политики управления благополучием сотрудников. Кроме того, в имеющихся исследованиях, предлагаемых концепциях довольно мало уделяется специфики (направления) деятельности работников компаний, этнокультурным особенностям корпоративной среды что, может не лучшим образом влиять на исход практического применения предлагаемых подходов. Опираясь на рассмотренные подходы под благополучием сотрудника, целесообразно понимать комплексный показатель, отражающий особое состояние работника, раскрывающееся в удовлетворённости специалиста жизнью и профессиональной деятельностью, в физическом, психологическом и социальном здоровье, а также в способности продуктивно выполнять свои трудовые обязанности в гармонии с личными потребностями и интересами. При этом, в качестве обобщённо-базовых структурных компонентов благополучия сотрудника можно выделить физическое, психологическое, профессиональное, социальное и финансовое благополучие, которые требуют более конкретизированного раскрытия и эмпирического уточнения с учётом специфики (направления) деятельности соответствующей компании, а также этнокультурного аспекта сложившейся корпоративной среды.

Литература:

1. Водяха С.А. Современные концепции психологического благополучия личности. // Дискуссия. - 2019. - № 2. - С. 132-138.
2. Глуханюк Н.С., Коропец О.А., Юртаева М.Н. Социально-психологическое благополучие работников: опыт экспертной параметризации. // Экономика и управление: научно-практический журнал. - 2020. - №5. - С. 134-138.
3. Григорьева Л. Зависимость эмоционального благополучия от жизнестойкости личности. // Ярославский педагогический вестник. - 2019. - №3. - С. 111-118.

4. Григорьева Л. Оценка благополучия служащих: проблемы и перспективы. // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. - 2018. - Т.3. - №2. - С. 140-165.
5. Карапетян Л.В., Глотова Г.А. Подходы к изучению внутреннего благополучия человека. // Азимут научных исследований: педагогика и психология. - 2019. - Т.8. - №4(29). - С. 308-312.
6. Леонтьев Д.А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля. // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. - 2020. - №1 (155). - С. 14-37.
7. Лисовская А.Ю. и др. Основные подходы к пониманию благополучия сотрудника: от теории к практике. // Организационная психология. - 2021. - Т.11. - №1. - С. 93-112.
8. Мухамедова Д.Г. Социально-психологические особенности менеджера образования в современных условиях. // Вестник Дальрыбвтуза. - 2017. - №3. - С. 118-121.
9. Нагибина Н.И. Well-being. Управление благополучием сотрудников для повышения производительности труда-улучшения HR и бизнес-показателей компании. // Управление персоналом и интеллектуальными ресурсами в России. - 2020. - Т.9. - №4. - С. 8-17.
10. Орлова Д.Г. Психологическое и субъективное благополучие: определение, структура, исследования (обзор современных источников). // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. - 2019. - №1. - С. 28-36.
11. Рут Е.И., Августова Л.И. Профессиональное благополучие сотрудников коммерческих организаций: критерии и методика оценки. // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. - 2017. - Т.5. - С. 72-78.
12. Созонтов А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия. // Вопросы психологии. - 2018. - №4. - С. 105-114.
13. Harter J.K. et al. Increased business value for positive job attitudes during economic recessions: A meta-analysis and SEM analysis. // Human Performance. - 2020. - Т.33. - №4. - С. 307-330; Keyes C.L., Hysom S.J., Lupo K.L. The positive organization: Leadership legitimacy, employee well-being, and the bottom line. // The Psychologist-Manager Journal. - 2000. - Т.4. - №2. - С. 143.
14. House J.S., Landis K.R., Umberson D. Social relationships and health. // Science. - 2008. - Т. 241. - №4865. - С. 540-545; Lynch J.W. et al. Income inequality and mortality: importance to health of individual income, psychosocial environment, or material conditions. // Bmj. - 2009. - Т.320. - №7243. - С. 1200-1204.

Ориббоева Дилафруз Дадамирзаевна,

доцент Наманганского государственного педагогического института

ВЛИЯНИЕ КИБЕРБУЛЛИНГА НА СОЦИАЛИЗАЦИЮ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В данной статье анализируются особенности проявления буллинга в подростковой среде с акцентом на распространение кибербуллинга среди школьников Узбекистана. Представлены результаты пилотного исследования, посвященного изучению распространенности кибербуллинга и coping-стратегий, используемых подростками для преодоления негативного воздействия интернет-буллинга. На основе полученных данных разработаны рекомендации по работе с подростками, подвергшимися кибербуллингу, направленные на минимизацию негативных последствий и повышение психологической устойчивости.

Ключевые слова: буллинг, кибербуллинг, стратегии совладания, хейтинг, троллинг.

THE IMPACT OF CYBERBULLYING ON ADOLESCENTS' SOCIALITY

Abstract. This article analyzes the characteristics of bullying in adolescent environments, focusing on the spread of cyberbullying among schoolchildren in Uzbekistan. The results of a pilot study examining the prevalence of cyberbullying and coping strategies used by adolescents to overcome the negative effects of online bullying are presented. Based on the data obtained, recommendations have been developed for working with adolescents who have experienced cyberbullying, aimed at minimizing negative consequences and increasing psychological resilience.

Keywords: bullying, cyberbullying, coping strategies, hating, trolling.

KIBERBULLINGNING O'SMIRLARNING IJTIMOYILASHUVIGA TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu maqolada O'zbekistonda maktab o'quvchilari o'rtasida kiberbullingning tarqalishiga urg'u berilgan holda o'smirlar o'rtasida bezorilikning namoyon bo'lish xususiyatlari tahlil qilinadi. Kiberbullingning tarqalishini va o'smirlar tomonidan internet bezoriligining salbiy ta'sirini bartaraf etish uchun qo'llaniladigan kurash strategiyalarini o'rganuvchi pilot tadqiqot natijalari taqdim etilgan. Olingan ma'lumotlar asosida kiberbullingga uchragan o'smirlar bilan ishlash bo'yicha salbiy oqibatlarini minimallashtirish va psixologik barqarorlikni oshirishga qaratilgan tavsiyalar ishlab chiqildi.

Kalit so'zlar: bezorilik, kiberbulling, kurash strategiyalari, nafratlanish, trolling.

Введение. Онтогенез личности начинается с когнитивного освоения окружающей среды, опосредованного преимущественно межличностным взаимодействием. Социализация, осуществляемая в рамках семьи, дошкольных учреждений, школ и вузов, формирует индивидуальность, характер и социально-коммуникативные компетенции субъекта, способствуя развитию адаптивных механизмов и навыков эффективного взаимодействия в различных социальных контекстах.

Индивидуальные различия, обусловленные врождёнными особенностями темперамента (например, экстраверсия/интроверсия), определяют специфику коммуникативного поведения. В любой социальной группе наблюдается дифференциация ролевого поведения, проявляющаяся в наличии лидеров, индивидов с нейтральной ролевой позицией и девиантных субъектов, отклоняющихся от групповых норм.

Межличностное взаимодействие – фундаментальный аспект человеческого существования, изучаемый в рамках различных научных дисциплин. Обширная исследовательская база, посвящённая данной проблематике, описывает широкий спектр моделей поведения и их детерминант. В современных условиях наблюдается рост проявлений агрессии, характеризующихся проекцией ответственности за неудачи на других индивидов, что может варьировать от вербального унижения до преследования (stalking). Особую актуальность эта проблема приобретает в подростковой популяции, проявляясь в форме буллинга – распространённого явления, приобретающего международный масштаб и требующего пристального внимания в образовательной среде.

Буллинг может принимать как вербальные формы (распространение ложных слухов, клевета), так и физические, наносящие ущерб физическому и психическому здоровью жертвы.

Предрасполагающими факторами могут выступать личностные характеристики агрессора, такие как неустойчивость психики или слабость характера.

Обсуждение. Буллинг представляет собой форму агрессивного межличностного взаимодействия, характеризующуюся дисбалансом сил между субъектами и систематическим причинением вреда жертве. Это явление влечёт за собой негативные психологические, социальные и физические последствия, требующие комплексного подхода к профилактике и интервенции. Определение буллинга, согласно Оксфордскому словарю (2002), основано на использовании доминирующей позиции для нанесения физического или психологического вреда. [Оксфордский словарь, 2002]

Классификация, предложенная Национальным центром борьбы против буллинга (NCAB), выделяет четыре типа буллинга, которые могут проявляться как независимо, так и в сочетании.

Физический буллинг характеризуется актами физического насилия, включая, но не ограничиваясь, ударами, пинками, ущемлением, толчками и вандализмом имущества жертвы. Данный тип буллинга может вызывать как краткосрочные, так и долгосрочные физические и психологические последствия для пострадавшего. Исследования демонстрируют более высокую распространённость физического буллинга среди мальчиков, что интерпретируется как проявление стремления к демонстрации силы и доминирования в социальной иерархии. Агрессивное поведение в данном контексте служит инструментом утверждения статуса и контроля над сверстниками. Несмотря на высокую видимость и, как следствие, более вероятное выявление и наказание, физический буллинг часто ошибочно воспринимается как единственная форма травли, игнорируя другие, более скрытые, виды агрессии.

Вербальный буллинг, или устный харрасмент, характеризуется использованием оскорбительной лексики, включая обзывания, насмешки, угрозы, гомофобные и ксенофобные высказывания, а также систематическое словесное унижение. В отличие от физического буллинга, вербальный буллинг часто носит латентный характер, затрудняя его выявление взрослыми и фиксацию доказательств. Это приводит к снижению вероятности вмешательства и поддержки жертвы. Недостаточная осведомлённость о вреде вербального буллинга среди взрослых, проявляющаяся в недооценке его влияния на психическое здоровье ребёнка и рекомендации игнорирования, способствует усугублению ситуации. Однако, вербальный буллинг оказывает значительное негативное воздействие на психоэмоциональное состояние жертвы, требуя не менее серьёзного внимания и своевременного вмешательства, чем физическое насилие.

Групповой буллинг, или социальное запугивание, характеризуется скрытым характером, проявляясь преимущественно в форме косвенной агрессии, направленной на дестабилизацию социальной позиции жертвы и её унижение. Сложность выявления такого буллинга, особенно взрослыми, обусловлена его латентностью и отсутствием явных признаков физического насилия. Косвенная агрессия, являющаяся формой эмоционального буллинга, представляет собой стратегию социальной манипуляции, используемую для подрыва репутации и социального статуса жертвы. Типичные тактики включают социальное исключение, распространение слухов, создание конфликтных ситуаций и нарушение социальных обязательств.

Исследования демонстрируют более высокую распространённость косвенной агрессии среди подростков женского пола. Методы, используемые агрессорами, – унижения, дразнилки, игнорирование и социальная изоляция – создают у жертвы чувство одиночества и отверженности. Хотя наиболее часто косвенная агрессия проявляется в средней школе, существуют случаи переноса этих моделей поведения во взрослую жизнь, например, в контексте профессиональных отношений.

Кибербуллинг, относительно недавнее явление, характеризуется использованием цифровых платформ для запугивания и причинения вреда другим лицам, преимущественно посредством оскорбительных или угрожающих сообщений [National Center Against Bullying, 2019]. Распространённость кибербуллинга обусловлена высокой степенью вовлечённости детей и подростков в онлайн-среду, а также анонимностью, обеспечивающей обидчикам чувство безнаказанности и позволяющей им совершать действия, которые они бы не допустили в офлайн-взаимодействии. Отсутствие непосредственного контакта и обезличенность онлайн-коммуникации усиливают жестокость кибербуллинга по сравнению с традиционными формами буллинга. Жертвы испытывают значительный психологический дистресс, поскольку преследование может происходить в любое время и в любом месте, нарушая чувство безопасности и личной неприкосновенности, даже в домашней обстановке.

Исследования в области социальной психологии выделяют следующие виды кибербуллинга:

Разжигание ненависти (хейтинг) – это агрессивная критика в адрес человека, зачастую не имеющая под собой оснований. Такая критика может быть очень жёсткой и беспричинной. Хейтинг может приобретать масштабный характер, когда человека атакуют сотнями оскорбительных комментариев и сообщений. Для этого хейтеры используют как свои аккаунты, так и поддельные (фейковые). В результате жертва хейтинга может начать чувствовать, что весь мир настроен против неё.

Провокации (троллинг) – это онлайн-техника, заимствовавшая название от рыбацкой ловли на блесну. Как рыбак мастерски управляет блесной, чтобы привлечь и поймать рыбу, так и интернет-тролли умело манипулируют людьми, провоцируя их на эмоциональные реакции и необдуманные действия, чтобы затем посмеяться над ними. Для достижения своих целей тролли используют различные уловки: могут выдавать себя за других людей, вступать в доверительные разговоры, а затем публично высмеивать или подталкивать едкими комментариями к поступкам, которые могут навредить репутации.

Киберсталкинг – это преследование человека с использованием интернет-технологий, представляющее собой одну из наиболее опасных форм онлайн-травли. Преследователи стремятся собрать максимум информации о своей жертве, чтобы впоследствии шантажировать, угрожать ей или её близким, распространять ложные сведения или подвергать сексуальным домогательствам.

Разглашение личной информации (аутинг) – это публикация сведений о человеке без его согласия с целью его унижения. Нередко подобные действия совершаются из мести.

Грифинг – это форма онлайн-преследования, которая проявляется в играх. Преследователи могут постоянно охотиться на персонажа жертвы, убивать его или препятствовать доступу в определённые зоны игрового мира. Цель грифинга – лишить жертву удовольствия от игры любыми доступными способами.

Подделка аккаунта (фейкинг) – со стороны злоумышленника создается в социальной сети профиль, полностью копирующий страницу жертвы. Он добавляет в друзья её знакомых, убеждая их, что это настоящий аккаунт, а предыдущий был взломан. Затем, используя поддельный профиль, он начинает рассылать оскорбительные сообщения от имени жертвы.

Бойкот. Подобно бойкоту в реальном мире, члены сообщества исключают жертву из общих групп и чатов или договариваются игнорировать её сообщения.

В законодательстве Республики Узбекистан принят закон № ЗРУ-764 «О кибербезопасности» от 15.04.2022 года. В нём определяются основные понятия, касающиеся кибербезопасности. Например, киберугроза определена как комплекс условий и факторов в киберпространстве, представляющих угрозу интересам личности, общества и государства. Но данный закон в большей части ориентирован на решение глобальных угроз, чем личностных. А в последнее время в социальных сетях всё чаще происходит данный факт.

Современные технологии предоставляют практически неограниченные возможности для кибербуллинга: достаточно нескольких кликов, чтобы разрушить репутацию человека. При этом, фактически, не имеет значения, что жертва сказала или сделала, была ли она права или нет. Более того, одной из характерных черт кибербуллинга является распространение заведомо ложной информации. Мотивы участников травли могут быть различными: ксенофобия, желание продемонстрировать превосходство, нетерпимость, комплекс неполноценности самого буллера или банальная скука.

Кибербуллинг привлекает многих своей безнаказанностью, ведь зачастую буллеры скрывают свою личность, оставаясь анонимными. Это ощущение безнаказанности развязывает им руки, позволяя совершать действия, на которые они бы не решились в реальной жизни. В офлайне не каждый осмелится сказать обидные слова в лицо, а в интернете это не требует никаких усилий. Травля в сети подобна снежному кому – чем больше людей в ней участвует, тем безопаснее и безнаказаннее чувствуют себя новые участники.

Жертва кибербуллинга оказывается под невероятным психологическим давлением, фактически лишённой возможности защитить себя. Буллеры могут вторгаться в её жизнь, лишая доступа к телефону и аккаунтам в социальных сетях. Личные данные, включая адрес и информацию о семье, становятся достоянием общественности. В худшем случае, кибербуллинг перерастает в прямые угрозы жизни, что может привести к насилию и трагическим последствиям.

Во всех видах буллинга выделяют участника, которые делятся на три группы: жертва, агрессоры и свидетели насилия – наблюдатели, которые могут совершенно по-разному относиться к происходящему.

Дети, ставшие жертвами буллинга, зачастую скрывают свои страдания от окружающих. Однако, распознать, что ребёнок подвергается издевкам, можно по его поведению и настроению. Жертвы буллинга часто чувствуют себя незащищенными и подавленными перед обидчиками. Это чувство безысходности порождает постоянный страх, неуверенность в себе и, как следствие, потерю самоуважения и веры в собственные силы. В итоге, ребёнок, ставший объектом травли, действительно становится уязвимым перед агрессией хулиганов. В особо тяжёлых случаях, жестокий буллинг может довести ребёнка до отчаяния и даже толкнуть его на суицид. Поэтому, близким людям важно быть внимательными к любым, даже незначительным, изменениям в поведении ребенка.

Анализ результатов. В пилотном исследовании, проведённом в рамках диссертационного исследования, были переведены на узбекский язык анкета «Включённость в ситуации кибербуллинга» (Е.В. Аверкиева, Р.Р. Муслумов) и анкета «Способы совладания с кибербуллингом» (Е.В. Аверкиева, Р.Р. Муслумов). Пилотное исследование было направлено на выявление распространённости кибербуллинга среди современных подростков Узбекистана, а также на изучение особенностей реакции подростков разных возрастных групп на ситуации кибербуллинга. Результаты исследования легли в основу разработки практических рекомендаций по формированию эффективных стратегий совладающего поведения подростков в интернет-пространстве.

В качестве респондентов исследования выступили обучающиеся 6 и 11-х классов общеобразовательных школ города Наманган, из которых были сформированы три группы: подростки с высоким уровнем киберагрессии (N=32), с выраженной кибервиктимностью (N=28), имеющие нормативные показатели по данным факторам (N=30).

Статистическая обработка данных исследований позволила описать особенности изучаемых характеристик в исследуемой выборке. Анализ сводных таблиц, полученных с помощью методики: Анкета «Включённость в ситуации кибербуллинга» (Аверкиева Е.В., Муслумов Р.Р.), выявил два ключевых показателя: уровень подверженности кибербуллингу и интенсивность эмоциональной реакции на ситуации кибербуллинга.

Основная цель применения анкеты в данном исследовании – определение уровня подверженности подростков кибербуллингу и оценка интенсивности их эмоциональных переживаний в подобных ситуациях. Изначально анкета включала 16 пунктов, однако в ходе адаптации была модифицирована: два вопроса были разделены на отдельные ситуации, а один вопрос, направленный на оценку поведения подростка в роли агрессора, был исключён. В результате модифицированная анкета состоит из 19 пунктов, предназначенных для выявления опыта подростков в ситуациях кибербуллинга в роли жертвы, а также 8 вопросов, направленных на оценку уровня их эмоциональных реакций на проявления и ситуации кибербуллинга.

В структуре анкеты выделены две субшкалы: «Подверженность кибербуллингу в позиции жертвы» и «Интенсивность переживаний». Для оценки уровня подверженности кибербуллингу и обеспечения возможности применения математико-статистических методов анализа разработана оценочная шкала.

Вторая анкета «Способы совладания с кибербуллингом» (Аверкиева Е.В., Муслумов Р.Р.) была использована для выявления доминирующих стратегий поведения подростков в ситуациях кибербуллинга. Анкета состоит из 26 вопросов, охватывающих 10 копинг - стратегий, выделенных авторами:

- Технологическая стратегия
- Оптимистической переоценки
- Игнорирование и самоконтроль
- Дистанцирование
- Когнитивное избегание
- Поведенческое избегание
- Поиск социальной поддержки
- Конфронтация
- Месть
- Принятие ответственности

Выборка демонстрирует некоторое преобладание респондентов мужского пола. По возрастному составу выборка сбалансирована: 50% респондентов составляют младшие подростки (12-14 полных лет), а остальные 50% – старшие подростки (15-17 полных лет). Таким образом, сформированная выборка является репрезентативной и соответствует целям исследования.

В процессе обработки данных, сводные результаты были перенесены в MS Excel, где проведена математико-статистическая обработка. В ходе анализа были выявлены факт подверженности кибербуллингу и особенности реакции на ситуации кибербуллинга.

Первичная математико-статистическая обработка сводных таблиц по методике «Анкета «Включённость в ситуации кибербуллинга» Е.В. Аверкиева, Р.Р. Муслумов» [1] позволила выявить, что выделение средних значений по полу и возрасту предполагает различную обусловленность подверженности и интенсивности переживания кибербуллинга. Предположительно, подверженность кибербуллингу в большей степени обусловлена гендерными факторами, а интенсивность переживания – возрастными особенностями подростков.

Коэффициент вариации по обеим шкалам находится на среднем уровне (около 32%), что свидетельствует о неоднородности данных, однако различия не являются принципиальными, поскольку значение коэффициента не превышает 30%. Таким образом, можно говорить об относительной однородности картины реагирования подростков на ситуации кибербуллинга: они подвержены существенному риску вовлечения в такие ситуации, но, в целом, демонстрируют эмоционально контролируемую реакцию.

Тем не менее, результаты ряда респондентов существенно отклоняются от средних значений выборки, что требует дальнейшего анализа. Результаты исследования демонстрируют, что подростки обеих возрастных групп активно используют интернет для различных целей:

- Наиболее популярными онлайн-активностями являются использование социальных сетей и мессенджеров (средняя оценка 3,6 балла из 4);
- Чуть менее распространенным является использование интернета для просмотра фильмов, сериалов, музыки и развлекательных подкастов (средняя оценка 3,3 балла из 4).
- Значительная часть респондентов активно применяет интернет для онлайн-игр (средняя оценка 3,4 балла из 4).

Распределение респондентов по риску подверженности кибербуллингу в группах младших и старших подростков представлено на Таблице 1.

	Младшие подростки Мальчики	Младшие подростки Девочки	Старшие подростки Мальчики	Старшие подростки Девочки
Низкий уровень	25	50	10	28
Средний уровень	55	32	62	34
Высокий уровень	20	18	28	38

Таблица 1. Анализ распределения респондентов по уровню риска подверженности кибербуллингу в группах старших и младших подростков

В структуре выборки преобладают подростки со средним уровнем риска подверженности кибербуллингу (43,75%). Вместе с тем, наблюдается равномерное распределение респондентов с низким (29,7%) и высоким (32,5%) уровнем риска. Таким образом, почти каждый третий подросток сталкивается с высоким риском кибербуллинга.

Уровень эмоциональной реакции респондентов на ситуации кибербуллинга и связанные с ними переживания в исследуемой выборке характеризуется как выраженный, но контролируемый (средняя оценка 17,67 баллов). Большинство респондентов (58,7%) демонстрируют контролируемую эмоциональную реакцию на кибербуллинг. Несмотря на контроль над эмоциями, они не остаются равнодушными к подобным ситуациям, испытывая тревогу при упоминании кибербуллинга и опасаясь стать его жертвами.

Несмотря на это, респонденты демонстрируют способность справляться со стрессом и тревогой, эффективно контролируя свои эмоциональные реакции. При этом наблюдается равномерное распределение респондентов по остальным уровням интенсивности эмоциональных переживаний. Каждый пятый участник исследования демонстрирует безэмоциональную, спокойную и сдержанную реакцию на кибербуллинг, не испытывая страха и тревоги в подобных ситуациях.

Однако при этом они не поддаются стрессу и тревоге и могут контролировать свои эмоциональные реакции. Равное количество респондентов демонстрируют другие уровни интенсивности эмоциональных переживаний. Каждый пятый респондент реагирует на кибербуллинг безэмоционально, спокойно и сдержанно, не испытывает страха и переживаний перед такими ситуациями.



Перейдём к результатам первичного математико-статистического анализа данных, полученных с помощью анкеты «Способы совладания с кибербуллингом». Анализ основных статистических показателей (среднее значение, медиана, мода, минимальное и максимальное значения, размах вариации) позволяет выявить наиболее распространенные стратегии совладания подростков с кибербуллингом и его проявлениями. Наиболее высокие средние баллы по таким стратегиям, как:

- В области технологической стратегии (3,1 балла из 4) наблюдается высокая степень владения подростками техническими приёмами. Они активно используют блокировку, чёрные списки, функцию скриншота, обращаются в техподдержку и ищут решения в интернете. При этом удаление собственного профиля как радикальная мера применяется значительно реже.

- Стратегия дистанцирования (2,6 балла из 4) проявляется в склонности подростков абстрагироваться от онлайн-ситуаций и нападков, игнорировать их и воспринимать некоторые проявления кибербуллинга как норму интернет-поведения.

- Стратегия позитивной переоценки (2,3 балла из 4) проявляется в способности подростков относиться к ситуации с юмором и легкостью, не принимая многие интернет-обиды близко к сердцу

Стратегии мести и самобичевания получили низкие средние баллы, что указывает на ограниченное использование данных стратегий подростками. Вместе с тем, высокий коэффициент вариации по этим стратегиям (свыше 31%) свидетельствует о неоднородности данных: в выборке присутствуют подростки, склонные к применению данных деструктивных стратегий. Необходимость дальнейшего изучения этого феномена очевидна.

Особое внимание заслуживает выраженная склонность подростков к самобичеванию в контексте кибербуллинга (средний балл 2,2), что проявляется в высокой готовности брать на себя вину за происходящее. Данная тенденция негативно сказывается на самооценке подростков. Кроме того, вызывает беспокойство низкая готовность подростков обращаться за социальной поддержкой, включая помощь квалифицированных психологов (средний балл 2,66 из 4).

Исследование демонстрирует преобладание конструктивных копинг-механизмов среди подростков, сталкивающихся с кибербуллингом. Предпочтение отдается технологическим решениям и стратегиям избегания, что способствует сохранению психического благополучия и минимизации психоэмоциональных затрат. Однако, наблюдается корреляция между опытом кибербуллинга и склонностью к самокритике и самообвинению, что потенциально негативно влияет на психическое здоровье. Хотя деструктивные реакции типа мести встречаются редко, их потенциальная готовность у части респондентов указывает на наличие риска эскалации конфликта. Заметной тенденцией является предпочтение автономного решения проблемы, что свидетельствует о недостаточной вовлеченности социальных ресурсов поддержки.

Заключение. Исследование выявило преобладание адаптивных стратегий совладания с кибербуллингом у подростков, преимущественно основанных на технологических решениях и

избегании. Однако, наблюдается корреляция между опытом кибербуллинга и повышением уровня самокритики и самообвинения, что указывает на потенциальный риск негативного влияния на психическое здоровье. Хотя деструктивные реакции встречаются реже, их присутствие подчеркивает необходимость профилактических мер. Заметна тенденция к автономному разрешению конфликта, свидетельствующая о недостаточной вовлечённости социальных опор.

Эти данные указывают на необходимость комплексной профилактики кибербуллинга, включающей активное участие родителей, педагогов и психологов. Более того, возраст, пол и доступ к технологиям не являются единственными детерминантами реакции на кибербуллинг, что требует разработки персонализированных программ профилактики, учитывающих сложные взаимосвязи между факторами риска. В качестве эффективных методов коррекционной работы с подростками могут быть использованы арт-терапия, сказкотерапия, сторителлинг, тренинги и коучинг.

Литература:

1. Закон Республики Узбекистан № ЗРУ-764 «О кибербезопасности» от 15.04.2022 г.
2. Аверкиева, Е.В., Муслумов Р.Р. Исследование стратегий совладания с кибербуллингом в молодёжной среде / Выпускная квалификационная работа. Екатеринбург, 2020. 118 с.
3. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Буллинг как объект исследования и культурный феномен. // Журнал высшей школы экономики. Психология., 2013, т. 10, №3, с. 149- 159.
4. «Буллинг – что это такое, и когда он появился?» С.С. Попов.
5. Кривцова, С. В. Буллинг в школе VS сплочённость равнодушных / С. В. Кривцова. – М.: ФИРО. – 2011.
6. Ориббоева D. D. (2020). Social competence as an integral part of the teacher's professional maturity. // Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology, 2(11), 347-353.
7. Ориббоева D. D O'smirlar jamoasidagi bulling: diagnostika va korreksiyasi // Ta'limda istiqbolli izlanishlar xalqaro ilmiy-metodik jurnal, № 7/2024.

УЎК 37; 377; 15

Тураева Дилафруз Рустамбоевна,

Тошкент кимё халқаро университети Педагогика ва психология
кафедраси доценти, психология фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD)
dilafruz2501@inbox.ru

ЎҚИТУВЧИЛАР БОШҚАРУВ УСЛУБЛАРИ ВА ШАХСИЙ ХУСУСИЯТЛАРИНИНГ ПЕДАГОГИК ФАОЛИЯТДА НАМОЁН БЎЛИШИ

Аннотация. Ушбу мақолада ўқитувчиларнинг бошқарув услублари (авторитар, демократик, либерал) ва шахсий хусусиятлари, уларнинг жинсий фарқлари ва турли психологик омиллар билан боғлиқлиги бўйича ўтказилган тадқиқот натижалари келтирилган. Тадқиқотда ўқитувчиларнинг бошқарув услублари ва уларнинг таълим жараёнига таъсирини баҳолаш мақсадида, ўқитувчиларнинг шахсий хусусиятлари ва иш стажы билан уларнинг бошқарув услубларининг ўзаро алоқалари, шунингдек, Р. Кеттеллнинг шахс тестининг турли факторлари ўртасидаги аҳамиятли корреляциялар аниқланган. Мақолада мазкур боғланишлар таҳлили келтирилган.

Калим сўзлар: ўқитувчи бошқарув услуби, авторитар, демократик, либерал бошқарув, шахсий хусусиятлар, жинсий фарқлар, психологик омиллар, Р. Кеттелл шахсий тест, корреляция, педагогик фаолият, таълим жараёни, шахсий ва ижтимоий омиллар.

ПРОЯВЛЕНИЕ СТИЛЕЙ УПРАВЛЕНИЯ И ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ УЧИТЕЛЕЙ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. В данной статье представлены результаты исследования стилей управления (авторитарный, демократический, либеральный) и личностных характеристик учителей, их гендерных различий и их взаимосвязи с различными психологическими факторами. Чтобы оценить методы управления учителей и их влияние на образовательный процесс, в ходе исследования был сделан вывод о взаимосвязи личностных характеристик и трудового стажа учителей с их методами управления, а также были выявлены значимые корреляции между различными факторами личностного теста Кеттелла. В статье представлен анализ этих связей.

Ключевые слова: стиль руководства преподавателя, авторитарное, демократическое, либеральное управление, личностные характеристики, гендерные различия, психологические факторы, личностный тест Р. Кеттелла, корреляция, педагогическая деятельность, образовательный процесс, личностные и социальные факторы.

MANIFESTATION OF TEACHERS' MANAGEMENT STYLES AND PERSONALITY TRAITS IN TEACHING ACTIVITIES

Abstract. This article presents the results of a study of management styles (authoritarian, democratic, liberal) and personal characteristics of teachers, their gender differences and their relationship with various psychological factors. In order to evaluate teachers' management methods and their impact on the educational process, the study concluded that teachers' personal characteristics and work experience were related to their management methods, and significant correlations were found between various factors of the Kettell personality test. The article presents an analysis of these relationships.

Keywords: teacher's leadership style, authoritarian, democratic, liberal management, personal characteristics, gender differences, psychological factors, R. Kettell personality test, correlation, pedagogical activity, educational process, personal and social factors.

Кириш. Жаҳон микёсида ижтимоий-педагогик психология соҳасидаги тадқиқотларда таълим-тарбия тизимида комплекс ёндашув, таълим-тарбия назариясининг асосий томонлари, таълим жараёни табиати, таълим жараёни компонентларининг таҳлили қандай бирликлар асосида амалга оширилиши, ўқитувчи шахси, касбий маҳорати, қобилиятлари, ўқитувчининг бошқариш услублари, ўқитувчи – ўқувчи ўзаро муносабатлари бўйича тадқиқотлар олиб борилмоқда. Бу борада таълим тизимини модернизация қилиш, ўқитувчи фаолиятнинг устувор йўналишларини белгилаш, таълим сифатини оширишда ўқитувчи-ўқувчи ҳамкорлигининг ижтимоий-психологик асосларини такомиллаштириш муаммосини тадқиқ этиш долзарб муаммо бўлиб қолмоқда.

Мавзунинг долзарблиги. Мамлакатимизда сўнги йилларда “ ... боғча тарбиячиси, мактаб муаллими, олийгоҳларнинг профессор-ўқитувчилари ва илмий-иждоий зиёлиларни бугун биз интилаётган Учинчи Ренессанснинг тўрт таянч устун” (Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг Ўқитувчи ва мураббийлар кунига бағишланган тантанали маросимдаги нутқидан 2021йил 29 сентябр) ғоясига кўра, таълим ислохотлари, миллий кадриятларни сақлаб қолган ҳолди рақобатга чидамли, интилувчан, мотиватор ўқитувчи-мутахассисларни етиштириш бўйича стратегик вазифалар белгилаб берилиб, ҳуқуқий асослар яратилмоқда. Жумладан, 2023 йил 30 апрель кун Реперендум орқали қабул қилинган янги Конституциянинг 52-моддасида “Ўзбекистон Республикасида ўқитувчининг меҳнати жамият ва давлатни ривожлантириш, соғлом, баркамол авлодни шакллантириш ҳамда тарбиялаш, халқнинг маънавий ва маданий салоҳиятини сақлаш ҳамда бойитишнинг асоси сифатида эътироф этилади. Давлат ўқитувчиларнинг шаъни ва кадр-қимматини ҳимоя қилиш, уларнинг ижтимоий ва моддий фаровонлиги, касбий жиҳатдан ўсиши тўғрисида ғамхўрлик қилади” деб белгиланганлиги, ўқитувчи ва ўқувчи ўртасидаги ўзаро муносабатларини, ўқитувчининг фаолияти услубини, замонавий талаблар, демократик тамойиллар асосида қайта кўриб чиқиш шахслараро муносабатлар психологияси ва ҳамкорлик психологияси муаммоларини ўрганиш ва такомиллаштириш борасида илмий тадқиқот ишларини чуқурлаштиришга қаратилган янгича назарий ечимларни топиш учун мустаҳкам асос бўла олади.

Мавзу бўйича илмий изланишларнинг қисқача таҳлили. Мактабда марказий шахс иккита бўлиб, бу - ўқитувчи ва ўқувчидир. Уларнинг мактабдаги ўзаро муносабати, синфдан ташқари машғулотларда боланинг шахсини ривожлантиришнинг энг муҳим воситаси ҳисобланади.

К.Д.Ушинский “ўқитувчини ҳам, ўқувчини ҳам бирдек жонлантирадиган” шундай педагогик тизимни ишлаб чиқиш зарурлиги тўғрисида фикр юритади. Унинг энг муҳим шarti “ўқитиш образи” деб ҳисоблайди. Мазкур тизим ўқувчини бир вақтнинг ўзида ўқувчини ҳам тинглашга ва фикрлашга мажбур қилсин[14]. К.Д. Ушинский педагогиканинг асосий принциплари, хусусан, ўқитувчининг нафақат билим бериш, балки болалар шахсини шакллантиришдаги ўрнини муҳим деб билган. Бу фикр замонавий таълимда янада кенгрок аҳамиятга эга бўлиб, ўқитувчи фақат билим берувчи эмас, балки шахсий тараққиётга йўналтирувчи, болаларга мустақил фикрлаш ва ўзларини англашга ёрдам берувчи мураббий сифатида қаралади. Шундай қилиб, ўқитувчининг роли таълим жараёнида бир қатор компетенцияларни шакллантиришга қаратилган[3], [4], [5]. Педагогик услублар ва бошқарувнинг ижтимоий-психологик ўзгаришлари бўйича Халқаро этакчи психологлар ва педагогларнинг ишлари ўқитувчининг фаолиятини бошқариш ва педагогик ёндашувларни ўрганишга қаратилган. Масалан, К. Л. Левинн, Р. Липпит ва Р. Уайт[2] томонидан тақдим этилган ижтимоий-психологик бошқарув назарияси, ўқитувчининг жамоавий муҳитда қандай бошқарув услубларини қўллашини, шунингдек, ўқувчиларнинг шахсий хусусиятларини ҳисобга олишни таъкидлайди. Бу методлар ўқитувчининг шахсий ва профессионал хусусиятларини оптималлаштиришга ёрдам беради. Психологик ва педагогик услубларни ўқитишда қўллаш ва унинг самарали йўллари ёритиш бўйича Р. Х. Шакуров[16] ва Г.А. Андреева[2] каби тадқиқотчилар бошқарув ва ўқитувчининг муносабат услубларини ўрганиш орқали, педагогик фаолиятнинг ижтимоий-психологик компонентларини таъкидлайдилар. Улар ўқитувчи ва ўқувчи ўртасидаги самарали алоқалар ва ўзаро таъсирларни кучайтиришни назарда тутдилар. А.А. Реан ва Я.Л. Коломинский [12] ўқитувчининг педагогик мулоқот услубини тадқиқ қилишда, ўқитувчи ва ўқувчи ўртасидаги коммуникациянинг таълим жараёнига таъсирини ўрганишган. Бу услубнинг самарали ишлашини таъминлаш учун, ўқитувчи ўзини тўғри тутиш ва ўқувчиларга ёрдам бериш учун стратегияларни белгилаш зарур. Шахсий педагогик фаолият ва ўқитувчи шахси масаласида илмий тадқиқотлар олиб бorgan А.К. Маркова ва А.Я. Никонова[10] ўқитувчининг индивидуал услубини ўрганишган. Улар ўқитувчининг ўз шахсий хусусиятлари ва педагогик методлар орқали ўқувчиларни муваффақиятли тарбиялашнинг имкониятларини таҳлил қилишади. Ўқитувчининг шахсияти таълим жараёнида катта аҳамиятга эга бўлиб, унинг услуби ўқувчининг таълимдаги ёндашувларига ва натижаларига таъсир қилади. А.К. Маркова ва бошқа тадқиқотчилар томонидан педагогик фаолият ва шахсий хусусиятлар ўртасидаги ўзаро боғлиқликларни ўрганиш, шахсий педагогик ёндашувларни шакллантиришда муҳим аҳамиятга эга. Д.Б. Эльконин[17] ва Л.С. Виготский[1] таълим жараёнининг психологик компонентларини тадқиқ қилишда, ўқитувчининг ўзаро таъсир, ўқувчилар билан алоқалар ва фикрлаш услубларининг ўзгаришини ўрганишган. Уларнинг ишлари таълим жараёнидаги психологик компонентларни, шунингдек, ўқувчиларни ривожлантиришда ўқитувчининг роли ва методларини кўрсатади. Тадқиқотларнинг умумий натижаси шуни кўрсатадики, ўқитувчининг фаолият услуби фақат ўқитиш жараёнига эмас, балки ўқувчининг шахсий ривожланишига ҳам катта таъсир кўрсатади. Замонавий

педагогика, таълимнинг юқори сифатини таъминлаш учун, ўқитувчиларни нафақат билимларни узатишда, балки ўқувчиларга ижтимоий, ҳиссий ва психологик жиҳатдан ёрдам беришда ҳам тайёрлаш зарурлигини таъкидлайди. Шунингдек, ўқитувчилар педагогик услубларни ўзгартириб боришлари, янги педагогик инновацияларни қўллашлари ва шахсий ривожланишларини давом эттиришлари зарур.

Бундан ташқари, Ўзбекистонда ҳам бу йўналишда кўплаб тадқиқотлар амалга оширилган бўлиб, унга олимлардан М.Г. Давлетшин (1999), Э.Ғ. Ғозиев (1997, 2002), Р.З. Гайнутдинов (1995), В.М. Каримова (1998), З.Т. Нишонов (2002), А.Ғ. Рахмонов (2001), Э.З. Усмонова (2000), Ш.А. Эшметов (2005), А. Жабборов (1999), Т.М. Адизова (1986), Расулов А.И. (2001) ва уларнинг шоғирдлари педагог кадрлар тайёрлаш муаммосига етарли даражада эътибор қаратганлар. Уларнинг изланишларида ўқитувчи кадрларини тайёрлаш[6], ўқитувчининг шахсий хусусиятлари, қобилияти[7], ўқитувчи ва талаба биргаликдаги ҳамкор фаолиятининг ўзига хос хусусиятлари ва динамикаси[9], таълим жараёнида ўқитувчининг ўқувчиларни ташхис қилиш қобилияти[11] устоз-шоғирд муносабатлари[15] ва бошқа жиҳатлар ўрганилган.

Мақоланинг илмий янгилиги. Тадқиқотнинг илмий янгилиги шундан иборатки, унда ўқитувчиларнинг бошқарув услуби ва шахсий хусусиятларининг ўзаро боғлиқлигини эмпирик тарзда таҳлил этилди. Ўзига хос жиҳат шундаки, тадқиқотда Р.Кеттел тестининг шахсий хусусиятлар факторларидан фойдаланиб, бошқарув услубларининг турли омиллар билан алоқаси аниқланади. Шунингдек, жинсий фарқларга эътибор қаратиш орқали эркак ва аёл ўқитувчиларнинг бошқарув услублари ва шахсий хусусиятлари ўртасидаги алоқалар таҳлил қилинади. Тадқиқотда, шунингдек, бошқарув услубларининг педагогик фаолиятда намоён бўлиши ва ўқитувчиларнинг эмоционал ва когнитив тайёрлиги ўртасидаги ўзаро таъсирлар ёритилган. Бу тадқиқот натижалари ўқитувчиларнинг шахсий хусусиятларига асосланган бошқарув услубларини танлашда амалий ёндашувлар яратишга хизмат қилади ва таълимда бошқарувни янада самарали қилишга ёрдам беради.

Тадқиқотнинг мақсади. Мазкур тадқиқотнинг мақсади ўқитувчиларнинг бошқарув услуби ва шахсий хусусиятлари ўртасидаги боғлиқликни эмпирик таҳлил қилишдир. Таълим тизимида бошқарув услубларининг ўқувчиларга таъсири, шунингдек, ўқитувчиларнинг шахсий хусусиятлари, масалан, уларнинг эмоционал ва когнитив тайёрлиги, педагогик фаолиятда қандай намоён бўлиши ҳақида чуқурроқ тушунча ҳосил қилиш зарурати мавжуд.

Тадқиқотнинг объекти умумий ўрта мактаб ўқитувчилари фаолият ва бошқарув услубининг шахс хусусиятлари билан боғлиқлигининг намоён бўлиши жараёни. Тадқиқотларимизда жами 379 нафар ўқитувчи иштирок этди, шулардан 101 нафар эркак ва 278 нафар аёл ўқитувчилар.

Эмпирик ўрганиш натижалари ва муҳокама. Тадқиқотда ўқитувчиларнинг бошқарув услублари (авторитар, демократик, либерал) ва шахсий хусусиятларининг ўзаро алоқалари, хусусан, уларнинг жинсий фарқлари, турли психологик омиллар билан қандай боғлиқлиги аниқланган. Тадқиқотда ўқитувчиларни бошқариш услубларини синчиклаб ўрганиш, уларнинг педагогик фаолиятдаги муҳим хусусиятларини ва уларнинг таълим жараёнига қандай таъсир қилишини баҳолашга қаратилган. Биз олиб борган тадқиқот методикалари орасидаги Аҳамиятли корреляцион боғланишлар фаолият ва бошқарув услуби, шунингдек, Р.Кеттел шахсий хусусиятлари, жинслар ва иш стажи орасида аниқланди. Биз ушбу мақолада Р.Кеттел тести факторлари орасида аниқланган ўзаро боғланишлар таҳлилини келтиришни лозим топдик. Олинган натижаларни 1-жадвалда акс эттирилди.

1- жадвал.

Жинслар бўйича фаолият ва бошқарув услубининг шахс хусусиятлари (Р.Кеттел бўйича) билан ўзаро интеркорреляцион боғлиқликлари

Фаолият ва бошқарув услублари	Эркак ўқитувчилар (n=101)	Аёл ўқитувчилар (n=278)
Ҳиссий тайёргарликсиз услуб	-	Q1, 0,353*
Ҳиссий режали услуб	A, 0,460*	Dem, 0,264*
Фикрий тайёргарликсиз услуб	N, -0,480*, O, 0,462*	-
Фикрий режали услуб	C, -0,538*	-
Авторитар услуб	I, -0,467*	-
Либерал услуб	Dem, 0,458**	I, 0,267*
Демократик услуб	-	Q4, 0,343*
Изох:	*p≤0.05; r=0,433÷600 ** p≤0.01; r=0,601÷1,00	*p≤0.05; r=0,264÷0.350 ** p≤0,01; r=0,351÷1,00

Ҳиссий-тайёргарликсиз услуб билан М фактори (амалийлик-хаёлпарастлик) орасида салбий ($r=-0,254^*$; $p\leq 0,05$) ва Q_2 фактори билан ижобий ($r=0,251^*$; $p\leq 0,05$) корреляцион боғланишлар аниқланди. Бу педагогларда қанчалик ҳиссий-тайёргарликсиз услуб, яъни ўзига қизиқроқ материални танлаб олиб, унча қизиқ бўлмаган материални (муҳим бўлса ҳам) ўқувчиларнинг мустақил иши учун қолдириш, асосан кучли ўқувчиларга таяниб, иш кўриш, ишчанлик қанчалик юқори намоён бўлса, педагогларда мавжуд қоидаларга амал қилиш, виждон билан иш кўриш, умумий норма ва майда нарсаларга ҳам эътиборли бўлиш, шунингдек, мустақиллик, ўзгалар фикрига таянмасдан қарор қабул қилиш, ҳар доим ҳам устунликка интилмаслик хусусиятлари мавжудлигини билдиради.

Ҳиссий-режали услуб демократик бошқарув услуби билан ижобий ва I (шафқатсизлик-юмшоқ кўнгиллилик) – фактори билан салбий боғланишларни вужудга келтирган. Бу ҳиссий-режали услубдаги ўқитувчи ҳамкорлик ва маслаҳатлашиб фаолият олиб бориш, ўқувчилар учун қайғуриш, уларга ишониш ва ташаббусларини қўллаб-қувватлаш, рағбатлантириш, ишонтириш ва ундаш усуллари қўллаш, ўқувчилар фикрини инобатга олиш ($r=0,264^*$; $p\leq 0,05$) ўзига ишонувчан, дадил, мулоҳазали, баъзан атрофдагиларга қўполроқ муносабатда ҳам бўлиши мумкинлигини ($r=-0,245^*$; $p\leq 0,05$) англатади.

Авторитар услубнинг I (шафқатсизлик-юмшоқ кўнгиллилик) ва Q_4 (кучсизлик-фрустрация) – фактори билан ижобий боғланиши аниқланди. Ўқитувчида лидерлик хусусиятларининг ифодаланиши, ўқувчилар ҳаракатларини бошқара олишлик, талабчанлик, мажбурлаш ва буйруқ бериш кучи билан таъсир қилишга интилиш, мақсадга интилувчанлик ва эгоизм, ўқувчилар саволларига бепасанд муносабатда бўлиш қанчалик юқори бўлса, у шунчалик таъсирчан ($r=0,269^*$; $p\leq 0,05$) ва юқори даражадаги безовта, эмоционал беқарор, жаҳлдор ($r=0,249^*$; $p\leq 0,05$) бўлишини билдиради.

Либерал услуб билан F (мулоҳазалилик-экспрессивлик), I (шафқатсизлик-юмшоқ кўнгиллилик), шунингдек, Q_3 (ўзини назорат қилишнинг юқори даражаси - ўзини назорат қилишнинг паст даражаси) факторлари ўзроқ боғланишда эканлиги аниқланди. Ўқитувчида ўқувчилар билан ишлаш истагининг беқарорлиги, ўқувчилар олдида топшириқларни тўғри қўя олмаслик ва улар билан ҳамкорликда ишлай олмаслик, ўзига ишонмаслик, талабчанлик ва жавобгарликни ҳис қилишнинг суғлиги, ўқувчилар камчилигини танқид қилишдаги импульсивлик қанчалик юқори бўлса, уларда шунчалик енгил фикрлаш, юқоридан туриб мулоқот юритиш ($r=0,298^*$; $p\leq 0,05$), шунингдек, ўзини назорат қилишнинг ёмонлиги, саран-жомликнинг етарли эмаслиги, вақт ва иш фаолияти жараёнида тартибни тўғри ташкил қила олмаслик ($r=-0,236^*$; $p\leq 0,05$) хусусиятлари намоён бўлади.

Демократик услубнинг MD (ўзини баҳолаш) фактори билан, L (ишонувчанлик-шубҳаланувчанлик) - фактори, шунингдек, O (ўзига ишонувчанлик - айбдорлик ҳиссига мойиллик) - факторлари билан салбий ва B (интеллект) фактори, F (мулоҳазалилик-экспрессивлик) - фактори, Q1 (ригидлик-ўзгарувчанлик) - фактори билан ижобий боғланишлари аниқланди. Бу демократик услубдаги педагогларни ўз имкониятларини ва ўзини тўғри баҳолай олмаслигини ($r=0,245^*$; $p\leq 0,05$), барча одамларни яхши ва меҳрибон деб ўйлашларини, очиккўнгилли ($r=-0,258^*$; $p\leq 0,05$), шу билан бирга, ўз муваффақиятига ишонадиган, воқеа-ҳодисаларга эътиборли муносабати ($r=-0,275^*$; $p\leq 0,05$), юқори интеллект, билимдон, фаросатли ($r=0,247^*$; $p\leq 0,05$) дейиш мумкин.

MD-(ўз-ўзини баҳолаш) факторининг A (ёпиқ-мулоқотчан), E (итоаткор-мустақил), L (ишонувчан-шубҳаланувчан), M (амалий-хаёлпараст), N (табиий оддийлик-дипломатлик) - факторлари билан ижобий, O (ўзига ишонувчан-айбдорлик ҳиссига мойиллик), Q_3 (ўз-ўзини назорат қилиш) факторлари билан салбий корреляцион боғланиши аниқланди. Бу ўқитувчиларда ўзига баҳо бериш қанчалик юқори бўлса, унга мулоқотчанлик ($r=0,259^*$; $p\leq 0,05$), устунликка интилиш, мустақиллик, ижтимоий шартларни тан олмасликка мойиллик ($r=0,231^*$; $p\leq 0,05$), кучлилик, тажовузларни қабул қилмаслик, қатъиятчилик ($r=0,258^*$; $p\leq 0,05$), шубҳаланувчанлик ($r=0,245^*$; $p\leq 0,05$), шунингдек, амалийлик ($r=0,255^*$; $p\leq 0,05$), принципааллик, ҳиссий шиддатларга берилувчанлик, расмийчилик ($r=0,377^{**}$; $p\leq 0,01$), ўзига ишонганлик ($r=-0,384^{**}$; $p\leq 0,01$), яна, ўзига юқори баҳо берган инсонда тартиб-қоидага бўйсунмаслик, кўп ҳолларда етарлича ўйлаб ўтирмасдан таваккал ишга киришиш ($r=-0,303^{**}$; $p\leq 0,01$) хусусиятлари намоён бўлади.

Хулоса. К. Маркова ва А.Я. Никонованинг “Ўқитувчи фаолияти услубини ўрганиш” методикаси; “Ўз-ўзини бошқарув услубини аниқлаш” методикаси, Р.Кеттел шахс сўровномаси методикаси бўйича тадқиқотимиз натижалари умумий ўрта таълим мактаби ўқитувчиларининг фаолияти услуби уларнинг шахс хусусиятларига, жинсига, иш стажига кўра фарқларга эга эканлигини кўрсатди.

Умумий ўрта таълим мактаби ўқитувчилари ўзларида мулоқотчан (А), қатъиятли, иродали (G), рухий зарбаларга чидамли (Н), ҳиссий турғун, қаттиққўл (I), ўз ҳиссиётларини ва ҳаракатларини яхши ташкил қилиб, режа ва тартиб билан иш юритувчанлик (Q3) сингари хусусиятларни намоён қилди.

Эркак ўқитувчилар дастлаб ишчан, серҳаракат (Q4) бўлиб, иш стажи ошган сари, истак ва хоҳишларига бефарқ, янгиликларга интилайдиган бўлиб, ҳиссий барқарор, туйғуларини назорат қила олиш (C), эҳтиёткорлик (L), ҳаёлот оламининг бойлиги, вазминлик, ишбилармонлик (M) каби сифатларга эга бўлишади ва аёл ўқитувчиларга қараганда мустақил ва қатъиятли (Q2), ўз ҳиссиётларини ва ҳаракатларини яхши ташкил қила оладилар (Q3).

Аёл ўқитувчилар эса мантикий ва абстракт фикрлаш (B), устунликка интилувчанлик, мустақиллик, ўзига ишониш (E) хусусиятларининг юқори даражаси билан фарқланадилар. Эркак ўқитувчилар эса мулоқотчан (А), рухий зарбаларга чидамли, таҳдидларга эътибор қилмайдиган, қатъиятли (Н), эҳтиёткор (L), ижодий тасаввурли, орзу-ҳавасли (M), режали (N), мустақил (Q2) бўладилар.

Тадқиқот натижалари шуни кўрсатдики, умумий ўрта таълим мактаби ўқитувчиларининг фаолият услуби, уларнинг шахсий хусусиятлари, жинсий фарқлари ва иш стажи билан алоҳида фарқларга эга. Ўқитувчилар ўзларида турли шахсий хусусиятларни намоён қилишади, масалан, мулоқотчанлик, қатъиятлик, ҳиссий барқарорлик, ва режали ишлаш каби хусусиятлар уларнинг педагогик фаолиятига таъсир қилади.

Эркак ўқитувчилар иш фаолиятида кўпроқ серҳаракатлик, ишчанлик ва мустақилликни намоён қилишади, лекин иш стажи ошган сари улар янги ғоялар ва ўзгаришларга нисбатан камроқ қизиқиш билдиришади. Улар, шунингдек, ҳиссий барқарорлик, эҳтиёткорлик ва ижодий тасаввурга эга бўлиб, ўз хис-туйғуларини назорат қилишда юқори кўрсаткичларга эга.

Аёл ўқитувчилар эса кўпроқ мантикий ва абстракт фикрлаш, устунликка интилиш, ва ўзига бўлган ишонч каби хусусиятларга эга. Уларнинг фаолият услуби кўпроқ мустақил ва қатъиятли бўлиб, ўз ҳиссиётларини ва ҳаракатларини яхши ташкил қилишади. Аёл ўқитувчилар, шунингдек, ўзгаришларга очик ва ўз-ўзини англаш даражаси юқори бўлиши билан фарқланади.

Умуман олганда, ўқитувчилар ўртасида жинсий ва иш стажи билан боғлиқ равишда фарқлар мавжуд бўлиб, бу фарқлар педагогик услубларига ва ўқувчиларга бўлган ёндашувларига таъсир қилади. Тадқиқотнинг бу натижалари таълим жараёнида ўқитувчиларнинг шахсий хусусиятларини ҳисобга олишнинг муҳимлигини таъкидлайди. Бу эса, ўқитувчиларнинг педагогик самарадорлигини ошириш ва таълим сифатини яхшилашга ёрдам беради.

Адабиётлар:

1. Азаров Ю.П. Тайны педагогического мастерства. М.: Издательство Московского психолого-социального института, Воронеж: Издательство НПО МОДЭК, 2004. - 432 с.
2. Андреева Г.М., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы: Учеб. пособие для вузов. -- М.: Аспект Пресс, 2002. - 287 с.
3. Асадов Ю.М. Индивидуально-психологические особенности учителя как факторы развития профессионализма.: Дис. канд. психол. наук. –Т.: Уз.НУ, 2007. – 155 с.
4. Бодалев А.А., Ковалев Г.А. Психологические трудности общения и их преодоление//Педагогика. 1992. -№5,6.
5. Вяткин Б.А. Стиль активности как фактор развития интегральной индивидуальности // Интегральное исследование индивидуальности: стиль деятельности и общения // Пермь, 1992. С. 36-55.
6. Гайнутдинов Р.З. Ўқитувчи тарбия психологияси ҳақида . – Т.: 1995.-20 б.
7. Давлетшин М.Г. Замонавий мактаб ўқитувчисининг психологияси.- Тошкент: Ўзбекистон, 1999. -30 б.
8. Журавлев Д. Учитель и ученик: психология конфликтов //Народное образование. Москва, - 2002. - №4. - С. 81-92.
9. Каримова В. Психология. Ўқув кўланма. - Т.: А.Қодирий номидаги халқ мероси нашриёти. "ЎАЖБНТ" маркази, 2002.-205 б.
10. Маркова А.К., Никонова А.Я. Психологические особенности индивидуального стиля деятельности учителя // Вопросы психологии. – Москва, 1990.- № 2. - С. 62-69.

11. Расулов А.И. Ўқитувчи шахсининг тарбиячи сифатида ўқувчилар билан ўзаро муносабат даражалари. Психол. фанл. номзод.... дис. – Тошкент, 2001.- 177 б.
12. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. - СПб.: Прайм - ЕВРОЗНАК, 2008.-574с.
13. Тураева Д. Р. Социально-педагогическая сущность деятельности педагога //Gospodarka i Innowacje. – 2022. – Т. 22. – С. 303-306.
14. Ушинский К.Д. Избранные педагогические сочинения: в 2 т. Т.2. М., 1974. 1374с
15. Эшметов Ш.А. Устоз-шогирд муносабатларининг ижтимоий-психологик феноменлари. Психол. фан номзод... дис., Тошкент: М.Улуғбек номидаги Ўзбекистон Миллий ун-ти. 2005. -147 б.
16. Шакуров Р.Х. Социально-психологические проблемы руководства педагогическим коллективом [Текст] / Шакуров Р.Х. - М., 2002.
17. Эльконин Б. Д. Психология развития: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2001. — 144 с.
18. <https://president.uz/uz/lists/view/4660>

Турсунов Лутфулла Сайфуллаевич,
Низомий номидаги Тошкент давлат педагогика университети
Психология кафедраси профессори. в. б.

КОМИЛ ИНСОН МУАММОСИГА Э. Ғ. ҒОЗИЕВНИНГ ЁНДАШУВЛАРИ

Аннотация. Шахсни таҳлил этувчи инсоншунослик фанлар орасида психология фанининг алоҳида ўзига хос ўрни мавжуд бўлиб, унда шахснинг руҳияти ва руҳий ривожланиши қонуниятлари ўрганилади. Шахсни илмий асосида ўрганиш шахснинг тавсифидан бошланади. Мақолада айнан ана шу масалага урғу бериб ўтилган.

Калим сўзлар: жамият жамоа, гуруҳ, ижтимоий, табиат, камолот, биологик, билиш, фаолият, хулқ-атвор, муомала, субъект, институционал, станционал, билим, ўзлик.

ПОДХОДЫ ГАЗИЕВА Э. Г. К ПРОБЛЕМЕ ИДЕАЛЬНОГО ЧЕЛОВЕКА

Аннотация. Среди гуманитарных наук, изучающих личность, особое место занимает психология, исследующая закономерности психики и духовного развития человека. Научное изучение личности начинается с её описания. В статье акцентируется внимание именно на этом вопросе.

Ключевые слова: общество, коллектив, группа, социальный, природа, совершенство, биологический, социологический, знание, деятельность, поведение, взаимодействие, субъект, реализация, стационарный, знание, идентичность, мы.

E.G. GAZIEV'S APPROACHES TO THE PROBLEM OF A PERFECT MAN

Abstract. Psychology has a special place among the human sciences that analyze personality, in which the psyche of a person and the laws of mental development are studied. The scientific study of the personality begins with the description of the personality. The article focuses on this issue.

Keywords: society, collective, group, social, nature, perfection, biological, sociological, knowledge, activity, behavior, interaction, subject, implementation, stationary, knowledge, identity, we.

Устозни 8 йиллик таваллуд кунларига бағишланади.

Кириш. Одам ва шахс муаммоси қадим замонлардан буён инсоншунослик билан шуғулланувчи фан фидоийларни ўрганиш объекти сифатида талқин этиб келинади. Одам фелогенизи билан шахс фелогенизи ўртасида фарқ ХХI асрнинг биринчи чораги якуланиши арафасида ҳам ўз долзаблигини намоён этиб турибди. Биологик мавжудод сифатида дунёга келган Одам зотининг фарзанди қандай қилиб шахсликка эга бўлиши ва шахсликни юқори даражаларига эришиши қонунияти ҳар бир даврнинг ўз мутафаккирлари томонидан таҳлил этилиб, таърифланиб ўтилган. Биз ҳам замонимиз забардаст олими психология фанлари доктори, профессор Э.Ғ. Ғозиевни шахс ва уни онтогенезини илмий асосда ўрганишга қўшган ҳиссалари ҳақида тўхталиб ўтишни мақсад қилиб ушбу мақолани ёзиш орқали бўлажак руҳиятшуносларни устознинг кичик, аммо ниҳоятда катта илмий назариялари билан таништиришни ният қилдик.

Психология фани ривожланиши тарихига эътибор қаратадиган бўлсак, унда шахс ҳақида фикр билдириб ўтмаган таниқли психологларни топиш амри маҳол бўлса керак. Шахсга таъриф беришда, шахсни мавжуд руҳий ҳолатлари, когнитив жараёнлари, ўзига хос ва ўзлаштирган ижтимоий хусусиятлари ҳамда амалга ошириши мумкин бўлган онг олдию онг ости фаолиятларини қамраб олиниши лозим бўлади. Айнан ана шу талабларга жавоб бера оладиган таъриф бир неча асрлар давомида илим олувчиларнинг йўлини ёритиб туришига шубҳамиз йўқ.

“Психология фанида юз бераётган ўзгаришлар шахсга оид таърифларнинг ҳам ўзгача, такомиллашган тарзда ифодаланишини тақозо этмоқда. *Муайян жамоа, гуруҳ аъзоси, жисмоний, жинсий, ижтимоий камолотга эришган, биологик ва социологик шартланган ҳислатлар эгаси, ўз имкониятларини рўёбга чиқарувчи, билишга интилувчи фаолият, хулқ-атвор, муомала субъекти шахс дейилади.*”

Муҳокама. Юқоридаги таърифда келтирилган шахсга тааллуқли бир неча хусусиятларнинг ҳар бирида шахснинг шахслилигини намоён этадиган хусусиятлар мужассам этилган десак хато бўлмайди. Мазкур таърифда ҳар бир шахс ўзини кўра олиши орқали ўзини ким эканлигини ҳам

англаши табиий ҳол. Шахс ижтимоий жамиятдаги ёзилган ва ёзилмаган қонуниятларга амал қилган ҳолда жамиятни ўзида акс эттириш билан бир қаторда жамият ҳам уни акс эттириб унга баҳо беради. Жамиятнинг ҳар бир вакили жамият томонидан қабул қилинган юксак инсоний ҳисларни ўзида акс эттириб бориш билан бирга уларга қатъий амал қилиши ҳам талаб этилади. Юксак инсоний ҳисларга Ўзбекистонда психология фани, учинчи ренессанснинг мустаҳкам пойдевори ғиштини қўйган забардаст олим, психология фанлари доктори, профессор Э.Ғ.Ғозиев томонидан қуйидагича таъриф берилган:

“Кишилиқ жамияти билан ҳайвонот олами ўртасида психологик тафовутлар юксак ҳисларда ўз ифодасини топади. Юксак ҳислар онгли ҳаракатларни бажаришнинг объектив шароитлари, йўналишлари, мазмуни билан уйғунлашган шахс эмоционал ҳолатининг барқарор, мураккаб таркибида пайдо бўлади ва кечади. Кўплаб кечириладиган эмоцияларда, аффектларда, кайфиятларда яққоллашган умумлашма ҳислар юксак ҳислар деб аталади. Улар ўз таркибига содда тузилган ҳисларни қамраб олади, лекин оддий ҳислар йиғиндисидан иборат эмас, чунки юксак ҳислар мазмуни, сифати, шакли билан алоҳидаликка эга”.

Ҳар бир миллат ва жамият томонидан қабул қилинган юксак ҳислар давр талаби асосида сайқалланиб такомиллашиб бориши билан бир қаторда дастлабки ўз белгиларини сақлаб қолаверади. Шу сабабли ҳам юқорида устоз томонларидан илгари сурилган фикрда “содда тузилган ҳисларга” алоҳида урғу бериб ўтилган. Содда тузилган ҳислар юксак ҳисларнинг дастлабки кўриниши бўлиб у асосан ёш болаларда тақлид асосида намоён бўла бошлайди. Такидлаш лозимки аксари етуклик ёшидаги шахслардаги содда ҳислар йиғиндиси шахсни ўзига мутанносиб ҳис бўлиб қолаверади.

Шахснинг юксак ҳисларни ўзида мужассам этиб уларни мунтазам бойитиб, такомиллаштириб борган жамиятда, шахслар комилликка етишиш учун интилиб яшайдилар. Бирор бир шахс ўзини комиллик даражасини белгилаши кузатилган эмас аксинча шахс комиллигини жамият аъзолари баҳолайдилар. Жамиятнинг етук шахслари томонидан шахснинг жамият эртанги куни таррақиётига қўшган ҳиссасини моҳиятига нисбатан комиллик нисбатини берадилар.

“Янгиланаётган жамиятда, янгидан юзага келаётган шахснинг содда ва юксак ҳислатлари, ички имкониятлари жамият тараққиёти учун муҳим аҳамият касб этади, шахслараро, миллатлараро муносабатлар даражасини юксакликка кўтаришга хизмат қилади. Маълумки, инсондаги ички имкониятларнинг узлуксиз равишда, изчиллик билан намоён бўлиши тараққиёт (прогресс)нинг кафолати тариқасида гавдаланади. Шахсда доимо юксакликка интилиш ёки комфорт ҳиссининг ҳукм суриши тараққиётни амалга оширишнинг ҳам ҳаракатлантирувчиси, ҳам механизми вазифаларини бажаради”.

Жамият талаб этган юксак ҳисларни ўзида мужассам эта олган етук шахс ўтмиш ва замондошларини ўрганиш асосида комил инсон тимсолига аниқ тавсиф бера олишига тарихимизда мисоллар топиш қийин эмас.

Шахслиликнинг юксак ҳисларини ўзида мужассам этган шахсларга берилган тавсифдаги ҳислатларни ўзида мужассам эта олган беназир устозимиз Эргаш Ғозиевич Ғозиев комил инсонга қуйидагича тавсифлаганлар:

“Субъектликнинг инстанционал, супер станционал тажрибаларини ўзида мужассамлаштирган, табиат, жамият қонунлари ҳақидаги билимларнинг соҳиби, ҳуқ-атвори тўқис, ўзлигини бизлик билан умумлаштирган, бошқа оламлар тўғрисидаги тасаввурларни кашф қилувчи донишманд зот (аллома, даҳо) комил инсон деб аталади”

Дарҳақиқат, устоз томонларидан комил инсонга берилган таърифни объектив эканлигини психология фанидан бошланғич билимга эга бўлган шахс ҳам дарҳол тушина олади. Айнан мазкур таърифда тавсифланган шахсга тааллуқли юксак ҳислари кимда мужассамлашганлигини қидириши бежиз эмас. Устозни таниган ва яхши билганларни аксарияти, жумладан, мен ҳам комил инсон таърифида келтирилган барча шахслиликнинг юксак ҳисини айнан ўзларида мавжудлигини эътироф этардик.

Э. Ғ. Ғозиевни умумий психология фанининг қайси тармоғи бўйича маъруза ўқиган бўлсалар, ўша йўналишда тадқиқот олиб борган жаҳонга таниқли олимларнинг фикрини келтириб сўнг эса ўз фикрларини тажрибаларидан келиб чиққан ҳолда изоҳлашга, албатта, урғу бериб ўтар эдилар.

Устоз томонларидан эълон қилинган дарслик, ўқув қўлланма ва услубий қўлланмалари билан таниш инсоншунослик фани мутасаддилари устозни табиат, жамият қонунлари ҳақидаги билимларига лол қолмай иложи йўқ. Мазкур ҳолатнинг сабаби, устознинг асарларидаги мавзулар баёнидаги таълимот ва назарияларни қиёслашга асосланишини кўришимиз мумкин.

Хулк-атворлари тўқис бўлиб, ўзликларини бизлик билан умумлаштирган ҳолда мулоқотга киришишларининг гувоҳи бўлганлар рўпараларида Ўзбекистон психология фани дарғаси турганлигига ишонмаслиги мумкин эди. Чунки устоз биринчи курс талабаси ёки илмий унвонга эга бўлган шогирдлари билан бир ҳилда мулоқотга киришар эдилар.

Устоз томонларидан феноменлар психологияси ва парапсихология курсларида маърузалар ўқишлари жараёнида тингловчиларни бошқа оламлар тўғрисидаги саволларига илмий жихатдан жавоб бериш билан бир қаторда ўзларининг фикрларини ҳам талаба ва магистрларга содда илмий тилда изоҳлаб берар эдилар. Мазкур ҳолатнинг ўзи устознинг бошқа оламлар тўғрисидаги тасаввурлари мавжуд бўлиши билан бирга ана шу тасаввурларни илмий асосда изоҳлай олганликлари диққатга сазовор десак хато бўлмайди.

Э. Ғ. Ғозиев жаҳон мутафаккирлари илгари сурган комил инсон таърифларидан келиб чиқиб, ўзларининг мустақил тавсифларини илгари сурганликларини эътироф этиш лозим. Комил инсон даражасига етишиш учун қилинадиган ақлий фаолият нақадар машаққатлигини умумбашар мутафаккирларининг ҳаёт – фаолияти мисолида кўришимиз мумкин.

Комил инсон назариясига ўз таърифларини бериш билан бир қаторда устоз куйидаги фикрни илгари сурадилар:

“Биз муаммога ҳозирги замон нуктаи назаридан ёндашиб, комил инсонликни тўрт босқичга ажратишни мақсадга мувофиқ топдик:

1. Инсон камолотининг бу босқичига келиб ўзининг соҳаси бўйича пири ихтисос даражасига эришади. Бунинг натижасида етук инсон ҳаёт ва фаолиятда ижтимоий-тарихий психологик намуна босқичига ўсиб ўтади, ўзининг салоҳияти билан соҳани тараққий эттириш манбаига айланади.

2. Ихтисослараро билимдонлик комил инсон камолотининг навбатдаги юксак босқичи бўлиб, ҳозирги даврда бир неча соҳа бўйича мукамал билимларга, қарашларга эгаллиги билан тавсифланади.

3. Комил инсоннинг навбатдаги камолот босқичи ақлий донишмандлик деб аталади. Ақлий донишмандлик ахлоқий маданият, юксак ҳис-туйғулар, муомала мароми табиат ва жамият нормаларига риоя қилишлик билан узвий уйғунлик ҳукм суради.

4. Умумбашарий даҳолик жамият ва тараққиёт тақозоси билан вужудга келувчи имконият ёки заруриятни маҳсулдир. Илмий асосларга суяниб буюк башоратларни рўёбга чиқариш унинг янги хусусиятларидан бири бўлиб ҳисобланади.” (Мақоланинг ҳажми ортиб кетмаслиги учун имкон даражада қисқартириб олинди).

Хулоса. Юқорида келтирилган комил инсонликни тўрт босқичга берилган таъриф орқали комил инсонни психологик портретини яратиш мутахассисга қийинчилик юзага келтирмайди десак ҳам бўлади.

Бирор бир ғояни илгари суриш учун олимга қанчалик илмий қудрат кераклигини тасаввур қилиш қийин. Айнан ана шу таърифга ўзларини юксак инсоний ҳислари билан мос келишларини инобатга олган ҳолда устозни беназир комил инсонлар сафига қўишимиз адолатли бўлади.

Мақоламизнинг хотимасида комил инсон, забардаст олим Э.Ғ.Ғозиевни куйидаги фикрларини келтириб ўтишни лозим топдик:

“Шуни алоҳида таъкидлаб ўтиш жоизки, табиат билан жамият ўртасида ҳукм суриб турувчи алоқалар ва муносабатларни амалга оширувчи, унинг (табиатнинг) неъматларини тартибга келтиришда фаол иштирок этувчи онгли мағрур зот ҳамда оламнинг сирлари, ажойиботларини тушинишга интилувчи кенг савияли, юксак даражага эришувчи, бетакрор комил инсон масаласи ҳар бир давр учун ўта аҳамиятли, қийматли ҳисобланган”.

Адабиётлар:

1. Ғозиев Э. Ғ.. Умумий психология. – Т.: ЎзФМЖ нашириёти, 1910. – 149 б.
2. Ғозиев Э.Ғ. Онтогенез психологияси. – Т.: “NOSHIR”, 2010. – 71 б.
3. Ғозиев Э.Ғ. Психология методологияси. – Т.: “NOSHIR”, 2013. – 111 б.

УДК 796(071)

Усманова Шахло Шавкатовна,

и. о. доцента Узбекского государственного университета физической культуры и спорта
usmanovashahlo1969@gmail.com

СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ И СИТУАТИВНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ: ЗНАЧЕНИЕ ВЛИЯНИЯ НА ХАРАКТЕР ПРОЯВЛЕНИЯ ПРЕДСТАРТОВЫХ СОСТОЯНИЙ

Аннотация. В статье рассматриваются виды предстартовых состояний, таких как боевая готовность, лихорадка и апатия, влияющие на состояние спортсмена перед выступлением и характеризующиеся отличительными психологическими и физиологическими особенностями.

Ключевые слова: спорт, тренировка, стресс, стрессоустойчивость, тревожность, спортсмен, тренер, соревнование, боевая готовность, предстартовая апатия, предстартовая лихорадка, спортивная деятельность, психологическая подготовка, физическая подготовка.

STRESSGA CHIDAMLILIK VA VAZIYATLI TASHVISH: STARTDAN OLDIN HOLATLARNING NAMOYON BO'LIH XUSUSIYATIGA TA'SIRNING AHAMIYATI

Annotatsiya. Maqolada sportchining chiqishdan oldingi holatiga ta'sir qiluvchi va o'ziga xos psixologik va fiziologik xususiyatlari bilan ajralib turadigan jangovar tayyorgarlik, isitma va befarqlik kabi boshlang'ich holat turlari ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlari: sport, mashg'ulot, stress, stressga chidamlilik, tashvish, sportchi, murabbiy, raqobat, jangovar tayyorgarlik, startdan oldingi apatiya, startdan oldingi isitma, sport faoliyati, psixologik tayyorgarlik, jismoniy tayyorgarlik.

STRESS TOLERANCE AND SITUATIONAL ANXIETY: THE IMPORTANCE OF INFLUENCING THE NATURE OF THE MANIFESTATION OF PRE-START CONDITIONS

Abstract. The article examines the types of pre-start conditions, such as combat readiness, fever and apathy, which affect the condition of an athlete before a performance and are characterized by distinctive psychological and physiological characteristics.

Keywords: sports, training, stress, anxiety, athlete, coach, competition, combat readiness, prelaunch apathy, prelaunch fever, sports activities, psychological preparation, physical fitness.

Введение. Спорт – это специфический вид человеческой деятельности и в то же время социальное явление, способствующие поднятию престижа не только отдельных личностей, но и целых общностей, в том числе и государства.

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

В условиях современного спорта высших достижений, когда спортсмены в основном имеют примерно одинаковый уровень физической, технической и тактической подготовленности, возрастает значимость психологической подготовки к соревнованию.

Немаловажным фактором в личностных особенностях спортсмена являются предстартовые состояния, такие как: предстартовая лихорадка, предстартовая апатия и состояние боевой готовности.

Состояния, которые переживает спортсмен непосредственно перед стартом получили название предстартовых состояний [10].

Вопросы предстартового состояния спортсменов интересуют многих тренеров, физиологов и психологов спорта на протяжении длительного времени. Психические переживания спортсменов исключительно сложны и разнообразны, так как соревнования нередко требуют от них максимального напряжения в самых неблагоприятных условиях.

Положительное или отрицательное влияние предстартового состояния на спортивный результат зависит от степени возбуждения нервной системы спортсмена.

Практика психологической подготовки спортсменов убедительно показывает, что многие успехи и поражения могут быть объяснены с позиций необходимых воздействий тренеров и самих

спортсменов на эмоциональные состояния перед стартом [2]. Вряд ли можно сбрасывать со счетов и особенности психических состояний спортсменов после соревнований, ибо на психику спортсмена глубоко воздействуют оценки проделанной работы.

Анализ литературных источников по теме. Первые исследования психологии предстартовых состояний (О. А. Черникова) показали своеобразие состояния стартовой лихорадки, её влияние на действие спортсмена и важность изучения данного вопроса в подготовке к соревнованиям.

В дальнейших исследованиях (Г.М. Гагаева, С.М. Оя, Ю.Ю. Палайма, А.Ц. Пуни и др.) были установлены основные виды предстартовых состояний. Было установлено, что предстартовые состояния характеризуются отличительными психологическими и физиологическими особенностями. Эти состояния влияют на поведение, работоспособность спортсмена и результативность его действий в условиях соревнований. Возникновение предстартового состояния зависит от их индивидуальных особенностей: типа нервной системы, темперамента, характера, опыта выступлений и др.

Методология исследования. Любой человек, который имеет отношение к спорту и который хоть раз принимал участие в соревнованиях, знает, что самое трудное - это не тренировки, не сами выступления, а способность «взять себя в руки» непосредственно перед стартом.

Характер предстартового состояния зависит от многого. Но, так или иначе, все они влияют на исход соревновательной деятельности.

Исследования в психологии предстартовых состояний О.А. Черниковой, В.М. Геселевича [8] показали своеобразие состояния «стартовой лихорадки», его влияния на действия спортсмена и важность изучения данного вопроса при подготовке к соревнованиям. В дальнейших исследованиях были установлены основные виды предстартовых состояний, которые характеризуются отличительными психологическими и физиологическими особенностями и по-разному влияют на поведение, работоспособность спортсмена и результативность его действий в условиях соревнований.

Все эти признаки стартовой лихорадки сопровождаются физиологическими показателями: учащённое дыхание и пульса, дрожанием рук и ног, похолоданием конечностей, а также потливостью, побледнением. Стартовая лихорадка связана с повышением возбудительных нервных процессов и ослаблением тормозных процессов. Состояние стартовой лихорадки чаще всего наблюдается у недостаточно тренированных спортсменов. Оно может возникнуть как у новичков, так и у опытных спортсменов, когда последние оказываются по каким-либо причинам слабо подготовленными к данному соревнованию [1,4,5].

В исследовании принимали участие 20 девочек спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой.

Целью исследования является выявление высокой стрессоустойчивости и низкой тревожности, вызывающей предстартовую апатию, а также низкой стрессоустойчивости и высокой тревожности, вызывающей в свою очередь предстартовую лихорадку.

У одних они выражаются в повышенной возбудимости, активности, у других - в упадке настроения, вялости, замкнутости.

Участницам эксперимента во время предсоревновательных занятий было предложено ответить на вопросы теста:

- по определению уровня ситуативной тревожности (Шкала ситуативной тревожности Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина) и
- стрессоустойчивости (Опросник «Стресс-симптом-тест» Р.Фрестера).

Результаты и их обсуждение. В данной статье показаны результаты проведённого исследования, и были выявлены следующие взаимосвязи:

- высокая стрессоустойчивость и низкая тревожность вызывают предстартовую апатию;
- низкая стрессоустойчивость и высокая тревожность вызывают предстартовую лихорадку.

После проведения тестовых заданий была составлена таблица данных по определению уровня ситуативной тревожности спортсменок художественной гимнастики.

Результаты этих опросов были подсчитаны и зафиксированы в таблице 1 и 2.

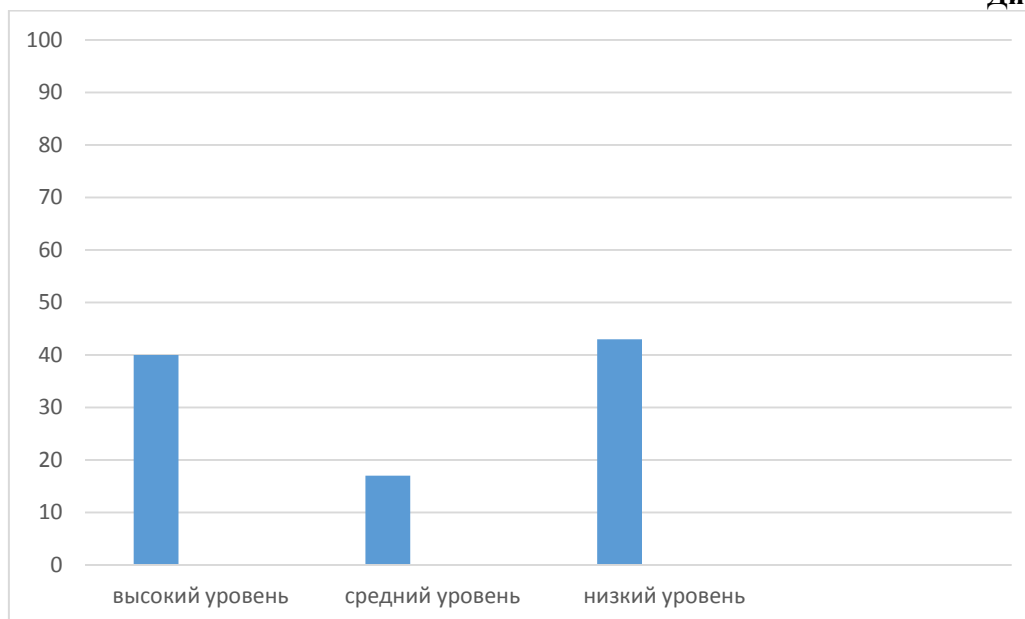
Таблица 1.

Уровень ситуативной тревожности у спортсменок художественной гимнастики (%).

Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
40%	17%	43%

Результаты также можно видеть и в диаграмме.

Диаграмма 1.



Исходя из данных таблицы 1, можно сделать вывод, что у спортсменок уровень ситуативной тревожности на высоком и среднем уровне. Что видно в процентном соотношении: 40% (высокий уровень), 17% (средний уровень), 43% (низкий уровень).

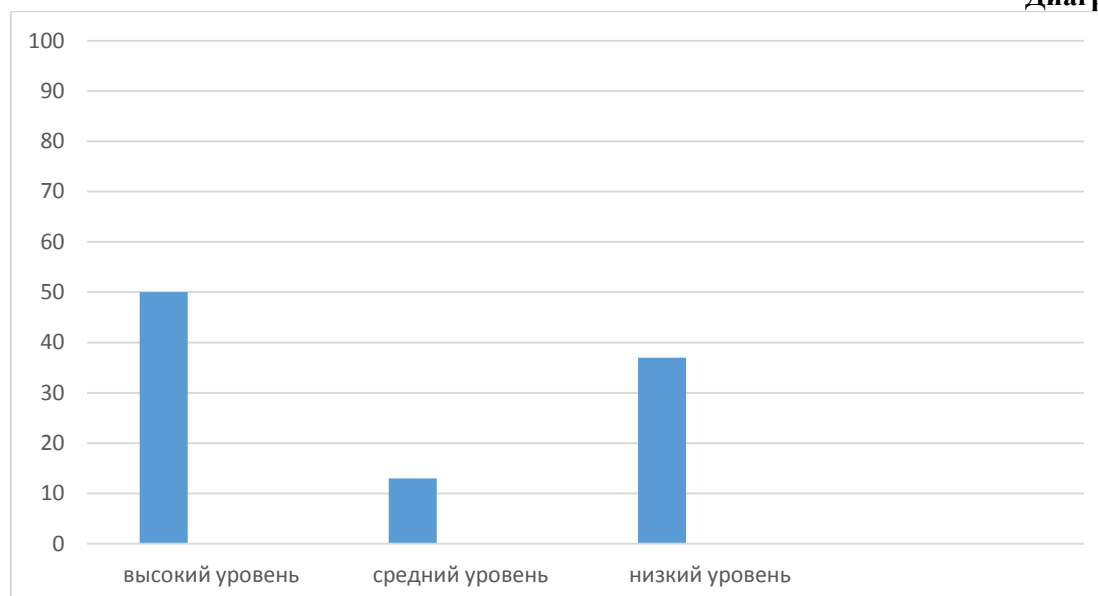
Таблица 2.

Уровень стрессоустойчивости у спортсменок художественной гимнастики (%).

Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
50%	13%	37%

Результаты также можно видеть на диаграмме.

Диаграмма 2.



Исходя из данных таблицы 2, у спортсменок уровень стрессоустойчивости на высоком и низком уровне. Что видно в процентном соотношении: 50% (высокий уровень), 13% (средний уровень), 37% (низкий уровень).

Заключение. Таким образом, состояние психического стресса, возникающее у спортсменов в связи с участием в спортивных соревнованиях, это сложное психофизиологическое состояние личности, определяемое несколькими системами условий различного иерархического уровня.

Характер и степень влияния этого стресса на деятельность спортсмена обусловлены взаимоотношением различных его индивидуальных свойств: социально-психологических,

личностных, психологических, психодинамических, физиологических, т. е. всей системой их взаимосвязей.

Уровень стрессоустойчивости и умение справиться с ситуативной тревожностью влияет на то, какое из предстартовых состояний будет доминировать и тем самым может сказаться на результатах выступлений соревнований.

Литература:

1. Багадирова С.К. «Спортивная психология». - Учебное пособие. Майкоп (Адыгея) 2014г. 243с.
2. Бабушкин Г.Д., Шумилин А.П., Чикуров А.И., Соколов А.Н. Влияние психологической готовности на предстартовое состояние и результативность соревновательной деятельности. // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2008. - № 3. - С. 13-17.
3. Гаппаров З.Г. «Спортивная психология», Учеб. Для студ. ин-та физкультуры. МВ и ССО РУз. - Ташкент, ООО «Мехридарё», 2009.
4. Ильин, Е. П. Психология спорта. Учебник. М.: Питер, 2018. - 352 с.
5. Ильин Е.П. «Психология спорта», учебник для вузов. СПб: Питер. 2021г. 352стр.
6. Крыжановская Л.М. «Методы психологической коррекции личности». М. 2015г. 242 с.
7. Ловягина А.Е. «Психология физической культуры и спорта». - Учебник и практикум. Москва: Юрайт 2016 г. 338с.
8. Маклаков А.Г. «Общая психология» учебник для вузов. СПб: Питер. (серия Учебник для вузов) 2016 г. 583с.
9. Огородова Т.В. «Психология спорта», учебное пособие. Ярославль. 2013г. 120 с.

UO'K 378:617.7

Kim Fotima Xabibullaevna,
O'zbekiston Milliy universiteti
Ijtimoiy psixologiya kafedrasi tayanch doktoranti
Amitof81@gmail.com

TA'LIM SHAROITIDA KO'ZI OJIZ VA ZAIF KO'RUVCHI TALABALARNING MOSLASHISH IMKONIYATLARINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada ta'lim sharoitida ko'zi ojiz va zaif ko'ruvchi talabalarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlaridagi o'ziga xosliklari, o'zgarish holatlari hamda ta'lim jarayoniga moslashish imkoniyatlari haqida ma'lumotlar berib o'tilgan. Imkoniyati cheklangan (ko'zi ojiz va zaif ko'ruvchi) talabalarni ta'lim sharoitiga moslashtirish jarayonidagi holatlar, ta'lim muassasasidan talab qilinadigan shart-sharoitlar hamda ta'lim ishtirokchilarining munosabatlari haqida batafsil yoritilgan.

Kalit so'zlar: ko'zi ojiz va zaif ko'ruvchi talabalar, ta'lim jarayoni, ijtimoiy-psixologik xususiyatlar, adaptatsiya, ta'lim muhiti va moslashish aloqasi.

ОСОБЕННОСТИ ВОЗМОЖНОСТЕЙ АДАПТАЦИИ СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Аннотация. В данной статье представлена информация о специфических особенностях социально-психологических характеристик слепых и слабовидящих студентов, изменениях в их состоянии, а также возможностях адаптации к образовательному процессу. Подробно рассматриваются условия, необходимые для адаптации студентов с ограниченными возможностями (слепых и слабовидящих) к образовательной среде, требования к образовательным учреждениям, а также взаимоотношения участников образовательного процесса.

Ключевые слова: слепые и слабовидящие студенты, образовательный процесс, социально-психологические характеристики, адаптация, образовательная среда и связь с адаптацией.

SPECIFIC CHARACTERISTICS OF ADAPTABILITY OF BLIND AND VISUALLY IMPAIRED STUDENTS IN EDUCATIONAL CONDITIONS

Abstract. This article provides information on the specific socio-psychological characteristics of blind and visually impaired students, changes in their condition, and their adaptation opportunities in the educational process. It thoroughly examines the conditions necessary for the adaptation of students with disabilities (blind and visually impaired) to the educational environment, the requirements for educational institutions, and the relationships among participants in the educational process.

Keywords: blind and visually impaired students, educational process, socio-psychological characteristics, adaptation, educational environment, and adaptation connection.

Kirish. Bugun jamiyatda yoshlar tarbiyasiga e'tibor tobora o'zgarib bormoqda. Imkoniyati cheklangan yoshlarning sog'lom jamiyatga integratsiyalashuvi davlatda yaratilgan sharoit va xizmatlarga bog'liq. Dunyo mamlakatlarida nogironligi bo'lgan shaxslarning huquqlarini himoya qilish, ularning yashashi uchun qulay shart-sharoitlar yaratish, mehnatini muhofaza qilish borasida tizimli ishlar amalga oshirilmoqda. Shu munosabat bilan keyingi yillarda mamlakatimizda nogironligi bo'lgan shaxslarning huquqlarini himoya qilish, mehnatini himoya qilish, jamiyatda o'z o'rnini egallash borasida qator amaliy ishlar boshlab yuborildi. Jismoniy imkoniyati cheklangan insonlarning sog'lom jamiyatga integratsiyalashuvi jamiyatda yaratilgan imkoniyatlarga bog'liq. Shaxsning jamiyatda o'z o'rnini egallashi uchun zarur kasb-hunarlarini o'rganishda, shubhasiz, ta'limning o'rni nihoyatda muhim. Shu munosabat bilan umumiy o'rta ta'lim tizimi shaxsni shaxs sifatida shakllantirishda eng muhim hayotiy bilim ko'nikmalarini o'zlashtirishda asosiy vazifalarni bajaradi. Avvalo, o'sib kelayotgan yosh avlod ta'limning samarali mahsuliga bog'liq jarayon ekanligini hech kim inkor eta olmaydi. So'nggi yillarda hukumatimiz tomonidan imkoniyati cheklangan yoshlarga qaratilayotgan e'tibor tobora ijobiy tomonga o'zgarib bormoqda. Xususan, ushbu toifadagi yoshlarning kasb-hunarga o'rgatish, inklyuziv va sog'lom jamiyatga integratsiyalashuvi orqali jamiyatda munosib o'rin egallashini ta'minlash borasida aniq chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda.

Asosiy qism. "Ko'zi ojiz va zaif ko'ruvchilarning ruhiyati odatdagidek subyektiv va obyektiv birlikdir. U har bir inson ongida alohida aks etuvchi obyektiv voqelikni aks ettiradi. Darhaqiqat, har qanday hodisa, har qanday fikr, har qanday tuyg'u kishilar ongida tajriba, bilim, munosabat, ehtiyoj, ruhiy va jismoniy holatga qarab turlicha, subyektiv tarzda aks etadi. Shu bilan birga, ongida paydo bo'ladigan obrazlar, fikr va tuyg'ular ham obyektiv voqelikni ozmi-ko'pmi adekvat aks ettiradi. normal ko'rish qobiliyatiga ega bo'lgan odamlarning psixikasini o'rganish bilan solishtirganda ko'r va zaif ko'rish qobiliyatini o'rganish, uning namoyon bo'lishining universal subyektivligidan tashqari, aqliy funksiyalar va shaxsiy xususiyatlarning shakllanishida qonuniyatlarning mavjudligi bilan murakkablashadi. Ko'zi ojiz va zaif ko'ruvchilar psixikasining umumiy qonuniyatlari va o'ziga xos xususiyatlarini aniqlash jarayoni, ayniqsa, ko'rish nuqsonlari tananing boshqa qismlarida sitologik o'zgarishlar bilan boyiganda murakkablashadi[1,56]. Ko'r va zaif ko'rish bilan birga keladigan nuqsonlar orasida motor tizimining buzilishi, eshitish va taktil o'tkirligining pasayishi, nutqning buzilishi keng tarqalgan. Jiddiy aqliy zaifliklar, neyropsik anormallik va psixofizik infantilizm ham ko'r va zaif ko'rish qobiliyatiga ega. Shu bilan birga, ko'rlik va boshqa nuqsonlar bilan asoratlangan ko'rishning pastligi hollari ulushi ortib bormoqda. Bu shikastlanishlar va bir qator keng tarqalgan va yuqumli kasalliklar tufayli ko'rishning buzilishi holatlarining kamayishi bilan bog'liq. Boshqa tomondan, bu markaziy asab tizimining turli kasalliklari, tug'ma va irsiy ko'rish patologiyalari tufayli ko'rishning buzilishi holatlarining nisbatan yuqori soni bilan bog'liq. Hozirgi vaqtda vizual patologiyaning konjenital va irsiy shakllari taxminan 90% hollarda ko'rlikka sabab bo'ladi. Ko'zi ojiz o'quvchilarning bilim olishi ularning atrofdagilar bilan to'g'ri muloqot qila olishi, turli psixologik tahdidlarni yengishi, psixologik tayyorgarligiga bog'liq. Shu munosabat bilan maxsus maktab-internatlarda faoliyat yuritayotgan psixolog-pedagoglar tomonidan har bir ko'zi ojiz o'quvchining ruhiy salomatligini aniqlash, ularning faoliyatiga to'sqinlik qilayotgan muammolarni turli psixologik chora-tadbirlar orqali bartaraf etish muhim ahamiyatga ega.

Sensor, jismoniy nuqsonlari, kasalliklari va rivojlanish anomaliyalari bo'lgan talabalarga oliy ma'lumot olish imkoniyati hozirda davlat ta'lim siyosatining tartibga solinadigan hujjatlariga muvofiq amalga oshirilmoqda. Nogiron talabalar muvaffaqiyatli moslashish va universitetda o'qish uchun maxsus shart-sharoitlarni ta'minlashlari kerak. Ushbu talabalarining alohida ehtiyojlarini qondirishga qaratilgan chora-tadbirlar majmuasi quyidagilarni o'z ichiga oladi: qulay arxitektura muhitini ta'minlash, ta'lim sohasida qo'llab-quvvatlash, psixologik va pedagogik yordam, ijtimoiy-madaniy va jismoniy moslashish va reabilitatsiya.

Nogironligi bo'lgan talabalar universitetga o'qishga kirganlarida moslashish muammolari izolyatsiya, yolg'izlik, uydan ajralish va ajralish hissi, shaxslararo nizolarning kuchayishi bilan bog'liq bo'ladi. Universitetda ko'rishda muammolari bo'lgan talabalarining moslashuvi turli xil va ko'plab salbiy omillar bilan murakkablashadi: muloqot qilish qobiliyatining yo'qligi, fobiyalar, jamiyatda noto'g'ri yo'naltirish, o'zini past tutish odati, o'z qobiliyatlari va imkoniyatlariga ishonchsizlik. Ko'rish qobiliyati zaif odamlarda vosita analizatorining funksional holatida o'zgarishlar mavjud. Bu kosmosda orientatsiyaning pasayishiga, harakatlarni umumiy muvofiqlashtirishga, aniqlik va tezlikka, vosita ko'nikmalarini shakllantirishga olib keladi. Turli xil psixofizik xususiyatlar va ko'rish rivojlanishining buzilishlari o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligi darajasini nazorat qilishni sezilarli darajada qiyinlashtiradi. Nogironligi bo'lgan o'quvchilarning turli xil psixofizik xususiyatlari pedagogik jarayonning tashkiliy va tarkibiy va mazmuniy tomonini o'ziga xos moslashtirishni talab qiladigan maxsus ta'lim ehtiyojlarini ochib beradi.

Talabaning kosmosda orientatsiya va shaxslararo muloqotdagi cheklovlari tufayli ko'rish buzilishining eng psixologik reaksiyalaridan biri bu nochorlikdir. Bu kasbiy ta'lim subyektlarining begonalashuvida ifodalangan barqaror subyektiv yolg'izlik tuyg'usini shakllantirishga olib keladi, universitetning ta'lim dasturini o'zlashtirishning imkonsizligini o'zlashtirish, tengdoshlar guruhida ko'proq yoki kamroq barqaror pozitsiyani egallash, tushunish va e'tirof etish boshqalar tomonidan o'z shaxsiyatini tan olish kabilar kiradi. Ko'rish qobiliyati zaif talabalarining yolg'izlikning subyektiv tajribasi ularning ijtimoiy munosabatlarning keng kontekstiga muvaffaqiyatli kirishini qiyinlashtiradi va jamoaviy tuyg'uning yetishmasligi dunyo bilan konstruktiv munosabatlarning rivojlanmaganligiga olib keladi. Umumiy psixologik tayyorgarlik jarayonida raqobatdosh motivatsiya, hissiy barqarorlik, o'zini o'zi boshqarish va raqobat sharoitida intizomga e'tibor beriladi.

Mahalliy va xorijiy mualliflarning turli yoshdagi ko'rish qobiliyati cheklangan nogironlar bilan ishlash tajribasi shuni ko'rsatadiki, psixofizik rivojlanishni tuzatishning asosiy usullaridan biri moslashtirilgan jismoniy tarbiya (APE) va paralimpiya sportlaridir[2,98]. Ko'rlar sporti jamoaviy va individual sport va o'yinlarning kichik toifasi bilan ifodalanadi.

Ko'rishda nuqsoni bo'lgan yoshlar, ayniqsa ko'zi ojizlar uchun ko'r-ko'rona saboqlar ularning fazoviy yo'nalishini, aloqalarini kengaytirish imkoniyatlarini, gipodinamiyaning oldini olish, jismoniy va motor sohalarini tuzatish va kompensatsiya qilish, funksional holatni yaxshilash usullaridan biridir. Shuni ta'kidlash kerakki, g'ayritabiiy ko'rish qobiliyatiga ega bo'lgan talabalarni xabardor qilish va ularga hamrohlik qilish darslar jarayonida ularning moslashuvchan va psixologik stressga chidamliligiga yordam beradi. Ko'rish qobiliyati buzilgan talabalarni vosita o'yin harakatlariga o'rgatish, o'yin ko'nikmalarini, texnikasini, harakat qobiliyatlarini shakllantiradigan o'yinga moslashtiruvchi va tuzatuvchi mashqlarni qo'llash, ko'rish nuqsoni darajasiga va ikkilamchi og'ishlar (tekis oyoq, skolyoz) mavjudligiga bog'liq. Muvozanat va fazoviy orientatsiyani saqlash uchun vestibulyar apparatlarning roli tananing kosmosdagi holatini vizual nazorat qilishning yetishmasligi tufayli sezilarli darajada oshadi va bu uning sezgirligining sezilarli darajada oshishiga olib keladi. Ma'lumki, maktabda o'qish davrida ko'r va zaif ko'rgan bolalar jismoniy va aqliy rivojlanishda me'yordan sezilarli darajada orqada qoladilar. Jismoniy tarbiya o'qituvchilari, maxsus qayta tayyorlashsiz, moslashtirilgan, dozalangan, individual jismoniy yuklarning usullari va shakllarini bilishmaydi. Natijada, maktab o'quvchilarida mavjud bo'lgan doimiy og'ishlarni to'liq yoki qisman bartaraf etish va maktab ta'limi davomida muvofiqlashtirish mumkin emas.

Har bir vaziyat har xil bo'lsa-da va talaba foydali turar joy haqida eng yaxshi ma'lumot manbai bo'lsa-da, ko'r bo'lgan talaba uchun quyidagi turar joy odatiy hisoblanadi:

- Audiotasma, Brayl yoki elektron formatdagi ma'ruza matnlari, tarqatma materiallar va matnlar;
- Ko'rgazmali qurollarning og'zaki tavsifi;
- Ko'tarilgan chizmalar va grafik materiallarning taktil modellari;
- Brayl alifbosidagi laboratoriya belgilari va jihoz yorliqlari;
- Eshitish laboratoriyasi ogohlantirish signallari;
- Moslashuvchan laboratoriya uskunolari (masalan, gaplashadigan termometrlar va kalkulyatorlar, yorug'lik zondlari va taktil taymerlar);
- Optik belgilarni o'quvchi, ovoqli chiqish, Brayl ekranli displey va printer chiqishi bilan kompyuter.

Muhokama. Oliy ta'lim ko'zi ojiz yoki zaif talabalar uchun alohida e'tibor mavjudligini ta'minlashi kerak. Quyidagi tavsiyalar va strategiyalar ko'zi ojiz yoki zaif talabaga yordam berish uchun ta'lim kampusini moslashtirishga yordam beradi.

ADA brayl belgilari so'zlar katta hajmli va oddiy rasmlar, belgilar bir xil va vizual tartibsizliklarga ega emas, bu ularni ko'rish qobiliyati past talabalar uchun, shuningdek, umuman kognitiv nogironligi bo'lgan talabalar uchun ham foydalidir [2,124]. Har qanday belgilar yoki raqamlar yozilgan barcha belgilar brayl alifbosidagi tarjimaga ega bo'lishi kerak. Belgilar guruhni aniqlash, hojatxonalar va yo'nalish belgilari va liftlarda talab qilinadi. Xonani identifikatsiyalash belgilarini eshikning ochilishiga to'sqinlik qilmasdan odam o'qishi uchun mandal yonidagi devorga joylashtirilishi kerak.

Ko'zi ojiz yoki zaif ko'rgan talabalar atrof-muhitga, materiallarga va ko'rsatmalarga moslashishni talab qiladi. Har bir talabaning o'ziga xos vizual ehtiyojlari bo'ladi. Talabalarining ko'rish qobiliyatidan maksimal darajada foydalanishi va ularning ko'rish qobiliyatiga ega tengdoshlari bilan bir xil topshiriqlarga kirishi uchun mos moslashuvlarni amalga oshirish uchun har bir talabaning vizual tashxisini va funksional ko'rishga ta'sirini tushunish muhimdir.

Oliy inklyuziv ta'limning asosiy ishtirokchilari sifatida ko'zi ojiz talabalarni to'siqlarsiz muhitga moslashtirish va universitetlarda individual rivojlanishi oliy inklyuziv ta'limni rivojlantirishga ko'maklashishda g'oyat muhim ahamiyatga ega. Ko'rish qobiliyati buzilgan "odatiy" talaba yo'q: buzilish bir qator sharoitlar natijasi bo'lishi mumkin va uning ta'siri ko'rishni yo'qotish turi, darajasi va vaqtiga bog'liq bo'ladi:

Tushlik xonasi. Ko'zi ojiz yoki zaif ko'rgan talabalar tushlik xonasida harakat qilish qiyin bo'lishi mumkin bo'lgan alohida e'tiborga muhtoj bo'ladi. Agar guruh tushlik xonasida ovqatlansa, tushlik xonasiga dastlabki yo'nalish (va ba'zi hollarda bir nechta imkoniyatlar) kerak bo'lishi mumkin, shunda ko'rish qobiliyati zaif talaba tovoqlar qayerda joylashganligini, chiziqlar qayerda paydo bo'lishini va hokazolarni bilib oladi. Tengdoshlar yoki xodimlar talabaga jismoniy yordam yoki og'zaki ko'rsatmalar berishlari kerak bo'lishi mumkin. Kafeterya xodimlarini talabaga, agar kerak bo'lsa, kunlik ovqat tanlovi haqida eslatib turishga undash foydalidir. Har bir talaba uchun mumkin bo'lgan eng yuqori darajadagi mustaqillikni rag'batlantirishi zarur. Talabalarni laganda olib yurishga undash kerak, hatto dastlab patnisda faqat ochilmagan sut qutisi bo'lsa ham. Maqsad - talaba oxir-oqibat mustaqil bo'lishidir. Talaba butunlay mustaqil bo'lgunga qadar, asta-sekin talabalarining tovoqlariga ko'proq sindirilmaydigan va to'kilmaydigan narsalarni qo'shish yaxshi samara beradi.

Yong'inga qarshi mashqlar va favqulodda vaziyatlar va xavfsizlik. Yong'inga qarshi mashg'ulotlar uchun talaba, ehtimol, eshiklar yaqinida joylashtirilgan diagrammalarga kira olmaydi. Orientatsiya va harakatchanlik bo'yicha mutaxassis talaba bilan guruhdan va binoning boshqa joylaridan o'rganish yo'nalishlari bo'yicha ishlashi mumkin. Biroq favqulodda vaziyatda mobil talabaga eng yaqin harakatlanayotgan katta yoshli yoki talabani ushlab, boshqalarni tez va jimgina kuzatib borish buyurilishi kerak. Bir talabaga favqulodda vaziyatlarda talabaning doimiy rahbarligi vazifasini tayinlash yaxshi fikr bo'lmasligi mumkin, chunki tayinlangan talaba yo'q bo'lishi yoki favqulodda vaziyatda vahima qo'zg'ashi mumkin. Shuningdek, ta'lim ma'muriyati bilan yong'in va boshqa favqulodda evakuatsiya tartib-qoidalarini bo'yicha maslahatlashish yaxshidir.

Umumiy xavfsizlik maslahatlari. Agar talaba chetiga urilib qolsa, shikastlanishlar oldini olish uchun binoning butun bo'ylab mebelning o'tkir burchaklarini yopish zarur. Sirpanib ketmaslik uchun gilam qirralarini polga mahkamlanishi kerak. Eshiklarni to'liq ochiq yoki mahkam yopib qo'yish kerak, chunki ko'r bo'lgan talaba yarim ochiq eshik chetiga kirib borishi yoki barmoqlarini ilgakka qo'yib qo'yishi mumkin. Eshikni to'liq ochiq holatda ushlab turish uchun eshik to'xtatuvchisi yoki eshik xanjaridan foydalanish zarur.

Natijalar. Tadqiqotda qo'llanilgan metodikalarning guruh bo'yicha farq ko'rsatkichi tahlili (N=153)

Ko'rsatkichlar	Qanday ko'rish buzilishi	N	O'rtacha Rank	Ranklar summasi	U	P
Adaptatsiya	Tug'ma	90	67.37	6063.50	1968.500	.001***
	Orttirilgan	63	90.75	5717.50		
	Jami	153				
Disadaptatsiya	Tug'ma	90	79.23	7130.50	2634.500	.456
	orttirilgan	63	73.82	4650.50		
	Jami	153				
Yolg'on shkalasi	Tug'ma	90	80.24	7221.50	2543.500	.277
	Orttirilgan	63	72.37	4559.50		
	Total	153				
O'zini qabul qilish	Tug'ma	90	67.13	6042.00	1947.000	.001***
	Orttirilgan	63	91.10	5739.00		
	Jami	153				
O'zini qabul qila olmaslik	Tug'ma	90	79.08	7117.00	2648.000	.472
	Orttirilgan	63	74.03	4664.00		
	Jami	153				
Begonalarni qabul qilish	Tug'ma	90	67.47	6072.00	1947.000	.001***
	Orttirilgan	63	90.62	5709.00		
	Jami	153				
Begonalar bilan konflikt	Tug'ma	90	85.78	7720.00	2045.000	.003**
	Orttirilgan	63	64.46	4061.00		
	Jami	153				
Emotsional komfort	Tug'ma	90	58.22	5239.50	1144.500	.000***
	Orttirilgan	63	103.83	6541.50		
	Jami	153				
Emotsional diskomfort	Tug'ma	90	77.72	6994.50	2770.500	.809
	Orttirilgan	63	75.98	4786.50		
	Jami	153				
Ichki nazoratni kutish	Tug'ma	90	70.01	6301.00	2206.000	.019*
	orttirilgan	63	86.98	5480.00		
	Jami	153				
Hukmronlik	Tug'ma	90	82.78	7450.00	2315.000	.052
	Orttirilgan	63	68.75	4331.00		
	Jami	153				

Qaramlik	Tug'ma	90	71.24	6411.50	2316.500	.051
	Orttirilgan	63	85.23	5369.50		
	Jami	153				
Muammodan qochish	Tug'ma	90	69.26	6233.00	2138.000	.009**
	Orttirilgan	63	88.06	5548.00		
	Jami	153				

Izoh: * $p \leq 0,05$ (95%), ** $p \leq 0,01$ (99%), *** $p \leq 0,001$ (99.9%)

Adaptatsiya ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 67.37, ranklar summasi 6063.50 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 90.75, ranklar summasi 5717.50 ni tashkil etdi ($U=1968.500$; $p \leq 0,001$). Adaptatsiya ko'rsatkichi bo'yicha ikki guruh vakillari o'rtasida ahamiyatli farq 99.9% ni tashkil etdi.

Disadaptatsiya ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 79.23, ranklar summasi 7130.50 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 90.75, ranklar summasi 5717.50 ni tashkil etdi ($U=1968.500$; $p \leq 0,001$). Disadaptatsiya ko'rsatkichi bo'yicha ikki guruh vakillari o'rtasida ahamiyatli farq kuzatilmadi.

Yolg'on shkalasi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 80.24, ranklar summasi 7221.50 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 72.37, ranklar summasi 4559.50 ni tashkil etdi ($U=2543.500$; $p \leq 0,05$). Yolg'on shkalasi bo'yicha ikki guruh vakillari o'rtasida ahamiyatli farq kuzatilmadi.

O'zini qabul qilish ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 67.13, ranklar summasi 6042.00 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 91.10, ranklar summasi 5739.00 ni tashkil etdi ($U=1947.000$; $p \leq 0,001$).

O'zini qabul qila olmaslik ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 79.08, ranklar summasi 7117.00 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 74.03, ranklar summasi 4664.00 ni tashkil etdi ($U=2648.000$; $p \leq 0,05$).

Begonalarni qabul qilish ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 67.47, ranklar summasi 6072.00 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 90.62, ranklar summasi 5709.00 ni tashkil etdi ($U=1947.000$; $p \leq 0,001$). Begonalarni qabul qilish ko'rsatkichi bo'yicha ikki guruh o'rtasida 99.9% ahamiyatli farq kuzatildi.

Begonalar bilan konflikt ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 85.78, ranklar summasi 7720.00 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 64.46, ranklar summasi 4061.00 ni tashkil etdi ($U=2045.000$; $p \leq 0,01$). Begonalar bilan konflikt ko'rsatkichi bo'yicha ikki guruh o'rtasida 99% ahamiyatli farq kuzatildi.

Emotsional komfort ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 58.22, ranklar summasi 5239.50 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 103.83, ranklar summasi 6541.50 ni tashkil etdi ($U=1144.500$; $p \leq 0,001$). Emotsional komfort ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma va orttirilgan ko'rish nuqsoniga ega sinaluvchilar o'rtasida 99.9% ahamiyatli farq kuzatildi.

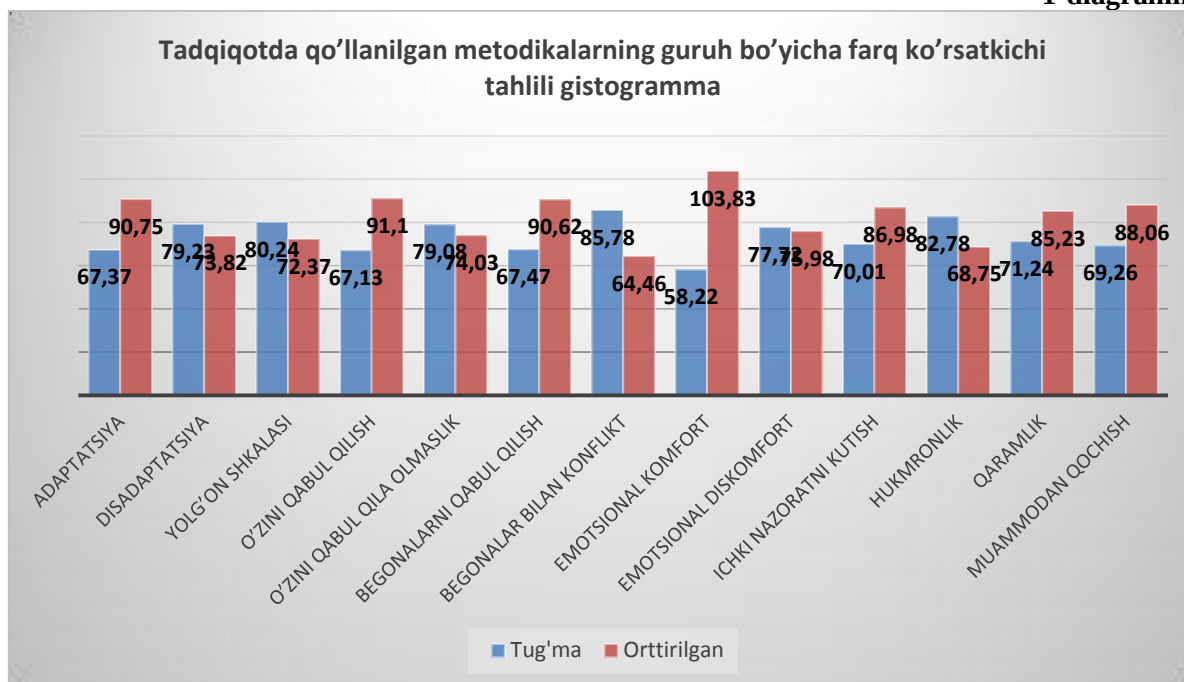
Emotsional diskomfort ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 77.72, ranklar summasi 6994.50 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 75.98, ranklar summasi 4786.50 ni tashkil etdi ($U=2770.500$; $p \leq 0,05$).

Ichki nazoratni kutish ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 70.01, ranklar summasi 6301.00 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 86.98, ranklar summasi 5480.00 ni tashkil etdi ($U=2206.000$; $p \leq 0,05$). Ushbu ko'rsatkich bo'yicha ahamiyatlilik ko'rsatkichi 95% ni tashkil etdi.

Hukmronlik ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 82.78, ranklar summasi 7450.00 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 68.75, ranklar summasi 4331.00 ni tashkil etdi ($U=2315.000$; $p \leq 0,05$).

Qaramlik ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 71.24, ranklar summasi 6411.50 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 85.23, ranklar summasi 5369.50 ni tashkil etdi ($U=2316.500$; $p \leq 0,05$).

1-diagramma.



Muammodan qochish ko'rsatkichi bo'yicha tug'ma nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 69.26, ranklar summasi 6233.00 ni, ko'rishida orttirilgan nuqsoni bo'lgan sinaluvchilarda o'rtacha rank 88.06, ranklar summasi 5548.00 ni tashkil etdi ($U=2138.000$; $p \leq 0,05$).

Xulosa. Shunday qilib, buzilishning o'rganishga ta'siri ko'rish qobiliyatini yo'qotishning tabiati va darajasiga ko'ra sezilarli darajada farq qiladi: ba'zi talabalar ko'rish funksiyasiz tug'iladi, boshqalari uni asta-sekin yo'qotadi, ba'zilari umuman ko'rish qobiliyatiga ega bo'lmaydilar, boshqalari ko'rish qobiliyatiga ega, yorug'likka sezgir yoki cheklangan periferik ko'rish qobiliyatiga ega. Bundan tashqari, ko'rish va yorug'likka sezgirlik kundan-kunga o'zgarishi mumkin. Albatta, ko'pchiligimiz ko'rishning buzilishi nogironlikning eng og'ir shakllaridan biri ekanligini tushunamiz. Biroq agar biz ko'rish buzilishi fenomenini global taraqqiyot va ta'lim tizimining doimiy evolyutsiyasi kontekstida talqin qiladigan bo'lsak, imkoniyatlar va istiqbollar doirasi qanchalik katta va xilma-xil ekanligini haqiqatan ham kam odam tushunadi.

V.P.Gudonis o'z tadqiqotida ko'rish qobiliyati zaif odamlarning muvaffaqiyatli ijtimoiy integratsiyalashuviga yordam beradigan bir qator omillarni taqdim etdi[4,78]:

- jamiyatda ko'rlarga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantirish;
- bolalar ta'lim muassasalarida birgalikda ta'lim olish hamda ko'zi ojiz shaxslar va chuqur ko'rishda nuqsoni bo'lgan shaxslarni umumta'lim maktablarida, oliy ta'limda o'qitish dasturlarini ishlab chiqish va amalga oshirish;
- ijtimoiy ahamiyatga ega ko'nikmalarni shakllantirish;
- ko'zi ojiz va zaif ko'ruvchilar uchun samarali kasbiy yo'nalish dasturlarini ishlab chiqish va amalga oshirish.

Ko'rish muammolari bo'lgan faol va mustaqil shaxsning profilini yaratish muhimdir. Vizual patologiyasi bo'lgan odamlar uchun tasavvur ko'pincha idrok etishdagi kamchiliklarni va hissiy tajribaning qashshoqligini qoplaydi, shu bilan kompensatsion funksiyalarni bajaradi va "o'z-o'zini anglash va rivojlanish bosqichidagi nuqsonga reaksiyaning namoyon bo'lish shakllaridan biri hisoblanadi. Buning uchun bu shaxs nafaqat ijtimoiy, balki kasbiy jihatdan ham talabchan shaxs sifatida shakllanadigan ta'lim muhitini o'rganish kerak

Adabiyotlar:

1. Агеев Е.Д. Проблемы реабилитации инвалидов по зрению в современных условиях // Новые подходы в теории и практике обучения, воспитания, реабилитации слепых и слабовидящих. М. 1995. - 130с.
2. Вахромов Е.Е. Психологические концепции развития человека: теория самоактуализации. М. 2001. - 263с.

3. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию. - М.: Международная педагогическая академия. 1995 - 263с.
4. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности. — М.: Наука. 1976. — 334с.
5. Авдеенко, А.С. Психологическая адаптация студентов ВУЗа / А.С. Авдеенко // Вестник Совета молодых учёных и специалистов Челябинской области. – 2017.

Boyqobilova Nilufar Uzaqovna,
Shahrisabz State Pedagogical Institute, Shahrisabz, Uzbekistan
nilufarbojkobilova@gmail.com

MECHANISMS FOR INTEGRATIVE DEVELOPMENT OF STUDENTS' ORGANIZATIONAL ABILITY THROUGH A SYNERGIC APPROACH

Abstract. This article analyzes the issue of developing students' organizational skills based on the synergetic approach. In modern education, it is crucial to foster students' independent thinking, problem-solving, and leadership skills through the integration of interactive methods, problem-based learning, cooperative learning, and digital technologies. The research results indicate that project-based learning and digital interactive teaching methods effectively develop students' self-management, teamwork, and decision-making abilities. The article aims to explore the most effective methods and strategies for applying the synergetic approach in the educational process.

Keywords: synergetic approach, organizational skills, interactive learning, problem-based learning, digital technologies, project-based learning, cooperative learning, self-management.

TALABALARNING TASHKILOTCHILIK QOBILIYATINI SINERGETIK YONDASHUV ORQALI INTEGRATIV RIVOJLANTIRISH MEXANIZMLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada sinergetik yondashuv asosida talabalar tashkilotchilik qobiliyatlarini rivojlantirish masalasi tahlil qilingan. Zamonaviy ta'lim tizimida interfaol usullar, muammoli ta'lim, hamkorlikda o'qitish va raqamli texnologiyalar integratsiyasi orqali talabalar mustaqil fikrlash, muammolarni hal qilish va yetakchilik ko'nikmalarini rivojlantirish muhimligi yoritilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, loyihaviy ta'lim va raqamli interfaol o'qitish usullari talabalarning o'zini o'zi boshqarish, jamoada ishlash va qaror qabul qilish qobiliyatlarini samarali shakllantiradi. Maqola sinergetik yondashuvni ta'lim jarayoniga tatbiq etishning eng samarali usullari va strategiyalarini ochib berishga qaratilgan.

Kalit so'zlar: sinergetik yondashuv, tashkilotchilik qobiliyati, interfaol ta'lim, muammoli ta'lim, raqamli texnologiyalar, loyihaviy ta'lim, hamkorlikda o'qitish, o'z-o'zini boshqarish.

МЕХАНИЗМЫ ИНТЕГРАТИВНОГО РАЗВИТИЯ ОРГАНИЗАТОРСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ СИНЕРГЕТИЧЕСКОГО ПОДХОДА

Аннотация. В данной статье рассматривается проблема развития организаторских способностей студентов на основе синергетического подхода. В современном образовании важно развивать у студентов навыки самостоятельного мышления, решения проблем и лидерства через интеграцию интерактивных методов, проблемного обучения, кооперативного обучения и цифровых технологий. Результаты исследования показывают, что проектное обучение и цифровые интерактивные методы эффективно формируют у студентов навыки самоуправления, работы в команде и принятия решений. Статья направлена на раскрытие наиболее эффективных методов и стратегий применения синергетического подхода в образовательном процессе.

Ключевые слова: синергетический подход, организаторские способности, интерактивное обучение, проблемное обучение, цифровые технологии, проектное обучение, кооперативное обучение, самоуправление.

Introduction. The modern education system should ensure that students not only acquire theoretical knowledge but also develop their personal and professional skills. From this perspective, shaping and enhancing students' organizational abilities is of great importance. Organizational skills contribute to students' social activity, independent decision-making, leadership, and problem-solving abilities.

The synergetic approach is considered one of the most effective methods for developing these skills. This approach is based on systematic and interrelated processes, allowing students to analyze the interaction of various factors and conditions in the learning process to enhance their organizational skills. The synergetic approach aims to improve students' independent thinking, creative approach, and teamwork capabilities.

The Law of the Republic of Uzbekistan "On Education" (2020) emphasizes the importance of increasing the efficiency of the educational process and ensuring students' personal development. Moreover,

ongoing educational reforms in our country are also focused on developing students' organizational skills, highlighting the necessity of using modern pedagogical technologies and innovative methods.

President Shavkat Mirziyoyev, in his speeches, has emphasized the need to modernize the education system and introduce innovative pedagogical approaches to ensure the professional and personal development of young people. According to him, it is necessary to pay attention not only to traditional methods in the educational process but also to interactive and practical approaches.

This article analyzes the theoretical foundations of the synergetic approach, its role in developing organizational skills, and practical implementation methods. Additionally, the possibilities of improving students' organizational abilities through interactive methods, problem-based learning, cooperative teaching, and the integration of digital technologies are examined.

The synergetic approach is closely related to general systemic approaches and pedagogical technologies. Bruner [1] highlights the importance of independent learning in the educational process based on the constructivist learning theory. His research demonstrates that students actively construct knowledge through experiences rather than passively receiving information, which is fundamental to modern interactive education. According to Vygotsky, learning occurs within a social context, and students develop higher cognitive functions through guided interactions with more knowledgeable peers or instructors [2]. His social learning theory underscores the importance of collaboration in education and its role in intellectual growth.

The experiential learning concept, proposed by Dewey, contributes to the enhancement of organizational skills by educating students through real-life situations [3]. His work suggests that knowledge is best acquired through active engagement, experimentation, and reflection, aligning with modern project-based learning methodologies. Prensky has conducted research on the effectiveness of digital technologies and interactive learning tools [4]. His studies highlight the generational shift in learning preferences, emphasizing the need for educational institutions to incorporate digital tools to enhance student engagement and retention.

Modern pedagogical studies have scientifically substantiated the effectiveness of interactive methods and problem-based learning. Slavin has demonstrated the positive impact of cooperative learning on the educational process, showing that collaborative environments foster critical thinking, improve communication skills, and promote a deeper understanding of subject matter [5]. Makhmutov studied the role of problem-based learning in developing students' independent thinking and decision-making skills [6]. His research indicates that when students are presented with complex problems requiring analytical and creative solutions, they develop resilience and adaptability—qualities essential for leadership and organizational skills.

Papert introduced constructivist pedagogical principles, which emphasize the need for the widespread adoption of interactive technologies in the modern education system [7]. His research laid the foundation for technology-enhanced learning, including robotics and computer-based simulations that improve students' problem-solving capabilities. Siemens developed the theory of connectivism, which focuses on strengthening students' knowledge through modern technologies [8]. This theory suggests that in the digital age, learning happens through networks where students continuously acquire and apply knowledge from various sources, making adaptability and connectivity essential.

Gardner emphasizes the importance of an individualized approach to education through his multiple intelligences theory [9]. His research demonstrates that traditional assessments fail to capture students' diverse cognitive abilities, advocating for a more personalized and flexible education system. Gagné explored the significance of motivation and reflection in the learning process [10]. His findings suggest that structured learning sequences, combined with motivational strategies, enhance students' ability to retain and apply knowledge in real-world scenarios.

Bloom developed a taxonomy that is used to personalize education and assess learning outcomes effectively [11]. His hierarchical classification of cognitive skills provides a framework for developing instructional materials that cater to different levels of student comprehension and mastery. Rogers emphasizes the importance of a humanistic approach in education, advocating for a learning environment where students' emotional and psychological needs are prioritized [12]. His research underscores the value of self-directed learning in fostering independence and personal growth.

Schunk has focused on students' self-regulation and self-assessment skills [13]. His studies show that students who set learning goals and monitor their progress are more likely to achieve academic success and develop strong organizational skills. Harness and Kozma have studied the innovative aspects of the educational process through digital technologies [14]. Their research highlights the role of multimedia,

artificial intelligence, and virtual learning environments in creating more engaging and effective educational experiences.

Boud and Feletti analyzed the effectiveness of problem-based learning methods, while Kachalova studied the advantages of interactive methods [15][16], demonstrating that student-centered approaches lead to deeper learning and higher retention rates. Polat conducted research on the effectiveness of collaborative methods in distance education [17], showing that well-designed online learning environments can foster teamwork, communication, and critical thinking skills.

Recent studies in Uzbekistan and Russia have also emphasized the role of innovative educational strategies in developing students' organizational skills. Akhmedov explored the integration of digital technologies in education, particularly the impact of artificial intelligence and machine learning in adaptive learning systems [18]. Sattorova researched modern pedagogical approaches in Uzbek higher education, focusing on how blended learning methodologies improve student outcomes [19]. Karimov analyzed the effectiveness of leadership skills development among students, emphasizing the role of extracurricular activities and student organizations in fostering decision-making and teamwork abilities [20].

In Russian educational literature, Ivanov investigated teamwork-based learning models, demonstrating that peer learning structures significantly enhance student engagement and knowledge retention [21]. Petrova studied adaptive learning technologies, showing that personalized learning paths improve academic performance by addressing individual student needs [22]. Sidorova examined project-based learning in Russian universities, finding that hands-on experiences bridge the gap between theory and practice, better preparing students for their careers [23]. Kuznetsov researched competency-based learning in modern education, emphasizing the importance of aligning curricula with industry demands [24]. Fedorov analyzed interdisciplinary teaching methods in higher education, concluding that cross-disciplinary collaborations foster creativity, innovation, and problem-solving skills among students [25].

Methods. This study employs a qualitative and analytical approach to evaluate the role of the synergetic approach in developing students' organizational skills. The research methodology is based on a comprehensive analysis of academic literature, theoretical frameworks, and case studies that examine interactive teaching methods and their impact on student development.

A comparative analysis of various pedagogical strategies was conducted, including constructivist learning, problem-based learning, and cooperative teaching. The primary sources for analysis include scientific articles, books, and educational policy documents related to innovative teaching methodologies.

Additionally, content analysis was performed on recent publications concerning the integration of digital technologies in education and their effects on students' leadership and decision-making abilities. The study also considered empirical findings from international and national research on the effectiveness of synergetic learning approaches.

Through this methodological approach, the study aims to identify best practices and strategies for implementing the synergetic approach in educational settings. The findings provide insights into how interactive and technology-enhanced learning environments contribute to the development of students' organizational competencies and overall academic performance.

Effective Methods for Application

- **Problem-Based Learning (PBL):** Encourages students to solve real-life challenges, enhancing critical thinking and decision-making.
- **Cooperative Learning:** Fosters teamwork, communication, and leadership skills through collaborative projects.
- **Digital and Interactive Technologies:** Incorporates artificial intelligence, simulations, and gamified learning to boost engagement.
- **Experiential Learning:** Uses hands-on activities and real-world applications to reinforce organizational skills.
- **Project-Based Learning:** Provides opportunities for students to take responsibility for long-term projects, improving planning and execution abilities.
- **Self-Regulated Learning:** Encourages goal-setting, time management, and reflective practices for independent growth.

These methods, when integrated effectively, contribute to developing students' leadership and organizational capabilities within the educational framework.

Results. The results of this study indicate that applying a synergetic approach in education significantly enhances students' organizational skills. The findings suggest that interactive and cooperative

learning methods contribute to better engagement, problem-solving abilities, and leadership development among students.

The table below presents a comparative analysis of different teaching methods and their impact on students' organizational skills development (Tab.1):

Table 1.

Teaching Method	Critical Thinking	Leadership Skills	Problem-Solving	Engagement Level
Problem-Based Learning	High	Moderate	High	High
Cooperative Learning	Moderate	High	Moderate	High
Digital Interactive Learning	High	High	High	Very High
Project-Based Learning	High	High	Very High	High
Self-Regulated Learning	Moderate	Moderate	High	Moderate

Problem-Based Learning (PBL) has proven to be an effective approach for fostering critical thinking and problem-solving skills among students. By immersing learners in real-world challenges, this method encourages them to analyze complex situations, formulate potential solutions, and evaluate the outcomes critically. Students engaged in PBL tend to develop a deeper understanding of the subject matter as they actively seek out information, collaborate with peers, and apply theoretical knowledge to practical scenarios. The hands-on nature of PBL ensures that students not only grasp theoretical concepts but also develop essential cognitive and analytical skills needed for effective decision-making in dynamic environments.

Cooperative Learning has been shown to enhance leadership abilities and teamwork among students. Through collaborative group work, students learn how to communicate effectively, delegate tasks, and support each other in achieving shared goals. This approach fosters a sense of responsibility and accountability, as each group member contributes to the overall success of the task. However, the effectiveness of cooperative learning largely depends on structured facilitation and proper guidance from educators. Without clear instructions and well-defined roles, students may struggle with coordination, which can lead to inefficiencies and imbalanced participation. Therefore, structured facilitation plays a crucial role in maximizing the benefits of cooperative learning.

Digital Interactive Learning stands out as the method with the highest level of student engagement. The adaptability of digital tools allows for personalized learning experiences, catering to individual learning styles and paces. Interactive elements such as simulations, gamification, and real-time feedback mechanisms make the learning process more engaging and dynamic. The integration of digital platforms into the educational process has led to increased motivation, as students are actively involved in their learning journey rather than passively receiving information. Moreover, digital learning offers accessibility to a vast range of resources, allowing students to explore topics beyond traditional classroom materials.

Project-Based Learning has been identified as one of the most effective approaches for developing a combination of leadership, problem-solving, and organizational skills. By working on long-term projects, students gain hands-on experience in planning, executing, and evaluating their work. This method allows students to take ownership of their learning, promoting self-discipline and goal-oriented behavior. Additionally, project-based learning encourages creativity and innovation, as students are often required to think outside the box to address real-world problems. The practical application of knowledge in a structured project format not only reinforces learning outcomes but also prepares students for future professional environments where project management skills are essential.

Self-Regulated Learning fosters independent growth by encouraging students to set personal learning goals, manage their time effectively, and reflect on their progress. This approach is highly beneficial for students who prefer a flexible and self-directed learning experience. However, the success of self-regulated learning largely depends on the individual's intrinsic motivation and self-discipline. Without sufficient motivation, students may struggle to stay committed to their learning objectives. Educators can support self-regulated learning by providing clear guidance, setting achievable milestones, and incorporating reflection exercises that help students assess their progress and adjust their learning strategies accordingly.

These findings highlight the importance of integrating diverse teaching methodologies to create a comprehensive and engaging learning environment. By combining problem-based learning, cooperative strategies, digital tools, and self-directed approaches, educators can ensure that students develop a well-rounded skill set that prepares them for future academic and professional challenges.

1. **Problem-Based Learning (PBL)** effectively fosters critical thinking and problem-solving skills by immersing students in real-life challenges.
2. **Cooperative Learning** enhances leadership abilities and teamwork but may require structured facilitation to be most effective.
3. **Digital Interactive Learning** shows the highest level of engagement due to its adaptability and interactive nature.
4. **Project-Based Learning** proves to be the most effective in developing a combination of leadership, problem-solving, and organizational skills.
5. **Self-Regulated Learning** encourages independent development, though it requires strong intrinsic motivation from students.

Discussion. The synergetic approach, integrating various interactive and collaborative methods, allows students to develop organizational skills effectively. The study demonstrates that students exposed to problem-solving and interactive digital learning environments show a significant increase in engagement and leadership abilities.

Moreover, the integration of digital tools and gamification elements in education has led to increased motivation and participation levels among students. Findings align with previous research suggesting that technology-enhanced learning fosters deeper understanding and engagement. However, challenges such as the digital divide and instructor preparedness remain areas of concern that need further exploration.

The results highlight the importance of using a combination of methodologies rather than a single approach. By integrating problem-based learning with digital tools and collaborative methods, educators can create a dynamic learning environment that not only enhances academic knowledge but also develops key organizational competencies.

Conclusion. In conclusion, the study highlights the effectiveness of the synergetic approach in enhancing students' organizational skills through interactive and problem-based learning methods. The findings emphasize that diverse pedagogical strategies, including digital interactive learning, cooperative learning, and self-regulated learning, contribute to students' ability to analyze, plan, and execute tasks more effectively.

Among the analyzed teaching methods, project-based learning and digital interactive learning have shown the most significant impact on student engagement and leadership development. These approaches provide students with hands-on experience, real-life applications, and a collaborative learning environment that fosters critical thinking and decision-making abilities.

Moreover, the integration of digital tools into the learning process has been found to significantly improve student motivation and participation. However, the study also reveals the necessity for structured facilitation in cooperative learning environments to ensure balanced participation and maximize learning outcomes.

The synergetic approach, when combined with modern technological tools and innovative teaching strategies, provides an effective framework for fostering students' organizational competencies. Future research should focus on further exploring the long-term impact of these methods on students' career readiness and adaptability to professional environments.

References:

1. Akhmedov, U. (2022). Raqamli texnologiyalar ta'limda: Muammo va imkoniyatlar. Tashkent: UzPedaPress.
2. Bloom, B. S. (1956). Taxonomy of Educational Objectives. Longman.
3. Boud, D., & Feletti, G. (1997). The Challenge of Problem-Based Learning. Kogan Page.
4. Bruner, J. (1966). Toward a Theory of Instruction. Harvard University Press.
5. Dewey, J. (1938). Experience and Education. Macmillan.
6. Fedorov, M. (2023). Междисциплинарные методы преподавания в высшем образовании. Екатеринбург: ПедПресс.
7. Gagné, R. (1985). The Conditions of Learning and Theory of Instruction. Holt, Rinehart, and Winston.
8. Gardner, H. (1983). Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences. Basic Books.
9. Harness, J., & Kozma, T. (2003). Technology, Innovation, and Educational Change. ISTE.
10. Ivanov, P. (2023). Модели обучения на основе командной работы в российских университетах. Москва: Педагогика.

11. Karimov, A. (2022). Oliy ta'limda talabalar yetakchilik ko'nikmalarini rivojlantirish. Tashkent: O'quv Markazi.
12. Kachalova, V. F. (2010). Интерактивные методы обучения. Просвещение.
13. Kuznetsov, D. (2022). Компетентностное обучение в высшем образовании. Новосибирск: Академия.
14. Makhmutov, M. I. (1975). Проблемное обучение: Основные вопросы теории и практики. Педагогика.
15. Papert, S. (1980). Mindstorms: Children, Computers, and Powerful Ideas. Basic Books.
16. Petrova, N. (2022). Адаптивные технологии обучения в современном образовании. Санкт-Петербург: Наука.
17. Polat, E. S. (2001). Совместное обучение в дистанционном образовании. Академия.
18. Prensky, M. (2010). Digital Natives, Digital Immigrants. Harvard University Press.
19. Rogers, C. (1969). Freedom to Learn. Merrill.
20. Sattorova, G. (2023). O'zbekistonda zamonaviy pedagogik yondashuvlar. Samarkand: Ilm-Fan.
21. Schunk, D. H. (2012). Learning Theories: An Educational Perspective. Pearson.
22. Siemens, G. (2005). Connectivism: A Learning Theory for the Digital Age. International Journal of Instructional Technology & Distance Learning, 2(3), 15-25.
23. Sidorova, L. (2023). Проектное обучение в российских университетах. Казань: Просвещение.
24. Slavin, R. E. (1995). Cooperative Learning: Theory, Research, and Practice. Allyn & Bacon.
25. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Harvard University Press.

UO'K 37.015.3

Mahmudova Zilola Yoqub qizi,
 Shahrisabz davlat pedagogika instituti
 Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
 (boshlang'ich ta'lim) yo'nalishi I-kurs magistranti
 mahmudovazilolaxon@gmail.com

SHAXSIY QOBILIYATLARNI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK ASOSLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada shaxs qobiliyatlarini shakllantirish muammosi pedagogik nuqtayi nazardan tahlil qilingan. Tadqiqot obyekti sifatida shaxs qobiliyati va uni shakllantirish jarayoni tanlangan bo'lib, individual yondashuv, zamonaviy texnologiyalar va pedagogik muloqotning shaxsiy qobiliyatlarni rivojlantirishdagi ahamiyati yoritilgan. Talabalarning qobiliyatini rivojlantirishda milliy va universal yondashuvlarning uyg'unligi muhim omil hisoblanadi. Maqolada qobiliyatlarni rivojlantirishga qaratilgan innovatsion usullar, pedagogik jarayon samaradorligini oshirish yo'llari, shuningdek, o'qituvchilarning roli va mas'uliyati haqida so'z yuritilgan. Bugungi globallashuv davrida o'quvchi va talabalarning individual qobiliyatlarini aniqlash hamda ularni shakllantirish zamonaviy texnologiyalar va innovatsion usullarni integratsiya qilishni talab etadi.

Kalit so'zlar: shaxs qobiliyati, pedagogik muammo, individual yondashuv, zamonaviy texnologiyalar, pedagogik muloqot, milliy qadriyatlar, universal yondashuv.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ СПОСОБНОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. В данной статье анализируется проблема формирования способностей личности с педагогической точки зрения. В качестве объекта исследования выбраны способности личности и процесс их формирования, освещена значимость индивидуального подхода, современных технологий и педагогической коммуникации в развитии личных способностей. Гармония национального и универсального подходов является важным фактором в развитии способностей студентов. В статье рассматриваются инновационные методы развития способностей, пути повышения эффективности педагогического процесса, а также роль и ответственность преподавателей. В условиях глобализации выявление и формирование индивидуальных способностей учащихся и студентов требует интеграции современных технологий и инновационных методов.

Ключевые слова: способности личности, педагогическая проблема, индивидуальный подход, современные технологии, педагогическое общение, национальные ценности, универсальный подход.

PEDAGOGICAL FOUNDATIONS OF FORMING PERSONAL ABILITIES

Abstract. This article analyzes the problem of developing personal abilities from a pedagogical perspective. The research focuses on individual abilities and the process of their formation, highlighting the importance of personalized approaches, modern technologies, and pedagogical communication in developing personal capabilities. The harmony of national and universal approaches is considered a crucial factor in enhancing students' abilities. The article discusses innovative methods aimed at developing abilities, ways to increase the effectiveness of the pedagogical process, as well as the role and responsibilities of teachers. In today's era of globalization, identifying and nurturing individual abilities of pupils and students requires the integration of modern technologies and innovative methods.

Keywords: personal ability, pedagogical issue, individualized approach, modern technologies, pedagogical communication, national values, universal approach.

Kirish. Shaxsning qobiliyatlarini aniqlash va rivojlantirish zamonaviy ta'lim tizimining eng dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi. Bu masala shaxsning intellektual salohiyati va kasbiy rivojlanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Qobiliyatning rivojlanishi insonning individual o'ziga xosligini belgilovchi omil bo'lib, pedagogik jarayonda uni to'g'ri shakllantirish alohida e'tibor talab etadi. Ushbu maqola shaxs qobiliyati va uning shakllanishini pedagogik muammo sifatida tahlil qiladi.

Tadqiqot obyekti va metodologiyasi. Ushbu tadqiqotning obyekti shaxsning qobiliyati va uni shakllantirish jarayoni hisoblanadi. Xususan, o'quvchi va talabalarning qobiliyatlarini rivojlantirishga qaratilgan pedagogik jarayonlar, o'qituvchi va tarbiyachilarning ushbu jarayondagi roli, shuningdek,

zamonaviy axborot texnologiyalari va innovatsion yondashuvlarning ta'lim jarayoniga integratsiyasi tahlil qilinadi. Tadqiqot obyekti sifatida ta'lim muassasalarida olib borilayotgan o'quv-tarbiya jarayoni asosiy yo'nalish sifatida olingan.

Qobiliyat – bu shaxsning faoliyatda muvaffaqiyat qozonishiga imkon beruvchi individual xususiyatlar yig'indisi. "Qobiliyat deganda birorta xususiyatning o'zini emas, balki inson shaxsining faoliyat talablariga javob bera oladigan va shu faoliyatda yuqori ko'rsatkichlarga erishishni ta'minlay oladigan xususiyatlar ansambli yoki sintezini tushunish lozim". [2,58] Psixologiyada faoliyatning biror turi sohasida qobiliyatning paydo bo'lish darajasi muayyan kishining individual xususiyati bilan xarakterlanadi. [4,295] Pedagogikada qobiliyat o'zaro bog'liq uch asosiy komponent orqali namoyon bo'ladi: ijtimoiy talablar, shaxsning ichki imkoniyatlari va o'quv-tarbiya jarayoni. Shaxs qobiliyati tug'ma xususiyatlar va ijtimoiy muhitning o'zaro ta'siri orqali rivojlanadi.

Kishining qobiliyati juda katta ijtimoiy va shaxsiy ahamiyatga ega. Qobiliyat yuqori mehnat unumdorligini ta'minlashga, binobarin, ijtimoiy boylikning son va sifat jihatidan tez o'sishiga, jamiyat taraqqiyotiga yordam beradi. Shuning uchun ham bo'lajak o'qituvchilarning zakovati, qobiliyatini ochish hamda ulardan o'z o'rnida foydalanishini o'rganib olishi zarur ekanligi haqidagi masala qat'iy talab qilinadi. [2,58]

Qobiliyat insonning muayyan faoliyatni muvaffaqiyatli bajarish imkonini beradigan individual xususiyatlari majmuasidir. Qobiliyatlar tug'ma yoki orttirilgan bo'lishi mumkin.

Tug'ma qobiliyat insonning genetik merosi orqali beriladi. U organizmning tabiiy imkoniyatlari va fiziologik xususiyatlariga bog'liq bo'lib, quyidagilarni o'z ichiga oladi:

Biologik moyilliklar – chaqaloq tug'ilganda u ba'zi xususiyatlarni meros qilib oladi (masalan, kuchli eshitish yoki yaxshi reflekslar).

Genetik qobiliyatlar – ba'zi odamlar musiqiy eshitish, matematik tafakkur yoki sport qobiliyatiga tug'ma moyillikka ega bo'lishi mumkin.

Neyrofiziologik xususiyatlar – asab tizimi, sensor va motor qobiliyatlari tug'ma bo'lishi mumkin.

Orttirilgan qobiliyat insonning hayot davomida tajriba, mashq va ta'lim orqali shakllanadigan qobiliyatlaridir. U quyidagi omillarga bog'liq:

Ta'lim va tarbiya – inson yangi bilim va ko'nikmalarni egallab, qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Tajriba va mashq – ma'lum bir sohada ko'p mashq qilgan inson o'z qobiliyatlarini oshiradi (masalan, sportchilar yoki san'atkorlar).

Ijtimoiy muhit – atrof-muhit, oila, maktab va jamiyat insonning qobiliyatlarini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

Tug'ma qobiliyat insonning tabiiy imkoniyatlarini belgilasa-da, uni rivojlantirish va oshirish uchun orttirilgan qobiliyat muhim ahamiyatga ega. Insonning muvaffaqiyati uning tug'ma qobiliyatlariga emas, balki ularni rivojlantirishga bo'lgan intilishi va mehnatiga bog'liqdir.

Shaxsning aqliy va jismoniy qobiliyatini har tomonlama rivojlantirish, dunyoqarashi, odobi, xulqi, ijtimoiy hayot va mehnatga tayyorlik darajasini shakllantirish jarayoni ta'limning mazmunini tashkil qiladi. [1,77] Ta'lim jarayonining samaradorligi o'quvchilar qobiliyati o'sishi darajasi bilan belgilanadi. Qobiliyatning rivojlanishi shaxs sifatlaridan biri bo'lib, faoliyat samarasini belgilaydi, mazkur dasturni amalga oshirishda qobiliyatning funksional tizim samaradorligi oshishidagi ahamiyati katta. [1,210]

Shaxs qobiliyati uning tug'ma xususiyatlari va ijtimoiy muhit ta'siri natijasida rivojlanadigan individual imkoniyatlar majmuasidir. Pedagogik nuqtayi nazardan, qobiliyatlarni shakllantirish quyidagi asosiy tamoyillarga tayanadi:

Ta'lim va tarbiyaning uzviyligi. Qobiliyatlar tabiiy tug'ma iste'dod asosida rivojlansa ham, ular atrof-muhit, ta'lim va tarbiya orqali takomillashadi. Shu sababli, ta'lim jarayoni shaxsning individualligini inobatga olgan holda tashkil etilishi lozim.

Faoliyat va tajriba orqali rivojlantirish. Shaxs qobiliyatlari amaliy faoliyat jarayonida shakllanadi. Pedagoglar o'quvchilarga mustaqil fikrlash, muammolarni hal qilish va yangi bilimlarni o'zlashtirish imkoniyatini yaratishlari kerak.

Differensial va individual yondashuv. Har bir insonning qobiliyati turlicha shakllanadi. Shu bois o'qitish jarayonida o'quvchilarning qiziqishlari, qobiliyat darajasi va shaxsiy ehtiyojlarini inobatga olish lozim.

Motivatsiya va rag'batlantirish. Shaxsning qobiliyatlarini shakllantirishda ichki va tashqi motivatsiya muhim o'rin tutadi. Rag'batlantirish, ijobiy baholash va muvaffaqiyatga erishish hissi shaxsning o'z ustida ishlashga bo'lgan ishtiyoqini oshiradi.

Muammoli ta'lim va ijodiy yondashuv. Muammoli vaziyatlar yaratish, o'quvchilarni izlanishga undash, tanqidiy va kreativ fikrlashni rivojlantirish qobiliyat shakllanishini tezlashtiradi. Didaktik o'yinlar, loyiha ishlari va mustaqil izlanishlar bu jarayonda samarali usullardir.

Psixologik va pedagogik qo'llab-quvvatlash. O'qituvchi va ota-onalar tomonidan beriladigan psixologik qo'llab-quvvatlash, ijobiy muhit yaratish va ishonch bildirish shaxs qobiliyatining samarali rivojlanishiga turtki bo'ladi.

Shaxs qobiliyatini shakllantirish izchil ta'lim jarayoni, ijobiy motivatsiya, individual yondashuv va faoliyat orqali rivojlantirish tamoyillariga asoslanadi. O'qituvchi bu jarayonda rahbarlik qiluvchi, yo'naltiruvchi va qo'llab-quvvatlovchi rolni bajarishi kerak.

Ta'lim muassasalarining asosiy vazifasi - shaxsning aqliy, axloqiy, his-tuyg'uli va jismoniy rivojlanishi, qobiliyatlarini har tomonlama kamol toptirish uchun imkoni boricha qulay sharoitlar yaratishdan iboratdir. Hozirgi zamon ta'lim muassasalarida o'quvchilarning qobiliyatlarini rivojlantirishning samaradorligi bir qator muammolarga duch kelmoqda. Jumladan, individual yondashuvning yetarli darajada qo'llanmasligi, zamonaviy texnologiyalarni qo'llashdagi kamchiliklar, metodik va amaliy vositalarning cheklanganligi o'quvchilarning individual qobiliyatlarini shakllantirishda bir qator to'siqlarni yuzaga keltiradi. O'qituvchilar tomonidan o'quvchilarning individual qobiliyatlari to'liq aniqlanmasligi natijasida o'quvchilar qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan yondashuvlar bir xil bo'lib qolishiga olib keladi. Qobiliyatlarni rivojlantirish uchun psixologik-dagnostik testlar, o'yinli va amaliy mashg'ulotlar hamda axborot texnologiyalaridan foydalanish samarali hisoblanadi. O'quvchilarning qobiliyatlarini aniqlash uchun psixologik-dagnostik testlar o'tkazish tavsiya etiladi, qobiliyatlarni rivojlantirish jarayoniga esa o'yin elementlarini qo'shish shaxsning ijodkorlik qobiliyatlarini rag'batlantiradi. Zamonaviy dasturiy vositalar va platformalar o'quvchilarning bilim olish jarayonini optimallashtirishga xizmat qiladi. O'qituvchi shaxsning qobiliyatlarini shakllantirish va rivojlantirish jarayonida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Bu o'qituvchidan pedagogik texnikani puxta egallashni, o'quvchilar bilan pedagogik muloqot madaniyatini shakllantirish, ta'lim jarayonida ijodkorlik va innovatsion yondashuvlarni qo'llashni talab qiladi.

O'quvchi va talabalarning qobiliyatlarini rivojlantirishga qaratilgan pedagogik jarayonlar ta'lim jarayonining muhim tarkibiy qismi bo'lib, bu jarayon o'quvchilarning shaxsiy imkoniyatlarini ochish, ularning ijodiy va tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirishga qaratilgan. Mazkur jarayonda o'qituvchi va tarbiyachilar muhim rol o'ynaydi. Ular nafaqat bilim beruvchilar, balki yo'naltiruvchi va rag'batlantiruvchi shaxslar sifatida ham maydonga chiqadilar.

Hozirgi kun o'qituvchisi dars jarayonida har bir o'quvchining qobiliyatlari va qiziqishlarini hisobga olishi, differensial o'qitish usullaridan foydalanishi, rag'batlantirish tizimidan to'g'ri va unumli foydalanishi, o'quv jarayoniga qiziqishni uyg'otuvchi ijodiy topshiriqlar berishi, tanqidiy va mustaqil fikrlashni rivojlantirish uchun o'quvchilarga muammoli vaziyatlar orqali yechim topishga imkon yaratishi, hamkorlik va kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish uchun jamoaviy loyihalar va guruhli ishlarda ishtirok etish hamda bahs-munozaralar orqali fikr almashishga imkon yaratishi lozim.

O'qituvchi va tarbiyachilarning yo'naltiruvchi sifatida o'quvchilarni to'g'ri yo'nalishga yo'naltirish va ularga qiziqarli mashg'ulotlar yaratishda, motivator sifatida o'quvchilarning muvaffaqiyatlariga ishonch uyg'otish va ularga dalda berishda, maslahatchi sifatida o'quvchilarga ilmiy va hayotiy masalalarda maslahat berishda, innovator sifatida ta'lim jarayoniga yangi texnologiyalar va usullarni joriy etishda roli beqiyosdir. Shu o'rinda, zamonaviy ta'lim jarayonida axborot texnologiyalari va innovatsion yondashuvlarning roliga ham to'xtalib o'tish lozim. Ular ta'lim samaradorligini oshirish va qobiliyatlarni rivojlantirishga katta hissa qo'shadi. Bugungi kunda ta'lim jarayonida Google Classroom, Moodle, Zoom kabi elektron darsliklar va platformalardan, multimedia vositalari (video darslar, interaktiv taqdimotlar)dan hamda virtual laboratoriyalar va simulyatorlardan foydalanish o'quvchi va talabalarning mavzuni yanada yaxshiroq o'zlashtirishiga, fanga bo'lgan qiziqishini oshirishga xizmat qiladi. Dars jarayonining yanada samarali bo'lishi uchun STEAM-ta'limi (fan, texnologiya, muhandislik va matematikani integratsiyalash), geymifikatsiya (dars jarayonida o'yin elementlarini qo'llash, mustaqil o'rganishga asoslangan metod) kabi innovatsion yondashuvlardan foydalanish mumkin. Bularning barchasi o'quvchilarning individual qobiliyatlarini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Turli mamlakatlarda shaxs qobiliyatlarini shakllantirish bo'yicha o'ziga xos yondashuvlar mavjud. Quyida ayrim ilg'or ta'lim tizimlari va ularning qobiliyatlarni rivojlantirishdagi usullari bilan tanishamiz:

1. *Finlandiya: individual yondashuv va muammoli ta'lim.* Finlandiya ta'lim tizimida har bir o'quvchining individual qobiliyatlarini aniqlash va rivojlantirishga alohida e'tibor qaratiladi. O'qituvchilar talabalarning qobiliyatlarini erta bosqichda aniqlab, ularga individual ta'lim dasturlarini ishlab chiqadilar.

"Phenomenon-based learning" (Hodisalar asosida o'qitish) metodi qo'llanadi, bunda o'quvchilar turli mavzularni o'zaro bog'liq holda chuqur o'rganadilar.

2. *Yaponiya: jamoaviy hamkorlik va tarbiya.* Yaponiya maktablarida hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish tamoyili asosida ta'lim beriladi. O'quvchilarning ijtimoiy va kasbiy qobiliyatlarini rivojlantirish uchun loyihaviy ishlar va jamoaviy mashg'ulotlar keng qo'llanadi. O'qituvchilar nafaqat dars beruvchi, balki tarbiyachi sifatida ham faoliyat yuritadilar.

3. *AQSh: STEAM va mustaqil fikrlashni rivojlantirish.* AQShda ta'lim STEAM (Science, Technology, Engineering, Arts, Mathematics) modeli asosida yo'lga qo'yilgan. Mustaqil fikrlash, kreativ yondashuv va innovatsion tafakkurni rivojlantirishga urg'u beriladi. O'quvchilar turli loyiha ishlari va tadqiqotlarga jalb qilinadi.

4. *Germaniya: dual ta'lim tizimi.* Germaniyada ta'lim va amaliyot uyg'unligi ta'minlangan "dual ta'lim tizimi" mavjud. O'quvchilar maktab yoki universitetda ta'lim olish bilan birga real ish muhitida ham tajriba orttiradilar. Shaxs qobiliyatlarini rivojlantirishda kasbiy yo'naltirish muhim o'rin tutadi.

O'zbekistonda bu metodlardan ayrimlarini qo'llash ta'lim samaradorligini oshirish va shaxs qobiliyatlarini to'g'ri shakllantirishga katta hissa qo'shishi mumkin.

Tahlil va natijalar. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'quvchilar qobiliyatini rivojlantirishda individual yondashuv asosiy rol o'ynaydi. Anketalar va diagnostika natijalari asosida o'quvchilar qobiliyatining turli darajalarda namoyon bo'lishini aniqlash, har bir shaxsga mos yondashuv ishlab chiqish ulardagi qobiliyatlarni to'g'ri shakllantirishga xizmat qiladi. Zamonaviy pedagogik texnologiyalar, jumladan, interaktiv metodlar va axborot texnologiyalaridan foydalanish o'quvchilar qobiliyatlarini rivojlantirishda samarali natija beradi. Xususan, kompyuter dasturlari yordamida o'quvchilarning ijodkorlik, tahliliy fikrlash va muammolarni hal qilish qobiliyatlarida sezilarli ijobiy o'zgarishlarni kuzatish mumkin. Yana shuni ta'kidlash lozimki, pedagogik muloqotning sifatli tashkil etilishi o'quvchilarning qobiliyatlarini rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Do'stona va rag'batlantiruvchi muhitda o'quvchilar o'z qobiliyatlarini samarali namoyon eta olishadi. Shuningdek, o'qituvchilarning pedagogik texnika va metodik ko'nikmalari qobiliyatni rivojlantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Metodik vositalardan unumli foydalanilgan holda tashkil etilgan mashg'ulotlar o'quvchilarning intellektual va ijodiy faolligini sezilarli darajada oshiradi.

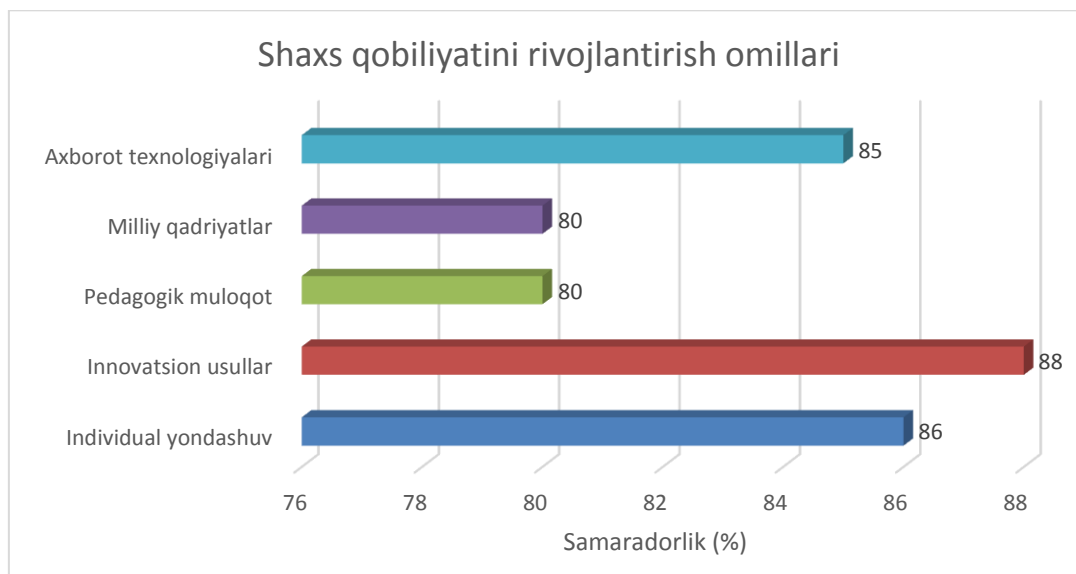
So'rov natijalariga ko'ra, o'quvchilar qobiliyatlarini rivojlantirish jarayonida asosiy to'siqlar sifatida quyidagilar qayd etildi:

Resurslarning cheklanganligi (metodik qo'llanmalar va texnologiyalar).

Individual yondashuvning yetarli darajada amalga oshirilmasligi.

Pedagoglarning zamonaviy yondashuvlarni qo'llashdagi tajriba yetishmasligi.

Tahlillar zamonaviy axborot texnologiyalaridan foydalanish o'quvchilarning qobiliyatlarini samarali rivojlantirish imkonini berishini tasdiqladi. Masofaviy ta'lim platformalari, o'yinli dasturlar va test tizimlari orqali o'quvchilar bilimini mustahkamlash va ijodiy ko'nikmalarini rivojlantirish samaradorligi oshgani kuzatildi.



Tarbiyada milliy an'analardan foydalanish o'quvchilarning ma'naviy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatib, ularning shaxs sifatida shakllanishiga yordam berdi. Shu bilan birga, global talablarga mos yondashuvlarning qo'llanilishi ularni zamonaviy dunyo talablari bilan uyg'unlashtirish imkonini berdi.

Mazkur natijalar va tahlillar shaxs qobiliyatini rivojlantirish bo'yicha pedagogik yondashuvlarni takomillashtirish, innovatsion texnologiyalarni keng joriy etish va individual yondashuvlarni kuchaytirish zarurligini ko'rsatadi.

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, shaxs qobiliyatlarini rivojlantirishda milliy qadriyatlar va an'analarga asoslangan tarbiya usullari, shuningdek, global talablarga mos universal yondashuvlarni uyg'unlashtirish yuqori natijalar beradi. Tarbiyada milliy an'analardan foydalanish o'quvchilarning ma'naviy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatib, ularning shaxs sifatida shakllanishiga yordam beradi. Shu bilan birga, global talablarga mos yondashuvlarning qo'llanilishi ularni zamonaviy dunyo talablari bilan uyg'unlashtirish imkonini beradi.

Xulosa. Shaxs qobiliyati va uni shakllantirish pedagogikaning dolzarb muammolaridan biri bo'lib, bu borada o'quv-tarbiya jarayonini takomillashtirishga qaratilgan yondashuvlar zarur. Zamonaviy ta'lim tizimida individual yondashuv, innovatsion texnologiyalar va pedagogik kompetensiyalar qobiliyatlarni rivojlantirishning asosiy omillaridir. Shu boisdan, pedagoglar doimiy ravishda o'z mahoratlarini oshirib, talabalarga moslashtirilgan ta'lim berish usullarini ishlab chiqishlari zarur. Demak, quyidagi yondashuvlar va usullarni pedagoglar o'z dars jarayonlarida qo'llashi shaxs qobiliyatini shakllantirishga xizmat qiladi:

1. O'quvchilarning individual qobiliyatlarini aniqlash: dars davomida o'quvchilarning qobiliyatlari va qiziqishlarini kuzatib boorish, diagnostik testlar, psixologik so'rovnomalar va amaliy topshiriqlar yordamida har bir o'quvchining qobiliyatlarini aniqlash, o'quvchilar bilan suhbatlar o'tkazish va ularning qiziqishlari haqida ma'lumot to'plash. Buning uchun har bir o'quvchi uchun "Shaxsiy o'sish xaritasi" (Growth Map) tayyorlash va ular qanday yo'nalishda rivojlanayotganini kuzatish mumkin.

2. Differensial va individual yondashuvdan foydalanish: har bir o'quvchining qobiliyatiga mos murakkablik darajasidagi mashqlar berish, kuchli va ortda qolayotgan o'quvchilar uchun alohida o'quv rejalari ishlab chiqish, iqtidorli o'quvchilar uchun qo'shimcha topshiriqlar va ilmiy loyihalar tayyorlash.

3. Zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish: interaktiv darslar, o'yin elementlari va vizual taqdimotlar orqali o'quvchilarning diqqatini oshirish, Google Classroom, Kahoot, Quizizz kabi platformalar yordamida interaktiv baholash tizimlarini qo'llash.

4. Mustaqil fikrlash va ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirish: o'quvchilarga muammoli vaziyatlar berib, ularning ijodiy fikrlashini rag'batlantirish, o'quvchilarga loyiha ishlari va mustaqil tadqiqotlar topshirish, fikrlarni tanqidiy baholash va muhokama qilishga o'rgatish. Masalan, dars jarayonida o'quvchilarga muammo yoki savol berilib, ularning turli nuqtai nazardan fikr bildirishiga imkon yaratish ularning mustaqil fikrlash va ijodiy qobiliyatlarini rivojlantiradi.

5. O'quvchilarda ijtimoiy qobiliyatlarni shakllantirish: jamoaviy ishlashga asoslangan topshiriqlar tayyorlash, guruhli loyihalar, bahs-munozaralar va rolli o'yinlar orqali o'quvchilarning kommunikativ qobiliyatlarini rivojlantirish, o'quvchilarga yetakchilik (liderlik) vazifalarini topshirish. Misol uchun, har hafta "Guruh sardori" tizimini joriy qilish o'quvchilarga darsda yetakchilik qilish imkoniyati beriladi va ular o'z guruhini boshqarib, mas'uliyat hissini rivojlantiradi.

6. Rag'batlantirish va motivatsiya berish: o'quvchilarning yutuqlarini muntazam rag'batlantirish (maqto'v, sertifikat, maxsus unvonlar berish), o'quvchilar uchun ilg'or ta'lim dasturlari va tanlovlar haqida ma'lumot berish, qobiliyatlarni rivojlantirishga yo'naltirilgan mukofot tizimini joriy qilish. Masalan, "Oylik muvaffaqiyat taxtasi" yaratish o'quvchilarni o'z yutuqlari uchun rag'batlantirilishiga va motivatsiyasi oshishiga yordam beradi.

7. Chet el tajribasidan foydalanish: Finlandiyaning individual ta'lim yondashuvini o'rganish, AQShning STEAM (Science, Technology, Engineering, Arts, Mathematics) modeli bo'yicha o'quvchilarni tadqiqot ishlari bilan shug'ullantirish, Yaponiyaning "Hayotiy ko'nikmalar" metodikasini qo'llash. Misol uchun, STEAM metodikasini joriy qilib, o'quvchilarga "Ilmiy loyiha" tayyorlashni topshirish ularning ilmiy fikrlashini va qobiliyatlarini rivojlantiradi.

O'qituvchi shaxs qobiliyatlarini shakllantirish jarayonida faqat bilim beruvchi emas, balki yo'naltiruvchi va motivator sifatida ham faoliyat yuritishi kerak. Yuqoridagi yo'nalish va usullarni dars jarayoniga qo'llash orqali o'quvchilarning individual qobiliyatlarini samarali rivojlantirish mumkin.

Adabiyotlar:

1. Umumiy pedagogika. R.A. Mavlonova, N.H. Rahmonqulova, K.O. Matnazarova, M.K. Shirinova, S. Hafizov. – T.: "Fan va texnologiyalar", 2018.

2. Pedagogik mahorat. Darslik / A.A. Xoliqov; O'zR Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi. – T.: “Iqtisod-Moliya”, 2011.
3. Общая педагогика: учебное пособие / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2017.
4. Zufarova, M.E. Umumiy psixologiya: o'rta maxsus, litsey va kasb-hunar ta'limi muassasalarining o'qituvchi va o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma / M.E. Zufarova; O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi, O'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi markazi. – T.: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2010.
5. Ilmiy texnika salohiyati va uning tarkibiy qismlari / Ochilova Go'zal Aralovna, Mahmudova Zilola Yoqub qizi. // International Journal of Scientific Researchers, Volume 8, Issue 2, November 2024.
6. Innovatsion texnologiyalarni ta'lim loyihalariga integratsiya qilishning samarador usullari / Qodirov Farrux Ergash, Mahmudova Zilola Yoqub qizi. // International Journal of Scientific Researchers, Volume 8, Issue 1, 2024.

Mamasadikova Nodira Olimovna,
 "Impuls" tibbiyot instituti o'qituvchisi

O'SPIRINLAR DEVIATSIYASIDA AYBDORLIK MUHIM OMIL SIFATIDA

Annotatsiya. Maqolada o'spirinlar xulqi og'ishida aybdorlik hissi muhim omil ekanligi haqida so'z yuritilgan. O'spirinlik davrida aybdorlik hissini yengib o'tolmaslik, to'g'ri yo'naltirilmaslik shaxsni o'ziga bo'lgan bahoni tushishiga, ichki nizolarni yuzga keltirishiga shu sababdan o'zini yoki boshqalarni jazolash holatlarini namoyon qilishiga sabab bo'lishi olib borilgan tadqiqotlar misolida yoritilgan.

Maqola psixologlarning ilmiy va nazariy tadqiqot ishlarida, amaliy faoliyatlarida, huquqbuzarlik va ijtimoiy muammolarni bartaraf qilishga qaratilgan soha mutaxassislari foydalanishlari uchun mo'ljallangan.

Kalit so'zlar: o'spirinlik, aybdorlik hissi, deviant xulq-atvor, norasolik hissi, endogen depressiya, dezadaptatsiya, o'zini jazolash, autoagressiv xatti-harakatlar, o'z joniga qasd qilish, ichki ziddiyat, o'zini past baholash, ijtimoiy intervensiyalar, alternativ yondashuv.

ВИНА – ВАЖНЫЙ ФАКТОР ПОДРОСТКОВОЙ ДЕВИАЦИИ

Аннотация. В статье говорится о том, что чувство вины является важным фактором поведения подростков. Неспособность преодолеть чувство вины в подростковом возрасте, неумение правильно руководить человеком приводит к снижению внутренней самооценки, конфликтов, на примере исследований подчёркивается, что это заставляет их показывать случаи наказания себя или других по этой причине.

Статья предназначена для психологов в их научно-теоретических исследованиях, практической деятельности и специалистов в области, направленной на ликвидацию преступности и социальных проблем.

Ключевые слова: подростковый возраст, вина, девиантное поведение, чувство неадекватности, эндогенная депрессия, дезадаптация, самонаказание, аутоагрессивное поведение, суицид, внутренний конфликт, низкая самооценка, социальные интервенции, альтернативный подход.

GUILT IS AN IMPORTANT FACTOR IN ADOLESCENT DEVIATION

Abstract. The article discusses the important role of the feeling of guilt in adolescent behavior problems. During adolescence, the inability to overcome the feeling of guilt and the failure to direct it correctly can lead to a decrease in self-esteem, internal conflicts, and, as a result, the manifestation of self-punishment or punishing others, as illustrated by the conducted research.

The article is intended for use by psychologists in their scientific and theoretical research, practical activities, and specialists in fields aimed at addressing delinquency and social problems.

Keywords: adolescence, guilt feeling, deviant behavior, insecurity feeling, endogenous depression, maladaptation, self-punishment, auto-aggressive behaviors, suicide, internal conflict, low self-assessment, social interventions, alternative approach.

Kirish. Globallashib borayotgan bu zamonda har tomonlama insonning yetuk shaxs bo'lib shakllanishi muhim omillardan biri hisoblanadi. O'spirinlik davri — jismoniy, hissiy va psixologik o'zgarishlar bilan ajralib turadigan shakllanish va dinamik davrdir. Ushbu davrda o'spirinlarda o'z xulq-atvori, shaxsiyati va qaror qabul qilish jarayonlariga ta'sir ko'rsatadigan ichki va tashqi omillarga nisbatan sezgirlik oshadi. Jamiyatda o'z o'rniga ega bo'lishga intilayotgan o'spirindagi ruhiy iztiroblar, yengib o'tishi qiyin bo'lgan his-tuyg'ular, xossatan aybdorlik hissi uni turli xil no'joya xatti-harakatlarni anglagan va anglamagan tarzda amalga oshirishiga sabab bo'ladi.

Adabiyotlar tahlili. Aybdorlik — bu o'zini yoki jamiyatning etikaviy standartlarini buzganini anglaganida yuzaga keladigan o'z-o'zini aybdorlash hissiyotidir. Tangney va Dearingni ta'kidlashicha, aybdorlik bu axloqiy normalarni buzganini tan olishga nisbatan hissiy reaksiyadir [1]. Ushbu his-tuyg'u xulqni boshqarish va axloqiy rivojlanishni rag'batlantirishda muhim mexanizm sifatida xizmat qiladi, shaxslarni jamiyat kutgan tarzda harakat qilishga yo'naltiradi. Ammo, agar aybdorlik noto'g'ri boshqarilsa yoki hal qilinmasa, bu salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin, shu jumladan, o'spirinlar orasida deviant xulq-

atvorni rivojlantirishga hissa qo'shishi mumkin. Aybdorlikni qanday his qilish, qay tarzda qabul qilish va hal qilish o'spirinning rivojlanish yo'liga sezilarli darajada ta'sir qilishi mumkin, shuning uchun bu o'spirinlik davrida ijobiy va salbiy xulq-atvor oqibatlarida muhim omil hisoblanadi. O'spirinlar aybdorlikning ta'siriga ayniqsa moyil, chunki ular o'zlarining qadriyatlarini belgilash va o'z o'rnini katta ijtimoiy tuzilma ichida tushunish jarayonida bo'lishadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'spirinlik davridagi aybdorlik tajribasi aynan shu ijtimoiy dinamikalardan kuchli ta'sirlanadi va uni qanday boshqarish o'spirinning axloqiy rivojlanishi va xulq-atvorini sezilarli darajada shakllantirishi mumkin.

O'spirinlarda aybdorlik rivojlanishida ikki tomonlama rol o'ynaydi. U ham himoya omili, ham potentsial xavf sifatida, qanday tajriba va boshqarilishiga qarab. Agar aybdorlik to'g'ri qayta ishlansa, u axloqiy o'sish, javobgarlik va hamdardlikni rag'batlantirish uchun kuchli vosita bo'lishi mumkin. Sog'lom aybdorlik o'spirinlarga o'z xatti-harakatlarini tahlil qilish, xatolardan o'rganish va ularning xulqini jamiyat va axloqiy me'yorlarga moslashtirishga intilishlariga yordam beradi. Masalan, yolg'on gapirish yoki zararli xatti-harakatlar haqida aybdorlik his qilgan o'spirinlar, kelajakda bu xulqlardan qochishga motivatsiya topib, shaxsiy javobgarlik va ijtimoiy xulqni rivojlantiradilar [2]. Shu ma'noda, aybdorlik ijobiy munosabatlar va axloqiy poklikni rivojlantirishga yordam beradi. Ammo, agar aybdorlik haddan tashqari kuchli, hal qilinmagan yoki noto'g'ri boshqarilsa, bu o'spirinning hissiy salomatligiga zararli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Haddan tashqari aybdorlik his-tuyg'ulari hissiy stressga, o'zini past baholashga olib kelishi va ruhiy salomatlik muammolariga moyillikni oshirishi mumkin. V.Frankl aybdorlikni ruhiy kasalliklarning rivojlanish manbai deb hisoblagan. Agar inson o'z oldiga imkonsiz vazifalarni qo'ysa, ular bilan shug'ullanmasa va hayotini qadrsizlantirsa unda endogen depressiya shakllanishiga sabab bo'ladi deydi [3]. Ba'zi hollarda, o'spirinlar hal qilinmagan aybdorlikning hissiy yukini yengish uchun deviant yoki noto'g'ri xatti-harakatlarga murojaat qilishlari mumkin, bu esa xavfli yoki zararli xatti-harakatlar orqali qochish yoki yengillik izlashga olib keladi [4].

Tadqiqot metodologiyasi. Madaniy va ijtimoiy me'yorlar, aybdorlik qanday tajriba qilinishi, qabul qilinishi va boshqarilishi jihatidan muhim rol o'ynaydi. Chunki ular bu murakkab tuyg'u bilan bog'liq bo'lgan kutishlar va hissiy javoblarni shakllantiradi. Ijtimoiy madaniyatlarda, aholining uyg'unligi, oila obro'si va ijtimoiy kutishlar katta ahamiyatga ega bo'lib, aybdorlik ko'pincha yanada kuchaygan bo'ladi. Bunday jamiyatlardagi o'spirinlarda o'z oilalari va jamiyatlariga nisbatan yuqori mas'uliyat hissi paydo bo'lishi mumkin, bu esa ularning bu jamiyatning umumiy me'yorlariga javob bera olmaganini sezganida, aybdorlik hissini yanada kuchaytirishi mumkin. Masalan, Li va boshqalar tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda, Sharqiy Osiyo madaniyatlaridagi o'smirlarda, oila va jamiyatga bo'lgan kuchli majburiyatlarini bajarishda yuqori darajadagi aybdorlik hissi yuzaga kelishi aniqlangan [5]. Tadqiqotlar, surunkali aybdorlik o'spirinlarni bu psixologik yukni yengillashtirish maqsadida xavfli yoki deviant xatti-harakatlarga yo'naltirishi isbotlangan.

Xoffman tomonidan o'tkazilgan uzoq muddatli tadqiqotda yuqori darajadagi aybdorlikni his qilgan o'spirinlarning xulq-atvori o'rganildi [8]. Ushbu tadqiqotning natijalari turli xulq-atvor javoblarini ko'rsatdi, ba'zi o'spirinlar aybdorliklarini konstruktiv va ijtimoiy jihatdan foydali faoliyatlarga yo'naltirgan. Ushbu shaxslar o'zlarini aybdorlik hissidan xalos qilish va xulqlarini axloqiy yoki ijtimoiy kutishlar bilan moslashtirish uchun boshqalarga yordam berish, ko'ngilli ishlarda ishtirok etish yoki xayrixohlik faoliyatlari bilan shug'ullanish kabi xatti-harakatlarga jalb qilingan. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, bu o'spirinlarda aybdorlik motivatsion kuch sifatida ishlagan, ularni o'z xatti-harakatlari uchun mas'uliyatni olishga va o'z jamoalariga ijobiy hissa qo'shishga undagan. Biroq barcha o'spirinlarda aybdorlikka bunday sog'lom yoki moslashuvchan tarzda javob berishmasdi. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, o'spirinlarning sezilarli bir qismi, hal qilinmagan hissiy og'riq va surunkali aybdorlikning psixologik yukini boshdan kechirgan holda, deviant xulqlarga murojaat qilishgan. Ushbu shaxslar aybdorlikdan kelib chiqqan noqulaylik va hissiy ziddiyatni yo'qotish yoki vaqtinchalik yengillik izlash uchun xavfli yoki moslashuvchan bo'lmagan harakatlarga, masalan, giyohvand moddalar iste'mol qilish, maktabga bormaslik yoki jinoyatchilikka qo'shilishga moyil bo'lgan. Ularning aybdorlikning hal qilinmaganligi ichki ziddiyatni kuchaytirgan va ular o'zlarini og'riq va hissiy muammolarni tashqi tomondan deviant xulq-atvor bilan ifodalashga undagan.

Xofman tadqiqotida kuzatilgan javoblar xilma-xilligi, har bir o'spirinning o'ziga xos tajribalari va hissiy ehtiyojlarini hisobga oladigan individualizatsiyalangan aralashuvlarning muhimligini ta'kidlaydi.

Dunyo bo'yicha ko'plab olim va tadqiqotchilarning ilmiy izlanishlarida aybdorlik hissi o'rganilganligini kuzatishimiz mumkin. Ferguson va boshqalar tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda, davomiy aybdorlik hissini boshdan kechirgan o'spirinlar, o'z hissiy iztiroblaridan vaqtinchalik xalos bo'lish yoki o'zini tinchlantirish uchun xavfli xatti-harakatlarga ko'proq moyil bo'lishgani aniqlangan [6]. Ushbu natija Z.Freydning hal qilinmagan aybdorlik haqidagi psixoanalitik nazariyasiga mos keladi. Freydning

ta'kidlashicha, hal qilinmagan aybdorlik ichki psixologik ziddiyatni yaratadi va bu ziddiyat hal qilinmagan bo'lsa, deviant xulq-atvor sifatida tashqi olamda namoyon bo'lishi mumkin, chunki shaxs hissiy iztiroblarini yashirish yoki ifodalashga intiladi [7]. Hal qilinmagan aybdorlik va deviant xulq-atvor o'rtasidagi bog'lanish o'spirinlardagi hissiy va axloqiy muammolarni hal qilishning ahamiyatini ta'kidlaydi, chunki bu muammolarni hal qilmaslik zararli moslashuv mexanizmlari va uzoq muddatli xulq-atvor muammolariga olib kelishi mumkin.

Shu o'rinda deviant xulq-atvorga to'xtalish o'rinli. Deviatziya (lotincha deviatu-sog'ish) psixologiyada asosan o'smirlik davriga bog'lab yoritiladi. Ammo deviatziya har bir yosh davrida kuzatilishi va o'zining salbiy oqibatlar bilan atrofdagilarga, jamiyatga zarar yetkazishi mumkin.

Deviant xulq-atvor - ijtimoiy normalarni buzadigan, urf-odat va an'analarga zid, insoniyat jamiyatiga zarar beruvchi xatti-harakatlarni amalga oshiruvchi xulq-atvor majmui hisoblanadi. Deviant xulq-atvor shakllariga jinoyatchilik, huququbuzarlik, yolg'onchilik, dangasalik, ichkilikbozlik, fohishabozlik, giyohvandlik, kashandalik, qimor o'yinlari, o'g'rilik, talonchilik, o'z joniga qasd qilish va boshqalarni misol qilib keltirish mumkin.

Alfred Adlerning individual psixologiyasi-og'ma xulq-atvorni norasolik hissi bilan bog'laydi. Uning fikricha, har qanday to'g'ri insonda norasolik hissiyoti va undan paydo bo'lgan o'zini tasdiqlashga intilish o'rtasidagi nizo borligi ma'lumdir. Norasolik hissiyotini o'rnini bosish uchun insonlar turli usullardan foydalanadilar. Ba'zi birlari boshqalarga bosim o'tkazish yoki zo'ravonlikni qo'llaydilar, boshqalari ruxsat etilgan usullardan foydalanadilar – yutuqqa erishish, hokimlik, guruhlariga birlashish [9].

O'spirinning bolalik davridan beri o'tkazgan og'ir ruhiy jarohatlari, yaqinlari yoki tengdoshlari tomonidan qaysidur tashqi yoki ichki xususiyatini kamsitish unda norasolik hissinı keltirib chiqaradi. Norasolik hissi uni doimo o'zidan ko'ngli to'lmay, qabul qilinmagan shu xususiyatiga yoki o'zini yoki atrofdagilarni aybdorlab o'tishiga olib keladi. Natijada esa buning o'rnini to'ldirish uchun anglamagan holda o'zini tasdiqlash usullaridan foydalanadi.

Aaron Bekning kognitiv modeli va Albert Ellisning ratsional-emotiv nazariyasiga muvofiq, og'ma xulq-atvor asosida noadaptiv (yoki dezadaptatsiya) fikrlash sxemalari yotadi. Noadekvat kognitsiyalar noadekvat his va harakatlarni jonlantiradi [10].

O.Mayerning fikricha, aybdorlik hissi insonni jazoga muhtoj qiladi. Lekin bu jazodan qo'rqish bilan teng emas. Bu tuyg'u ko'pincha insonni o'zini azoblash va jazolashga yetaklaydi. Masalan jinoyatchilar yaqinlashib kelayotgan hukmdan qo'rqishlari mumkin, lekin o'zlarini qilgan ishlari uchun aybdorlikdor his qilishmaydi [11].

R.Beron va D.Richardsonlar aybdorlik hissi tajovuzkor xatti-harakatlarning paydo bo'lishiga yoki bostirilishiga ta'sir qiluvchi omillardan biri deb hisoblashgan [12].

I.F. Nurmuhametova va E.A. Nurmuhametovalar autoagressiv xatti-harakatlarga moyil shaxslarda aybdorlik hissinı o'rganib chiqishgan [13]. Anglanmagan, bostirilgan, o'z vaqtida hal qilinmagan aybdorlik hissi shaxsda surunkali charchoq, qotib qolishlik, qiyin yoki oz moslashuvchanlikni, keyinchalik esa o'z joniga qasd qilishni namoyon bo'lishiga olib keladi. O'z joniga qasd qilishning asosida o'z-o'zini jazolash istagi yotadi.

Tahlil va natijalar. Talabalarda aybdorlik hissinı o'rganish bo'yicha kompleks psixologik tadqiqot o'tkazildi. Ushbu tadqiqotda Petrozavodsk davlat universitetining 32 nafar talabasi (19-21 yosh oralig'ida, 15 yigit va 17 qiz) ishtirok etdi. Tadqiqot davomida quyidagi metodikalardan foydalanildi:

1. Bass – Darki hissiyotlar testi (mualliflar: A. Buss, A. Durkee; G. V. Rezapkina modifikatsiyasi, 2005). Ushbu metodika qiyin hayotiy vaziyatlarda turli hissiyotlarning, jumladan, aybdorlik hissining uchrash chastotasini aniqlash uchun qo'llanildi. Aybdorlik hissi bu yerda tajovuz shakllaridan biri sifatida baholandi.

2. Kugler – Jones aybdorlik hissi so'rovnomasi (mualliflar: W. H. Jones, K. E. Kugler; I. M. Belik adaptatsiyasi, 2006). Ushbu metodika aybdorlik hissinı holat va shaxsiy xususiyat sifatida baholash hamda axloqiy normalarga rioya qilish darajasini aniqlash uchun mo'ljallangan. Mualliflarning fikricha, aybdorlik hissi bu – shaxsiy axloqiy tamoyillar va ijtimoiy normalar buzilganda paydo bo'ladigan bezovtalik va norozilik tuyg'usi.

3. "Noadaptiv aybdorlikni o'lehash" testi (IGQ) (muallif: L. O'Connor; E. V. Korotkova adaptatsiyasi, 2002). Ushbu metodika to'rtta irratsional aybdorlik turini aniqlashga qaratilgan:

- Omon qolganlik aybdorligi
- Ajralish aybdorligi
- Ortiqcha javobgarlik aybdorligi
- O'zini yomon ko'rish aybdorligi

Olingan ma'lumotlarga ko'ra, talabalar qiyin hayotiy vaziyatlarda eng ko'p bezovtalik (31%) hissini namoyon qilgan. Ikkinchi o'rinda aybdorlik hissi (21%) bo'lib, eng kam uchraydigan hissiyotlar jismoniy tajovuz va xafagarchilik (2%) bo'ldi. Shubhalanish esa umuman kuzatilmagan (0%).

Chastota jadvali (foizlarda):

Hissiyot	Foiz (%)
Shubhalanish	0
Xafagarchilik	2
Jismoniy tajovuz	2
Bilvosita tajovuz	8
Og'zaki tajovuz	17
Negativizm	19
Aybdorlik hissi	21
Bezovtalik	31

Aybdorlik hissining boshqa tajovuz shakllari bilan bog'liqligi

Tahlil natijalariga ko'ra, bezovtalik eng ko'p bog'langan hissiyot bo'lib, u:

- Xafagarchilik ($r = 0,590^{**}$)
- Shubhalanish ($r = 0,375^*$)
- Aybdorlik hissi ($r = 0,417^*$)

Bundan tashqari, jismoniy tajovuz bilvosita tajovuz ($r = 0,465$) va og'zaki tajovuz ($r = 0,392^*$) bilan bog'liq, shubhalanish esa bilvosita tajovuz bilan ($r = 0,410$) bog'langan*.

Aybdorlik hissining shakllari va turlari bo'yicha natijalar

Kugler – Jones metodikasi bo'yicha:

• Talabalarda axloqiy normalarga sodiqlik (44%) eng yuqori ko'rsatkich bo'lib, bu aybdorlik hissining axloqiy qadriyatlarga, tamoyillarga va normalarga asoslanganligini ko'rsatadi.

• Eng kam kuzatilgan aybdorlik shakli holat sifatidagi aybdorlik (21%) bo'lib, u yaqinda sodir bo'lgan yoki sodir etilayotgan harakatlar tufayli paydo bo'lgan vaqtinchalik hissiy holat sifatida namoyon bo'ladi.

"Noadaptiv aybdorlikni o'lchash" testi (IGQ) bo'yicha:

• Omon qolganlik aybdorligi (84%) eng kuchli ifodalangan aybdorlik turi bo'lib,
• Ajralish aybdorligi va o'zini yomon ko'rish aybdorligi (3%) eng kam uchraydigan hissiyotlar sifatida aniqlangan.

Aybdorlik hissining tajovuz shakllari bilan bog'liqligi

Korrelatsion tahlil natijalariga ko'ra:

• Holat sifatidagi aybdorlik tajovuzning quyidagi shakllari bilan bog'liq:
○ Bezovtalik ($r = 0,371^*$)
○ Xafagarchilik ($r = 0,381^*$)
○ Shubhalanish ($r = 0,467$)
○ O'zining aybdorlik hissi ($r = 0,553$)
• Shaxsiy xususiyat sifatidagi aybdorlik ham shunga o'xshash bog'liqliklarga ega, biroq bezovtalik bilan bog'liq emas.

• Aybdorlik hissining axloqiy normalarga bog'liqligi esa tajovuzning kamayishi bilan bog'liq:

- Negativizm ($r = -0,423^*$)
- Og'zaki tajovuz ($r = -0,376^*$)

Aybdorlik hissining turlari bo'yicha bog'liqlik:

• Ajralish aybdorligi bezovtalik bilan *salbiy bog'liq ($r = -0,382^{**}$), ya'ni bunday aybdorlik hissi mavjud bo'lsa, bezovtalik kamroq kuzatiladi.

• Ortiqcha javobgarlik aybdorligi *jismoniy tajovuz bilan salbiy bog'liq ($r = -0,381^{**}$), ya'ni javobgarlik hissi kuchli bo'lsa, jismoniy tajovuz pasayadi.

• O'zini yomon ko'rish aybdorligi esa barcha tajovuz shakllari bilan bog'liq:

- Jismoniy tajovuz ($r = 0,372^*$)
- Bilvosita tajovuz ($r = 0,383$)
- Xafagarchilik ($r = 0,393^*$)
- Shubhalanish ($r = 0,451$)

o Aybdorlik hissi ($r = 0,389$)*

1. Talabalarining qiyin vaziyatlardagi asosiy reaksiyasi bezovtalik (31%) va aybdorlik hissi (21%) bo'lib, jismoniy tajovuz deyarli kuzatilmaydi (2%).

2. Aybdorlik hissi va bezovtalik kuchli bog'langan bo'lib, ayniqsa xafagarchilik va shubhalanish hissi bilan birga namoyon bo'ladi.

3. O'zini yomon ko'rish aybdorligi eng zararli bo'lib, deyarli barcha tajovuz shakllari bilan bog'liq.

4. Aybdorlik hissi axloqiy normalar bilan bog'langanida, tajovuz darajasi pasayadi.

Xulosa. O'spirinlarda aybdorlikni samarali hal qilish, psixologik, oilaviy va ijtimoiy strategiyalarni o'z ichiga olgan kompleks yondashuvni talab qiladi. Bunday yondashuvning asosiy tarkibiy qismi psixologik yordamdir, xususan, o'spirinlarga o'z hissiyotlarini qayta ishlash va boshqarishda yordam beruvchi terapevtik aralashuvlar. Masalan, kognitiv-behavioral terapiya (CBT) o'spirinlarga aybdorlikni qayta shakllantirmasligida, salbiy fikrlarni chiqirishda, sog'lomroq, moslashuvchanroq moslashuv mexanizmlarini rivojlantirishda samarali bo'lib chiqqan [14]. CBT o'spirinlarga aybdorlikni kuchaytirishi mumkin bo'lgan kognitiv buzilishlarni aniqlashga yordam beradi, shu bilan birga, muvozanatli va ratsional nuqtai nazarni rivojlantiradi. Shaxsiy terapiyadan tashqari, oila ishtiroki aybdorlikning salbiy ta'sirlarini yengillashtirishda muhim ahamiyatga ega. Ochiq muloqot va qo'llab-quvvatlovchi oilaviy dinamikalar o'spirinlarga aybdorlik hissini konstruktiv tarzda boshqarishda yordam berishda muhim rol o'ynaydi. Oiladagi tushunish, bir-birini qo'llab quvvatlash, o'spirinlarda aybdorlikni zararli tarzda kechish ehtimolini kamaytiradi, bu esa deviant xulq-atvorning oldini oladi. Bundan tashqari, ijtimoiy intervensiyalar, masalan, ijtimoiy hayotni yaxshilashga qaratilgan dasturlar, kasblarga o'qitish, shaxsning qobiliyat va iqtidorlarini rivojlantirishga mo'ljallangan loyihalar, sog'lomlashtirish maskanlariga yo'llanmalar berish va mas'uliyatni oshirishga yo'naltirilgan alternativ yondashuvni talab qiladi. Ushbu dasturlar, o'spirinlarga o'z harakatlari uchun mas'uliyatni konstruktiv va jamiyatga yo'naltirilgan tarzda olishni rag'batlantirishda muvaffaqiyatli bo'lib chiqqan [15]. Psixologik, oilaviy va ijtimoiy yordam tizimlarini birlashtirib, o'spirinlarga aybdorlikni boshqarishda yordam beradigan, shaxsiy o'sish, axloqiy rivojlanish va ijobiy xulq-atvorni rag'batlantiradigan tarzda namoyon qilishga erishish mumkin.

Adabiyotlar:

1. Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2002). "Shame and Guilt". New York: Guilford Press.p.18.
2. Eisenberg, N. (1989). "The Roots of Prosocial Behavior in Children". Cambridge: Cambridge University Press. p.76.
3. Спиваковская А.С., Луценко А.М. "Взаимосвязь переживания чувства вины и ответственности у лиц, выросших в алкогольной семье". // Вестник московского университета. серия 14. психология. 2022. № 1. С. 323–343 Moscow university psychology bulletin. 2022. No. 1. P. 323–343
4. Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2002). "Shame and Guilt". New York: Guilford Press.p.112
5. Li, J., Wang, X., & Fischer, K. W. (2015). Cultural Dimensions of Guilt and Shame. // Beijing: China Social Sciences Press.
6. Ferguson, T. J., Brugman, D., White, J. E., & Eyre, H. L. (2011). The Influence of Guilt on Adolescent Behavior. // Journal of Adolescence, 34(1), p.23. Freud, S. (1923). "The Ego and the Id". London: Hogarth Press.p.41
7. Hoffman, M. L. (1982). Guilt, Empathy, and Altruistic Behavior in Adolescents. // Developmental Psychology, 18(1), 122-130
8. Olimov L.Y., Avezov O.R., Eshov E.S. "Deviant xulq-atvor psixologiyasi". Buxoro-2017. 16-bet.
9. Olimov L.Y., Avezov O.R., Eshov E.S. "Deviant xulq-atvor psixologiyasi". Buxoro-2017. 16-bet.
10. Maher B. A. "Principles of psychopathology". – N. Y.: McGraw Hill, 1966. p.525
11. Beron R., Richardson D. "Aggressiya". -SPB.:Piter, 2001 c.352.
12. Нурмухаметова И. Ф., Нурмухаметов Э. А. К вопросу о переживании чувства вины у лиц, склонных к аутоагрессивному поведению // Science Time. – 2022. – № 11 (107). – С. 34–39.
13. Beck, A. T. (1979). Cognitive Therapy of Depression. New York: Guilford Press.p.158.
14. Zehr, H. (2002). The Little Book of Restorative Justice. Intercourse, PA: Good Books.p.45
15. Сафронова Е. А., Уторина О. Д. Комплексное психологическое исследование чувства вины у студентов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2024. – № 10 (октябрь). – 0,5 п. л. – URL: <http://e-koncept.ru/2024/242018.htm>.

Polvanova Dilrabo Tagaymuratovna,
O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti
Pedagogika va psixologiya kafedrasida katta o'qituvchisi

KIBERBULLING TAHDIDLARINING TARQALISH OMILLARI TAHLILI

Annotatsiya. Ushbu maqolada O'zbekiston yoshlarining axborot-psixologik xavfsizligini kiberbulling tahdididan himoya qilish tizimini takomillashtirish maqsadida olib borilgan ilmiy-amaliy tadqiqot natijalarining bir qismi yoritilgan. Kiberbulling tarqalishiga ta'sir etuvchi barcha omillar atroflicha o'rganilgan va kiberbullingdan himoyalashda shaxs endopsixikasiga tegishli himoya mexanizmlari tadqiq etish natijasida, jamiyatda kiberbulling hodisalari tarqalishining psixologik omillari yoritilgan..

Kalit so'zlar: kiberbulling, davlat darajasidagi omillar, jamiyat darajasidagi omillar, shaxs darajasidagi omillar.

АНАЛИЗ ФАКТОРОВ РАСПРОСТРАНЁННОСТИ УГРОЗ КИБЕРБУЛЛИНГА

Аннотация. В статье представлены некоторые результаты научно-практического исследования, проведённого с целью совершенствования системы защиты информационно-психологической безопасности молодёжи Узбекистана от угрозы кибербуллинга. Все факторы, влияющие на распространение кибербуллинга, были тщательно изучены, и в результате исследования эндопсихических защитных механизмов личности при защите от кибербуллинга были выделены психологические факторы распространения инцидентов кибербуллинга в обществе.

Ключевые слова: кибербуллинг, факторы государственного уровня, факторы общественного уровня, факторы индивидуального уровня.

ANALYSIS OF FACTORS OF PREVALENCE OF THREATS OF CYBERBULLYING

Abstract. The article presents some results of scientific and practical research conducted to improve the system of protection of information and psychological security of youth of Uzbekistan from the threat of cyberbullying. All factors influencing the spread of cyberbullying were carefully studied, and as a result of the study of endopsychic defense mechanisms of the individual in protection from cyberbullying, psychological factors of the spread of cyberbullying incidents in society were identified.

Keywords: cyberbullying, factors of the state level, factors of the public level, factors of the individual level.

Kirish. Bugungi kunda butun dunyoda insonlar, hatto voyaga yetmaganlarning Internet jahon axborot tarmog'i orqali muloqot qilish darajasi kun sayin o'sib bormoqda. Internet jahon axborot tarmog'i barchamizga cheksiz imkoniyatlar taqdim etuvchi, shu qatorda bir qancha ko'zga tashlanmaydigan, ammo o'z ta'sir kuchiga ega xavf va tahdidlar mavjud bo'lgan virtual makon. Virtual tarmoq ishtirokchilariga o'zaro kommunikatsiya jarayonlarida muloqot qilishning turfa qulayliklar taqdim etilgan. Biroq Internet jahon axborot tarmog'i foydalanuvchilarining deyarli ko'p qismi mavjud xavf va tahdidlarning imkoniyatlardan-da ko'p ekanligini tasavvur ham qilmaydilar. Ana shunday tahdidlardan biri kiberbullingdir.

Xorijiy va milliy ilmiy doiralarda kiberbulling hodisasiga berilgan tushuncha va ta'riflar o'z kategorial va fenomenologik mazmuniga ko'ra turlicha talqin qilingan. Biz, o'z o'rnida, tadqiqotimiz doirasida kiberbulling hodisasiga "xavfsizlik tadqiqotlari" yondashuvidan kelib chiqib quyidagi mualliflik ta'rifimizni shakllantirdik: "Internet yoki axborot-kommunikatsiya texnologiyalari orqali boshqa bir shaxs ongiga, g'arazli maqsadda, qasddan va takroriy tarzda ta'sir ko'rsatish (qo'rquvga solish, kamsitish, nafratlanarli takliflarni bildirish, tahdid, shantaj, tuhmat va h.klar) ni kiberbulling sifatida baholash mumkin". Ushbu ta'rifning boshqa ilmiy ishlarda berilgan ta'riflardan farqi shundaki, unda kiberbulling "xavfsizlikka tahdid" sifatida ko'rib chiqiladi. Boshqa ishlarda, ushbu fenomen ijtimoiy hodisa, nizo, axloqbuzarlik, shaxslararo munosabatlardagi bosim sifatida ko'rib chiqilgan.

Dunyo miqyosida olib borilgan tadqiqotlar, jumladan, BMT xalqaro tadqiqoti, Koreya ta'lim vazirligi tadqiqoti, Yevropa miqyosida o'tkazilgan, Arabistonda o'tkazilgan tadqiqotlarda ham yoshlarning axborot-psixologik xavfsizligiga tahdid sifatida ko'rilayotgan kiberbulling o'spirin yoshlar o'rtasida keng tarqalayotganligi va salbiy oqibatlarining ortib borayotganini ko'rsatmoqda. Bugungi ziddiyatli davrda

nafaqat yoshlar, balki, insoniyat katta hajmdagi, turli mazmun va mohiyat kasb etuvchi informatsiyalar ta'sirida yashamoqda, axboriy aloqaning to'xtab qolishi ham shaxs tomonidan psixologik anomal holat sifatida his qilinmoqda va shaxs psixikasidagi ruhiy buzilishlarga sabab bo'lmoqda. Psixologik konsultatsiyalarda ruhiy xotirjamlikning yo'qolishi bilan bog'liq holatlarning sabablari sifatida axborotning ko'rsatilayotgani shaxsning axborot-psixologik xavfsizligini turli tahdidlardan himoyalash jarayonining dolzarbligini ko'rsatmoqda.

Ayni paytda, dunyoning ko'plab rivojlangan davlatlarida kiberbullingga qarshi kurashish chora-tadbirlarini tashkil etish, ya'ni Internet jahon axborot tarmog'ida shaxslarning xavfsizligini ta'minlash borasida maxsus qonunlar yaratilmoqda, takomillashtirish zaruriyati yuzaga kelgan.

Respublikamizda so'nggi yillarda o'spirin yoshlar o'rtasida kiberbulling tahdidlarining ortib borayotganligi, kiberbullingdan jabrlanish psixikaning turli sohalarida chuqur ruhiy buzilishlarga sabab bo'lib, pedagogik, psixologik va sotsiologik xarakterga ega bo'lgan oqibatlarni keltirib chiqarayotganini kuzatmoqdamiz. Kiberbullingdan jabrlangan yoshlarning suitsidga qo'l urishi, jinoyat sodir etish holatlari uchragan. O'zbekistonda ham kiberbulling profilaktikasi, diagnostikasini yo'lga qo'yish, kiberbullingdan jabrlangan ishtirokchilarga, texnik, huquqiy va psixologik yordam ko'rsatishni tashkil etish zaruriyati yuzaga kelmoqda. Zero, O'zbekiston yoshlarining axborot-psixologik xavfsizligiga tahdid soluvchi, Internet jahon axborot tarmog'i orqali tarqatilayotgan turli ta'sirlarning kuchini har birimiz his qilmoqdamiz. Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev ta'kidlaganlaridek, "... zamonaviy tahdidlarning tabiati va miqyosi sezilarli darajada o'zgardi. Ekologik va tabiiy ofatlar, suv resurslari va oziq-ovqat taqchilligi, kiberhujumlar, suverenitet va iqtisodiy barqarorlikka putur yetkazishning yangi uslublari kuchayib borayotgan tahdidlardir". Internet jahon axborot tarmog'i har bir foydalanuvchiga axborot tarqata olish imkonini taqdim etgan, bu esa yoshlarni kiberbulling tahdidlaridan asrash, ularda kiberbulling tahdidlaridan himoalanish ko'nikmalarini shakllantirish bugungi kun zaruriyati ekanligini va dissertatsiya ishining naqadar dolzarbligini asoslaydi.

Tadqiqot obyekti va qo'llanilgan metodlar. Yoshlarning axborot-psixologik xavfsizligiga kiberbulling tahdidini nazariy o'rganish va amaliy tadqiq etish natijalariga ko'ra, kiberbulling tahdidini yuzaga kelishiga ta'sir ko'rsatuvchi omillar o'rgandik va shaxs, jamiyat va davlat darajasida tasniflab, unda psixologik omillar chuqur tahlil etdik. Jumladan, kiberbulling tahdidini yuzaga kelishiga sabab bo'luvchi **shaxs darajasidagi omillar:**

- tashqi ko'rinish masalan, jismonan zaif ko'rinish, semizlik, ko'rishning buzilishi, nutq buzilishi va hk;
- shaxslararo munosabatlar va muammolarni yechishdagi salbiy ko'nikmalar;
- o'z-o'zini salbiy baholash va o'z-o'ziga past baho;
- zo'ravonlikka ijobiy munosabat;
- zaif ijtimoiy ko'nikmalar va past darajadagi empatiya;
- kiberbulling tahdidiga oid tushunchalar va himoalanish koping strategiyalari haqida tasavvurga ega emaslik.

Jamiyat darajasidagi omillar:

- Oilada ota-onaning ta'qiqlovchi va haddan tashqari himoya qiluvchi tarbiya uslubi;
- Ota onalarning negativ hatti-harakatlari, avtoritar boshqarish, kam qo'llab quvvatlash, jazolash;
- noto'liq oila, yolg'iz ota, yolg'iz ona;
- agressiv xulqqa nisbatan tolerantlik;
- jabrlanuvchilarning passiv munosabati va muammoni hal qilish ko'nikmalarining yo'qligi, masalan, sukut saqlash;
- jamiyat a'zolarining munosabat bildirmasligi yoki agressorni faol qo'llab-quvvatlashi, kiberbullingni inkor etishi;
- yoshlar bilan ishlaydigan mutaxasislarning kiberbulling tahdidi va uning shakllaridan xabardor emasligi;
- yoshlar hayotining virtuallashuvini, Internet orqali muloqotning "ehtiyotlar piramidasi"dan mustahkam o'rin olishi;

Davlat darajasidagi omillar:

- kiberbulling bilan bog'liq ijtimoiy munosabatlarini tartibga solishning huquqiy asoslarini rivojlanmaganligi;
- kiberbullingga nisbatan alohida huquqiy yoki deklarativ ta'rifning mavjud emasligi tufayli kiberbulling hodisasini aniqlash imkoniyatining cheklanganligi;
- kiberbulling turlarini alohida mezonlar asosida aniqlash, subyektni identifikatsiya qilish, jabrlanuvchiga yordam berishning protsessual standartlari ishlab chiqilmaganligi;

• kiberbulling profilaktikasi bo'yicha kurslarni tashkil etishda nodavlat-notijorat va xalqaro tashkilotlarning davlat ta'lim tashkilotlari bilan doimiy hamkorligini yo'lga qo'yilmaganligi.

Empirik tadqiqot natijalariga ko'ra, kiberbulling tahdidi tarqalishining shaxs darajasidagi quyidagi psixologik omillari aniqlandi.

1. Anonimlik va kiberbullingni istalgan vaqtda amalga oshirish imkoniyatining mavjudligi;
2. Shaxs psixikasining kognitiv sohasidagi muammolar;
3. Shaxs psixikasining hissiy-irodaviy va ehtiyojli –motivatsion sohasidagi o'ziga xos muammolarning mavjudligi;
4. Shaxs psixikasining xulq-atvorni boshqarish sohasida o'ziga xos muammolarning mavjudligi;
5. Kommunikativ tolerantlik past ko'rsatkichlarini beruvchi, salbiy kommunikativ ustanovkalarining mavjudligi.

Har bir omil tagida uni keltirib chiqaruvchi sabablar va ijtimoiy muhit ta'sirlari mavjud bo'lib ular atroflicha o'rganildi. Jumladan:

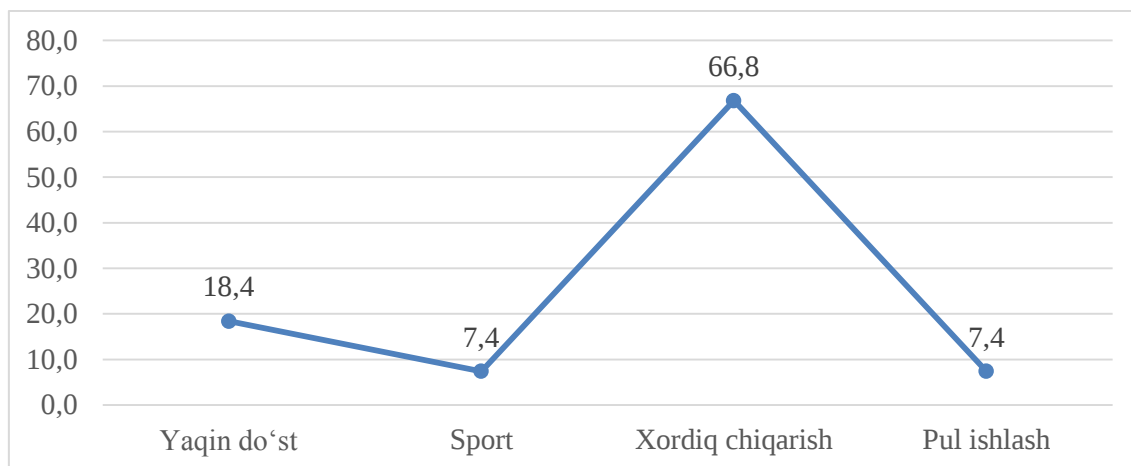
1. Anonimlik va kiberbullingni istalgan vaqtda amalga oshirish imkoniyatining mavjudligi. Bugungi kunda Internetdan foydalanish imkoniyati deyarli barchada mavjud. Hatto yosh bolalar ham, turli gadjetlardan, uyali aloqa vositalaridan keng foydalanishi, Internet tarmog'ida axborot tarqatish imkoniyatiga ega ekanligi, turli ijtimoiy tarmoqlarda shaxs o'z haqiqiy nomidan foydalanmagan holda istagancha muloqot qila olishi mumkin. Buning uchun vaqt va imkoniyatlar cheklanmaganligi, Internetda anonimlik saqlab qolish imkoniyati shaxsga kiberbullingni istalgan vaqtda amalga oshirish imkoniyatini beradi. Kiberbullingdan jabrlanuvchisi kuniga 24 soat, haftada yetti kun azoblanishi, o'z uyida ham, o'zini xavfsiz his qilmasligi mumkin. Zero, bir necha marta klaviaturani bosish bilan yuzlab va hatto minglab odamlar tahqirlanishning guvohi bo'lishda davom etadi. Kiberbullingni amalga oshirish usullari va texnologiyalari xilma-xilligi, an'anaviy bullingdan farqli ravishda yuzma-yuz aloqa qilishni, jismoniy kuchni talab qilmasligi kiberagressorga qulaylik tug'diradi va kiberbullingni yoshlar va kattalar o'rtasida keng tarqalishiga olib kelmoqda. Bundan tashqari tarbiya jarayonida ota-onalar bolalardagi agressiyani kuch bilan bostirishga, ta'qiqlar qo'yishga harakat qiladilar. Natijada bostirilgan hissiyotlar bilan bog'liq muammolar emotsional sohadagi yopiqlikni, o'z hissiyotlarini ekologik realizatsiya qila olmaslik kabi psixologik muammolarni keltirib chiqaradi. Yuqoridagi holatlar kelgusida shaxsda o'z agressiyasini namoyon qilishning anonim shaklini tanlash ehtimolini oshiradi.

2. Shaxs psixikasining kognitiv sohasidagi muammolar. Yoshlarda Internetdan foydalanish kompetensiyasining, madaniyati va huquqiy ongining shakllanmaganligi, Interenetda masxara qilganlik uchun jazo choralarini mavjudligini bilmaslik, shaxsga oid ma'lumotlarni uning roziligisiz tarqatish, ma'lum bir shaklda umume'tirof etilgan shaxs huquqlarini buzish ekanligini bilmaslik kiberbullinglarni amalga oshirishga olib kelmoqda. Bunday misollar juda ko'p. Ko'p holatlarda javobgarlar bu holatni huquqiy baholanishini bilmasliklarini e'tirof etadilar. Haqiqatdan ham maktab darsliklarida va ijtimoiy tarmoqlarda bu haqida targ'ibot ishlari yetarli emas. Kiberbullingga uchragan shaxsning holatini to'liq idrok etolmaslik, haqorat natijasida jabrlanuvchi va uning yaqinlari ayanchli ahvolga tushishlari, hattoki jabrdiydaning o'limiga sababchi bo'lib qolishi, ya'ni og'ir oqibatlariga olib kelishini bilmaydilar. Huquqiy javobgarlik kriteriyalari bo'yicha targ'ibotning yetarli emasligi va mavjudlaridan ham bexabarlik kiberbullinglarni keng tarqalish sabablaridan biri bo'lib qolmoqda. Empirik tadqiqotda ishtirok etgan sinaluvchilar “Ijtimoiy tarmoqlar va messengerlarda boshqa shaxsni kamsitish, tahqirlash, haqoratlash va qo'rqitish maqsadida tarqatilgan xabar (SMS, MMS, video, ko'rsatuvlar qilish va xk)larni kiberbulling ekanidan xabardormisiz?” degan savolga 29,3 foizi ha, 70,7 foizi yo'q degan javobni belgilaganlar. Demak, kiberxavfsizlik va kiberbullingni profilaktikasi bo'yicha targ'ibot va tashviqot ishlari sust.

Psixoprofilaktik tadbirlar doirasida yoshlar jamoasi va ota-onalarga Internetdan foydalanish qoidalari, vaqti, ijtimoiy tarmoqlarda muloqot qilishga doir qo'rsatmalarni, kiberbullingni oldini olish bo'yicha strategiyalar, kiberbulling to'g'risida ma'lumotlardan iborat bukletlar, devoriy gazetalar, rasmlar, tarqatma materiallarini yetkazish, qisqa metrajli filmlarni namoyish qilish, ta'lim maskanlarida qoidalar, aniq ko'rsatmalar ko'rinishida joylashtirish maqsadga muvofiq. Bu borada ongga ta'sir etish qonuniyatlariga amal qilish, shaxs ongiga to'g'ri ko'rsatma berish juda muhim. Ota-onalar o'z farzandlarini kiberbulling tahdididan himoyalashlari uchun maxsus tavsiyalarni ommaviy axborot vositalarida berib borish, ta'lim maskanlarining hovlisida eslatmalar ko'rinishida joylashtirish maqsadga muvofiq.

3. Shaxs psixikasining hissiy-irodaviy va ehtiyojli – motivatsion sohadagi o'ziga xos muammolarning mavjudligi. O'spirinlarning o'zi va o'zgalarning hissiyotlarini to'liq anglamasligi kiberbullinglarni amalga oshirish va tarqatishga sabab bo'lishi mumkin. Dissertatsiya doirasida o'tkazilgan tajriba sinov ishlarining matematik statistik tahlili va anketa savollaridan anglashildiki, yoshlarda Internetdan

foydalanish motivlarining yetarlicha anglab yetilmaganligi, shunchaki vaqt o'tkazish maqsadida Internetdan foydalanish, zavqlanish hissini tuyish uchun birovlarini mazax qilishga, videomateriallarni tarqatishga sabab bo'lib qolmoqda. Shu sababli maktablarga amaliy psixologiya darslarini kiritish, yoshlar ongida bolalik davrlaridan boshlab, identifikatsiya, refleksiya, empatiya, kauzal atributsiya kabi boshqalarni idrok qilish va tushunish ko'nikmalarini yuzaga keltirish zarur. Yoshlarda bo'sh vaqlarini qanday o'tkazish borasidagi o'rganishlar tahliliga ko'ra, o'spirinlarning o'z vaqtini to'g'ri taqsimlamaganligi, nazoratning yo'qligi yoki pedagogik qarovsizlik natijasida, ehtiyojli – motivatsion sohadagi muammolar yuzaga kelmoqda. Bugungi kunda Internet yoshlarning 18,4 foizi uchun yaqin do'st, 7,4 foizi uchun sport, 66,8 foiz yoshlar uchun hordiq chiqarish vositasi, 7,4 foiz yoshlar uchun pul ishlashning qo'shimcha vositasi vazifasini bajarmoqda. Yoshlarning 66,8 foizi uchun Internet shunchaki hordiq chiqarish vositasi vazifasini o'tayotgani yaqin kelajakda kiberbulling hodisasining tarqalish ehtimoli yuqori ekanligidan dalolat beradi. (1-rasmga qarang)



1-rasm. Internetdan foydalanish motivlari

Tahlil va natijalar. So'rovnoma qatnashgan yoshlarning 33,4 foizi 1 soatgacha, 46,4 foizi 2-3 soatgacha, 7,9 foizi 3-5 soat, 9,9 foizi 5-7 soat, 2,4 foizi 7 soatdan ko'proq vaqtini uzluksiz ravishda Internetda o'tkazayotganini bildirgan. Kuniga 2-3 soatdan ortiq foydalanish internet addiksiyasini yuzaga keltiradi. Internet orqali muloqotning ortib borishi natijasida, kiberbulling to'g'risida tasavvurning yo'qligi uni amalga oshirish va tahdid nishoniga aylanish xavfini oshiradi. Kiberbulling bilan shug'ullangan yoshlar kelajakda uning ijtimoiy oqibatlari o'ta og'ir turlari (kiberstalking, seksting, heppi-sleeping)ni amalga oshirishga moyil bo'lib boradilar.

Jumladan, xitoylik olimlarning tadqiqotlariga ko'ra, uzoq vaqt kompyuter o'yinlarini o'ynash bosh miya faoliyatining sustlashishiga olib keladi. Jumladan, har kuni ikki soatdan kompyuter o'ynagan kishining fikr yuritish qobiliyati, ijodiy salohiyati va tuyg'ularni jilovlay olish layoqati me'yori o'namayotgan insonlarnikigan nisbatan ancha sust. Mutaxassislar bunday holatni "o'yin miyasi fenemoni", deya atashmoqda. Xitoyli olimlar tomonidan eng zamonaviy texnika vositalari yordamida 6 yoshdan 29 yoshgacha bo'lgan 240 nafar erkak va ayolda o'tkazilgan elektroensefalogramm tekshiruv natijalariga ko'ra, uzoq muddat kompyuter o'yinlarini o'ynagan odamning bosh miyasi me'yoriy holatdagi inson miyasidan sezilarli darajali farq qiladi. Bunday kishilarda ko'pincha, old miya faoliyatining shikastlanishi holatlari uchraydi. Test ishtirokchilarining 20 foizi har kuni ikki soatdan ortiq vaqt mobaynida kompyuter o'yinlari bilan mashg'ul bo'lgan va ularning barchasida old miya nafaol ko'rinishga kelgan. Mutaxassislar bunday "bosh"ni, "o'yin miyasi", deya nomlashgan, 40 foiz atrofidagi tekshiriluvchilarda esa, old miya faoliyati sustlashgani kuzatilgan. Olimlar miyaning bunday holatini "yarimta o'yin miyasi", deya atashgan. "O'yin miyasi" egasining xarakterli jihatlari yuz ifodasida kuchli charchoq alomatlarining zohirligida, fikrni jamlay olmasligida, xotira susayishida, o'qib tushunish va yozish layoqatining pasayishida, jamiyat va o'zgalar hayoti bilan qiziqmasligi, voqea-hodisalarga nisbatan e'tiborsizlik va shaxsiy fikrning yo'qligi, kayfiyatni nazorat qila olmaslik va tez jahl chiqishida ko'rinishi mumkin. Tibbiyotdan ma'lumki, old miya insonning ijodiy qobiliyati, fikrlashi, shuningdek, tuyg'ularni nazorat qilishida «mas'ul»dir. Miyadagi ushbu funksiyaning zararlanishi oqibati va kayfiyatni nazorat qila olmaslik kiberagressiyani keltirib chiqarishga sabab bo'lishi mumkin. Salbiy oqibatlarni oldini olish maqsadida, yoshlarning internetda o'yin o'ynash, foydalanish davomiyligini 2 soatdan kam, to'g'rirog'i yarim soat qilib belgilash maqsadga muvofiq.

4. Shaxs psixikasining xulq-atvorni boshqarish sohasida o'ziga xos muammolarning mavjudligi kiberbullingni amalga oshirish omillaridan biridir. Jumladan, ushbu omilni nazariy va amaliy o'rganish natijalariga ko'ra, bolalik davrida shakllangan agressiv xulq-atvor, xarakter xususiyati sifatida ontogeneznining

keyingi bosqichlarida ham saqlanib qolishi kuzatilgan. Umuman olganda shaxsda o‘z-o‘zini himoyalash va yashash uchun kurash maqsadidagi instinktiv xulq-atvor sifatida agressiya mavjud bo‘lib, bullying ishtirokchilarining turli pozitsiyalari va agressiv xulq-atvor ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi bog‘liqlik o‘rganildi. Quydagi jadvaldan ko‘rishimiz mumkinki, qachon bullyingni initsiator rolida amalga oshirgan ishtirokchida jahldorlikning oshishi ($p=0,135$: $r<0,05$) qiymatda musbat bog‘liqlik namoyon bo‘lganini ko‘rishimiz mumkin. Olweus (2006), Scheithauer xavf omillarini sharhida initsiator, bezorilikni boshlovchi, boshqalarni qo‘rqitish, urish, faoliyatdan chetlashtirish, mish-mishlar tarqatish bilan shug‘ullanishini ta’kidlaydi.

Himoyachi shkalasi bilan bilvosita agressiya shkalasi o‘rtasida ($p=-0,127$: $p<0,05$), jahldorlik shkalasi bilan ($p=-0,125$: $p<0,05$) verbal agressiya shkalasi o‘rtasida ($p=-0,166$: $p<0,01$) qiymatdagi ishonch darajasida manfiy bog‘liqlik mavjudligini ko‘rish mumkin. Ya’ni, bilvosita agressiya, verbal agressiya va jahldorligi pasaygan ishtirokchilar himoyachi rolida ishtirok etadilar (1-jadvalga qarang).

1-jadval.

Bulling ishtirokchilarining turli pozitsiyalari va agressiv xulq-atvor ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi bog‘liqlik (Spirmen mezoni, $n=350$)

Korelyatsiya								
	Jismoniy agressiya	Bilvosita agressiya	Jahldorlik	Salbiy munosabat lar	Alamzadal ik	Badgumon lik	Verbal agressiya	Aybdorlik hissi
Initsiator	0,075	-0,030	0,135*	0,012	0,025	0,103	0,011	-0,045
Yordamchi	0,043	0,064	0,064	-0,032	0,024	-0,031	-0,005	0,072
Himoyachi	-0,031	-0,127*	-0,125*	-0,020	0,031	-0,007	-0,166**	-0,005
Qurbon	0,052	0,058	-0,025	0,004	0,053	0,118*	0,051	0,071
Kuzatuvchi	0,020	-0,090	-0,016	0,046	-0,018	0,017	-0,016	-0,132*

** . Korelyatsiyaning ishonchlilik darajasi 0.01 qiymatda. $r < 0,01$

* . Korelyatsiyaning ishonchlilik darajasi 0.05 qiymatda. $r < 0,05$

Kuzatuvchi shkalasi va aybdorlik hissi shkalasi o‘rtasida ($p=-0,132$: $p<0,05$) qiymatdagi ishonch darajasida manfiy bog‘liqlik mavjud. Bundan ko‘rinadiki, bullying davomida kuzatuvchi rolida ishtirok etayotgan shaxslarda aybdorlik hissi pasayadi. O‘spirinlarda kommunikativ munosabatlarda yuzaga kelgan, namoyon etilmagan, ta’qiqlangan hissiyotlar, konfliktogenlarning o‘z vaqtida yo‘qotilmasligini, agressiyani kelib chiqish sabablaridan biri sifatida talqin etish mumkin. Yosh ulg‘ayishi bilan yoki tizimli ravishda olib borilgan ta’lim-tarbiya, amaliy psixologik treninglar orqali ular o‘zlarining agressiv xulqini boshqarishni yoki uni atrofdagilarga oshkor qilavermaslikni o‘rganib oladilar.

Bugungi kunda kiberbullyingni jamoa bo‘lib amalga oshirayotgan, Internet addiksiyasiga uchragan shaxslarda “kollektiv ongsizlik” holatining kuzatilishi va “onlayn dezingibitsiya” (miyada ingibitor nazoratning yo‘qolishi) effekti ta’sirida kiberbullyingning og‘ir shakllarini sodir etishi holatlarini yuz berishi mumkin. Bu holatda shaxs “shunchaki ermak” uchun yoki yuqorida ta’kidlangan va “onlayn dezingibitsiya” ta’sirida kiberbullyingni amalga oshirishi mumkin. “Onlayn dezingibitsiya” effekti har uchala holatga tegishli, ya’ni shaxs psixikasining kognitiv sohasidagi, emotsional va ehtiyojli –motivatsion sohadagi va xulq-atvorni boshqarish sohasida o‘ziga xos muammolarga sabab bo‘lishi mumkin. Yoki aksincha, ushbu sohadagi muammolar “Onlayn dezingibitsiya” effektini yuzaga keltirishi mumkin.

Sinaluvchilarda o‘tkazilgan “Bulling tizim” va “Viktim xulq-atvoriga moyillikni o‘rganish” metodikasi o‘rtasidagi bog‘liqlik tahlil etildi. (2-jadvalga qarang).

Initsiator shkalasi va jabrlanuvchining inqirozli bo‘lmagan toifasi shkalalari o‘rtasida ($p=-0,126$: $p<0,05$) qiymatda manfiy bog‘liqlik mavjud. Ushbu ko‘rsatkich, bullyingda initsiator pozitsiyasidagi shaxsda, inqirozli bo‘lmagan xulq-atvorlarga moyillik pasayishini ko‘rsatadi. Me’yor darajasidagi, jabrlanuvchining inqirozli bo‘lmagan toifasidagi shaxslarda spirtli ichimlikka moyillik, tanishuvlarda uquvsizlik, ishonuvchanlik, loqaydlik tabiatiga egaligi kuzatiladi, bu hislatlar bilan birga shaxsiy tajribaning yo‘qligini yoki uni e’tiborga olmaslikni kuchaytiruvchi mo‘rt axloqiy tamoyillarning mavjudligini ko‘rish mumkin. Bunday shaxslar odamlarni ideallashtirishga, o‘zgalarning salbiy xatti-harakatlarini oqlashga moyil bo‘ladilar hamda xavfni sezmaydilar.

Bulling ishtirokchilarining turli pozitsiyalari va viktim xulq-atvoriga moyillik alomatlarining bog'liqligi (Spirmen mezoni, n=350)

Korrelyatsiya							
	Javoblarning ijtimoiy maqbulligi	Jabrlanuvchining tajovuzkor toifasi	Jabrlanuvchining faol toifasi	Jabrlanuvchining tashabbuskor toifasi	Jabrlanuvchining sust toifasi	Jabrlanuvchining inqiroz bo'lmagan toifasi	Amalga oshirilgan viktimlik
Initsiator	-0,071	0,077	0,007	-0,006	-0,093	-0,126*	-0,026
Yordamchi	-0,036	0,140**	0,151**	0,025	0,208**	-0,021	0,178**
Himoyachi	0,154**	-0,006	-0,090	0,065	-0,005	-0,050	0,169
Qurbon	-0,029	-0,094	-0,071	-0,051	0,004	0,009	0,035
Kuzatuvchi	0,008	0,121*	-0,006	-0,024	0,017	0,081	0,095

** . Korelyatsiyaning ishonchlilik darajasi 0.01 qiymatda. $r < 0,01$

* . Korelyatsiyaning ishonchlilik darajasi 0.05 qiymatda. $r < 0,05$

Yordamchi shkalasi va jabrlanuvchining **tajovuzkor** toifasi o'rtasida ($p=0,140$: $p<0,01$) qiymatdagi musbat bog'liqlik mavjud. **Jabrlanuvchining tajovuzkor toifasiga** yuqori darajasiga provokatsion xulq-atvorlar (haqorat, tuhmat, masxara qilish va h.k.) ko'rinishidagi tajovuzkorligi natijasida noxush va hayot uchun xavfli vaziyatlarga tushib qolishga moyil bo'lgan sinaluvchilar kiradi. Mojaroli vaziyatni qasddan yaratish yoki qo'zg'atish ularning tabiatiga xos hisoblanadi. **Yordamchi** shkalasi va jabrlanuvchining **faol** toifasi o'rtasida ($p=0,151$: $p<0,01$) qiymatdagi musbat bog'liqlik mavjud. **Jabrlanuvchining faol toifasi** uchun fidokorona, ijtimoiy ma'qullangan va ko'pincha kutilgan xulq-atvor xosdir. Bunga ijobiy xulq-atvori tufayli tajovuzkorning jinoiy harakatlariga duchor bo'ladigan shaxslar kiradi. Bunday insonlar mojaroli vaziyatlarda ijobiy xulq-atvorlarini, doimiy ravishda, ba'zan rasmiy holati sababli yoki atrofdagilarning umidlari natijasida namoyish etishadi. Bunday turdagi inson, hatto sog'lig'i yoki hayotidan ajralish ehtimoli bo'lsa ham, mojaroga aralashmaslikni, ya'ni loqaydlikni qabul qilib bo'lmaydigan holat deb hisoblaydi. Bunday harakatlarning oqibatlari har doim ham anglanmaydi. Ular jasur, qat'iyatli, hushyor, prinsipial, samimiy, mehribon, talabchan, tavakkal qilishga tayyor, haddan tashqari o'ziga bino qo'ygan bo'ladilar. Jamoat tartibini buzuvchilarning xatti-harakatlarga toqat qila olmaydilar. Ko'pincha o'zlariga ortiqcha baho berib yuborishadi. Xulq-atvorida ijobiy motivlar bor shaxslardir.

Yordamchi shkalasi va jabrlanuvchining **sust toifasi o'rtasida** ($p=0,208$: $p<0,01$) qiymatdagi musbat bog'liqlik mavjud. Ushbu turga turli sabablarga ko'ra qarshilik qilmaydigan, jinoyatchiga qarshi turmaydigan shaxslar kiradi. Jumladan, yoshi, jismoniy zaifligi, nochor holati, qo'rqoqligi, o'zining noqonuniy yoki axloqsiz harakatlari uchun javobgarlikdan qo'rqadi. Bunday shaxslar qaram xulq-atvoriga moyilligi, itoatkorligi, o'zgalarning tajovuzkorligini oqlashi, barchani kechirib yuborishi bilan ajralib turadilar.

Yordamchi shkalasi va **amalga oshirilgan viktimlik shkalasi** o'rtasida ($p=0,178$: $p<0,01$) qiymatdagi musbat bog'liqliklar bullingda asosan yordamchi pozitsiyasida ishtirokchilarda shu turdagi jabrlanuvchi xulqi mavjudligini ko'rsatadi. **Himoyachi shkalasi** va **javoblarning ijtimoiy maqbulligi** shkalalari o'rtasidagi ($p=0,154$: $p<0,01$) qiymatdagi musbat bog'liqliklar mavjud. Ushbu ko'rsatkich, himoyachiga xos bo'lgan xususiyatlarni ta'kidlab keladi. Ayniqsa, javoblarning ijtimoiy maqbulligi va amalga oshirilgan viktimlik shkalalaridagi musbat va o'zaro yaqin ($p=0,154$: $p=0,169$), ko'rsatkichlar yolg'on shkalasi talablariga javob beradi. Zero, himoyachiga quyidagi xatti-harakatlar xos bo'lib, u jabrlanuvchini qo'llab quvvatlaydi, tinchlantiradi, rag'batlantiradi, zo'ravonlikni to'xtatishga harakat qiladi.

Kuzatuvchi shkalasi va **jabrlanuvchining tajovuzkor toifasi** shkalalari o'rtasidagi ($p=,121$: $p<0,05$) qiymatdagi musbat bog'liqliklar mavjud. Ushbu ko'rsatkich, kuzatuvchi pozitsiyasidagi ishtirokchida **past darajadagi tajovuzkor xulq-atvoriga** moyillikni oshib borishi mumkinligini asoslaydi. Me'yordan past darajadagi tajovuzkor xulq-atvor toifasidagi insonlar muvaffaqiyatga rag'batning pasayishi, to'satdan yuz

beradigan holatlarning ko'pligi, o'zini yaxshi nazorat qilish, qabul qilingan me'yorlar va qoidalarga rioya qilish istagi, munosabat, manfaatlar va maqsadlarni asrashdagi barqarorlik, shuningdek, tez xafa bo'lish kabi xususiyatlar xosdir.

5. Kommunikativ tolerantlik past ko'rsatkichlarini beruvchi, salbiy kommunikativ ustanovkalarining mavjudligi. Bulling ishtirokchilari va kommunikativ ustanovkalar o'rtasidagi bog'liqlik tekshirildi. (3-jadvalga qarang).

3-jadval.

Bulling ishtirokchilarining turli pozitsiyalari va kommunikativ tolerantlik darajasi o'rtasidagi bog'liqlik (Spirmen mezon, n=350)

Korrelyatsiya									
	Boshqalarning individualligini tushunish va qabul qila olish	Odamlarning individual xususiyatlarini baholashda o'zini etalon sifatida ko'rish	Baholashdagi qat'iylik va konservativlik	Sheriklarning muloqotsizligida yuzaga keladigan noxush his-tuyg'ularni yumshatish yoki yashirish	Sherikni qayta yaratish qayta tarbiyalashga intilish	Sherikni o'ziga moslashtirish, uni qulayroq qilish istagi	Noqulaylik va muammolarga sabab bo'lgan xatolarni kechirishni bilmaslik	O'z sherigining jismoniy yoki ruhiy noqulayliklarga toqat qilolmaslik	Boshqalarning xarakteri, odatlari, ustanovkalari yoki intilishlariga moslashma olmaslik
Initiator	-0,078	-0,013	0,113*	0,047	-0,032	0,02	0,031	0,027	0,045
Yordamchi	-0,093	- 0,154**	-0,042	-0,008	-0,055	-0,079	-0,014	-0,012	-0,113*
Himoyachi	-0,029	0,084	-0,027	-0,008	-0,036	0,113*	-0,093	- 0,172**	0,061
Qurbon	0,073	0,066	0,091	-0,092	0,088	0,03	-0,07	-0,053	-0,013
Kuzatuvchi	-0,028	0,043	-0,067	-0,1	-0,112*	0,002	-0,144**	-0,099	-0,071

** . Korelyatsiyaning ishonchlilik darajasi 0.01 qiymatda. $r < 0,01$

* . Korelyatsiyaning ishonchlilik darajasi 0.05 qiymatda. $r < 0,05$

Initiator shkalasi va baholashdagi qat'iylik va konservativlik shkalasi o'rtasida ($p=-0,113$; $p<0,05$) qiymatdagi manfiy bog'liqlik mavjud. Initiatorlarda, sheriklarning individualligini namoyon qilishni tartibga solish, ulardan o'z ichki dunyosiga mos keladigan bir hillikni talab qilish oshadi. Jumladan, bu tashqi ko'rinishga, millatga, jinsga, kasbga nisbatan e'tirozlar bildirishda ko'rinadi.

Yordamchi shkalasi va odamlarning individual xususiyatlarini baholashda o'zini etalon sifatida ko'rish shkalasi o'rtasida ($p=-0,154$; $p<0,01$) qiymatdagi manfiy bog'liqlik mavjud. Haqiqatdan ham, bulling yordamchisida o'zini etalon sifatida ko'rish va muloqotda boshqalarning xarakteri, odatlari, ustanovkalari yoki intilishlariga moslasha olmaslik kamayadi. Shuning uchun ham u o'zidan kuchliroq ishtirokchining ya'ni initiatorning tlablariga bo'ysinadi. Zero, **yordamchi shkalasi va boshqalarning xarakteri, odatlari, ustanovkalari yoki intilishlariga moslasha olmaslik shkalasi** o'rtasida ham ($p=-0,113$ $p<0,05$) qiymatdagi manfiy bog'liqlik qayd etilgan.

Himoyachi shkalasi va o'z sherigining jismoniy yoki ruhiy noqulayliklarga toqat qilolmaslik shkalasi o'rtasida ($p=-0,172$; $p<0,01$) manfiy qiymatdagi bog'liqlik mavjud. Himoyachi pozitsiyasidagi shaxsda ushbu xususiyat kuchayadi, ya'ni himoyachi jabrdiydaning himoyasizligi toqat qila olmagan uchun ham uni himoyalashga harakat qiladi. Himoyachi shkalasi va sherikni o'ziga moslashtirish, uni qulayroq qilish shkalasi o'rtasida ($p=-0,113$; $p<0,05$) musbat qiymatdagi bog'liqlik mavjud bo'lib, himoyachi jabrdiydaga yordam berish istagida uning ustanovkalarini o'ziga moslashtirishga urinishlarni amalga oshirishi kuzatiladi.

Kuzatuvchi shkalasi va sherikni o'ziga moslashtirish, uni qulayroq qilish istagi shkalasi o'rtasida ($p=-0,112$; $p<0,05$) manfiy qiymatdagi bog'liqlik, **kuzatuvchi shkalasi va muammolarga sabab bo'lgan xatolarni kechirishni bilmaslik shkalalari** o'rtasida ($p=-0,144$; $p<0,01$) manfiy qiymatdagi bog'liqliklar mavjudligini ko'rishimiz mumkin. Xulosa qilish mumkinki, bullingda kuzatuvchi pozitsiyasida ishtirok etayotgan ishtirokchida sherikni o'ziga moslashtirish, muammolarga sabab bo'lgan xatolarni kechirish istagi yo'qolib boradi. Bu uning "**jabrdiydaning o'zi aybdor**" qabilida fikrlashida namoyon bo'ladi.

Xulosa. Yuqorida keltirilgan yoshlarni kiberbulling tahdididan himoyalash tizimiga ta'sir ko'rsatuvchi psixologik omillar tahliliga ko'ra, xulosa qilish mumkinki, shaxsning kognitiv sohasidagi muammolar, jumladan o'spirinlar ongida kiberbullingga oid tushunchalar haqida tasavvurning yo'qligi, internetdan foydalanishda motivatsion sohagi og'ishlar, shaxs xulq-atvorini boshqarishdagi muammolar va shaxslararo muloqot jarayonida salbiy kommunikativ ustanovkalarining bartaraf etilmasligi kiberbulling tahdidining yoshlar o'rtasida keng tarqalishiga olib keladi.

Adabiyotlar:

1. Office of the United Nations High Commissioner for Human Rights, "Human Rights Council holds panel discussion on online violence against women human rights defenders", 21 June 2018.
2. <https://www.koreaherald.com/view.phpud=20210121000674>
3. Лобе Б., Велику А., Стаксруд Э., Чаудрон С., Ди Джоя Р. Как дети (10–18 лет) подвергаются онлайн-рискам во время карантина из-за COVID-19: весна 2020 г.: основные результаты опроса семей в 11 странах Европы. Страны. Издательское бюро Европейского Союза; Люксембург: 2021 год. [Google Scholar]
4. Ending school bullying: Focus on the Arab States UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000369497>
5. Bolalarga nisbatan jamiyatda sodir bo'layotgan dahshatli voqealar, zo'ravonlik holatlari ko'payib, qo'pollashib bormoqda. [Elektron manba:] @istiqbollivlodqashqadaryo. 25 noyabrya 2023
6. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoevning "SHHT plyus" formatidagi uchrashuvdagi nutqidan. 04.07.2024. [Elektron manba:] <https://president.uz/uz/lists/view/7374>
7. Tagaymuratovna, Polvanova Dilrabo. "Cyberbullying as a socio-psychological problem of modernity." // European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol 7.12 (2019).
8. Polvanova, Dilrabo Tagaymuratovna. "External and internal factors influencing the individual in the prevention of cyberbullying." // World of Scientific news in Science 2.6 (2024): 257-266.

Rayimova Dilfuza Abdinabiyevna,

Teacher of the Department of «Theory of Primary Education»,
Faculty of Pedagogy, Shahrizabz State Pedagogical Institute
raimovadilfuz8011@gmail.com

METHODS OF ACTIVATING AND DEVELOPING STUDENTS' LEARNING COMPETENCES

Abstract. This article explores the importance of activating and developing students' cognitive abilities in the modern education system. The study analyzes various pedagogical approaches, including interactive learning, problem-based learning, cooperative learning, and the integration of digital technologies. Empirical research, conducted through surveys, observations, and experiments, demonstrates the effectiveness of modern teaching methods in enhancing students' intellectual capacity, critical thinking, and independent learning skills. The study provides statistical analysis of different teaching approaches and their impact on knowledge retention and problem-solving abilities. The results indicate that the combined application of active learning strategies and technological tools significantly improves student motivation and educational outcomes. The article also offers practical recommendations for optimizing the learning process in higher education institutions.

Keywords: cognitive abilities, interactive learning, problem-based learning, cooperative learning, digital technologies, critical thinking, education system, student motivation, modern teaching methods, independent learning.

МЕТОДЫ АКТИВИЗАЦИИ И РАЗВИТИЯ УЧЕБНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ

Аннотация. В данной статье рассматривается важность активизации и развития когнитивных способностей студентов в современной системе образования. Исследование анализирует различные педагогические подходы, включая интерактивное обучение, проблемно-ориентированное обучение, кооперативное обучение и интеграцию цифровых технологий. Эмпирические исследования, проведенные с использованием анкетирования, наблюдений и экспериментов, демонстрируют эффективность современных методов обучения в развитии интеллектуального потенциала, критического мышления и навыков самостоятельного обучения у студентов. В статье представлены статистические данные о влиянии различных образовательных подходов на усвоение знаний и решение проблем. Результаты исследования показывают, что комплексное применение активных методов обучения и технологических средств значительно повышает мотивацию студентов и улучшает образовательные результаты. Также представлены практические рекомендации по оптимизации учебного процесса в высших учебных заведениях.

Ключевые слова: когнитивные способности, интерактивное обучение, проблемно-ориентированное обучение, кооперативное обучение, цифровые технологии, критическое мышление, система образования, мотивация студентов, современные методы преподавания, самостоятельное обучение.

TALABALARNING BILIM SALOHİYATINI FAOLLASHTIRISH VA RIVOJLANTIRISH USULLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada zamonaviy ta'lim tizimida talabalarining kognitiv qobiliyatlarini faollashtirish va rivojlantirishning ahamiyati tahlil qilinadi. Tadqiqot interfaol ta'lim, muammoli ta'lim, hamkorlikda o'qitish va raqamli texnologiyalarni o'quv jarayoniga integratsiya qilish kabi turli pedagogik yondashuvlarni o'rganadi. So'rovnomalarni, kuzatuvlar va eksperimentlar asosida o'tkazilgan empirik tadqiqotlar zamonaviy ta'lim metodlarining talabalar intellektual salohiyatini, tanqidiy fikrlash qobiliyatini va mustaqil ta'lim olish ko'nikmalarini rivojlantirishdagi samaradorligini ko'rsatadi. Tadqiqotda turli o'qitish yondashuvlarining bilimni o'zlashtirish va muammolarni hal qilishga ta'siri bo'yicha statistik tahlillar keltirilgan. Natijalar shuni ko'rsatadiki, faol ta'lim strategiyalari va texnologik vositalarning qo'shma qo'llanilishi talabalar motivatsiyasini oshirish va ta'lim samaradorligini yaxshilashga sezilarli darajada yordam beradi. Maqolada oliy ta'lim muassasalarida o'quv jarayonini optimallashtirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ham berilgan.

Kalit soʻzlar: *kognitiv qobiliyatlar, interfaol taʼlim, muammoli taʼlim, hamkorlikda oʻqitish, raqamli texnologiyalar, tanqidiy fikrlash, taʼlim tizimi, talabalar motivatsiyasi, zamonaviy oʻqitish metodlari, mustaqil taʼlim.*

Introduction. Activating and developing students' cognitive abilities is one of the most crucial issues in the modern education system. Cognitive abilities are not limited to acquiring theoretical knowledge but also include practical application, critical thinking, problem-solving, and creative approaches. Therefore, it is essential that students independently assimilate knowledge, develop independent thinking skills, and utilize interactive methods with modern technologies in the learning process.

The legislation of the Republic of Uzbekistan also highlights the importance of improving educational efficiency and increasing student engagement. The Law of the Republic of Uzbekistan "On Education" (2020) emphasizes the need for modernizing the education system, developing students' knowledge and skills, and implementing new approaches aimed at unlocking their personal potential [1].

President Shavkat Mirziyoyev has also prioritized the implementation of a modern education system, the development of students' cognitive abilities, and their preparation for practical life in his statements on educational reforms. "One of our primary tasks is to improve our education system in accordance with modern requirements, develop students' cognitive abilities, and prepare them for real-life conditions," the head of state emphasized [2].

Current pedagogical practices and scientific research demonstrate the effectiveness of various methods for activating and developing cognitive abilities. In particular, interactive methods, project-based learning, problem-based learning, collaborative teaching, and the integration of modern technologies into the educational process play a significant role in increasing students' engagement and reinforcing their knowledge [3].

Global pedagogical studies also indicate that active learning methods enhance student motivation and contribute to their independent thinking and problem-solving skills. For instance, American scholar J. Dewey emphasized the importance of activity in the learning process and noted that student engagement is a key factor in educational effectiveness [4]. Similarly, V. F. Kachalova analyzed the role and significance of interactive methods in modern education, while A. V. Khutorskoy explored the effectiveness of creative approaches [5,6].

M. Prensky studied students' relationship with digital technologies, stressing the necessity of ensuring their active participation in the learning process through interactive methods [7]. L. S. Vygotsky highlighted the importance of social interaction in education, emphasizing the role of collaborative learning in developing cognitive abilities [8].

Additionally, R. Gagné illustrated the significance of motivation and repetition in the learning process [9]. J. Piaget analyzed the impact of student-centered learning on cognitive development [10]. D. Boud and G. Feletti demonstrated the effectiveness of project-based learning (PBL) [11]. M. I. Makhmutov studied problem-based learning methods and their influence on critical thinking [12]. J. Harness and T. Kozma examined the opportunities for cognitive development through the integration of digital technologies in education [13].

Furthermore, R. E. Slavin investigated the impact of cooperative learning methods on students' academic achievements and social skills, concluding that collaborative learning yields better results than individual approaches [14].

E. S. Polat analyzed the application of cooperative learning methods in distance education, highlighting their impact on student engagement and knowledge retention [15]. B. S. Bloom demonstrated the effectiveness of his taxonomy of learning objectives, which allows for the analysis and assessment of students' knowledge at various levels [16].

C. Rogers developed educational principles focused on students' personal growth, emphasizing the role of human relationships and personal development in creating an effective learning environment [17].

D. H. Schunk explored the role of motivation and self-regulation in learning, analyzing how self-assessment influences student engagement in the educational process [18].

S. Papert examined the role of digital tools in education based on a constructivist approach, particularly emphasizing the benefits of creating interactive learning environments using computers [19].

H. Gardner, through his theory of multiple intelligences, stressed the importance of an individualized approach to each student. His research demonstrates that people possess different types of intelligence, which must be considered in the educational process. J. Bruner analyzed cognitive development stages in

education and developed approaches that encourage independent thinking. His spiral learning theory is based on the gradual development of students' knowledge [20].

Siemens studied the role of information technologies in the learning process and introduced the theory of connectivism. According to him, in the modern educational environment, knowledge acquisition occurs through networks, where technologies play a crucial role [21].

This article provides an in-depth analysis of effective methods for activating and developing students' cognitive abilities, their pedagogical aspects, and practical applications.

Methodology. This study employed various research methods to explore ways to enhance and develop students' cognitive abilities. The primary objective of the research was to identify effective methods aimed at improving students' cognitive skills, analyze their pedagogical aspects, and demonstrate their practical application.

In the initial stage of the research, theoretical literature related to the topic was analyzed, including the legislative documents of the Republic of Uzbekistan, the President's speeches on education, and scientific works of local and international scholars. This phase aimed to establish a general understanding of the theoretical foundations, pedagogical aspects, and practical applications of methods designed to enhance students' cognitive abilities.

In the next stage, empirical methods were applied, including surveys and questionnaires conducted among students, teachers, and education specialists. These tools gathered information on students' engagement in the learning process, factors influencing their cognitive development, and the effectiveness of modern educational methods. The observation method was used to study students' activities in the learning process, their attitudes toward education, and the impact of interactive methods. Experiments were conducted to determine the effectiveness of various teaching approaches, such as problem-based learning, project-based learning, and interactive teaching methods, in improving students' cognitive abilities.

The empirical research findings were analyzed using statistical methods. The results of surveys and experiments were presented in numerical data format, highlighting their significance. Based on the collected data, effective approaches to enhancing cognitive abilities were identified.

The study results contribute to assessing the effectiveness of methods aimed at enhancing students' cognitive potential. Recommendations for implementing modern teaching methods were developed for educators and education specialists. These approaches can be practically applied in educational institutions. Additionally, the research findings hold significant value in improving the education system, introducing new pedagogical technologies, and designing programs to develop students' cognitive abilities.

Results and discussion. The findings of this study were aimed at determining the effectiveness of various teaching methods in developing students' cognitive abilities. Empirical research, including surveys, observations, and experiments, showed that interactive teaching methods, problem-based learning, and project-based approaches play a crucial role in enhancing students' intellectual potential.

The experimental results conducted with student participants demonstrated that groups utilizing interactive methods significantly outperformed those using traditional approaches in terms of knowledge retention. Specifically, in groups where problem-based learning was implemented, students' critical thinking skills increased by 25%. Additionally, the cooperative learning methodology facilitated communication and knowledge exchange among students, leading to a deeper understanding of the material (Tab. 1).

Table 1. Effectiveness of Different Teaching Methods (%)

Teaching Method	Knowledge Retention Rate	Critical Thinking Skills	Development of Independent Thinking
Traditional Teaching	60%	45%	50%
Interactive Learning	78%	65%	70%
Problem-Based Learning	83%	80%	75%
Cooperative Learning	85%	72%	78%
Project-Based Learning	88%	75%	80%

As seen in the table, innovative teaching methods, particularly problem-based and project-based learning, yielded significant results in students' knowledge acquisition. Survey results also provided insights into students' perceptions of various teaching methods. A total of 78% of respondents rated modern interactive methods as more effective than traditional lectures. In particular, the integration of digital

technologies into the learning process significantly increased students' motivation and accelerated their comprehension of educational materials.

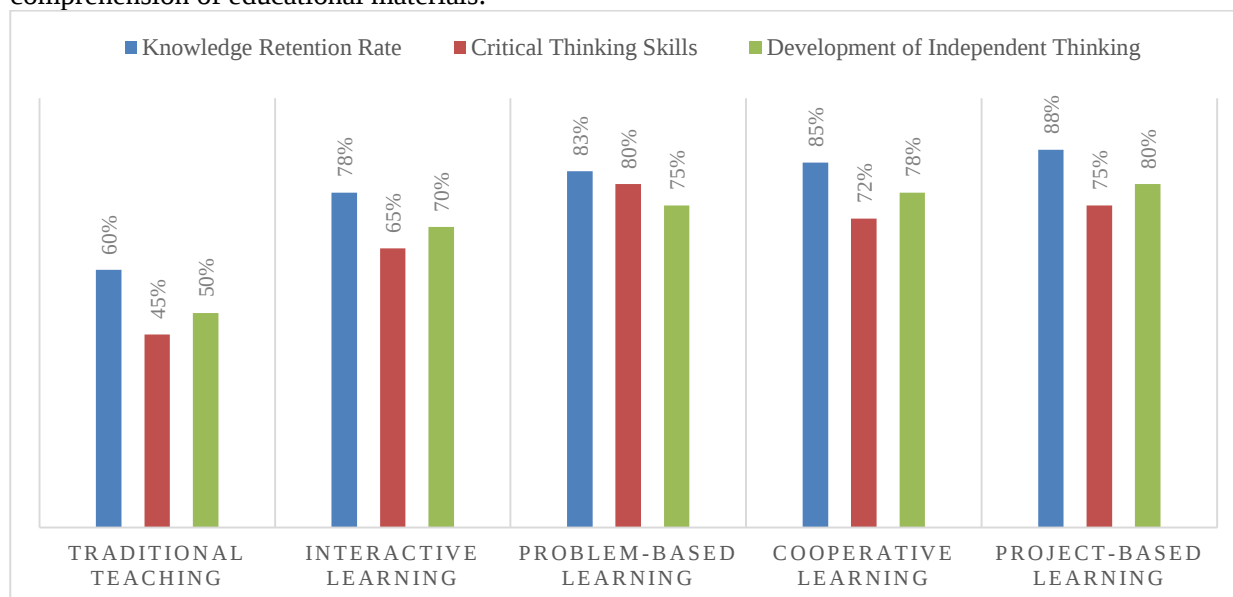


Figure 1. Effectiveness of different teaching methods (%)

These findings align with international research. For instance, the active learning approaches advocated by Dewey and Piaget remain relevant in modern education and have once again been validated by this study [4,10]. Similarly, Vygotsky's theory of social interaction in learning was confirmed, as cooperative learning methods proved to enhance knowledge retention [8].

It is important to note that while digital technologies positively influenced the learning process, some challenges were also identified. Specifically, variations in students' proficiency in using technological tools resulted in difficulties in independent learning. Therefore, improving the pedagogical integration of digital technologies is necessary to enhance their effectiveness [7,13].

Conclusion. The study results indicate that a combined application of different teaching methods is the most effective approach for developing students' cognitive abilities. Specifically, interactive teaching methods, problem-based learning, cooperative learning, and the integration of digital technologies contribute to a more effective learning process. Expanding and implementing these approaches in the education system can significantly improve learning outcomes.

Thus, the following recommendations are proposed:

1. Wider implementation of interactive methods – Teaching processes should prioritize cooperative learning, problem-based learning, and project-based approaches as core methodologies.
2. Integration of digital technologies into the learning process – The use of modern technology and artificial intelligence-based educational resources can serve as a crucial factor in increasing student motivation.
3. Professional development for educators – Special training courses should be organized for teachers to enhance their ability to apply modern teaching methodologies.
4. Development of independent learning resources for students – Educational materials should be provided in digital format, enabling students to acquire knowledge independently.

The systematic implementation of these approaches will contribute to a more effective education system, foster students' cognitive development, and strengthen their practical knowledge.

References:

1. O'zbekiston Respublikasi «Ta'lim to'g'risida»gi Qonuni (2020). Toshkent: Adolat.
2. Mirziyoyev, Sh. (2021). Ta'lim islohotlariga oid nutqlar. Toshkent: O'zbekiston.
3. Kachalova, V. F. (2010). Ta'limda interfaol usullar. Moskva: Prosveshchenie.
4. Dewey, J. (1938). Experience and Education. New York: Macmillan.
5. Xutorskoy, A. V. (2015). Innovatsion pedagogika. Moskva: Pedagogika.
6. Prensky, M. (2010). Digital Natives, Digital Immigrants. Boston: Harvard University Press.

7. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
8. Gagné, R. (1985). *The Conditions of Learning and Theory of Instruction*. Holt, Rinehart and Winston.
9. Piaget, J. (1954). *The Construction of Reality in the Child*. Basic Books.
10. Boud, D., & Feletti, G. (1997). *The Challenge of Problem-Based Learning*. Kogan Page.
11. Makhmutov, M. I. (1975). *Problem-Based Learning: Basic Questions of Theory and Practice*. Pedagogika.
12. Harness, J., & Kozma, T. (2003). *Technology, Innovation, and Educational Change: A Global Perspective*. ISTE.
13. Slavin, R. E. (1995). *Cooperative Learning: Theory, Research, and Practice*. Allyn & Bacon.
14. Polat, E. S. (2001). *Collaborative Learning in Distance Education*. Moskva: Akademiya.
15. Bloom, B. S. (1956). *Taxonomy of Educational Objectives: The Classification of Educational Goals*. Longman.
16. Rogers, C. (1969). *Freedom to Learn: A View of What Education Might Become*. Merrill.
17. Schunk, D. H. (2012). *Learning Theories: An Educational Perspective*. Pearson.
18. Papert, S. (1980). *Mindstorms: Children, Computers, and Powerful Ideas*. Basic Books.
19. Kozma, R. (1991). *Learning with Media*. Review of Educational Research.
20. Bruner, J. (1966). *Toward a Theory of Instruction*. Harvard University Press.
21. Siemens, G. (2005). *Connectivism: A Learning Theory for the Digital Age*. // International Journal of Instructional Technology & Distance Learning.



UO'K 159

Rustamova Lola Inom qizi,*International School of Finance Technology and Science instituti**Psixologiya va pedagogika kafedrası o'qituvchisi**Rustamovalola588@gmail.com**Psixologiya fanlari doktori, professor H.Abdusamatov taqrizi ostida*

TALABALARDA TA'LIM MOTIVINI RIVOJLANTIRISHDA OILAVIY QADRIYATLAR TA'SIRINING PSIXOLOGIK OMILLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada talabalar ta'lim motivatsiyasining shakllanishi va rivojlanishida oilaviy qadriyatlarining psixologik omillari tahlil qilinadi. Oilaning ta'limga bo'lgan munosabati, tarbiya uslublari va psixologik iqlimi talabalar shaxsiy rivojlanishiga qanday ta'sir ko'rsatishi ko'rib chiqiladi. Motivatsiyaning turli shakllari, ayniqsa, ichki va tashqi motivlar o'rtasidagi bog'liqlik oilaviy qadriyatlar kontekstida yoritib beriladi.

Kalit so'zlar: ta'lim motivatsiyasi, oilaviy qadriyatlar, psixologik omillar, tarbiya, shaxsiy rivojlanish, ichki motivatsiya, tashqi motivatsiya.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЕЙ В РАЗВИТИИ УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. В данной статье анализируются психологические факторы семейных ценностей в формировании и развитии учебной мотивации студентов. Рассматривается, как отношение семьи к образованию, методы воспитания и психологический климат влияют на личностное развитие студентов. Взаимосвязь между различными формами мотивации, особенно внутренними и внешними мотивами, освещается в контексте семейных ценностей.

Ключевые слова: учебная мотивация, семейные ценности, психологические факторы, воспитание, личностное развитие, внутренняя мотивация, внешняя мотивация.

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF THE INFLUENCE OF FAMILY VALUES ON THE DEVELOPMENT OF EDUCATIONAL MOTIVATION IN STUDENTS

Abstract. This article analyzes the psychological factors of family values in the formation and development of educational motivation of students. The attitude of the family to education, the methods of upbringing and the psychological climate are considered how they affect the personal development of students. The connection between different forms of motivation, especially internal and external motives, is illuminated in the context of family values.

Keywords: educational motivation, family values, psychological factors, upbringing, personal development, internal motivation, external motivation.

Kirish. Bugungi kunda talabalar ta'lim motivatsiyasini shakllantirish va rivojlantirish masalasi dolzarb hisoblanadi. Yosh avlodning o'z bilimini oshirishga bo'lgan intilishi ko'plab omillarga bog'liq bo'lib, bu omillar ichida oilaning ta'siri alohida o'rin tutadi. Oila shaxsning birlamchi ijtimoiy muhitini tashkil etib, uning ta'limga bo'lgan munosabatini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

Qadriyatlar – bu jamiyat yoki shaxs tomonidan muhim deb hisoblangan, ma'naviy, axloqiy, madaniy va moddiy jihatdan ahamiyatli bo'lgan tushunchalar, e'tiqodlar va tamoyillardir. Qadriyatlar inson faoliyatining maqsad va yo'nalishlarini belgilab beradi hamda jamiyatning axloqiy me'yorlari va madaniyatini shakllantirishda asosiy o'rin tutadi[7].

Oilaviy qadriyatlar – bu avloddan avlodga o'tib kelayotgan urf-odatlar, axloqiy me'yorlar, oila a'zolarining o'zaro munosabatlari, ta'lim va mehnatga bo'lgan munosabat bilan bog'liq tushunchalar yig'indisidir. Ta'lim motivatsiyasi shaxsning bilim olishga bo'lgan ichki va tashqi rag'batlantiruvchi omillar ta'sirida shakllanadi. Oilada o'qishga, ilm olishga bo'lgan ijobiy munosabat shakllansa, talaba ta'limni hayotiy zarurat sifatida qabul qiladi.

Oilaning ijtimoiy-iqtisodiy holati, tarbiya uslublari, oilaviy qadriyatlar va psixologik iqlimi talabalar ta'lim motivatsiyasiga sezilarli darajada ta'sir qiladi. Ushbu maqolada, aynan oilaviy qadriyatlarining talabalarning ta'limga bo'lgan motivatsiyasini shakllantirish va rivojlantirishdagi o'rni tahlil qilinadi. Yoshlar orasida ayniqsa universitet bitiruvchilari o'rtasida, shaxsiy qadriyatlarni rivojlantirish muhim. Mehnat bozoridagi raqobatning kuchayishi sharoitida talabalarga o'z bilim va ko'nikmalarini takomillashtirish, o'z qadr-qimmatini anglash zarurligi haqida ko'proq o'rgatish kerak[3].

Amerika universitetlari tajribasiga qarab, talabalarning bilimga bo'lgan qiziqishini oshirish va baholash mezonlarini aniq belgilash kerak. Chunki bularning barchasi talabalarning yutuqlariga ta'sir qiladi. Talabalarning o'ziga bo'lgan ishonchini rivojlantirish ham ularning o'qish natijalariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Qulay ta'lim muhitini yaratish va adolatli rag'batlantirish tizimlarini joriy qilish zamonaviy oliy ta'limning muhim vazifalaridan biridir.

Bugungi kunda ma'lumotlarga ko'ra, talabalar yoshlik va yetuklik oralig'ida bo'lib, bu davrda asosiy hayotiy voqealar dinamikasini o'zida aks ettiradi. Oliy kasbiy ta'lim olish bilan shug'ullanadigan shaxslar maxsus ijtimoiy guruhni tashkil etadi. Ushbu davrda shaxsiy ta'limning rivojlanishi bir qator obyektiv va subyektiv omillar ta'sirida yuzaga keladigan ijtimoiy va shaxsiy qarama-qarshiliklar bilan murakkablashgan juda ziddiyatli jarayondir.

Pedagogik xarakterga ega bo'lgan masalalarni hal qilish jarayonida shaxsiy rivojlanish sodir bo'ladi. Bu jarayonda talaba yangi ijtimoiy maqomini tushunadi, bu esa jismoniy, iqtisodiy va ma'naviy jihatlarni o'z ichiga oladi. Shu bilan birga, bu o'sish jarayoni real hayot sharoitlaridagi vaqt va moddiy resurslarning qat'iy cheklanishi bilan to'qnashadi[5].

Bu jarayonda mustaqillikka intilish bilan keksa avlod vakillari bilan bo'lgan munosabatlar o'rtasida ziddiyatlar yuzaga keladi. Motivatsiya va motivlarning mohiyatini tushunishda mualliflarning bunday sezilarli farqlanishining sabablarini tahlil qilish hamda boshqa mualliflarning muammoga bo'lgan qarashlarining oddiy taqdim etish yoki o'z nuqtai nazaridan farq qiladigan barcha narsalarni yuzaki tanqid qilish haqida fikrlar bildirilgan. Avvalgilarning yondashuvlarida mavjud bo'lgan mantiqiy elementlarni izlash va rivojlantirishdan voz kechadilar. Shu bilan birga xolis tahlil turli xil farazlar va formulalarda juda ko'p qimmatli ma'lumotlarni ko'rish imkonini beradi. Motivatsiya va motivning yaxlit va izchil konsepsiyasini yaratishda foydalanish mumkin[6].

Bu yondashuv motivatsiya psixologiyasida aksiomatik va o'zgarmas bo'lib tuyulgan bir qator qoidalarga yangicha qarashga imkon beradi, shuningdek S.L.Rubinshteynning motivlar inson shaxsiyatining yadrosini tashkil etishi haqidagi pozitsiyasini asoslaydi. Shaxsning xususiyatlarini bilib, insonning motivatsion sohasini sezilarli darajada baholash mumkin va motivatsion sohani o'rganish orqali biz shaxsni o'rganamiz.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Jahonda oilaning ijtimoiy, siyosiy, manaviy hayotidagi o'rni, oilaga nisbatan shakllangan ijtimoiy munosabat, oila qurish motivlari, oilaviy muhitning shaxs barqarorligiga ta'siri kabi masalalar ko'plab ilmiy tadqiqotlar uchun asos bo'lib xizmat qilgan. Mamlakatimiz psixolog olimlaridan Z.E.Abduraxmonova[1], X.U.Abdusamatov[2], F.A.Akramova[3], Sh.R.Barotov[4], D.Sh.Barotova[5], M.X.Djumanioyozova[6], E.G'.G'oziyev[7], Sh.Sh.Jo'rayeva[8], V.M.Karimova[9], N.X.Lutfullayeva[10], Z.N.Rahmonova[11], N.S.Safayev[12], G'.B.Shoumarov[13], N.A.Sog'inov[14], O.T.To'rayeva va boshqalar o'z tadqiqotlarida oilaga psixologik xizmat ko'rsatish, zamonaviy milliy oila va uning psixologik xususiyatlari, oilaviy status va rollar haqidagi tasavvurlarning shakllanishi, yosh oilalarda yuzaga keladigan er-xotin nizolarining etnik xususiyatlari, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash, nikoh to'yi bilan bog'liq o'zbek etnopsixologiyasining ba'zi ko'rinishlariga oid diqqatga sazovor ilmiy fikrlarni bayon qildilar.

Ta'lim va ota-onalik vazifalarini amalga oshiradigan faoliyatning motivatsion tizimining buzilishi, semantik motivlar amalga oshirilayotgan faoliyat mazmuniga mos kelmasligi yoki motivlardan biri gipertrofiyalangan bo'lsa yoki motivlar bir-biriga zid bo'lsa va bir-biriga mos kelmasa, buzilish haqida gapirish mumkin. Ota-onalar tomonidan bolani tarbiyalash motivlari va ularning da'vosi oqibatlarini chuqur psixologik tahlil qilish talab etiladi.

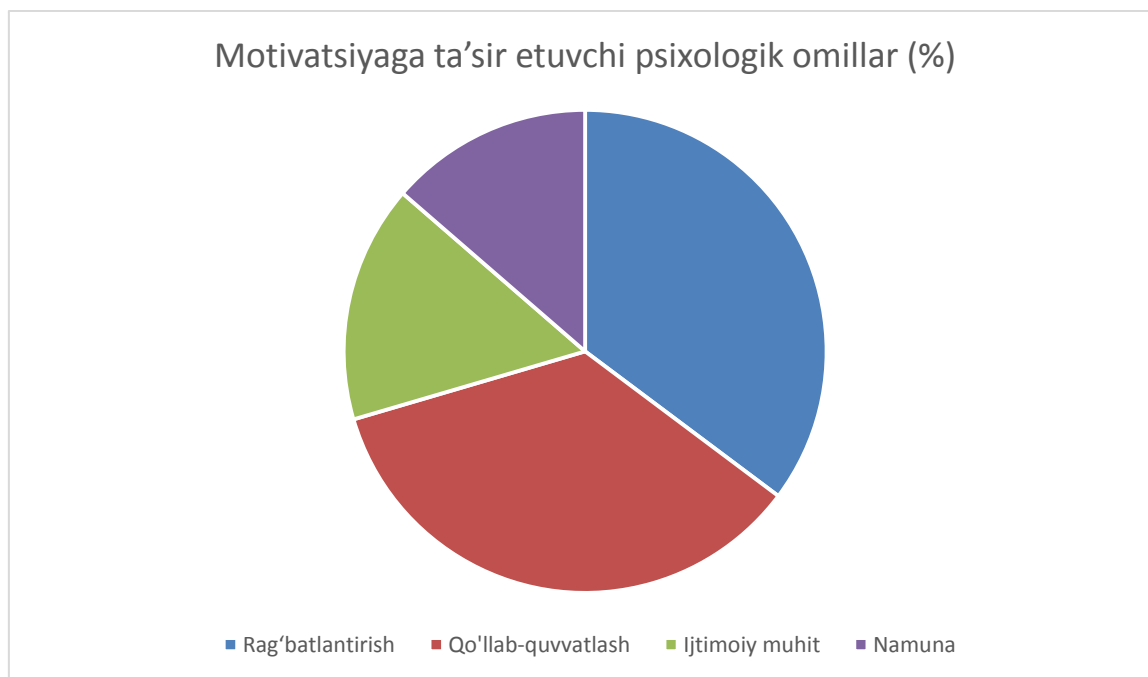
Tashqi motivatsiyaning turli shakllari mavjud va ularning hammasi ham talabalarni o'rganishdan befarq qilish yoki o'rganishning zavqidan uzoqlashtirishga olib kelishi mumkin emas. Misol uchun, bir talaba ota-onalarining qo'rquvi tufayli majburiy ravishda o'rganishi mumkin, ammo buni o'zining shaxsiy istagi sifatida qabul qilmasligi ehtimol. Boshqa talaba esa o'qishni shifokor bo'lish orzusida erishish uchun imkoniyat sifatida ko'rib harakat qiladi[5].

Ushbu ikki holatda ham talabalar ichki motivatsiyaga ega emas, chunki ularning asosiy maqsadlari faoliyatdan oddiy zavqlanishdan tashqarida. Ammo, ikkinchi talaba mustaqilroq va o'z-o'zini boshqarish

imkoniga ega bo‘lishi mumkin, chunki ular tashqi mukofotlarning qadriyatini tushunadi. Bunday motivatsiya shakli uzoq muddatda barqaror bo‘lishi mumkin, chunki u o‘qituvchidan yoki ota-onadan doimiy tahdid yoki mukofot talab qilmaydi.

Talabani ta‘lim motivatsiyasini shakllantirish va rivojlantirish ko‘plab omillarga bog‘liq bo‘lib, ulardan biri oilaviy qadriyatlarning ta‘siridir. Oila – shaxsning birlamchi ijtimoiy muhitidir va unda shakllangan qadriyatlar talabani o‘qishga bo‘lgan munosabatini belgilaydi[6].

Oilaviy qadriyatlarning ta‘lim motivatsiyasiga ta‘sir qiluvchi asosiy psixologik omillari muhim ahamiyatga ega. Agar ota-ona bilim olishni yuqori qadriyat sifatida qabul qilsa, farzand ham o‘qishga bo‘lgan ijobiy munosabatni shakllantiradi. Ota-onaning o‘qishga bo‘lgan qiziqishi va qo‘llab-quvvatlashi talabani o‘z bilimni oshirishga intilishiga kuchli ta‘sir qiladi. Ota-onaning o‘qish jarayonida farzandiga nisbatan ortiqcha nazorati yoki e‘tiborsizligi motivatsiyaga salbiy ta‘sir qilishi mumkin.



1-rasm. Motivatsiyaga ta‘sir etuvchi psixologik omillar

Emotsional jihatdan barqaror va qo‘llab-quvvatlovchi oilaviy muhit talabani ta‘lim jarayonida o‘zini ishonchli his qilishiga yordam beradi. Oilaviy kelishmovchiliklar, nizolar yoki befarqlik esa talabani psixologik holatiga salbiy ta‘sir qilib, o‘qishga bo‘lgan qiziqishini kamaytirishi mumkin. Oilaning ijtimoiy-iqtisodiy holati ham ta‘lim motivatsiyasiga bevosita ta‘sir qiladi. Moliyaviy muammolar ta‘lim olish sharoitlarini cheklashi mumkin. Biroq iqtisodiy qiyinchiliklar oilada bilimni asosiy qadriyat sifatida qabul qilishga sabab bo‘lsa, talaba yanada ko‘proq o‘qishga intilishi mumkin. Oilada oliy ma‘lumotli, muvaffaqiyatli kishilarning bo‘lishi talaba uchun ijobiy namuna bo‘lishi mumkin.

Agar ota-ona yoki aka-uka, opa-singillar bilimli bo‘lish va kasbiy yutuqlarga erishishga ahamiyat bersa, talaba ham ularga ergashishga moyil bo‘ladi[7]. Ota-onaning farzanddan kutgan natijalari va unga qo‘ygan talablari qarab, talabani ta‘limga bo‘lgan yondashuvi o‘zgaradi. Ota-onaning haddan tashqari yuqori talablar qo‘yishi talabani psixologik bosim ostida qolishiga sabab bo‘lishi mumkin. Shu bilan birga, umuman umid bog‘lamaslik esa, talabani bilim olishga bo‘lgan ishtiyoqini pasaytirishi mumkin.

Oilada bolani mustaqil qaror qabul qilishga, o‘z harakatlariga javobgarlikni his qilishga o‘rgatish talabani o‘qishga nisbatan javobgarlik hissini rivojlantiradi. Haddan tashqari himoyaga olingan yoki o‘z qobiliyatlariga ishonchsiz bo‘lib o‘sgan talabalarda ta‘lim motivatsiyasi past bo‘lishi mumkin. Ota-ona va oilaning qo‘llab-quvvatlashi shaxsiy o‘sish va ta‘lim orqali o‘zini anglashga yordam beradi. O‘z qadriyatini anglagan talaba bilim olishni shaxsiy rivojlanish vositasi sifatida qabul qiladi va bu uning ichki motivatsiyasini oshiradi[8].

Talabani ta‘lim motivatsiyasini shakllantirishda oilaning roli beqiyosdir. Oilaviy qadriyatlar nafaqat ta‘limga bo‘lgan munosabatni belgilaydi, balki talabani shaxsiy rivojlanishi, o‘ziga bo‘lgan ishonchi, ta‘lim jarayoniga integratsiyalashuvi kabi omillarga ham ta‘sir qiladi. Shuning uchun ham ota-onalar va

pedagoglar birgalikda talabaning o'quv motivatsiyasini oshirishga yo'naltirilgan psixologik va pedagogik yondashuvlarni ishlab chiqishlari muhimdir.

Xulosa va takliflar. Talabalarda ta'lim motivatsiyasini shakllantirish va rivojlantirishda oilaviy qadriyatlarining roli muhim ahamiyat kasb etadi. Oiladagi psixologik muhit, tarbiya uslubi va ta'limga bo'lgan munosabat ta'lim jarayonining samaradorligini oshirishga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shunday ekan, oila bilan ta'lim muassasalari o'rtasidagi hamkorlikni kuchaytirish, ota-onalarning ta'lim jarayonidagi ishtirokini oshirish talabalarning kelajakdagi yutuqlari uchun muhim omildir. Shunday qilib, o'quv motivatsiyasining har ikki jihati talabaning o'quv faoliyatiga bo'lgan munosabati, qiziqishi, faolligi va davomiyligiga ta'sir ko'rsatadi, bu esa o'quv jarayonining muvaffaqiyatli amalga oshirilishini ta'minlaydi. Qadriyatlar inson hayoti va jamiyat taraqqiyotida muhim o'rin tutuvchi asosiy mezonlardan biri bo'lib, ular shaxsiy va ijtimoiy qarorlarni qabul qilishda yo'naltiruvchi omil sifatida xizmat qiladi.

Har qanday jamiyat taraqqiyotida ta'lim muhim omil hisoblanadi. Talabalarning ta'limga bo'lgan munosabati, o'qish jarayonida motivatsiyasining kuchayishi ko'p jihatdan ularning oilaviy qadriyatlari bilan bog'liq. Oilada shakllangan qadriyatlar shaxsning maqsadga intiluvchanligi, o'zini rivojlantirishga bo'lgan ishtiyoqi va ta'limga munosabatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ushbu maqolada oilaviy qadriyatlarining talabalarda ta'lim motivatsiyasini rivojlantirishga qanday ta'sir ko'rsatishi hamda psixologik omillari tahlil qilindi.

Adabiyotlar:

1. Абдурахмонова З.Э. Милий бирлик туйғусининг ижтимоий-психологик хусусиятлари. Т. "Фалсафа ва ҳуқуқ институти нашриёти". 2010. Б. 18-20.
2. Абдусаматов Х.У. Мигрант оилаларнинг ижтимоий-психологик муаммолари ва ечимлари. Психол. фан. доктори ... дис. – Т.: "Маҳалла-оила" илмий-тадқиқот институти, 2022.;
3. Акрамова Ф.А. Ўзбекистонда оилавий психологик хизматнинг ижтимоий-психологик муаммолари. Психол. фан. доктори ... дис. – Т., 2022. – 67 б.;
4. Баротов Ш.Р. Социально-психологические и научно-практические основы создания психологической службы в Узбекистане. Автореферат дисс. докт. психол. наук. – Т.: 1998. – 37 с
5. Баротова Д.Ш. Аҳолининг турли қатламлариға психологик хизмат кўрсатишнинг ўзига хос хусусиятлари // Психология. 2016. -№ 2. -Б. 73-77.
6. Djumaniyozova M.X. Talabalar o'quv motivatsiyasiga qadriyat yo'nalganligi ta'sirining psixologik mexanizmlarini takomillashtirish. Buxoro – 2024.
7. G'oziyev E.G'. Pedagogik psixologiya - Toshkent, 2014. – 118 b.
8. Karimova V.M. Pedagogika psixologiya (o'quv qo'llanma) - Toshkent. - 2011
9. Лутфуллаева Н.Х. Турмуш курган талабаларнинг оилавий муносабатларға тайёрлигининг ижтимоий-психологик хусусиятлари. Псих. фан. ном. ... дис. - Т.: ЎЗМУ, 2006.
10. Рахмонова З. Н. Қадриятлар ва эмоционал интеллект ўзаро алоқадорлигининг ижтимоий-психологик хусусиятлари. Тошкент. – 2022. Диссертация.
11. Сафаев Н.С. Духовность и национальное самосознание личности. Монография. – Ташкент: Фан, 2004. – С. 211.
12. Shoumarov, G'. B. "Oila psixologiyasi", - 2010.
13. Mirziyoyev Sh.M. "Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib intizom va shaxsiy javobgarlik har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak". O'zbekiston. Toshkent, 2017. 45-bet.
14. X. Ibragimov, SH. Abdullayeva. Pedagogika nazariyasi (darslik). T., «Fan va texnologiya», 2008. 8-bet.
15. Safaraliyevna, M. F. (2021, January). Pedagogical bases of involvement of students in labor education. In Euro-Asia Conferences (Vol. 1, No. 1, pp. 290-296).

Собиров Абдулазиз Абдурозикович,
доцент Бухарского государственного педагогического института
доктор философии (PhD) в области психологических наук

МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Аннотация. В статье обоснована необходимость дальнейшей разработки феномена и категории психологического здоровья; разработки прикладного инструментария. Представлены исходные признаки исследуемого феномена, и сформулирована цель методики диагностики психологического здоровья. Представлена информация о спецификации теста и описаны исходные положения разработки заданий теста. Описан процесс пилотажного исследования и анализа заданий, представлены данные об эффективности и дискриминативности заданий. Представлены данные по внутритестовой и ретестовой надёжности методики. Описан процесс определения, и представлены данные по конкурентной и содержательной валидности. Представлена факторная структура шкал методики, и показан процесс корректного сокращения переменных с целью более экономичного представления результатов. Представлены результаты линейного преобразования первичных оценок и перевода их в стены; приведён психометрический паспорт методики. В статью включён стимульный материал методики «Индивидуальная модель психологического здоровья», дан ключ к методике и шкала перевода сырых баллов в стены.

Ключевые слова: психологическое здоровье, методика, диагностика психологического здоровья, конструирование, психологический тест.

PSIXOLOGIK SALOMATLIK DIAGNOSTIKASI METODOLOGIYASI

Annotatsiya. Maqolada psixologik salomatlik fenomeni va toifasini yanada rivojlantirish zarurligi asoslanadi; amaliy vositalarni ishlab chiqish o'rganildi. O'rganilayotgan hodisaning dastlabki belgilari taqdim etiladi va psixologik salomatlikni diagnostika qilish metodologiyasining maqsadi shakllantiriladi. Sinov spetsifikatsiyasi haqida ma'lumot berilgan va test topshiriqlarini ishlab chiqishning dastlabki qoidalari tavsiflangan. Aerobatik tadqiqotlar va vazifalarni tahlil qilish jarayoni tasvirlangan, vazifalarning samaradorligi va diskriminativligi to'g'risidagi ma'lumotlar keltirilgan. Metodologiyaning test ichidagi va RETEST ishonchliligi to'g'risidagi ma'lumotlar keltirilgan. Aniqlash jarayoni tasvirlangan va raqobatbardosh va mazmunli haqiqiylik to'g'risidagi ma'lumotlar keltirilgan. Metodologiya tarozilarining omil tuzilishi taqdim etiladi va natijalarni yanada tejamkor taqdim etish uchun o'zgaruvchilarni to'g'ri qisqartirish jarayoni ko'rsatiladi. Dastlabki baholarni chiziqli o'zgartirish va ularni devorlarga o'tkazish natijalari keltirilgan; texnikaning psixometrik pasporti berilgan. Maqolada "psixologik salomatlikning individual modeli" metodologiyasining rag'batlantiruvchi materiallari, metodologiyaning kaliti va xom ballarni devorlarga o'tkazish ko'lamlari berilgan.

Kalit so'zlar: psixologik salomatlik, metodologiya, psixologik salomatlik diagnostikasi, dizayn, psixologik test.

METHODOLOGY OF PSYCHOLOGICAL HEALTH DIAGNOSTICS

Abstract. In the article the necessity of the further development of the phenomenon and category of psychological health; applied tools (instruments) development are grounded. Base signs of the experimental phenomenon are shown and the purpose of technique to diagnostic the psychological health is formulated. The information about text specification is shown and initial positions of development text tasks are described. The process of trial study investigation and task analyses are described, the facts about effectiveness and differentiating force of tasks are shown. The item-rater reliability and test-retest reliability facts are shown. The determination process is described and the dates of competitive validity and meaningful validity are shown. The factorial structure of technique scales is represented, the process of valid reduction of variables with purpose more economical representation of results is shown. The results of leaner transformation primary diagnostic and conversion them to tens are shown; the psychometrical passport of technique is submitted. The stimulus material of techniques "The individual model of psychological health" is included to the article, the key to the techniques and the scale of translation primary marks to tens are given.

Keywords: *psychological health, technique, diagnostic the psychological health, the psychological test, construction.*

Введение. Психологическое здоровье является относительно новым и не достаточно разработанным понятием. Его возникновение обусловлено необходимостью описания состояний человека, который с медицинской точки зрения здоров, однако не удовлетворён некоторыми аспектами собственной жизни.

Также разработка данного понятия приобретает актуальность, поскольку оно по-разному денотировано в различных психологических подходах [1] и не обладает достаточной степенью семантической ясности и самостоятельности. Среди актуальных задач по разработке психологического здоровья, наряду с преодолением размытости категории психологического здоровья и очерчивания структуры феномена психологического здоровья, стоит также задача по созданию прикладного инструментария, в частности разработки методики диагностики психологического здоровья. Разработка данной методики основывается на результатах исследования психологического здоровья [2] позволивших репрезентировать его структуру. Согласно данным исследования, структура психологического здоровья представлена рядом сфер его реализации, а именно: душевное равновесие, просоциальная ориентация, физическое благополучие, гуманистическая позиция, стремление быть собой, творческое самовыражение, семейное благополучие, духовность, ориентация на цель, интеллектуальное совершенствование.

Основная часть. При конструировании методики нами использовалась индуктивная стратегия создания опросников, которая «предполагает использование факторного анализа или других статистических процедур основанных на корреляционных связях. Главная особенность индуктивной стратегии состоит в том, что исследователь как бы позволяет данным говорить самим за себя» [3, с. 166]. Итак, исходными признаками исследуемого феномена (психологическое здоровье) выступили обозначенные выше десять сфер реализации психологического здоровья, которые будучи выявленными экспериментально удовлетворяют следующим требованиям: • полнота описания (достигнута благодаря использованию свободного ассоциативного эксперимента в основе репрезентации структуры психологического здоровья; ассоциативный эксперимент продолжался до полного исчерпания ассоциаций); • экономность описания (достигнута за счёт применения кластерного анализа при репрезентации структуры психологического здоровья, позволившего максимально сжать исходные переменные с минимальной потерей информативности); • структурированность системы признаков (известен вклад каждой из сфер в общую модель психологического здоровья); • количественная определенность признаков (каждый из признаков выражается в количественной шкале) [4]. Цель методики – выявление индивидуальной модели психологического здоровья. При разработке спецификации теста, содержательными областями выступали сферы психологического здоровья, а манифестациями конструируются те, которые образовали данную сферу в результате кластерного анализа [2].

Процентный вес содержательных областей был распределён таким образом: просоциальная ориентация – 15%; стремление быть собой – 15%; творческое самовыражение – 10%; духовность – 10%; интеллектуальное совершенствование – 10%; семейное благополучие – 5%; уравниловность – 5%; гуманистическая позиция – 15%; ориентация на цель – 5%; физическое благополучие – 10%. Исходя из того, что разрабатываемая нами методика предварительно имеет 10 шкал, было определено, что общее количество заданий, разрабатываемых для пилотажного исследования должно составить 200 [3]. Для шкалы «просоциальная ориентация» разрабатывалось 30 заданий; для шкалы «стремление быть собой» – 30 заданий; для шкалы «творческое самовыражение» – 20 заданий; для шкалы «духовность» – 20 заданий; для шкалы «интеллектуальное совершенствование» – 20 заданий; для шкалы «семейно благополучие» – 10 заданий; для шкалы «уравниловность» – 10 заданий; для шкалы «гуманистическая позиция» – 30 заданий; для шкалы «ориентация на цель» – 10 заданий и для шкалы «физическое благополучие» – 20 заданий. При разработке заданий учитывались проблемы, которые если не решить, могут привести к низкой валидности теста: установка на согласие, установка на социально одобряемые ответы, установка на неопределённые или средние ответы, очевидная валидность [5]. Далее опросник был предложен группе испытуемых участвовавших в пилотажном исследовании (110 человек). На основании полученных данных был проведен анализ заданий (определение эффективности и дискриминативности) [3, с.173-174], с целью выявления наиболее подходящих для включения в окончательную версию опросника. Эффективными оказались 129 заданий из 200, средний показатель эффективности для всего опросника составил 0,52; дискриминативными оказались 122 задания из 200. Таким образом, проведя анализ заданий было

принято решение из первоначальной версии опросника «Индивидуальная модель психологического здоровья» исключить 117 утверждений, которые не удовлетворяют показателю эффективности или дискриминативности.

Каждая из шкал получила следующее количество эффективных и дискриминативных заданий: просоциальная ориентация – 13 заданий; стремление быть собой – 11 заданий; творческое самовыражение – 11 заданий; духовность – 11 заданий; интеллектуальное совершенствование – 10 заданий; семейное благополучие – 9 заданий; уравновешенность – 8 заданий; гуманистическая позиция – 8 заданий; ориентация на цель – 5 заданий. Десятая шкала – «физическое благополучие», получила лишь три эффективных и дискриминативных утверждения, поэтому было принято решение исключить ее из опросника. Следующий этап конструирования методики состоял в определении надёжности теста. В нашем исследовании определялась внутритестовая и ретестовая надёжность [3, с.176]. Внутритестовая надёжность, предполагающая установление корреляции между двумя рядами данных одного и того же теста, устанавливалась через корреляцию между четными и нечетными заданиями. Коэффициенты корреляции для каждой из шкал превышали 0,7 что является удовлетворительным для внутритестовой надёжности.

Ретестовая надёжность, предполагающая повторное предъявление (в нашем случае через один месяц) того же теста тем же испытуемым и примерно в тех же условиях что первоначальное, а затем установление корреляции между двумя рядами данных показала коэффициент корреляции для каждой из шкал превышающий 0,7 что является удовлетворительным для ретестовой надёжности. Таким образом, результаты методики «Индивидуальная модель психологического здоровья» (ИМПЗ) устойчивы во времени, и методика является надёжной. Также для методики ИМПЗ определялась конкурентная и содержательная валидность. Конкурентная валидность (оценивается по корреляции разработанного теста с другими, валидность которых относительно измеряемого параметра установлена) устанавливалась на основании сопоставления результатов по методике, с результатами полученными методом семантического дифференциала [6]. Испытуемым предлагалось оценить ряд конструктов, среди которых были конструкты, отражающие шкалы разрабатываемой методики (просоциально ориентированный человек, человек стремящийся быть собой и т.д.) и конструкт Я. Результаты семантического дифференциала были подвергнуты факторному анализу [7], что позволило каждому конструкту причислить показатель Эго-синтонности / Эго-дистонности (на основании попадания / непадения с конструктом «Я» в один фактор).

Конкурентная валидность устанавливалась на основании корреляции показателя Эго-синтонности конструкта, отражающего шкалу методики и балла, полученного по данной шкале. Результаты, полученные по методике ИМПЗ, значимо коррелируют с результатами, полученными при исследовании индивидуальных особенностей психологического здоровья методом семантического дифференциала. Содержательная валидность (определяется через подтверждение того, что задания теста отражают все аспекты изучаемой области поведения) методики ИМПЗ, подтверждалась с помощью экспертной оценки. Экспертами выступили практикующие психологи, два доктора психологических наук и три кандидата психологических наук. Целью экспертной оценки было установление соответствия между содержанием каждого задания теста, содержательными областями и манифестациями, диагностируемыми при помощи методики ИМПЗ. Экспертам было предложено обозначить меру соответствия тестовых заданий целям диагностики, пользуясь шкалой от одного (не соответствует) до пяти (соответствует).

Анализ и результаты. В результате, средний показатель первого эксперта составил 4,01 балла (SD= 0,72); второго – 3,89 балла (SD = 0,67); третьего – 3,53 балла (SD = 0,59); четвертого – 3,92 балла (SD = 0,51); пятого – 3,69 балла (SD = 0,66). Таким образом, исходя из того что средние показатели всех экспертов превышают 3 балла, можно говорить о том, что задания находятся в зоне соответствия и направлены на измерение психологического здоровья. При этом оценки экспертов коррелируют между собой ($W=0,05$; $p<0,05$), что подчёркивает точность проведённой экспертизы. Таким образом, методика диагностики индивидуальной модели психологического здоровья является содержательно и критериально валидной. Далее, для обеспечения более экономного представления результатов по методике, имеющиеся 9 шкал были подвергнуты факторному анализу (метод главных компонент, вращение Варимакс). Факторная структура шкал по методике «Индивидуальная модель психологического здоровья» представлена 8-ю факторами (смотрите таблицу 1).

Таблица 1.

Факторная структура шкал методики «Индивидуальная модель психологического здоровья»

Шкалы	Факторы							
	1	2	3	4	5	6	7	8
ОЦ	,947	-,122	-,027	-,022	-,096	,119	,175	-,082
У	,936	,109	,201	-,035	-,114	,042	,106	-,135
СБС	-,013	,965	,119	-,095	,112	,110	,066	,122
ИС	-,122	,122	,952	-,013	-,077	,185	,148	-,004
ГП	-,046	,111	-,014	,929	-,072	,107	,190	,264
ТС	-,156	,118	-,079	-,065	,947	-,162	-,082	,136
СБ	,134	,122	,198	,110	-,169	,930	,092	,111
ПО	,243	,075	,162	,192	-,086	,093	,923	-,005
Д	-,200	,152	-,004	,292	,156	,119	-,008	,901

Первый фактор состоит из двух конструктов: «Ориентация на цель» (0,947) и «Уравновешенность» (0,936) и получает название «Стратегический вектор». Факторы со второго по восьмой имеют по одному значимому элементу, что подтверждает их самостоятельность. С целью достижения более формализованного представления результатов по методике и в рамках интерпретации факторной структуры шкал им были даны следующие названия. Второй фактор – «Я-вектор»; третий фактор – «Интеллектуальный вектор»; четвертый фактор – «Гуманистический вектор»; пятый фактор – «Творческий вектор»; шестой фактор – «Семейный вектор»; седьмой фактор – «Просоциальный вектор»; восьмой фактор – «Духовный вектор». Таким образом, преобразованная, окончательная версия методики «Индивидуальная модель психологического здоровья» состоит из 86ти утверждений (Приложение 1), которые так распределены по 8-ми шкалам методики:

- стратегический вектор – 13 утверждений;
- просоциальный вектор – 13 утверждений;
- Я-вектор – 11 утверждений;
- творческий вектор – 11 утверждений;
- духовный вектор – 11 утверждений;
- интеллектуальный вектор – 10 утверждений;
- семейный вектор – 9 утверждений;
- гуманистический вектор – 8 утверждений.

Следующий этап конструирования методики предполагает ее стандартизацию – унификацию, регламентацию, приведение к единым нормативам процедуры и оценок теста [8]. Нормативные показатели разрабатывались для каждой из 8-ми шкал отдельно. Выборка для стандартизации составила 110 человек. Объем данной статьи не позволяет привести формулы и таблицы показателей процесса стандартизации. Коротко можно сказать, что стандартизация методики осуществлялась на основании стандартных показателей Z-шкалы, представляющих собой линейное преобразование первичных оценок.

Заключение. При использовании линейного преобразования стандартные показатели сохраняют точные численные отношения первичных оценок, поскольку вычисляются путём вычитания из каждой первичной оценки одной константы и последующим делением разности на другую константу. Относительная величина различий между стандартными показателями, полученными с помощью такого линейного преобразования, в точности соответствует относительной величине различий между первичными оценками. Однако, так как перевод первичных оценок в Z-показатели приводит к появлению отрицательных величин и десятичных дробей, что не слишком удобно для проведения дальнейших исследований и сообщения результатов, применялось ещё одно линейное преобразование, целью которого было придание показателям более удобной формы, а именно, перевод первичных оценок в стены. Таким образом, для каждой из 8-ми шкал опросника была разработана шкала перевода сырых баллов в стены и установлены нормы, которые определяют выраженность каждого из векторов реализации психологического здоровья.

Литература:

1. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А.Ф. Бондаренко. М.: Независимая фирма "Класс", 2001. 336 с.

2. Козлов А.В. Структура психологического здоровья: психосемантический подход // Вестник Харьковского национального университета. 2011. № 937. С. 130-133.
3. Бурлачук Л.Ф. Психодиагностика: Учебник для вузов / Л.Ф. Бурлачук. СПб.: Питер, 2010. 384 с.
4. Мельников В.Н. Введение в экспериментальную психологию личности / В.Н. Мельников, Л.Т. Ямпольский. М.: Просвещение, 1985. 319 с.
5. Клайн П. Справочное руководство по конструированию тестов / П. Клайн. К.: ПАН Лтд, 1994. 288 с.
6. Шмелев А.Г. Введение в экспериментальную психосемантику: теоретико-методологические основания и психодиагностические возможности / А.Г. Шмелев. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. 158 с.
7. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования / А.Д. Наследов. СПб.: Речь, 2008. 392 с.
8. Анастаси А. Психологическое тестирование: Книга 1; Пер. с англ. / Под ред. К. М. Гуревича, В.И.Лубовского / А. Анастаси. М.: Педагогика, 1982. 320 с.

Юнусалиева Наргиза Ортиқбой қизи,

Андижон давлат педагогика институти мустақил тадқиқотчиси

ОЛИЙ ТАЪЛИМ МУАССАСАСИ ПЕДАГОГИК ЖАМОАСИ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК ФЕНОМЕН СИФАТИДА

Аннотация. Мақолада олий таълим муассасалари педагогик жамоасини ижтимоий-психологик феномен сифатида ўрганишнинг аҳамияти ёритилган. Шунингдек, педагогик жамоанинг ижтимоий-психологик хусусиятларини ҳам ижобий, ҳам салбий жиҳатларига кўра ўрганиш муҳимлиги изоҳланган ҳамда педагогик жамоанинг ижтимоий-психологик феномен сифатида ёритиш учун зарур бўлган психологик хусусиятлар тақлиф этилган.

Калит сўзлар: жамоа, педагогик жамоа, ижтимоий-психологик, феномен, кафедра, психологик муҳит.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕКТИВ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ В КАЧЕСТВЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ФЕНОМЕНА

Аннотация. В статье подчёркивается важность изучения педагогического коллектива высших учебных заведений как социально-психологического феномена. Также поясняется важность изучения социально-психологических характеристик педагогического коллектива, как с точки зрения положительных, так и отрицательных сторон, и предлагаются психологические характеристики, необходимые для описания педагогического коллектива как социально-психологического явления.

Ключевые слова: коллектив, педагогический коллектив, социально-психологический, феномен, кафедра, психологическая среда.

PEDAGOGICAL TEAM OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION AS A SOCIO-PSYCHOLOGICAL PHENOMENON

Abstract. The article highlights the importance of learning as a socio-psychological phenomenon of the pedagogical team of higher education institutions. Also, the importance of studying the socio-psychological characteristics of the pedagogical team in terms of both positive and negative aspects is explained, and the psychological characteristics necessary to illuminate the pedagogical team as a socio-psychological phenomenon are proposed.

Keywords: team, pedagogical team, socio-psychological, phenomenon, department, psychological environment.

Кириш. Жамоа муаммоси ижтимоий-психологияда ўзига хос тарзда ўрганишни талаб этадиган илмий тадқиқот муаммоси саналади. Коллективнинг ижтимоий-психологик муаммо сифатида узок йиллар мобайнида ўрганилиб келинмоқда (В.А. Артемов, Б.В. Беляев, В.М. Бехтерев, В.А. Вагнер, Л.Н. Войтоловский, А.С. Залужный, К.Н. Корнилов, , М.В. Ланге, М.А. Рейспер ва бошқалар) [2, 3, 6, 7]. Бир тоифа олимлар коллектив жамоанинг ижтимоий-психологик феномен сифатида изоҳлар экан, жамоа уюшган кичик гуруҳнинг энг юқори шакли бўлиб, «хаёт ва фаолиятни қатъий ташкил этиш ва тартибга солиш, эътироф этилган раҳбарнинг мавжудлиги, низоларнинг йўқлиги, дўстона муносабатлар ва унинг аъзолари ўртасида бирдамлик билан тавсифланган уюшма» деб таърифлайди [6]. Ушбу уюшмада жамоа аъзоларининг ишда, мулоқотда ва билишда қандай намоён бўлиши жамоадаги шахслараро муносабатларнинг хусусиятини белгилайди, гуруҳ манфаатлари ва хулқ-атвор меъёрлари ҳамда жамоа ҳақида жамоатчилик фикри шаклланади. Кўпгина маҳаллий ва хорижий ижтимоий-психологик тадқиқотлар шуни кўрсатадики, шахсни ижтимоий гуруҳга киритиш индивидуал-субъектив психология даражасида одамда ўзини намоён қилмайдиган ўзаро таъсирнинг ўзига хос ижтимоий-психологик механизмлари билан белгиланадиган янги шахсий хусусиятларни шакллантиришга олиб келади. Жамоани ижтимоий-психологик феномен сифатида тадқиқ этиш унинг шаклланишига кўра бир хил бўлмаслигини ифодалайди. Бу эса жамоанинг таркиби, статуси, ички муносабат хусусиятлари, мавжуд бўлиш муддати, ўлчами ва меҳнатга муносабига кўра хилма хиллиги орқали белгиланади. Жамоалардан бири олий таълим муассасаларидаги педагогик жамоа ҳисобланади.

Олий таълим муассасаларидаги педагогик жамоадаги ижтимоий-психологик хусусиятларини тадқиқ этиш алоҳида ва ўзига хос хусусиятга эга. Педагогик жамоа психологик ҳодиса сифатида жамоанинг шаклланиши ва фаолияти жараёнида унинг аъзоларининг эҳтиёжларини ўзаро қондиришни ички муносабатлари, шакллари ва усулларини таркиб топтириш асосида юзага келадиган ижтимоий-психологик ҳодисалар тўпламига эгадир [3.4].

Олий таълим муассасалари жамоасининг психологик ҳодиса эканлиги -бу ёш авлодни ўқитиш ва тарбиялашнинг маънавий ва ижтимоий аҳамиятга эга кадриятлари ва инсонпарварлик мақсадлари билан бирлаштирилган, бошқарув ва ўзини ўзи бошқариш органларига эга бўлган, биргаликдаги касбий фаолият учун ташкил этилган ва юқори сифатли ишлашга қодир профессор-ўқитувчилар жамоаси эканлигида намоён бўлади [2, 3, 4]. Шу боисдан ҳам олий таълим муассасаларидаги педагогик жамоанинг ижтимоий-психологик хусусиятларини алоҳида тадқиқ этишни қуйидаги жиҳатлар билан боғлаш муҳимдир.

Муҳокама. Педагогик жамоасининг муҳим ижтимоий-психологик хусусиятлари олий таълим муассасаси фаолиятида белгиланган мақсад ва вазифаларнинг ижросини таъминловчи омиллардан саналади. Шу боис, педагогик жамоанинг ижтимоий-психологик феноменлари сифатида мавжуд илмий манбаларга таяниб қуйидагиларни инобатга олиш зарур:

Педагогик жамоа аъзоларининг қўп қиррали фаолиятга эга эканлиги. Замонавий профессор-ўқитувчи бир вақтнинг ўзида предмет ўқитувчиси, талабалар жамоасига мураббий, илмий-услубий, маънавий-маърифий ва бошқа ишлар бўйича вазифаларни бажарувчи субъектидир.

Ҳамкорлик фаолиятига тайёрлик. Бу педагогнинг нафақат ўз касбий функцияларини бажаришга, балки педагогик вазифаларни ҳал қилишда ҳамкорлик қилишга ҳам тайёр эканлигини тахмин қилади.

Интеллектуал ва мулоқот қобилиятлари. Педагогик жамоа ва талабалар гуруҳи аъзолари билан ҳамкорликда ишлаш ва ўзаро тушунишни ўрнатиш жараёнини ташкил эта олиш хусусиятлари.

Психологик муҳит. Муайян педагогик жамоа, унинг аъзолари ва уларнинг фаолияти учун зарур бўлган нисбий барқарор руҳий ҳолатлар тизими. Барқарор психологик муҳитни жамоа аъзоларининг ҳамжиҳатликда ишлаши, эмоционал кўтаринкилик, неқбинлик, гуруҳдаги муносабатлардан мамнунлик, бир бирига нисбатан ишончи, дўстоналик ва хавфсизлик ҳисси, қувноқликни ўзида мужассамлаштиради.

Профессор-ўқитувчиларнинг фаолияти самарадорлиги қўп жиҳатдан жамоадаги ахлоқий ва психологик муҳитга боғлиқ. Бу эса профессор-ўқитувчиларнинг таълим муассасасидаги фаровонлиги ва ўқитишда фидойилик билан ёндашишини ифодалайди.

Педагогик жамоанинг ижтимоий-психологик ҳолати. Жамоанинг ҳар бир аъзосини ҳамкасблари ва ўзига нисбатан муносабатларидан қониққанлигини ифодалайди. Жамоанинг ижтимоий-психологик ҳолатини шартловчи асосий белгиларга қуйидагилар киради:

жамоа аъзоларининг бири-бирига нисбатан ишончи ва талабчанлиги;

жамоа муаммоларининг ечимини топишда ўз фикрларини эркин ифодалай олиш;

раҳбарнинг ходимларига босим ўтказмаслиги ва ўз хоҳишига кўра қарор қабул қилмаслиги;

жамоага мансублигидан мамнунлик;

жамоа аъзосининг фрустрацияларни бартраф этишига кўмаклашиш;

жамоадаги вазиятларни ижобий томонга ўзгартириш мақсадида масъулиятни ўз зиммасига ола билиш [1].

Юқорида санаб ўтилган ижтимоий-психологик жиҳатлар таълим муассасасидаги педагогик жамоанинг умумий ҳолатини тавсифловчи ҳолатлардир. Шу сабабли, олий таълим муассасасидаги педагогик жамоанинг яққол намунаси таълим йўналишлари фаолиятини таъминотини белгиловчи кафедра жамоаси ҳисобланади. Таълим муассасасидаги кафедра маълум бир билим соҳаси бўйича мутахассислар тайёрлайдиган факультетнинг бир қисмидир. Кафедра соҳага алоқадор бўлган бир нечта мутахассисликлардан иборат. Олий таълим муассасасида таълим йўналишлари бўйича мутахассислар тайёрлашга ва умумий касбий тайёргарлигини таъминлашга йўналтирилган кафедралар тоифаси мавжуд.

Кафедра олий таълим муассасаси фаолиятини самарали ташкил этишни таъминловчи ўқув жараёнини амалга ошириш, татбиқий ва илмий тадқиқот, ташкилий-услубий ишлар, талабаларнинг шахсий-касбий камолотини таъминлаш бўйича маънавий-маърифий ҳамда профессор-ўқитувчиларнинг муттасил малакасини ошириб бориш каби вазифаларини ижросини таъминлайди. Ушбу вазифаларни ижросини профессор, доцент, катта ўқитувчи, ўқитувчи, ўқитувчи-стажёрлар ва ўқитувчи-ассистентдан иборат кафедранинг профессор-ўқитувчилар жамоаси таъминлайди. Бу эса

олий таълим муассасасидаги педагогик жамоанинг ижтимоий-психологик хусусиятларини кафедра жамоаси мисолида ёритиш энг мақбул ҳолат ҳисобланади. Кафедра жамоаси аъзоларининг индивидуал-психологик табиати, шахслараро муносабати, касбий-шахсий шаклланганлиги, жамоанинг ривожланганлик даражаси билан баҳоланади.

Таҳлил ва натижалар. Кафедра жамоасининг ривожланишига кўра асосий психологик хусусиятлари мавжуд бўлиб улар қуйидагиларни ташкил этади:

а) жамоанинг мақсадлар, қизиқишлар, қадриятлар, идеалларни ўз ичига олган йўналишлари. Бу кафедра ходимларини педагогик ва илмий фаолиятидаги индивидуал ва умумий йўналтирилганлигининг энг муҳим кўрсаткичларини белгилайди;

б) жамоа олдида турган турли масалалар ва вазифаларни тушуниш, талабаларнинг таълим-тарбия шароитидаги ўзгаришларни баҳолаш, умумий хулқ-атвор хислатларини топиш, тўпланган тажрибани, унинг ижобий томонлари ва камчиликларини тушуниш;

в) жамоанинг имкониятларига ишонч, муносабатлардаги хайрихоҳлик, дўстлик ҳисси, ҳамкасблар билан мулоқотдан қониқиш;

г) мақсадларни белгилаш ва уларга эришишда мустақиллик ва изчиллик, муносабатларни тартибга солиш, қийинчиликларни енгиш учун заҳираларни сафарбар қилиш, бошланган ишларни охирига етказиш, мураккаб ва қийин вазиятларда чидамлик;

д) тайёргарлик ва тажриба, ўзаро муносабатларда фидойилик, иш билан боғлиқ алоқалари ва турли вазифаларни ҳал қилишнинг янги усуллари ишлаб чиқиш натижасида ўрнатилган анъаналар.

Агар олий таълим муассасасининг ижодий кафедра жамоасини изоҳлаш зарур бўлса, уни қуйидаги хусусиятлар билан ифодалаш мумкин:

- аниқ касбий йўналишга эгалик;
- юқори ҳамжиҳалик ва маданиятга эгалик;
- қулай ахлоқий ва психологик муҳитнинг мавжудлиги;
- тор ва тор ихтисослашув уйғунлигига эга бўлган оптимал мутахассислар таркиби;
- юқори бошқарув қобилиятларига эга бўлган раҳбарият;
- ходимларнинг бир-бирига самарали таъсири;
- педагогик ва илмий фаолиятдаги мураккаб вазифаларни таҳлил қилиш ва ечимини топишга тайёрлик [3].

Юқоридаги келтирилган таҳлилий материаллар олий таълим муассасаси педагогик жамоасининг ихтиёр этиладиган ва идеал қиёфасини тавсифлашга мослигини белгилайди. Бироқ олий таълим муассасаси педагогик жамоасини ижтимоий-психологик феномен сифатида ўрганишнинг иккинчи жиҳати унинг ривожланишига тўсиқ бўлувчи ҳолатлар билан белгиланади. Олий таълим муассасасидаги педагогик, хусусан, кафедра жамоасининг ижтимоий-психологик хусусиятларининг салбий қирралари ҳам кузатилади. Мавжуд тадқиқотларлар таҳлиliga кўра уларни қуйидаги қисқача белгилари санаб ўтилади [3, 5]:

- самарасиз бошқарув;
- ходимнинг жамоада ишлашига нисбатан эмоционал сўнишнинг мавжудлиги;
- жамоадаги низолар;
- ходимлар ўртасида сифатли коммуникациянинг мавжуд эмаслиги;
- жамоадаги иш муҳитининг бузилганлиги;
- ходимларда мотивация ва ташаббуснинг пасайиб кетганлиги;
- янгилик ва ўзгаришларга нисбатан қаршилик кўрсатиш.

Демак, педагогик жамоанинг мақсадли ва оптимал шаклланиши ва ривожланишини ташкил этишда унинг ижтимоий-психологик хусусиятларининг кутбий жиҳатларини ҳисобга олиш зарур экан.

Хулоса. Олий таълим муассасасидаги педагогик жамоани шакллантириш ва ривожлантиришни оптималлаштириш учун унга хос қуйидаги жиҳатларини тадқиқ этиш орқали эришилади. Таҳлиллар асосида олий таълим муассасаларидаги педагогик жамоанинг ижтимоий-психологик феномен (ҳодиса) сифатида тадқиқ этишда қуйидаги психологик мезонлар бўйича таҳлил этиш ва тадқиқ этишни мақсадли деб ҳисоблаш мумкин:

Ахлоқий шаклланганлик. Жамоанинг умуминсоний ахлоқ-одоб ва қадриятларига таянувчи ўзаро муносабатлари.

Масъулиятлилик. Жамоа аъзоларининг ҳар бири бошқа ҳамкасблари тақдирига нисбатан ўзини жавобгар ҳис этиши;

Самимийлик. Жамоадошлари ва бошқа гуруҳ аъзолари билан ижобий муносабатда бўлиш.

Ҳамжихатлик. Жамоа аъзолари ўртасидаги ишончли муносабатнинг йўлга қўйилганлиги.

Уюшқоқлик: жамоа аъзолари ўртасида мажбуриятларни низо ва зиддиятларсиз тақсимланганлиги, фаолиятни амалга оширишдаги етишмовчиликларни тезкорлик билан бартараф этувчанлик.

Ахборот таъминоти. Жамоада амалга ошириладиган ишларнинг бажарилиши бўйича мақсад ва вазифаларнинг аниқлиги таъминланганлиги.

Самарадорлик. Жамоа олдидаги вазифаларни ўз вақтида ва сифатли ҳал этиш.

Олий таълим муассасасидаги педагогик жамоани ижтимоий-психологик феномен сифатида таҳлил этиш ва унинг тадқиқ этиш юзасидан қуйидагича хулосалаш мумкин:

– педагогик жамоанинг ижтимоий-психологик хусусиятларини ҳам ижобий, ҳам салбий жабҳаларини ўзаро алоқадорликда ўрганиш зарур;

– педагогик жамоанинг ижтимоий-психологик хусусиятларини ёритишда унинг ахлокий шаклланганлик, масъулиятлилик, самимийлик, ҳамжихатлик, уюшқоқлик, ахборот таъминоти, самарадорлик хусусиятларига асосланиш мақсадли ва ўринлидир.

Адабиётлар:

1. Акишева А.К., Жанкутты К.А. Социально-психологические проблемы коллектива//«Наука и реальность/Science & Reality».№2 (6) 2021. С.189-190.
2. Андрианова О.В. Влияние социально-психологического климата на формирование учебной деятельности студенческих коллективов: диссертация ... кандидата психологических наук: 19.00.03. - Тверь, 1999. - 153 с.
3. Виноградова, Г.А. Климат в педагогическом коллективе и субъективное благополучие личности педагога: монография / Г.А. Виноградова. – Тольятти: ТГУ, 2010. – 100 с.
4. Воробьева Т.А. Социально-психологические и педагогические условия управления женским школьным коллективом: автореферат дис. ... кандидата педагогических наук: / Моск. пед. гос. ун-т. - Москва, 2004. - 19 с.
5. Дубиницкая К.А. Социально-психологические факторы формирования и проявления синдрома эмоционального выгорания у педагогов и воспитателей дошкольных образовательных учреждений: автореферат дис. ... кандидата психологических наук : 19.00.05. - Москва, 2011. - 27 с.
6. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Социальная психология, М., 2001. – 84 с.
7. Методические рекомендации по изучению социально-психологического климата в коллективах. – М., 2011. – 143 с.

Abdullayeva Mohigul Muqumjon qizi,
 Farg'ona davlat universiteti magistranti
 mohigulabdullayeva169@gmail.com

AXBOROT TEXNOLOGIYALARINING YOSHLAR DUNYOQARASHI VA QADRIYATLARIGA TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu maqolada zamonaviy axborot texnologiyalarining yoshlar dunyoqarashi va qadriyatlariga ta'siri ilmiy-nazariy asosda tahlil qilinadi. Axborot oqimlarining yosh avlod tafakkuri va ijtimoiy ongiga ta'sir qilish jarayoni, qadriyat tizimidagi o'zgarishlar va ularning empirik tadqiqotlar orqali o'rganilishi muhokama qilinadi. Shuningdek, tarixiy nuqtayi nazardan axborot texnologiyalarining evolyutsiyasi va uning insoniyat madaniyati va ijtimoiy munosabatlarga ta'siri yoritiladi. Ijtimoiy tarmoqlar, sun'iy intellekt va internet vositalari orqali tarqatilayotgan axborotning yoshlarning axloqiy qarashlariga, diniy e'tiqodlariga va ma'naviy hayotiga qanday ta'sir qilayotgani keng muhokama etiladi. Maqolada yoshlarning qadriyat tizimining shakllanishida raqamli muhitning roli, zamonaviy texnologiyalarning axborot filtrlash algoritmlari va ijtimoiy muhitga moslashish jarayoni bilan bog'liqligi asoslanadi.

Kalit so'zlar: axborot texnologiyalari, yoshlar dunyoqarashi, qadriyat tizimi, ijtimoiy tarmoqlar, axborot muhiti, texnologik determinizm, raqamli avlod, kiberijtimoiylashuv.

ВЛИЯНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА МИРОВОЗЗРЕНИЕ И ЦЕННОСТИ МОЛОДЁЖИ

Аннотация. В данной статье на научно-теоретической основе анализируется влияние современных информационных технологий на мировоззрение и ценности молодёжи. Рассматривается процесс воздействия информационных потоков на мышление и социальное сознание молодого поколения, изменения в системе ценностей и их изучение с помощью эмпирических исследований. Кроме того, с исторической точки зрения освещается эволюция информационных технологий и их влияние на культуру человечества и социальные отношения. В статье подробно обсуждается, как информация, распространяемая через социальные сети, искусственный интеллект и интернет-инструменты, влияет на моральные взгляды, религиозные убеждения и духовную жизнь молодёжи. Обоснована роль цифровой среды в формировании системы ценностей молодёжи, а также взаимосвязь современных технологий, алгоритмов фильтрации информации и процесса адаптации к социальному окружению.

Ключевые слова: информационные технологии, мировоззрение молодёжи, система ценностей, социальные сети, информационная среда, технологический детерминизм, цифровое поколение, киберсоциализация.

THE IMPACT OF INFORMATION TECHNOLOGY ON YOUTH'S WORLDVIEW AND VALUES

Abstract. This article analyzes the impact of modern information technologies on the worldview and values of young people based on scientific and theoretical foundations. The process of how information flows influence the thinking and social consciousness of the younger generation, changes in the value system, and their study through empirical research are discussed. Additionally, from a historical perspective, the evolution of information technologies and their impact on human culture and social relations are highlighted. The article extensively examines how information disseminated through social networks, artificial intelligence, and internet tools affects young people's moral views, religious beliefs, and spiritual life. The role of the digital environment in shaping the value system of young people, as well as the relationship between modern technologies, information filtering algorithms, and the process of adaptation to the social environment, is substantiated.

Keywords: information technologies, youth worldview, value system, social networks, information environment, technological determinism, digital generation, cyber-socialization.

Kirish. Axborot texnologiyalari XX asr oxiri va XXI asr boshlarida insoniyatning ijtimoiy, iqtisodiy va madaniy hayotida tub o'zgarishlarni amalga oshirdi. Tarixiy jihatdan qaraganda, inson qadriyatlari avloddan-avlodga og'zaki, yozma va amaliy tajriba asosida yetkazilgan bo'lsa, bugungi raqamli davrda bu

jarayon asosan ijtimoiy tarmoqlar, internet va sun'iy intellekt orqali amalga oshmoqda. Yoshlarning qadriyat tizimi shaxsiyat shakllanishining asosiy omili hisoblanadi va ularning kelajakdagi ijtimoiy xulq-atvorini belgilaydi. Raqamli texnologiyalar, ijtimoiy tarmoqlar va global tarmoqlarning kengayishi yoshlarning tafakkur shakllanishi, qadriyatlar tizimi va ijtimoiy ongiga ta'sir qiluvchi muhim omillardan biriga aylandi.

Axborot texnologiyalari yoshlarning dunyoqarashiga bevosita va bilvosita ta'sir ko'rsatadi. Bevosita ta'sir informatsion oqimlarning ulkan hajmi, tezligi va ommaviyligi bilan bog'liq bo'lsa, bilvosita ta'sir ijtimoiy muhit, kommunikatsion madaniyat va tafakkur paradigmasining o'zgarishi orqali yuzaga keladi. Axborot muhiti yoshlarning ijtimoiy hodisalarni qabul qilish jarayoniga sezilarli ta'sir qiladi. Yoshlar ijtimoiy tarmoqlardagi trendlar, virusli kontent va raqamli platformalardagi axborot asosida jamiyatni anglashadi. Bu quyidagi natijalarga olib kelishi mumkin:

Virtual ijtimoiylashuv – An'anaviy ijtimoiy muloqot shakllari o'zgarib, yoshlar onlayn kommunikatsiya vositalari orqali ijtimoiy guruhlariga qo'shilmoqda.

Haqiqat va yolg'onning chegarasizligi – Deepfake, manipulyativ kontent va feyk yangiliklar yoshlar ongida noaniqlik va shubha uyg'otishi mumkin.

Jamoaviy identifikatsiya – Internet-muhitda yoshlar o'zlarini muayyan guruhlariga tegishli deb bilishadi, bu esa ularning dunyoqarashi va ijtimoiy xulq-atvorini shakllantiradi.

Raqamli kommunikatsiyalarning rivojlanishi tufayli yoshlar dunyoqarashida bir necha asosiy o'zgarishlar yuz bermoqda:

1. An'anaviy qadriyatlarining zaiflashishi va global qadriyatlarining kuchayishi – internet orqali tarqatilayotgan axborot madaniyatlararo qadriyatlar almashinuviga sabab bo'lmoqda.

2. Sun'iy intellekt va algoritmik axborot filtrlashning yoshlar ongiga ta'siri – axborot oqimlari maqsadli yo'naltirilishi natijasida yoshlar ma'lum mafkuraviy yoki axloqiy doiralarga bog'lanib qolmoqda.

3. Ijtimoiy tarmoqlar va virtual shaxsiyat shakllanishi – real va virtual hayot o'rtasidagi farqlar yo'qolib, shaxsiy identifikatsiya jarayoni murakkablashmoqda.

4. Axborot texnologiyalarining axloqiy va diniy qadriyatlarga ta'siri – diniy qarashlar va ma'naviy qadriyatlar virtual muhit orqali shakllanmoqda.

Axborot texnologiyalari yoshlar dunyoqarashining shakllanishida hal qiluvchi rol o'ynamoqda. Bu jarayonning ijobiy va salbiy jihatlari bir-biri bilan bog'liq bo'lib, ular yoshlarning bilim olish, qadriyatlar tizimini shakllantirish va ijtimoiy munosabatlarga ta'sir ko'rsatadi. Axborotning cheksizligi, shaxsiylashtirilishi va interaktivligi yoshlarni mustaqil fikrlashga undashi bilan birga, ularning axborot xurujlariga qarshi immunitetini zaiflashtirishi mumkin. Shu sababli, yoshlarni raqamli tafakkur va axborot savodxonligi tamoyillari asosida tarbiyalash muhim ahamiyatga ega.

Axborot texnologiyalarining jamiyatga ta'siri tarixiy jihatdan uzoq evolyutsion jarayon natijasi bo'lib, uning ta'siri har bir davrda turlicha namoyon bo'lgan. O'tgan asrlarda qadriyatlar avloddan-avlodga an'anaviy tarbiya orqali yetkazilgan bo'lsa, bugungi kunda bu jarayon raqamli kommunikatsiyalar, ijtimoiy tarmoqlar va sun'iy intellekt vositalari yordamida amalga oshmoqda. Tarixiy nuqtayi nazardan, axborotning inson hayotiga ta'siri XV asrda bosma matbaa ixtiro qilinganidan boshlab o'rganila boshlagan (Gutenberg, 1440). Keyinchalik XIX asr oxiri va XX asr boshlarida radio, telefon va televideniyeining rivojlanishi axborot oqimlarining kengayishiga sabab bo'ldi. Biroq, eng katta burilish XX asr oxiri va XXI asr boshlarida internet va raqamli texnologiyalarning rivojlanishi bilan yuz berdi. Ushbu maqolada axborot texnologiyalarining yoshlar dunyoqarashi va qadriyatlariga ta'siri empirik va nazariy jihatdan tahlil qilinadi.

Bugungi kunda yoshlarning dunyoqarashi an'anaviy institutlar (oilalar, maktab, jamiyat) emas, balki ijtimoiy tarmoqlar va internet resurslari orqali shakllanmoqda.

Adabiyotlar tahlili va metodlar. Zamonaviy tadqiqotlarda axborot texnologiyalarining qadriyatlarga ta'siri bo'yicha turli yondashuvlar ilgari surilgan.

Texnologik determinizm nazariyasi: Ushbu yondashuvga ko'ra, texnologik rivojlanish jamiyatning ijtimoiy tuzilishi va qadriyat tizimini belgilovchi asosiy omil hisoblanadi (McLuhan, 1964).

Axborot filtrlash nazariyasi (The Filter Bubble): Eli Pariser (2011) o'z tadqiqotlarida sun'iy intellekt asosida ishlovchi algoritmlar yoshlar qabul qilayotgan axborotni cheklab, ularning dunyoqarashini ma'lum doirada shakllantirishini ko'rsatdi.

Kiberijtimoiylashuv nazariyasi: Ushbu nazariya yoshlarning ijtimoiy munosabatlari real hayotdan ko'ra, ko'proq raqamli muhitda shakllanayotganini ta'kidlaydi (Boyd, 2014).

Qadriyatlar – shaxsning ijtimoiy hayotga moslashuvi, dunyoqarashi, axloqiy mezonlari va xulq-atvoriga ta'sir etuvchi asosiy yo'nalishlardir (Schwartz, 2012). Yoshlarning qadriyat tizimi oilaviy tarbiya, ta'lim, jamiyat va ommaviy axborot vositalari orqali shakllanadi. So'nggi yillarda esa AT ushbu jarayonning asosiy ishtirokchisiga aylangan. Qadriyatlar shaxsning asosiy axloqiy va madaniy yo'nalishlarini belgilovchi

asosiy omildir. Raqamli kommunikatsiyalar rivojlanishi bilan yoshlar qadriyatlarida quyidagi o'zgarishlar kuzatilmoqda:

Individualizm va kollektivizm o'rtasidagi tafovut: Traditsion jamiyatlarda qadriyatlar kollektiv madaniyat asosida shakllangan bo'lsa, zamonaviy axborot texnologiyalari yoshlar orasida individualizm tendensiyasini kuchaytirmoqda. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali axborot tarqatish imkoniyati yoshlarni ko'proq mustaqil qaror qabul qilishga undaydi (Castells, 2001).

Axborot texnologiyalarining diniy va axloqiy qadriyatlarga ta'siri: Ilgari diniy va axloqiy qadriyatlar oilaviy va ijtimoiy institutlar orqali shakllangan bo'lsa, bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlardagi kontent bu jarayonga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Masalan, raqamli muhaddislik (Digital Hadith Studies) yoki onlayn fatvo berish tizimlari diniy qarashlarni yangi yo'nalishda shakllantirmoqda (Eickelman & Anderson, 2003).

Axborotning haddan tashqari ko'pligi va qadriyatlar erroziyasi: Bugungi kunda yoshlar kundalik axborot hajmining haddan tashqari oshib ketishi (information overload) natijasida an'anaviy qadriyatlarini yo'qotish xavfi ostida qolmoqda. Turkle (2011) tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, doimiy onlayn muloqot yoshlarning real hayotiy qadriyatlarga bo'lgan e'tiborini pasaytiradi.

Yoshlar o'rtasida kiberbulling, yolg'on axborot (fake news) va axloqiy qoidalarga zid xatti-harakatlar keng tarqalgan. Bu ularning shaxsiy qadriyatlariga ham ta'sir qilishi mumkin (Livingstone & Haddon, 2009). Raqamli texnologiyalar orqali haddan tashqari ko'p ma'lumot olish kognitiv yukni oshirib, yoshlarda diqqatni jamlash va chuqur fikrlash qobiliyatini susaytirishi mumkin (Carr, 2010).

Axborot texnologiyalarining yoshlar dunyoqarashi va qadriyatlariga ta'sirini o'rganish uchun Farg'ona viloyati Furqat tumanida joylashgan 8-sonli umum-ta'lim maktabining 11-sinf o'quvchilarida S. S. Bubnovning “Shaxs qadriyatlari yo'nalishlarining haqiqiy qurilmasini diagnostika qilish metodikasi” asosida tadqiqot amalga oshirildi. Ushbu tadqiqot natijalari axborot texnologiyalarining ta'siri qadriyatlarda qanday namoyon bo'lishini ko'rsatadi. Quyida ushbu metodikaning natijalarini tahlili haqida ma'lumot keltirilgan:

1-jadval.

Sinaluvchilar jinsi	Soni	Foizi
O'g'il bolalar	8	26.7
Qiz bolalar	22	73.3
Jami	30	100

Tadqiqotda jami 30 nafar sinaluvchi ishtirok etib, ulardan 8 nafari o'g'il bolalar hamda 22 nafari qiz bolalar, o'g'il bolalar 26.7% ni qiz bolalar esa 73.3% ni tashkil etgan.

2-jadval.

Sinaluvchilarning yoshi	Soni	Foizi
16 yosh	2	6.7
17 yosh	22	73.3
18 yosh	6	20
Jami	30	100

Tadqiqotimizda ishtirok etgan jami sinaluvchilarning 2 nafari 16 yosh, 22 nafari 17 yosh, 6 nafari esa 18 yosh, 16 yoshli sinaluvchilar 6.7% ni, 17 yoshli sinaluvchilar 73.3% ni, 18 yoshli sinaluvchilar esa 20% ni tashkil etmoqda. Ushbu tadqiqot natijalarini tahlil qilishda olingan natijalarni 11 ta qiymat ustuniga umumlashtirib tahlil qilamiz. Xar bir ustun ma'lum bir umumlashgan qadriyatlarni ifodalaydi. Natijalarni qayta ishlash va tahlil qilishda barcha o'n bitta qiymat ustunlaridagi ijobiy javoblar soni hisoblab chiqiladi.

3-jadval.

№	Umumlashgan qadriyatlar	Foizi
1	Maroqli hordiq chiqarish, dam olish;	86.11%
2	Yuqori moddiy farovonlik;	70.23
3	Go'zallikni izlash va undan zavqlanish;	73.28
4	Boshqa odamlarga yordam va rahm-shafqat;	100.00
5	Sevgi;	75.57
6	Dunyoda, tabiatda, odamlarda yangi narsalarni bilish;	88.55
7	Yuqori ijtimoiy mavqe va odamlarni boshqarish;	76.34

8	Odamlarni tan olish va hurmat qilish, ularning e'tiboridan umidvorlik;	76.34
9	Jamiyatda ijobiy o'zgarishlarga erishish uchun ijtimoiy faollik;	57.25
10	Muloqot;	70.99
11	Salomatlik	77.10

Natijalar. Tadqiqot natijalari yoshlarning qadriyat tizimi va axborot muhitining ularga ta'siri o'rtasidagi bog'liqlikni ochib beradi. Ushbu natijalar shuni ko'rsatadiki, yoshlar orasida ijtimoiy aloqalar, bilimga intilish va shaxsiy farovonlik kabi qadriyatlar ustuvor ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, "Boshqa odamlarga yordam va rahm-shafqat" (100%) hamda "Dunyoda, tabiatda, odamlarda yangi narsalarni bilish" (88.55%) qadriyatlarining yuqori baholanishi, zamonaviy axborot texnologiyalari ta'sirida insonparvarlik va bilim olishga bo'lgan ehtiyoj ortayotganini ko'rsatadi.

Axborot texnologiyalarining rivojlanishi yoshlarning qadriyatlari shakllanishida muhim rol o'ynamoqda. Masalan, internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali odamlar o'zaro yordam ko'rsatish, bilim almashish va yangi narsalarni kashf qilish imkoniyatiga ega bo'lmoqda. Aynan shu omillar yoshlarning ijtimoiy hamkorlikka va ta'limga bo'lgan munosabatlarini ijobiy tomonga yo'naltirishi mumkin.

Biroq, natijalar shuni ham ko'rsatadiki, "Jamiyatda ijobiy o'zgarishlarga erishish uchun ijtimoiy faollik" (57.25%) qadriyati nisbatan kam baholangan. Bu yoshlarning faqat axborot olish bilan cheklanib, real hayotdagi faollik darajasining pasayishi mumkinligini anglatadi. Ijtimoiy tarmoqlarda faollik ko'rsatish real hayotdagi fuqarolik faolligining to'liq o'rnini bosa olmaydi. Shuningdek, "Yuqori moddiy farovonlik" (70.23%) va "Yuqori ijtimoiy mavqe va odamlarni boshqarish" (76.34%) kabi qadriyatlarning nisbatan o'rtacha baholanishi shuni ko'rsatadiki, axborot muhitida yoshlar ko'proq shaxsiy rivojlanish va insoniy munosabatlarga urg'u bermoqda.

Mumtoz tadqiqotlar va olimlarning ishlari:

1. Alvin Toffler – "Uchinchi to'lqin" (1980): Toffler o'z asarida texnologik taraqqiyot jamiyat qadriyatlarini qanday o'zgartirishi haqida fikr yuritadi. U axborot jamiyati shakllanishi bilan an'anaviy qadriyatlar transformatsiyaga uchrayotganini, insonlar hayot tarzi va ijtimoiy aloqalari raqamli muhitga ko'chayotganini ta'kidlagan.

2. Manuel Castells – "Axborot asri" (1996-1998): Castells axborot texnologiyalari ijtimoiy tuzilmalar va qadriyatlarga qanday ta'sir qilishini tahlil qilgan. Uning tadqiqotlariga ko'ra, raqamli muhit yoshlarning qadriyat tizimini globallashtirishga moslashtiradi, lekin shu bilan birga, individualizm va onlayn faollikni oshiradi.

3. Shalom Shvarts – "Qadriyatlar nazariyasi" (1992, 2006): Shvarts qadriyatlar tizimi haqida fundamental tadqiqotlar olib borgan. U texnologik taraqqiyot inson qadriyatlarini o'zgartirishini, masalan, muloqot, ijodkorlik va o'zini ifodalash qadriyatlari mustahkamlanib, an'anaviy qadriyatlar esa sustlashishini ko'rsatgan.

4. Jean Twenge – "iGen" (2017): Twenge zamonaviy yoshlar, ayniqsa Z avlodi texnologiyalar ta'sirida qanday o'zgarayotganini tahlil qilgan. U ijtimoiy tarmoqlar va raqamli axborot oqimi yoshlarning qadriyatlarida insoniy munosabatlardan ko'ra raqamli identifikatsiya va virtual faollik ustunlik qilayotganini qayd etgan.

5. Sonia Livingstone – Raqamli yoshlar tadqiqotlari: Livingstone yoshlarning internet va media bilan o'zaro ta'sirini tadqiq qilib, raqamli madaniyat va axborot oqimi ularning qadriyatlarini shakllantirishda muhim rol o'ynashini isbotlagan.

Ushbu tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, axborot texnologiyalari:

✓ Yoshlarning qadriyat tizimini sezilarli darajada o'zgartiradi.

✓ An'anaviy qadriyatlardan zamonaviy, global qadriyatlarga o'tish kuzatiladi.

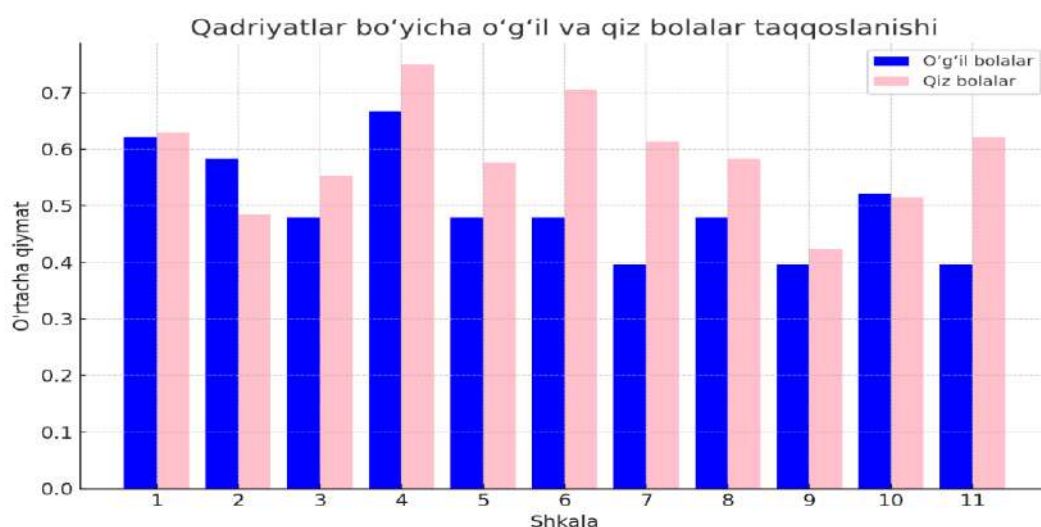
✓ Individualizm va ijodiy ifodalash qadriyatlari oshadi, ijtimoiy faollik esa kamayishi mumkin.

O'g'il va qiz bolalarning axborot texnologiyalarining yoshlar qadriyatlariga ta'sirini baholash natijalari:

4-jadval.

№	Qadriyatlarning umumlashgan ko'rinishi	O'g'il bolalar(M)	Qiz bolalar(M)	Farq +qizlar – o'g'il bola
1	Maroqli hordiq chiqarish, dam olish;	0.621	0.629	+0.008
2	Yuqori moddiy farovonlik;	0.583	0.485	-0.098
3	Go'zallikni izlash va undan zavqlanish;	0.479	0.553	+0.074

4	Boshqa odamlarga yordam va rahm-shafqat;	0.667	0.750	+0.083
5	Sevgi;	0.479	0.576	+0.097
6	Dunyoda, tabiatda, odamlarda yangi narsalarni bilish;	0.479	0.705	+0.226
7	Yuqori ijtimoiy mavqe va odamlarni boshqarish;	0.396	0.614	+0.218
8	Odamlarni tan olish va hurmat qilish, ularning e'tiboridan umidvorlik;	0.479	0.583	+0.104
9	Jamiyatda ijobiy o'zgarishlarga erishish uchun ijtimoiy faollik;	0.396	0.424	+0.028
10	Muloqot;	0.521	0.515	-0.006
11	Salomatlik	0.396	0.621	+0.225



Izoh: Yuqoridagi jadvaldan ko'rinib turibdiki, o'g'il va qiz bola respondentlarning qadriyatlar tizimida ma'lum darajadagi tafovutlar kuzatilmoqda. Shkalalar bo'yicha o'rtacha ko'rsatkichlar tahlili natijalariga asoslanib, ayrim qadriyatlarining gender jihatdan sezilarli farqlarga ega ekanini aniqlangan. Eng yuqori tafovut "Dunyoda, tabiatda, odamlarda yangi narsalarni bilish" qadriyatida kuzatilgan bo'lib, qiz respondentlarda ($M=0.705$) ushbu ko'rsatkich o'g'il bolalarga ($M=0.479$) nisbatan $+0.226$ ga yuqori. Bu natija, qiz bola respondentlarning yangiliklarni izlash va bilishga bo'lgan intilishlari yuqori ekanini ko'rsatadi. "Salomatlik" qadriyati ham qiz bolalarda ($M=0.621$) o'g'il bolalarga ($M=0.396$) nisbatan sezilarli darajada yuqoriroq ($+0.225$). Bu esa qiz bolalarning sog'liqni muhofaza qilishga bo'lgan e'tiborining yuqoriligidan dalolat beradi. Bundan tashqari, "Boshqa odamlarga yordam va rahm-shafqat" qadriyati bo'yicha qiz bolalar ($M=0.750$) o'g'il bolalarga ($M=0.667$) qaraganda sezilarli yuqorilikka ega ($+0.083$). Ushbu natija qiz bola respondentlarning ijtimoiy yordam va empatiya kabi hissiy jihatlariga ko'proq e'tibor berishlarini tasdiqlaydi. Shuningdek, "Odamlarni tan olish va hurmat qilish, ularning e'tiboridan umidvorlik" qadriyati qiz bolalarda ($M=0.583$) o'g'il bolalarga ($M=0.479$) nisbatan $+0.104$ ga yuqori. Bu esa ijtimoiy maqom va tan olinishi muhim bo'lgan qadriyat sifatida qiz bola respondentlar uchun ko'proq ahamiyatli ekanini ko'rsatadi. Biroq, ba'zi qadriyatlar bo'yicha o'g'il bolalar yuqoriroq natija qayd etgan. Masalan, "Yuqori moddiy farovonlik" qadriyati o'g'il bolalarda ($M=0.583$) qiz bolalarga ($M=0.485$) nisbatan $+0.098$ ga yuqoriroq. Bu o'g'il bola respondentlarning iqtisodiy barqarorlik va moddiy mustaqillikka bo'lgan ehtiyojining yuqoriligini ko'rsatishi mumkin. Jadval natijalari shuni ko'rsatadiki, qiz bolalar ko'proq ijtimoiy va hissiy qadriyatlarga urg'u berishsa, o'g'il bolalar moddiy va mustaqillikka yo'naltirilgan qadriyatlarga ko'proq e'tibor qaratadilar. Ushbu farqlar axborot texnologiyalarining yoshlar qadriyatlariga ta'sirini o'rganishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi. Zero, zamonaviy axborot muhiti turli xil qadriyatlarining shakllanishida va ularning gender bo'yicha farqlanishida hal qiluvchi rol o'ynashi mumkin.

Muhokama. Empirik tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, yoshlarning qadriyatlari individualizatsiya va pragmatizm tomonga siljiyotgan bo'lib, bu ularning ijtimoiy munosabatlarida instrumentalizm unsurlarining kuchayishiga olib kelmoqda. Xususan, axborot texnologiyalari ta'sirida utilitaristik yondashuv shakllanib, altruistik va kollektiv qadriyatlar nisbatan zaiflashmoqda. Bundan tashqari, erkak va ayol respondentlar orasida ijtimoiy tarmoqlarning xavfini baholashda sezilarli gender tafovutlari kuzatildi. Ushbu

tafovutlar shuni anglatadiki, axborot xavfsizligi va raqamli xulq-atvor madaniyatiga oid profilaktik choralar yoshlarning psixologik va ijtimoiy xususiyatlarini inobatga olgan holda ishlab chiqilishi lozim.

Xulosa. Zamonaviy axborot texnologiyalarining yoshlarning dunyoqarashi va qadriyatlarini tizimiga ta'siri ko'p qirrali va murakkab jarayon bo'lib, uning ta'sir doirasi kognitiv, affektiv va xulqiy komponentlarga bog'liq. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, raqamli axborot muhiti shaxsiy ijtimoiylashuv dinamikasiga sezilarli ta'sir ko'rsatib, qadriyatlar tizimining o'zgarishiga sabab bo'lishi mumkin. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlar va raqamli media vositalari orqali tarqatilayotgan ma'lumotlar yoshlar ongida stereotipik tasavvurlarni shakllantirish, hayotiy maqsadlarni belgilash va axloqiy mezonlarni o'zgartirish jarayonlarida muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Tadqiqotda Bubnovning qadriyatlar metodikasi asosida olingan natijalar SPSS dasturida tahlil qilinib, statistik jihatdan ishonchli xulosalar chiqarildi. Grafik va diagrammalar yordamida aks ettirilgan natijalar axborot muhitining yoshlar qadriyatlarini tizimidagi o'zgarishlarga qanday yo'nalishda ta'sir ko'rsatayotganini vizual tarzda tasdiqladi. Natijalarga asoslanib, yoshlar orasida axborot tanqidiy tahlilini rivojlantirish, raqamli savodxonlikni oshirish va madaniy-identifikatsion barqarorlikni mustahkamlash bo'yicha chora-tadbirlar ishlab chiqish zarurligi tavsiya etiladi.

Ushbu tadqiqot zamonaviy raqamli muhitning yosh avlodning dunyoqarashi va qadriyatlariga ko'rsatayotgan ta'sirini empirik asosda tahlil qilishga qaratilgan bo'lib, kelajakda yanada chuqurroq o'rganishlar va ko'p omilli modellarga asoslangan tadqiqotlar zarurligini ko'rsatadi. Shu bois, axborot texnologiyalarining shaxs taraqqiyotiga ijobiy va salbiy ta'sirini yanada aniqroq o'rganish hamda jamiyatning ma'naviy-ma'rifiy barqarorligini ta'minlash maqsadida ilmiy-tahliliy izlanishlarni davom ettirish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Ilmiy tavsiyalar:

1. Raqamli savodxonlikni oshirish – yoshlarni tanqidiy fikrlashga, ishonchli manbalarni ajratishga o'rgatish.
2. Ota-onalar va pedagoglar tomonidan nazorat – AT vositalaridan foydalanish madaniyatini shakllantirish.
3. Ijtimoiy tarmoqlarning ta'sirini ilmiy o'rganish – yoshlarning qadriyat tizimidagi o'zgarishlarni doimiy tahlil qilish.

Adabiyotlar:

1. Anderson, J., & Rainie, L. (2018). The Future of Well-Being in a Tech-Saturated World. Pew Research Center.
2. Bauman, Z. (2007). Consuming Life. Polity Press.
3. Carr, N. (2010). The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains. W. W. Norton & Company.
4. Castells, M. (2010). The Rise of the Network Society. Wiley-Blackwell.
5. Livingstone, S., & Haddon, L. (2009). Kids Online: Opportunities and Risks for Children. Policy Press.
6. Schwartz, S. H. (2012). An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values. Online Readings in Psychology and Culture, 2(1).
7. Turkle, S. (2011). Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. Basic Books.

Mustafayeva Shirinoy Farxadjonovna,

Central Asian Medical University

Ijtimoiy fanlar va jismoniy madaniyat kafedrası o'qituvchisi f.f.d (PhD)

PSIXOLOGIK BARQARORLIK VA O'Z-O'ZINI SAFARBAR QILISH HARBIY PSIXOLOGIYA MUAMMOSI SIFATIDA: ZAMONAVIY METODOLOGIK YONDASHUV

Annotatsiya. Zamonaviy metodologik yondashuvlar yordamida harbiy psixologiyaning rivojlanishi sohasida, psixologik barqarorlikni oshirish va harbiy xizmatchilarning stressga qarshi turish ko'nikmalarini shakllantirishda yangicha va innovatsion metodlar qo'llanilmoqda. Harbiy psixologiyaning zamonaviy yondashuvlari an'anaviy usullardan farqli o'laroq, ko'proq integratsiyalangan, tizimli va bilimga asoslangan yondashuvlarga tayanadi. Bu metodlar, birinchi navbatda, harbiy xizmatchilarda stressni boshqarish va ruhiy barqarorlikni saqlashda muhim rol o'ynaydi. Psixologik barqarorlikni mustahkamlashga qaratilgan metodlar harbiy xizmatchilarda chuqur ichki resurslarni topish va ularni to'g'ri yo'naltirishga yordam beradi. Ushbu maqolada psixologik barqarorlikning harbiy sharoitda o'z-o'zini safarbar qilishning zaruriy jihatlari bilan bog'liq turli metodologik yondashuvlar va ularni harbiy xizmatchilarga tayyorgarlik jarayonida qo'llash usullari ham ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: psixologik barqarorlik, o'z-o'zini safarbar qilish, harbiy psixologiya, stressga bardoshlilik, zamonaviy metodologik yondashuv.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СТАБИЛЬНОСТЬ И САМОМОБИЛИЗАЦИЯ КАК ПРОБЛЕМА ВОЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ: СОВРЕМЕННЫЙ МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД

Аннотация. В области развития военной психологии применяются современные методологические подходы для повышения психологической устойчивости и формирования у военнослужащих навыков противостояния стрессу. В отличие от традиционных методов, современные подходы в военной психологии являются более интегрированными, системными и основанными на знаниях. Эти методы играют важную роль в управлении стрессом и поддержании психической стабильности среди военнослужащих. Методы, направленные на укрепление психологической устойчивости, помогают военнослужащим раскрыть свои внутренние ресурсы и правильно их направить. В данной статье рассматриваются различные методологические подходы, связанные с самомотивацией в военных условиях, а также способы их применения в процессе подготовки военнослужащих.

Ключевые слова: психологическая устойчивость, самомотивация, военная психология, стрессоустойчивость, современные методологические подходы.

PSYCHOLOGICAL STABILITY AND SELF-MOBILIZATION AS A PROBLEM OF MILITARY PSYCHOLOGY: A MODERN METHODOLOGICAL APPROACH

Abstract. In the field of military psychology development, modern methodological approaches are being applied to enhance psychological resilience and develop soldiers' skills to withstand stress. Unlike traditional methods, modern approaches in military psychology are more integrated, systematic, and knowledge-based. These methods play a crucial role in managing stress and maintaining psychological stability among military personnel. Methods aimed at strengthening psychological resilience help military personnel discover their inner resources and channel them correctly. This article examines various methodological approaches related to self-mobilization in military conditions and explores ways to implement them in the training process of military personnel.

Keywords: psychological resilience, self-mobilization, military psychology, stress tolerance, modern methodological approach.

Kirish. Zamonaviy dunyoda harbiy psixologiya, nafaqat jangovar sharoitlarda, balki tinchlik davrida ham katta ahamiyatga ega. Harbiy xizmatchilarni tayyorlash va ularning professionallikka erishishida psixologik barqarorlik muhim o'rin tutadi. Harbiy xizmatda psixologik barqarorlik, nafaqat individual xususiyat sifatida, balki guruh, birlashma darajasida ham katta rol o'ynaydi. Bugungi kunda psixologik barqarorlik, harbiy sharoitda o'z-o'zini safarbar qilish va stressga qarshi turish ko'nikmalarining shakllanishi, harbiy xizmatchilarning psixologik saqlanishini ta'minlashda muhim omil bo'lib, ularning

samarali xizmat yuritishi, turli ekstremal vaziyatlarga moslashish imkoniyatlarini oshiradi. Zamonaviy jangovar va tinchlik davrlarida yuzaga keladigan turli murakkab vaziyatlar harbiy xizmatchilardan yuqori psixologik chidamlilik, stressni boshqarish va qarorlar qabul qilishda mustahkam ruhiy holatni talab qiladi. Xavfli sharoitlar, tezkor vaziyatlar va cheksiz psixologik bosimlar harbiy xizmatchilarni doimiy ruhiy zo'riqish ostiga qo'yadi. Shu bilan birga, zamonaviy texnologiyalar va strategiyalarning rivojlanishi harbiy xizmatchilarning ko'nikmalariga yangi talablar qo'yadi. Ular nafaqat jismoniy jihatdan, balki psixologik jihatdan ham kuchli bo'lishi zarur, chunki murakkab vaziyatlar va harbiy faoliyatning yangi shakllari stressni ko'proq keltirib chiqarishi mumkin. Harbiy xizmatchilarning o'z-o'zini safarbar qilish qobiliyati, ya'ni o'z ichki resurslarini samarali ishlatish, qarorlar qabul qilishda va maqsadlarga erishishda o'zini motivatsiyalash, psixologik barqarorlikka asoslangan rivojlanishni ta'minlaydi. Shunday qilib, harbiy psixologiyaning asosiy vazifalaridan biri psixologik barqarorlikni oshirish, stressga qarshi kurashish va murakkab holatlarda salbiy psixologik holatlarning oldini olishdir. Bu esa, o'z navbatida, jangovar vaziyatlarda yoki tinchlik davrida ham harbiy xizmatchilarning samarali faoliyatini ta'minlashga yordam beradi.

Maqolada psixologik barqarorlik va o'z-o'zini safarbar qilishning ahamiyati, harbiy sharoitdagi roli va ularni rivojlantirish uchun zamonaviy metodologik yondashuvlar o'rganiladi. Bu mavzu ayniqsa bugungi kunda, harbiy psixologiyaning rivojlanishi, yangi usullar va metodlarni joriy etish zarurati bilan aloqador. Zamonaviy harbiy sharoitlarda psixologik barqarorlikni ta'minlash, xususan, stressni boshqarish va o'z-o'zini safarbar qilish ko'nikmalarini shakllantirish orqali harbiy xizmatchilarni tayyorlash jarayonida mustahkam poydevor yaratiladi. Shuning uchun, ushbu mavzuning dolzarbligi, harbiy psixologiyaning kelajagini va harbiy xizmatda muvaffaqiyatni ta'minlashda psixologik jihatlarining muhimligini anglatadi. Psixologik barqarorlik va o'z-o'zini safarbar qilishning rivojlanishi harbiy psixologiyaning muhim tarkibiy qismiga aylanishi lozim. Shu maqsadda, psixologik barqarorlikni oshirishga qaratilgan metodlarni ishlab chiqish va qo'llash harbiy xizmatchilarni ekstremal sharoitlarga tayyorlashda juda muhim hisoblanadi.

Zamonaviy psixologik metodlar harbiy xizmatchilarda stressga qarshi turish, vaziyatga moslashish, o'z-o'zini safarbar qilish va guruh sifatida ishlash ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan. Bu metodlar, shuningdek, harbiy xizmatchilarda mustaqil fikrlash, qarorlar qabul qilish va o'z his-tuyg'ularini boshqarish qobiliyatlarini rivojlantiradi. Maqolada psixologik barqarorlik va o'z-o'zini safarbar qilishning harbiy psixologiyadagi ahamiyati, shuningdek, bu ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan zamonaviy metodologik yondashuvlar haqida batafsil tahlil qilinadi. Bu masalalar harbiy xizmatchilarni ruhiy va jismoniy jihatdan tayyorlashda, ularning muvaffaqiyatli faoliyat yuritishlariga katta ta'sir ko'rsatadi.

Adabiyotlar tahlili. Psixologik barqarorlik va o'z-o'zini safarbar qilishning harbiy psixologiya sohasidagi o'rni va ahamiyatini o'rganish bir qator psixologik tadqiqotlar va ilmiy ishlanmalar orqali taqdim etilgan. Ushbu sohada o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, harbiy xizmatchilarning psixologik barqarorlik darajasi, ularning jangovar vaziyatlarda faoliyat ko'rsatish qobiliyatiga bevosita ta'sir qiladi. Ko'plab tadqiqotlar psixologik barqarorlikning stressli vaziyatlarda qaror qabul qilish, ijtimoiy muloqot va jismoniy salomatlikka ta'sirini ta'kidlashga qaratilgan.

Xususan, A.V. Petrov (2007) o'zining "Harbiy psixologiya: muammolar va yondashuvlar" asarida psixologik barqarorlik va stressga qarshi turishning harbiy sharoitdagi ahamiyatini chuqur tahlil etgan. Petrovning fikricha, harbiy psixologiya o'zida nafaqat jismoniy tayyorgarlik, balki ruhiy mustahkamlikni ham talab qiladi. U psixologik barqarorlikni shakllantirishda trening va o'quv jarayonlariga individual yondashuvning muhimligini ta'kidlagan va stressga qarshi kurashishda maqsadga yo'naltirilgan metodlarni qo'llash zarurligini ko'rsatgan [1]. Shuningdek, L. Ya. Zaxarov (2003) harbiy xizmatchilarning psixologik barqarorligini oshirishga qaratilgan treninglar va psixologik tayyorgarlik metodlarini ishlab chiqqan. Uning tadqiqotlarida psixologik tayyorgarlik, guruhning birlashgan ishlash qobiliyatini oshirish va individual psixologik holatni mustahkamlashda muhim rol o'ynaydi. Zaxarovning fikricha, psixologik barqarorlik nafaqat individual shaxsning holatini, balki guruhning umumiy psixologik muhitini ham shakllantiradi, bu esa o'z navbatida muvaffaqiyatli vaziyatga moslashish va qarorlar qabul qilishda yordam beradi [2].

A. M. Makarov (2015) "Harbiy psixologiyada stressga qarshi kurash va barqarorlikni oshirish" nomli ishida stressni boshqarish va o'z-o'zini safarbar qilishning harbiy xizmatchilar uchun zaruriy ko'nikmalar ekanligini isbotlagan. Makarovning tadqiqotida stressli vaziyatlarga moslashish va ruhiy barqarorlikni saqlashning harbiy psixologiyada mustahkamlanishi kerakligi haqida batafsil ma'lumot berilgan. U, shuningdek, harbiy xizmatchilarning psixologik tayyorgarligini oshirish uchun zarur bo'lgan metodlarni va yondashuvlarni taqdim etgan, ular stressga qarshi kurash va yuqori darajadagi motivatsiyani shakllantirishga qaratilgan [3]. V. A. Ivanov va V. V. Dobrokhotoy (2011) o'z asarlarida psixologik barqarorlikni oshirishning zamonaviy metodlarini o'rganishga alohida e'tibor qaratgan. Ular psixologik tayyorgarlik jarayonida o'z-o'zini safarbar qilishning ahamiyatini ko'rsatgan va o'z-o'zini motivatsiya qilishning

psixologik jarayonlarini tahlil qilgan. Ularning tadqiqotlari, harbiy xizmatchilarning psixologik barqarorlikni oshirishga qaratilgan treninglar va psixologik kurslarning samaradorligini ko'rsatadi [4].

Tahlil va natijalar. Psixologik barqarorlik – bu shaxsning stressli vaziyatlar, ekstremal holatlar yoki o'zgaruvchan sharoitlarga moslashish qobiliyati, ruhiy barqarorlikni saqlash va ijobiy holatni davom ettirishga yordam beradigan psixologik jihatdir. Ushbu tushuncha harbiy psixologiyada muhim o'rin tutadi, chunki harbiy xizmatchilar o'z faoliyatida tez-tez psixologik bosimga duch kelishadi. Harbiy sharoitlarda psixologik barqarorlik shaxsning o'zini saqlash va vaziyatga moslashish qobiliyatini ta'minlaydi, bu esa samarali xizmat qilishning asosiy omillaridan biridir. Psixologik barqarorlik, bir tomondan, stressni boshqarish va psixologik holatni barqaror saqlash ko'nikmalarini o'z ichiga oladi, boshqa tomondan esa, harbiy xizmatchilarning o'z-o'zini safarbar qilish qobiliyatini shakllantirishda asosiy rol o'ynaydi. Lug'aviy ma'noda "barqarorlik" so'zi o'zgaruvchan yoki noqulay sharoitlarga qarshi turish va ularga moslashish qobiliyatini bildiradi. "Psixologik barqarorlik" esa, shaxsning o'z ichki salohiyatini, emosional holatini va fikrlash tarzini boshqarishda doimiy ravishda mustahkam bo'lishini ta'riflaydi. Shaxsning o'zini idora qilish qobiliyati, stressni boshqarish va psixologik muvozanatni saqlash psixologik barqarorlikning asosiy omillaridan biridir. Quyidagi jadvalda stress omillari keltirilgan:

1-jadval.

Stress omillari

Parametr	Biologik stress	Psixologik stress
Stress sababi	Organizmga jismoniy, kimyoviy, biologik ta'sir	Ijtimoiy ta'sir yoki shaxsiy fikrlar
Havf hususiyati	Doimo real	Real yoki virtual
Stress yo'nalganligi	Hayotga, sog'liqqa, jismoniy holatga	Ijtimoiy maqom
Sog'liq va hayotga real xavf solish darajasi	Mavjud	Mavjud emas

Psixologik barqarorlikning nazariy asoslariga kelsak, bir qator psixologik yondashuvlar mavjud. Masalan, Kognitiv-behavioral terapiya (CBT) metodologiyasi stressni boshqarishning samarali usuli sifatida tanilgan. CBT, insonning ijobiy va salbiy fikrlarining psixologik holatiga qanday ta'sir qilishini o'rganib, stressni boshqarish va psixologik barqarorlikni oshirishga yordam beradi. Bu yondashuvda shaxsning o'zgaruvchan sharoitlarga qanday javob berishini tahlil qilish va salbiy fikrlarni to'g'rilashga qaratilgan usullar qo'llaniladi. Yevgeniy K. Zdravomyslov va Leonid I. Mityushkin tomonidan ishlab chiqilgan "stressning psixologik nazorati" nazariyasiga ko'ra, stressni boshqarish qobiliyati shaxsning psixologik barqarorligini ta'minlashda markaziy o'rin tutadi. Ular, shuningdek, stressga qarshi turish va psixologik chidamlilikni oshirishda ichki psixologik resurslarning roli katta ekanligini ta'kidlaydilar. Bu resurslar shaxsning o'z-o'zini boshqarish, o'z fikrini va his-tuyg'ularini tahlil qilish va stressli vaziyatlarda salbiy holatlarga qarshi turish qobiliyatidir.

Shuningdek, psixologik barqarorlikni oshirishga qaratilgan metodologiyalardan biri mindfulness (diqqatni jamlash) texnikasidir. Jon Kabat-Zinn tomonidan ishlab chiqilgan mindfulness, stressni boshqarish va psixologik barqarorlikni mustahkamlashga yordam beradigan eng samarali yondashuvlardan biridir. Mindfulness texnikalari yordamida harbiy xizmatchilar o'z diqqatini hozirgi vaqtga yo'naltirishi, stressni kamaytirishi va psixologik barqarorligini oshirishi mumkin. Ushbu yondashuv, shuningdek, harbiy xizmatchilarda o'z-o'zini safarbar qilish va vaziyatga moslashish ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi. Psixoterapevtik yondashuvlar ham psixologik barqarorlikni oshirishda muhim rol o'ynaydi. Guruh terapiyasi va psixologik treninglar harbiy xizmatchilarda stressni boshqarish va o'zaro yordam ko'rsatish ko'nikmalarini shakllantirishga yordam beradi. Bu metodlar orqali harbiy xizmatchilar guruh sifatida o'zaro qo'llab-quvvatlashni, stressga qarshi kurashishni va ruhiy holatni boshqarishni o'rganadilar. Harbiy xizmatda psixologik barqarorlikni oshirish uchun guruhning o'zaro yordam ko'rsatish va qo'llab-quvvatlashga tayyor bo'lishi zarur. Guruh sifatida psixologik barqarorlikni ta'minlash, harbiy xizmatchilarning stressga qarshi kurashish va vaziyatga moslashishda yanada samarali bo'lishlariga yordam beradi.

Zamonaviy harbiy psixologiyada psixologik barqarorlik va o'z-o'zini safarbar qilishning o'rni katta ahamiyatga ega. Harbiy xizmatning o'ziga xos sharoitlari, ko'pincha stressli vaziyatlar va yuqori darajadagi psixologik bosim ostida bo'lishi kerak bo'lgan vazifalar, harbiy xizmatchilarning psixologik barqarorlik darajasiga alohida e'tibor qaratishni talab qiladi. Ushbu tadqiqotda psixologik barqarorlik va o'z-o'zini safarbar qilishning harbiy psixologiya sohasidagi o'rni va ahamiyati chuqur tahlil qilindi va metodologik yondashuvlar, treninglar va psixologik yordamni qo'llashning muhim jihatlari o'rganildi.

1. Psixologik barqarorlik va stressni boshqarish:

Psixologik barqarorlik harbiy xizmatchilarning hayotida eng muhim omillardan biridir. Jangovar sharoitlar, xavf-xatarlar va jismoniy kuch talab qiluvchi vaziyatlar, shuningdek, doimiy psixologik bosim harbiy xizmatchilarning ruhiy va jismoniy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Tadqiqotda ko'rsatilishicha, psixologik barqarorlik o'z-o'zini safarbar qilish bilan bevosita bog'liq bo'lib, harbiy xizmatchilar stressga qarshi turish, vaziyatga moslashish va o'zining ichki resurslarini muvaffaqiyatli boshqarishda yuqori ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak. Psixologik barqarorlikni shakllantirishning eng samarali usullaridan biri stressni boshqarish va vaziyatga nisbatan ijobiy fikrlashga o'rgatishdir. Tadqiqotlar ko'rsatilishicha, psixologik barqarorlik va stressga qarshi kurashishning eng samarali metodlari kognitiv-psixologik usullarni qo'llashdir. Masalan, psixologik treninglar va ko'nikmalarni rivojlantirish orqali harbiy xizmatchilar stressli vaziyatlarga qarshi turishga, o'z-o'zini safarbar qilishga va sog'lom ruhiy holatni saqlashga muvaffaq bo'ladilar. Bu usullar yordamida harbiy xizmatchilar stressning turli omillarini aniqlashni va ularga qarshi kurashishni o'rganadilar.

Mindfulness (Diqqatni jamlash) usulini o'zlashtirish. Mindfulness – bu hozirgi paytda bo'lish va atrofdagi har bir narsaga to'liq e'tibor berish amaliyoti. Stressli vaziyatlarda hozirgi onga diqqatni jamlash, o'z fikrlaringizni va his-tuyg'ularingizni kuzatib, ularni baholamagan holda qabul qilishni o'rgatadi. Bu usul nafaqat stressni kamaytirishga, balki salbiy his-tuyg'ularni boshqarishga ham yordam beradi.

Amaliyot: Har kuni 10-15 daqiqa davomida chuqur nafas olish va hozirgi onga to'liq e'tibor qaratish. Bu jarayon nafasni kuzatish, his-tuyg'ularni sezish va ularni qabul qilishdan iborat.

Breytingli fikrlash (Cognitive Restructuring)

Stressli vaziyatlarda odamlar ko'pincha salbiy fikrlarni ko'taradilar, masalan, "Men buni uddalay olmayman", "Bu juda qiyin", "Har doim shunday bo'ladi". Bu salbiy fikrlar odamning stressga bo'lgan reaksiyasini kuchaytiradi. **Changing your thinking** (fikrlashni o'zgartirish) texnikasi salbiy fikrlarni tan olish va ularni ijobiy, realizmga asoslangan fikrlar bilan almashtirishni o'rgatadi.

Amaliyot: Agar sizni biron-bir vaziyat yoki muammo qiyinchiliklarga duchor qilsa, salbiy fikrni aniqlang va uni ijobiy nuqtai nazar bilan almashtiring. Misol uchun, "Men bunga tayyor emasman" o'rniga "Bu yangi tajriba va men o'rganishim mumkin" degan fikrni tanlang.

Jismoniy faollikni oshirish. Jismoniy mashqlar stressga qarshi kurashish uchun samarali vosita hisoblanadi. Mashqlar nafaqat jismoniy salomatlikni yaxshilaydi, balki endorfin ishlab chiqarilishiga yordam beradi. Bu, o'z navbatida, kayfiyatni yaxshilaydi va stressni kamaytiradi.

Amaliyot: Har kuni kamida 30 daqiqa davomida jismoniy faollikni amalga oshiring. Bu yugurish, yurish, velosiped minish yoki yoga kabi faoliyatlar bo'lishi mumkin.

2. Psixologik tayyorlik va treninglar:

Psixologik barqarorlikni oshirishda psixologik tayyorgarlikning o'zni juda katta. Harbiy xizmatchilarning psixologik barqarorligini shakllantirish uchun maxsus treninglar va metodologik yondashuvlar qo'llaniladi. Tadqiqotda, psixologik tayyorgarlik jarayonida harbiy xizmatchilarga stressga qarshi kurashish, o'z-o'zini safarbar qilish va ijobiy ruhiy holatni saqlashni o'rgatishga alohida e'tibor qaratilgan. Treninglar ikki asosiy komponentga asoslanadi: birinchisi, individual psixologik tayyorgarlik, ikkinchisi esa guruhni motivatsiya qilish va birlashgan ishlarni amalga oshirish. Harbiy xizmatchilarni individual ravishda tayyorlashda, stressni boshqarish bo'yicha maxsus metodlar, kognitiv terapiya va tasavvur qilish texnikalari yordamida psixologik barqarorlikni oshirishga erishiladi. Guruhning motivatsiyasini oshirishda esa guruh dinamikasi, jamoaviy ish va o'zaro yordamga e'tibor qaratiladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, guruhda birgalikda ishlash va umumiy maqsadlarga yo'naltirilgan motivatsiya harbiy xizmatchilarning o'zaro hamjihatligini va stressga qarshi kurashish ko'nikmalarini mustahkamlashga yordam beradi.

3. Innovatsion yondashuvlar va psixologik barqarorlikni rivojlantirish:

Zamonaviy harbiy psixologiyada innovatsion texnologiyalar va metodlarni qo'llash muhim ahamiyatga ega. Tadqiqotda, stressni boshqarish va psixologik barqarorlikni oshirish uchun ilg'or psixologik texnikalar, masalan, virtual reallik simulyatsiyalari, meditatsiya va tasavvur qilish kabi metodlar taqdim etildi. Ushbu metodlar yordamida harbiy xizmatchilar o'zlarining psixologik salomatligini saqlab qolish, stressni boshqarish va xavfli vaziyatlarda tezkor va to'g'ri qarorlar qabul qilishga o'rgatiladi. Virtual reallik yordamida amalga oshirilgan treninglar harbiy xizmatchilarni haqiqiy jangovar sharoitlarga yaqinlashtirishga, psixologik barqarorlikni oshirishga va stressga qarshi kurashish ko'nikmalarini mustahkamlashga yordam beradi. Bunday treninglar, o'z navbatida, harbiy xizmatchilarning jangovar sharoitlarga tayyorligini oshiradi va ularni yuqori darajada psixologik barqarorlikka erishishga yo'naltiradi.

4. Psixologik barqarorlikni rivojlantirish natijalari:

Tadqiqotning asosiy natijalari shuni ko'rsatadiki, psixologik barqarorlikni oshirish va o'z-o'zini safarbar qilishning zamonaviy metodlari harbiy xizmatchilarning ruhiy va jismoniy holatini sezilarli darajada yaxshilaydi. Psixologik tayyorgarlik va treninglarning muvaffaqiyatli qo'llanilishi, shuningdek, innovatsion yondashuvlar stressga qarshi kurashish va vaziyatga nisbatan moslashish qobiliyatlarini oshiradi. Harbiy xizmatchilar stressli vaziyatlarda qaror qabul qilishda aniq va samarali bo'lib, o'zlarining psixologik holatini saqlashga muvaffaq bo'ladi. Natijada, psixologik barqarorlik va o'z-o'zini safarbar qilishning zamonaviy metodlari harbiy xizmatchilarning jangovar sharoitlarda muvaffaqiyatli faoliyat yuritishini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Bu metodlar harbiy xizmatchilarning psixologik tayyorgarligini oshirishga, stressni boshqarishga va ijtimoiy-psixologik salomatlikni yaxshilashga yordam beradi. Shuningdek, bunday metodlar harbiy xizmatchilarning umumiy samaradorligini oshirib, jangovar vaziyatlarda muvaffaqiyatni ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Bu natijalar harbiy psixologiyaning yanada rivojlanishi, yangi yondashuvlar va metodlarni ishlab chiqish zaruratini ta'kidlaydi. Zamonaviy texnologiyalar va psixologik metodlarni harbiy xizmatchilarning psixologik tayyorgarligini oshirish uchun qo'llash, stressni boshqarish va o'z-o'zini safarbar qilishning samarali yo'llarini yaratishga imkon beradi.

Xulosa. Ushbu tadqiqotda psixologik barqarorlik va o'z-o'zini safarbar qilishning harbiy psixologiya sohasidagi o'rni, ahamiyati va rivojlanishining zamonaviy metodologik yondashuvlari tahlil qilindi. Harbiy xizmatchilarning psixologik barqarorligi, ularning jangovar sharoitlarga moslashish, stressga qarshi turish va samarali qarorlar qabul qilish qobiliyatlarini oshirish uchun muhim omil hisoblanadi. Tadqiqotda ko'rsatilganidek, psixologik barqarorlikni oshirishda innovatsion metodlar, kognitiv terapiya, stressni boshqarish treninglari, va virtual reallik kabi zamonaviy yondashuvlarning ta'siri katta. Psixologik barqarorlik va o'z-o'zini safarbar qilish harbiy xizmatchilarning ruhiy salomatligini mustahkamlashga, ularning samaradorligini oshirishga va jangovar sharoitlarga tayyorlikni kuchaytirishga yordam beradi. Ushbu metodlarning harbiy xizmatga qo'llanilishi stressni boshqarish, vaziyatga moslashish va jamoaviy ishni samarali tashkil etishda muhim rol o'ynaydi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, psixologik barqarorlikni oshirish harbiy xizmatchilarning umumiy psixologik holatini yaxshilashga, ularni ko'proq motivatsiya qilishga va o'z-o'zini boshqarishda yanada mustahkam bo'lishlariga xizmat qiladi. Shu bilan birga, harbiy psixologiya sohasida psixologik barqarorlik va o'z-o'zini safarbar qilishni oshirish uchun yanada zamonaviy va innovatsion yondashuvlarni joriy qilish zarur. Kelgusida, bu yo'nalishda ilmiy tadqiqotlar va amaliy yondashuvlar yanada rivojlanishi kerak, chunki harbiy xizmatda psixologik barqarorlikning ta'siri shunchalik katta bo'lsa, uning samarali ishlashiga tayanadigan harbiy xizmatchilarning ruhiy salomatligi va umumiy faoliyat darajasi yuqori bo'ladi.

Adabiyotlar:

1. Petrov A. V. (2007). "Harbiy psixologiya: muammolar va yondashuvlar". M.: Niko-Press.
2. Zaxarov L. Ya. (2003). "Harbiy psixologiya". M.: Izd-vo "Akademiya".
3. Makarov A. M. (2015). "Harbiy psixologiyada stressga qarshi kurash va barqarorlikni oshirish". M.: Institut psikhologii.
4. Ivanov V. A., Dobrokhoto V. V. (2011). "Stress va psixologik barqarorlikni oshirish metodlari". M.: Aspekt-Press.
5. Galkin J. S. (2009). "Harbiy psixologiyada stress va barqarorlik". M.: U-Press.
6. Frolov S. A. (2013). "Psixologik tayyorgarlik va stressga qarshi kurashning zamonaviy metodlari". M.: Akademos.
7. Karpov I. I. (2010). "Harbiy psixologiyada psixologik barqarorlikni oshirishning metodologik asoslari". M.: Psixologiya.
8. Karimov I.A. «O'zbekiston: milliy istiqlol, iqtisod, siyosat, mafkura», 1-jild, Toshkent, «O'zbekiston» nashriyoti, 1996 yil
9. «Bizdan ozod va obod Vatan qolsin», 2-jild,
10. Karimov I.A. «O'zbekiston XXI asr bo'sag'asida: xavfsizlikka tahdid, barqarorlik shartlariva taraqqiyot kafolatlarini» Toshkent, «O'zbekiston» nashriyoti, 1997-yil.

UO'K 159.9.01.

Sodiqova Gulbarno Odiljon qizi,
Alisher Navoiy nomidagi Toshkent davlat
O'zbek tili va adabiyoti universiteti

Ijtimoiy-gumanitar kafedrası katta o'qituvchisi, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

OILAVIY MUNOSABATLAR VA ERTA TURMUSHGA CHIQISH MUAMMOSI HAMDA UNI PSIXOLOGIK MANBALARDA O'RGANILISHI

Annotatsiya. Maqolada oilaviy munosabatlar yoshlarni erta nikoh qurishlariga qarshilik qilish uning sabab oqibatlarini ochib berish, erta nikoh muammolari va farzandlarning nosog'lom tug'ilish sabablaridan biri ekanligi, oilaviy munosabatlar borasida psixolog olimlarning ilmiy tadqiqot ishlari fikr mulohazalar o'rin egallagan. Shuningdek, maqolada erta turmushga chiqish oilaga tayyorgarlik omillari jismoniy va pedagogik tayyorgarlik tushunchalari yoritib o'tilgan.

Kalit so'zlar: jahon, erta turmush, oila, farzand, tarbiya, munosabat, psixologik omillar, fikr, asar, suhbat, ta'lim, muammo, ijtimoiy, qadriyatlar, nikoh, nizo, muhit.

ПРОБЛЕМА СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ И РАННИХ БРАКОВ И ЕЁ ИССЛЕДОВАНИЕ В ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИСТОЧНИКАХ

Аннотация. В статье рассматриваются семейные отношения в контексте противодействия ранним бракам среди молодежи, раскрываются причины и последствия таких браков. Обсуждаются проблемы ранних браков и их роль как одной из причин рождения нездоровых детей. Приводятся научные исследования психологов в области семейных отношений. Также в статье освещаются факторы подготовки к раннему браку и созданию семьи, разъясняются понятия физической и педагогической готовности.

Ключевые слова: мир, ранний брак, семья, ребёнок, воспитание, отношения, психологические факторы, мнение, произведение, беседа, образование, проблема, социальный, ценности, брак, конфликт, среда.

THE PROBLEM OF FAMILY RELATIONS AND EARLY MARRIAGE AND ITS STUDY IN PSYCHOLOGICAL SOURCES

Abstract. In the article, the opposition of young people to early marriage of family relations reveals its cause and effect, the problems of early marriage and the unhealthy birth of children are one of the reasons, scientific research works of psychologists regarding family relations have taken place. The article also highlights the concepts of early marriage, family preparation factors, physical and pedagogical preparation.

Keywords: world, early marriage, family, child, education, attitude, psychological factors, thought, work, conversation, education, problem, social, values, marriage, conflict, environment.

Kirish. Jahonda inson hayotida muhim o'rin tutuvchi oila-nikoh, oilaviy qadriyatlar, oiladagi ijtimoiy-psixologik muhit bilan nizolarning kelib chiqishi masalalari ilmiy jamoatchilik diqqat markazidagi eng dolzarb mavzulardandir. Birlashgan Millatlar Tashkiloti (BMT) Bosh Assambleyasining 47/237 Rezolyutsiyasi bilan 1993-yilda har yili 15-mayni «Xalqaro oila kuni» sifatida nishonlash e'lon qilinganligi oilaning dunyo miqyosida beqiyos va boqiy ijtimoiy tuzilma ekanligi, oilaning barbod bo'lishi xolatlarining qayd etilish darajasi ortib borayotgan sharoitda oila institutini mustahkamlash uchun azaliy bo'lgan masala - oilaga tayyorlashda etnik stereotiplar va psixologik ustanovkalar fenomenini alohida amaliy, konstruktiv hamda yangicha yondashuv orqali yechimlarini topishni davr taqazo etmoqda.

Jahon ta'lim va ilmiy tadqiqot muassasalarida oila institutini mustahkamlashda yoshlarni oilaga tayyorlash, oiladagi rollar taqsimoti, er-xotinning o'zaro bir-birini tushunishi, hissiy yaqinligi va shaxslararo munosabatlarning oilaviy munosabatlar barqarorligiga ta'sirini o'rganish bo'yicha ilmiy tadqiqotlar amalga oshirilmoqda. Jamiyatda oilaning barbod bo'lishi holatlarining qayd etilish darajasi ortib borayotgan sharoitda oila institutini mustahkamlash ishiga alohida yondashuv asosida oilaviy munosabatlar psixologiyasi, oila qadriyatlari, oila qurish motivining etnopsixologik xususiyatlarini tadqiq etishga yangicha yondashuv orqali yechimlarini topishga oid ilmiy tadqiqot ishlarini keng qamrovda olib borishni davrning

o'zi taqazo etmoqda. Bu borada, oiladagi shaxslararo munosabatlarning etnik stereotiplar va psixologik ustanovkalarini ijtimoiy-psixologik ta'siri hamda yoshlarni oilaviy hayotga psixologik tayyorligini kompleks o'rganish orqali maxsus ilmiy tadqiq qilish dolzarb ahamiyatli muammolardan bo'lib qolmoqda.

Mamlakatimizda qizlarni erta turmushga berish holatlarini oldini olish maqsadida erta turmushning salbiy oqibatlarini va qonunchilikda belgilangan javobgarlik xususida 1 447 ta targ'ibot tadbirlari o'tkazildi, 107 ta holatda erta turmush qurishning oldi olindi, 3 ta erta turmush qurish holati aniqlanib, 7 nafar aybdor shaxslar ma'muriy javobgarlikka tortildi. Yilning o'tgan davri mobaynida yurtimizda 22 ta erta nikoh holati aniqlanib, 41 nafar shaxs ma'muriy javobgarlikka tortilgan. Shuningdek, 55 ta erta nikoh holatlarining oldi olingan. Erta turmush va ajrimlar sonini qisqartirish maqsadida Xalq deputatlari viloyat Kengashi huzuridagi jamoat fondi tomonidan "Inson huquqi va erkinliklariga amal qilish har bir shaxsning qadr-qimmatini e'zozlash, huquq va manfaatlarini ta'minlash, ma'naviy-axloqiy bilimlarni oshirish, oilada ijtimoiy-ma'naviy muhitni sog'lomlashtirishda nodavlat notijorat tashkilotlari faolligini oshirish", "Mustahkam va sog'lom oilada tarbiya topgan yoshlar-yurt kelajagi" mavzusida ajratilgan 60 million so'm miqdoridagi davlat granti hisobidan viloyatimizning shahar va tumanlari bo'ylab erta turmush va ajrimlar sonini qisqartirishga qaratilgan targ'ibot ishlari olib borildi.

Loyiha doirasida 3000 ga yaqin xotin-qiz va yoshlar qamrab olindi. Bundan tashqari, ijtimoiy, psixologik yordamga muhtoj xotin-qizlar va yoshlarga 12 ta psixologik va yuridik maslahatlar broshyuralari tarqatilib, shu xususda batafsil ma'lumotlar berildi. Ijtimoiy tarmoqlar orqali esa har haftada erta turmushning oldini olish, xotin-qizlarning jamiyatdagi o'rnini va faolligini oshirish bo'yicha so'rovnomalar tashkil qilinib, ularning natijalariga ko'ra maqola, ekspertlar xulosasi asosida video-lavhalar tayyorlab targ'ibot-tashviqot ishlari olib borildi.

Tadqiqot metodologiyasi. Bugungi kunda yosh oilalar o'rtasida yuzaga kelayotgan kichik tushunmovchiliklar sabab ajrimlar soni ortib borayotgan bir vaqtda 50-65 yil davomida hayot yo'llarida birga odimlab kelayotgan, qanchadan qancha qiyinchilik va to'siqlarni o'zaro hamjihatlik va mehr-muhabbat ila yengib kelgan nuroniy otaxon va onaxonlarimiz har jihatdan ibrat ekanligiga alohida urg'u berildi. Har bir oila mustahkam poydevorga ega bo'lishiga erishish, jamiyatda har bir go'dakning sog'lom tug'ilishi va yashab ketishini to'la kafolatlaydigan zarur shart-sharoitlarni yaratishga e'tibor qaratilmoqda. Darhaqiqat, Prezidentimiz ta'kidlaganidek, oila hayot abadiyligi, avlodlar davomiyligini ta'minlaydigan, xalqimizning muqaddas urf-odatlarini sayqal topadigan, kelajak avlod kamolotiga bevosita ta'sir ko'rsatadigan tarbiya o'chog'idir. Mutaxassislarining fikricha, yigit-qizlarning turmush qurish yoshi oila mustahkamligiga ta'sir ko'rsatuvchi asosiy omillardan biridir. Afsuski, ayrim ota-onalar ko'pincha farzandining kelajak taqdiri, baxt-saodati haqida o'ylamay, hali balog'at yoshiga yetmagan qizini uzatish yoki qarindoshimning qizi begona bo'lmasin, deb o'g'il uylandirish taraddudiga tushadi. Buning oqibatida qizlarni o'n olti, hatto undan kichik yoshda turmushga uzatib yuborish hollari uchrab turadi. Ammo bu ko'p hollarda bo'lg'usi onaning salomatligi va ruhiyatiga, qolaversa, yosh oilaning mustahkamligi, tug'ilajak farzandning sog'lomligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. xorij va mamlakatimiz olimlarining oila muammolariga bag'ishlangan tadqiqotlari tahlil etilgan. Rossiyalik olim V.N.Drujinin, Margeret Mid, L.Kovar, S.Brodi, E.K.Vasil'eva, I.V.Grebennikov, S.V.Kovalev, V.A.Ssenko va boshqa ko'pgina mualliflar tadqiqotlarida oilaviy hayotga tayyorlash, oila-nikoh, nikohga ma'naviy tayyorgarlik masalalari, ijtimoiy tasavvurlar, oilada taqsimlangan rollar, oila a'zolarining mavqeyi, oilada farzand tarbiyasi borasidagi g'oyalar talqin etilgan. Shuningdek, mamlakatimiz psixolog olimlaridan R.N.Alimardonova, X.Abdusamatov, D.U.Abdullaeva, R.M.Abdullayeva, F.A.Akramova, Z.B.Bilolova, R.X.Dushanov, U.R.Ibadullayeva, V.M.Karimova, A.E.Kadirova, X.K.Karimov, N.X.Lutfullayeva, SH.Murotova, G.Niyazmetova, B.SH.Norbekova, Z.A.Rasulova, F.R.Ro'ziqulov, A.T.Ro'ziqulova, M.S.Salayeva, R.S.Samarov, B.M.Umarov, M.A.Utepbergenov, M.X.Fayziyeva, R.N.Xikmatullayeva, U.D.Qodirov, O'.B.Shamsiyev, G'.B.SHoumarov, G.X.Yunusova va boshqalar mazkur muammoga e'tiborni qaratganlar.[1.6,b]

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Psixolog mutaxassislar tomonidan qizlarning 16-18 yoshlarda ona bo'lishi jiddiy muammolarni keltirib chiqarishi mumkinligi aniqlangan. Ko'p hollarda bunday yoshdagi qizlarning sog'lom farzandni dunyoga keltirishida turli muammolar kelib chiqadi. Qizlarning jismonan va ruhan onalikka tayyor bo'lmasdan oila qurishi ko'pincha tug'ruq jarayonida o'lim xavfi ortishiga sabab bo'ladi. Binobarin, erta homiladorlik yosh ona hamda bo'lajak farzand uchun har tomonlama xavflidir. Zamonaviy yoshlarni nikohga tayyorlash muammolari Dubrovina I.V., Grebennikov I.V., Kozlov N.I., To'roxtiy V.S., Razumixina T.M. va boshqalarning ilmiy tadqiqotlarida uchratishimiz mumkin. Ikkinchi yo'nalishni yosh muammolari bo'yicha tadqiqotlar deb hisoblash mumkin va bu yo'nalishda Erikson E., Kreyg G., Abramova G.S. va boshqalar ilmiy izlanishlar olib borishgan. Uchinchisi yo'nalish esa- oilaviy hayotning barcha muammolari bo'yicha tadqiqotlar, masalan, oilaviy hayotni davriylashtirish, farovonlik

uchun shart-sharoitlar majmui nikoh, sherikning "to'g'ri" tanlovi, sabablari va xususiyatlari turli nikoh nizolari Sysenko V.A., Obozova A.N., Shapiro B.Yu. asarlarida tatbiq qilingan. A.N.Sizanovanning so'zlariga ko'ra, insonning psixologik tayyorgarligi oilaning yaratilishi rivojlangan muloqot qobiliyatlari mavjudligida, birlikda namoyon bo'ladi yoki oilaviy hayotga, dunyoga qarashlarning o'xshashligi, oilani yaratish qobiliyati sog'lom, qulay axloqiy va psixologik iqlim, barqarorlik his-tuyg'ular, xarakter shakllanadi. Muallif psixikaning katta plastikligini ta'kidlaydi, yoshlarga xos xususiyat, yangiga moslashish qobiliyati yuqori munosabatlar turlari, yoshi mutlaq soni qachon mos keladi nikoh tuzuvchilar o'rtasidagi yosh farqi uch yildan besh yoshdan oshmasligi maqbul variant ekanligini takidlaydi. Faqat sherikning his-tuyg'ulariga ehtiyotkor, hurmatli munosabat, shaxsiy munosabatning ochiq ifodasi, ko'rsatish qobiliyati va o'z his-tuyg'ularini tushuntirish rivojlanishga olib kelishi mumkin. Oila qurishga pedagogik tayyorgarlik kiradi pedagogik savodxonlik, jinsiy tarbiya, iqtisodiy ko'nikma va qobiliyatlar shular jumlasidandir. Pedagogik savodxonlik bu bola rivojlanishining qonuniyatlari, uni tarbiyalash xususiyatlari to'g'risida bilim; chaqaloqqa g'amxo'rlik qilish ko'nikmalarining mavjudligi kabi tendensiyalarni ham o'z ichiga oladi. Pedagogik tayyorgarlik ham jinsiy aloqani nazarda tutadi yaxshi xulq-atvor - mavjud intim haqida kerakli bilimlarni o'zlashtirish inson hayotining tomonlari, shaxsiy to'g'ri qarashlari gender munosabatlari, sevgini qanday saqlashni bilish tushunchalari oilani yanada mustahkamlashiga xizmat qiladi. Yoshlarning oilaviy hayotga tayyorligiga ishonchni shakllantirish muhim uning ijtimoiy yetukligining o'ziga xos xususiyati mavjud. Oiladagi hissiy va psixologik muhitdan norozilik, asotsial oilalar sonini ko'payib borishiga sabab bo'lmoqda.

Shapiro B.Y. kelajakdagi turmush o'rtoqlarning sherik tanlash jarayoniga haqiqiy tayyorgarligi nihoyatda muhim ekanligini takidlagan. Uning fikricha, eng xavfli narsa emas ta'sir ostida paydo bo'ladigan sherik tanlashda motivlarni bilish muayyan an'analar, ijtimoiy tasdiqlangan standartlar masalan, faqat sherigingizning tashqi ko'rinishiga, e'tibor qaratish. Nikoh, ko'pincha mustaqil qiymat sifatida ishlatilmaydi. O'z navbatida, bu er-xotinning shakllanishi davridagi muammolar majmuasining manbai hisoblanadi. Shuning uchun eng muhim profilaktika chorasi Shapiro B.Yuning takidlashicha yoshlarning motivatsiyalarini tushunishga qaratilgan deb hisoblaydi. Insonning turmush qurishga tayyorligi juda muhimligini ta'kidlab, V.N. Drujinin ta'kidlashicha, nikohning kuchi va taqdiri ularning soniga bog'liq omillar, chunki u kompleksga ega bo'lgan ikkita alohida shaxsni o'z ichiga oladi murakkab psixologik va fiziologik xususiyatlar tarkibiga kiradi. Odamlar uchun, turmush qurganlar uchun yetuk shaxslar bo'lish juda muhimdir. Psixologik yetuklik, Drujinin V.N.ga ko'ra, o'z ichiga oladi ortiqcha egoizmning yo'qligi, tajovuzkorlik va aksincha – xususiyatlar o'z xatolarini tan olish imkoniyati va doimiylik istagi oilaviy munosabatlarni yaxshilash zaruriyatini takidlaydi [2.9,b].

Tahlil va natijalar. Oilaviy hayotga tayyorlik ma'lum bir shaxsiy xususiyatdir yoshlar, ijtimoiy yetuklik darajasining eng muhim ko'rsatkichi, ruhiy salomatlik hisoblanadi. I.V. Dubrovinaning fikricha, yoshlarni tayyorlashda optimal axloqiy dunyoni shakllantirishdan tashqari oilaviy hayot shaxsiyat, g'oyalarning maxsus tizimini ishlab chiqish juda muhimdir o'zini ma'lum bir jinsdagi shaxs sifatida ko'rish o'ziga xos ehtiyojlar, qiymat yo'nalishlari, motivlar, munosabat bu tasvirlarga mos keladigan qarama-qarshi jins vakillari xulq-atvor shakllarini inobatga olish zarur. Zimina N.A. 2016 yilda "Yoshlarning shaxsiy yetukligi" mavzusida tadqiqot olib bordi. Unda "Oilaviy hayotga tayyorlik mezon" ma'lumotlari shuni ko'rsatdiki, qizlar yosh yigitlarga qaraganda ko'proq darajada to'liq tushunish va qabul qilish bilan ajralib turadi ularning gender roli ("Men kimman?" usuli bo'yicha 15% o'g'il bolalar va 24% qizlar). Bu fakt qizlar uchun psixoseksualizm sohasi ekanligini ko'rsatadi o'z-o'zini anglashning yanada muhim va ichki qabul qilingan mavzusidir [4,14.b]. Bundan tashqari, hozirgi paytda yoshlarning faqat kichik bir qismi o'zlarini kelajakdagi oilaviy rollarga tayyorman deb hisoblashi aniqlangan. Ammo qizlar uchun bu ko'rsatkich yuqoriroq, bu esa yigitlarga qaraganda turmush qurishga ertaroq tayyorligini ko'rsatishi mumkin. R, Schille G.Andreeva T.V.Grebennikov I.V.Sysenko V.A.Sizanov va I. V. Grebennikov qayd etadiki, haqiqiy o'zaro sevgi hissi nikohga tayyorlikni belgilamaydi aksincha bir-birini tushunish qadrlash muhim mezon hisoblanadi. [5.160,b]

Sizanov A.N. "Oilaviy hayotga tayyorlik" dissertatsiyasida quyidagi komponentlar: motivatsion, psixologik, pedagogik va ijtimoiy-axloqiy tayyorgarligi takidlab o'tadi. 1. Ijtimoiy va axloqiy tayyorgarlikni aniqlash, Sizanov A.N. fuqarolik yetukligini anglatadi - yosh (20-22 yoshdagi qizlar uchun, uchun o'g'il bolalar - 23 - 28 yosh), o'rta yoki oliy ma'lumotga ega; kasb-hunar, iqtisodiy mustaqillik, shuningdek, shakllangan axloqiy ongga ega bo'lishini tahlil qilgan. Axloqiy ong yoshlarning ijtimoiy tushunchasi oilaning ahamiyati, rivojlangan mas'uliyat hissi, tayyorlik o'zaro hurmat, shuningdek, odamlarning barcha huquq va majburiyatlarini amalga oshirish, nikoh munosabatlariga kirishishda o'rin egallaydi. 2. Motivatsion tayyorgarlik. Yaratilishning asosiy motivi oila bu sevgi. Biroq, boshqa sabablar ham bor: sabab va moddiy sabablarga ko'ra. Motivatsion tayyorgarlik mustaqillikni anglatadi (kundalik ko'nikmalarga ega bo'lish,

moddiy avtonomiya, mustaqil ravishda qabul qilish qobiliyati qarorlar), shuningdek yaratilganlar uchun javobgarlikni shakllantirish oila, bolalarni tug'ish va tarbiyalashga tayyorlik. V.N. Drujininlar shaxsiy kamolotga alohida e'tibor berishadi yoshlar turmush qurishadi. Bu shaxsiy yetuklikning to'rtta turini 1) javobgarlik; 2) o'z-o'zini rivojlantirish; 3) tolerantlik; 4) ijobiy fikrlash, ijobiy munosabat keltirib o'tadi.

Tadqiqot ishimizda Toshkent shahar va Jizzax viloyatida yashovchi qizlarni oilaviy tasavvurlarini o'rganish uchun so'rovnoma olib bordik. Quyidagi 1-jadvalda uning natijalari bayon etilgan.

**“Qizlarni oila haqidagi qarashlari” so'rovnomasining hududlar bo'yicha natijalari
(Toshkent va Jizzax hududi misolida) n-274**

Shkala	Hudud	O'rtacha	Dispersiya	n	t
Oila haqida tasavvurlari darajasi	T	2,93	0,45	140	2,28
	J	2,85	0,41	134	
Oila qurishda nimalarga e'tibor berish istaklari	T	1,40	1,01	140	-0,68
	J	1,57	1,27	134	
Baxtli bo'lish uchun nimalar qilish haqidagi qarashlari	T	2,29	0,53	140	0,54
	J	2,17	0,62	134	
O'zlarini oilaga tayyorman deb hisoblashlari	T	3,01	0,83	140	1,32*
	J	2,02	0,78	134	
Farzand tarbiyalashga tayyorman deb o'ylashlari	T	2,01	0,83	140	-0,99
	J	2,02	0,80	134	

Izoh: *p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001;

Jadvaldan ma'lumki, oila haqidagi qizlarning qarashlari o'rtasida ahamiyatga molik farqlar aniqlanmadi. Faqatgina o'zlarini oilaga tayyorman deb hisoblashlari bo'yicha ahamiyatli farq aniqlandi t=-1,32 p<0,05 unga muvofiq Toshkentda yashovchi qizlarimiz o'zlarini oilaga tayyorman deb hisoblashmoqda. Bu esa hududlar kesimida ijtimoiy fikrlarda turli tafavvutlar mavjud ekanligini va Toshkent shahrida qizlar erta turmushga berilishini anglatadi.

Xulosa va takliflar. Yoshlarni ayniqsa qizlarni erta turmushga chiqish yoki uzatib yuborish muammosi bugungi kunda boshqa davlatlar qatori mamlakatimizda ham dolzarb mavzulardan biriga aylanib bormoqda, xususan erta turmush qurish oilaviy munosabatlarga tayyor emaslik holatlari oilalarni ajrim yoqasiga olib kelishiga va 1 yoki 2ta farzandlar baxtsiz ota yoki onasiz voyaga yetishiga sabab bo'lmoqda, chunki erta turmushga chiqish oila qurish oilaviy qiyinchiliklarga tayyor emaslik yoki jismoniy jihatdan yetilmaganlik sababi subektiv va obektiv omillar oilalarni parokanda qilishi mumkin, shu kabi misli ko'rilmagan mumamolarni oldini olish va bartaraf etish uchun mamlakatimizda salmoqli ishlar amalga oshirilmoqda. Olib borilgan tushuntirish ishlari va qabul qilingan qarorlar natijasi o'laroq bu masalaga fuqorolarimizni jiddiy yondashishlarini va masuliyatli bo'lishlarini ta'minlashimiz mumkin.

Adabiyotlar:

1. N.Djuhonova “O'zbek va qirg'iz qizlarini oilaga tayyorlashda etnik stereotiplar va psixologik ustanovkalar” avtoreferati, - T. - 2023 y. 6 b.
2. Burieva M.R. O'zbekistonda oila demografiyasi. -T.:, 1997. - 9 b.
3. Исаев Д.Н., Каган В.Э. Половое воспитание и психогигиена пола у детей. –Л.:, 1979. – 184 с.
4. Исаев Д.Н., Каган В.Э. Психогигиена пола у детей: руководство для врачей. –М.:, 1986. –14 с.
5. Исаев Д.Н., Каган В.Э. Половое воспитание детей. –Л.:, 1988. –160 с.
6. Ismailov M.N. O'quvchi gigienasi. –T.:, 1977.
7. Klenitskaya E.M. Qiz bola tarbiyasi. –T.:,- Meditsina, 1971.
8. Ковалев С.В. Психология современной семьи. –М., 1988.
- 21.Ковалев С.В. Подготовка старшеклассников к семейной жизни. –М., Ю, 1991.

Abdullayeva Mohigul Muqumjon qizi,
 Farg'ona davlat universiteti magistranti
 mohigulabdullayeva169@gmail.com

IJTIMOYIY TARMOQLARNING O'SMIRLARDA O'Z-O'ZINI ANGLASHI VA PSIXOLOGIK SALOMATLIGIGA TA'SIRI

Annotatsiya. Zamonaviy raqamli jamiyatda ijtimoiy tarmoqlar inson hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Ushbu platformalar o'smir yoshdagilar orasida o'z-o'zini anglash, ijtimoiy identifikatsiya va psixologik holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. O'smirlik davri – shaxsning o'zini tanish, jamiyatda o'z o'rnini topish jarayoni faollashadigan davr bo'lib, bu davrda ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri o'ta muhim ahamiyatga ega. Ushbu maqolada ijtimoiy tarmoqlarning o'z-o'zini anglash va psixologik salomatlikka ta'siri empirik tadqiqotlar asosida o'rganilgan.

Kalit so'zlar: o'z-o'zini anglash, ijtimoiy tarmoq, psixologik salomatlik, raqamli jamiyat, o'smirlik davri, ijtimoiy identifikatsiya, shaxsning o'zini tanishi, psixologik ta'sir.

ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА САМОСОЗНАНИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В современном цифровом обществе социальные сети становятся неотъемлемой частью жизни человека. Эти платформы оказывают значительное влияние на самоосознание, социальную идентификацию и психологическое состояние подростков. Период подросткового возраста — это этап, когда человек активно познаёт себя и находит своё место в обществе, и влияние социальных сетей в этот период имеет чрезвычайно важное значение. В данной статье изучено влияние социальных сетей на самоосознание и психологическое здоровье на основе эмпирических исследований.

Ключевые слова: самосознание, социальная сеть, психологическое здоровье, цифровое общество, подростковый возраст, социальная идентификация, самопознание, психологическое воздействие.

THE IMPACT OF SOCIAL NETWORKS ON SELF-AWARENESS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN ADOLESCENTS

Abstract. In the modern digital society, social networks are becoming an integral part of human life. These platforms have a significant impact on self-awareness, social identity, and psychological well-being, especially among adolescents. The adolescent period is a phase in which individuals actively engage in self-discovery and find their place in society, making the influence of social networks during this time crucially important. This article explores the impact of social networks on self-awareness and psychological health based on empirical research.

Keywords: self-awareness, social networking, psychological health, digital society, adolescence, social identity, self-identification, psychological impact.

Kirish. Axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi shaxsning kognitiv, affektiv va ijtimoiy-moslashuv jarayonlariga chuqur integratsiyalashmoqda. Xususan, ijtimoiy tarmoqlarning ommalashuvi o'z-o'zini anglash (self-awareness) va psixologik salomatlikka bevosita ta'sir etuvchi omil sifatida qaralmoqda. O'z-o'zini anglash psixologik konstrukt sifatida individlarning avtorefleksiya, o'ziga nisbatan metakognitiv baho va ijtimoiy identifikatsiya jarayonlarini qamrab oladi. Ushbu konsepsiya dastlab James (1890) tomonidan shaxsiy "men" nazariyasi doirasida tahlil etilgan bo'lib, Mead (1934) va Cooley (1902) tadqiqotlarida ijtimoiy dinamikaga bog'liq holatda talqin qilingan.

Ijtimoiy tarmoqlarning kundalik hayotimizdagi o'rnini inkor qilib bo'lmaydi. Ammo tahlikali jihatlariga ham ko'z yumib bo'lmaydi, ijtimoiy tarmoqlarda nafaqat vaqtimiz, balki ruhiy sog'ligimizni ham qurbon berishimiz mumkin. Ijtimoiy tarmoqlar yangi hodisa bo'lgani uchun uning atrofida hali hanuz to'liq tadqiqotlar olib borilmagan. Tadqiqotlarga ko'ra butun dunyoda 3 milliard kishi, sayyorada 40 foiz inson ijtimoiy tarmoqlardan foydalanadi. Izlanishlar bir kunda o'rtacha ikki soat ijtimoiy tarmoqlarda vaqt o'tkazishimizni tasdiqlamoqda. Fikrimizcha, bu raqamlar aniq emas, aslida ijtimoiy tarmoqlarda

ayrimlarning butun umri o'tib ketmoqda. Bu har daqiqada yarim million tvit va Snapchat dasturida qayta ishlangan fotosuratni ulashish demakdir.

Adabiyotlar tahlili va metod. Zamonaviy psixologiyada o'z-o'zini anglash uch asosiy struktural komponent orqali tavsiflanadi:

1. Kognitiv komponent – o'ziga oid bilimlar, avtorefleksiya va introspektiv idrok jarayonlari (Damasio, 1999).

2. Affektiv komponent – o'ziga nisbatan emotsional munosabat, o'ziga ishonch (self-esteem) va motivatsion orientatsiyalar (Rosenberg, 1965).

3. Ijtimoiy komponent – ijtimoiy taqqoslash (social comparison), ijtimoiy validatsiya (social validation) va ijtimoiy maqom (Tajfel & Turner, 1986).

Ijtimoiy tarmoqlarning o'z-o'zini anglash jarayoniga ta'siri dualistik paradigmada ko'rib chiqiladi:

1. Ijobiy ta'sirlar: O'z-o'zini namoyon etish (self-presentation) orqali shaxsning ijtimoiy-kognitiv identifikatsiyasi shakllanadi (Goffman, 1959). Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash (social support) orqali psixologik rezistentlik va affektiv barqarorlik oshadi (Ellison, Steinfield & Lampe, 2007). O'z-o'zini anglash jarayonlari rivojlanib, metakognitiv monitoring va o'z-o'zini regulatsiya qilish qobiliyati shakllanadi (Flavell, 1979).

2. Salbiy ta'sirlar: Ijtimoiy taqqoslash (social comparison) natijasida o'zini ideal men bilan taqqoslash sindromi yuzaga keladi, bu esa kognitiv dissonans va eksistensial tashvishni kuchaytiradi (Festinger, 1954). FOMO (Fear of Missing Out) sindromi – ijtimoiy voqealardan chetda qolish qo'rquvi orqali kortizol sekretsiyasi va simpatik asab tizimining ortiqcha faollashuvi kuzatiladi (Przybylski et al., 2013).

Raqamli tashvish (cyber-anxiety) va kiberdepressiya (cyber-depression) – ijtimoiy medianing haddan tashqari iste'moli natijasida serotoninergik va dopaminergik tizimlarning desensitizatsiyasi sodir bo'ladi, bu esa uzoq muddatda affektiv buzilishlarga olib kelishi mumkin (Twenge, 2017).

Bundan tashqari, zamonaviy nevro-psixologik tadqiqotlar ijtimoiy tarmoqlarning bosh miya kortikal aktivligiga bevosita ta'sirini tasdiqlaydi. Masalan, Andreassen va boshqalar (2012) tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda, ijtimoiy media iste'molining ortishi prefrontal korteksning ekzekutiv funksiyalarining buzilishi, dopamin ajralishining ortib borishi va o'rganilgan bog'liqlik (learned addiction) shakllanishiga sabab bo'lishi aniqlangan. Ushbu jarayon shaxsning impulsiv xatti-harakatlari, kognitiv fleksibilitet pasayishi va emotsional disregulyatsiya bilan namoyon bo'ladi.

Ijtimoiy tarmoqlarning o'z-o'zini anglash va psixologik salomatlikka ta'siri ko'p qirrali bo'lib, bu individual omillarga, foydalanish uslubiga va shaxsning psixologik barqarorligiga bog'liq. So'nggi yillarda ijtimoiy tarmoqlarning psixologik salomatlik va o'z-o'zini anglash jarayonlariga ta'siri bo'yicha ko'plab tadqiqotlar olib borilgan.

1. Twenge (2017) tadqiqoti – Uzoq muddatli ijtimoiy tarmoqdan foydalanish yoshlar orasida depressiya va yolg'izlik darajasining oshishiga olib kelganligini ko'rsatgan.

2. Huang (2020) metaanaliz tadqiqoti – O'z-o'zini anglash va ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish orasida differensial bog'liqlik mavjudligini aniqlagan. Bu bog'liqlik ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish strategiyasiga bog'liq.

3. Verduyn va boshqalar (2021) – Passiv kuzatuvchilar ko'proq depressiv simptomlarni his qilgan bo'lsa, aktiv foydalanuvchilar ijobiy hissiy tajribaga ega bo'lgan.

Ijtimoiy tarmoqlarda shaxsiy ma'lumotlarning oshkor qilinishi o'smirlarning psixologik salomatligi uchun xavf tug'diruvchi asosiy omillardan biridir. O'smirlar o'zlarini namoyon etish va o'zlarini boshqalar bilan taqqoslash jarayonida axborot xavfsizligi qoidalariga e'tibor bermasliklari mumkin, bu esa quyidagi xavflarga olib keladi:

Kiberbulling (Cyberbullying): Ijtimoiy tarmoqlarda salbiy fikr-mulohazalar va tahqirlovchi sharhlar orqali psixologik jarohat yuzaga kelishi mumkin (Kowalski et al., 2014). Doxxing (Doxxing): Shaxsiy ma'lumotlarni oshkor qilish orqali o'smirlar kiberxavfsizlik tahdidlariga duch kelishi mumkin. Bu o'z navbatida stress, xavotirlik va depressiya rivojlanishiga sabab bo'ladi. Onlayn ta'qib qilish (Cyberstalking): Begona insonlarning o'smirlarning shaxsiy profillari orqali ma'lumotlarni kuzatib borishi ruhiy zo'riqish va qo'rquv hissinı kuchaytiradi. Axborot xavfsizligi buzilishi natijasida o'smirlar o'zlariga bo'lgan ishonchni yo'qotib, o'z shaxsiy chegaralarini himoya qilishda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Bu esa o'z-o'zini anglash jarayonining patologik shakllarini rivojlantirishi mumkin.

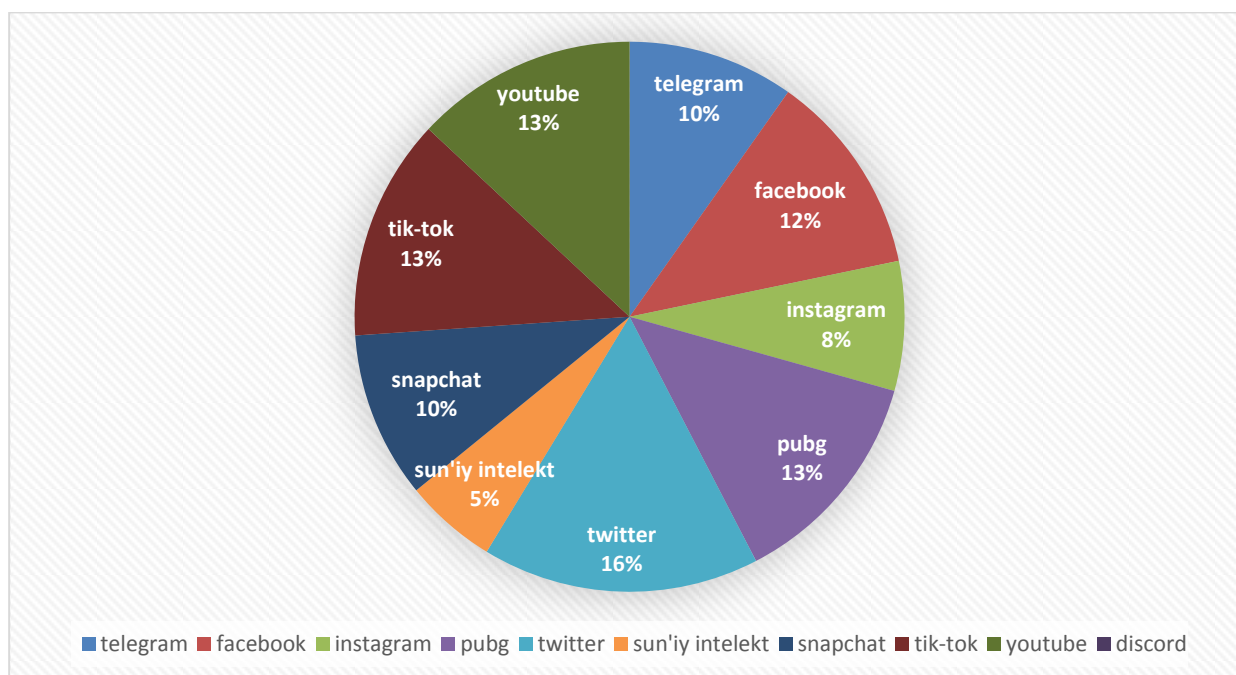
Ijtimoiy tarmoqlarning o'z-o'zini anglash va psixologik salomatlikka ta'sirini o'rganish uchun Farg'ona viloyati Furqat tumanida joylashgan 8-sonli umumta'lim maktabining 9-sinf o'quvchilarida "Siz uchun qanchalik xavfli" nomli so'rovnoma asosida tadqiqot amalga oshirildi. Ushbu so'rovnoma turli ijtimoiy tarmoqlarning nomlari keltirilib, o'quvchilar o'zlari xavfli deb hisoblagan ijtimoiy tarmoq ilovasini

1 dan 5 gacha bo'lgan raqamlarda xavflilik darajasi bo'yicha belgilashdi. So'rovnoma 5 eng xavfli darajani ifodalagan. Quyida ushbu so'rovnoma natijalarining tahlili haqida ma'lumot keltirilgan:

1-jadval.

Sinaluvchilar	Soni	Foizi
O'g'il bolalar	16	41,0
Qiz bolalar	23	59,0
Jami	39	100,0

Tadqiqotda jami 39 nafar sinaluvchi ishtirok etib, ulardan 16 nafari o'g'il bolalar hamda 23 nafari qiz bolalar, o'g'il bolalar 41% ni qiz bolalar esa 59% ni tashkil etgan,



Ushbu tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, so'rovnoma ishtirok etgan o'quvchilar ijtimoiy tarmoqdagi Twitter ilovasini o'zlari uchun eng xavfli deb hisoblashadi. Keyingi o'rinlarda esa PUBG, YOUTUBE, TIK-TOK ijtimoiy tarmoq ilovalarini ham o'zlarining psixologik salomatliklariga xavfli ta'sir darajasi ko'proq deb hisoblashadi.

O'g'il va qiz bolalarning ijtimoiy tarmoqlar xavfini baholash natijalari

(Baholar 1 dan 5 gacha o'lchov bo'yicha olingan: 1 – umuman xavfsiz, 5 – juda xavfli deb hisoblangan)

2-jadval.

Ijtimoiy tarmoq	O'g'il bolalar (M±SD)	Qiz bolalar (M±SD)	p-value guruhlar o'rtasidagi farq
Telegram	3.31± 1.62	3.43± 1.19	0.78
Facebook	3.31± 1.25	3.39± 1.44	0.86
Instagram	3.30± 1.43	3.60± 1.21	0.007**
PUBG	2.00± 1.21	3.91± 1.74	0.017**
Twitter	3.50± 1.15	3.26± 1.66	0.62
Sun'iy intellect	3.00± 1.50	3.13± 1.39	0.74
Snapchat	3.44± 1.36	3.13± 1.39	0.56
Tik-tok	3.25± 1.29	3.61± 1.41	0.07
Youtube	3.06± 1.28	4.00± 1.12	0.031**
Discord	3.25± 1.61	3.09± 1.47	0.31

(*M – o'rtacha baho, SD – standart og'ish, *p < 0.05 – statistik jihatdan ahamiyatli farq).

Natijalar. Tahlil natijalariga ko'ra, o'g'il va qiz bolalar guruhlar o'rtasida ayrim platformalarga bo'lgan munosabatda sezilarli farqlar aniqlandi: **Qiz bolalar ko'proq xavf sezgan platformalar:** Telegram,

Facebook, Instagram, PUBG, TikTok, YouTube. Izoh: Ushbu platformalar qiz bolalar uchun shaxsiy ma'lumotlarning tarqalishi, kiberjinoyatlar, kiberbulling va onlayn ta'qib xavfi nuqtayi nazaridan muhim bo'lishi mumkin. Mumtoz tadqiqotlar: Lenhart va boshqalar (2018) tadqiqotida qiz bolalar ijtimoiy tarmoqlarda jinsiy ta'qib va kiberbullingga ko'proq duch kelishlari aniqlangan.

O'g'il bolalar ko'proq xavf sezgan platformalar: Twitter, Sun'iy intellekt, Snapchat, Discord. Izoh: Ushbu platformalar o'g'il bolalar uchun anonimlik, ma'lumotlarning manipulyatsiyasi, zararli kontent va texnologik tahdidlar nuqtayi nazaridan xavfli deb baholangan. Mumtoz tadqiqotlar: Boyd (2014) ta'kidlashicha, o'g'il bolalar onlayn muhitda tajovuzkor guruhlar va manipulyativ texnologiyalarga ko'proq e'tibor qaratishadi.

Sezilarli farq aniqlangan platforma ($p < 0.05$): Twitter ($p = 0.017$). Izoh: O'g'il bolalar Twitterni ijtimoiy manipulyatsiya, soxta axborot va radikal fikrlarning tarqalishi nuqtayi nazaridan xavfli deb hisoblashadi. Mumtoz tadqiqotlar: Marwick & Lewis (2017) ta'kidlaganidek, Twitter ko'pincha o'g'il bolalar orasida siyosiy yoki mafkuraviy muhokamalar uchun xavfli platforma sifatida qabul qilinadi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki: Qiz bolalar Instagram, TikTok va YouTube kabi vizual kontent asosidagi platformalarda xavflarni ko'proq sezishadi. Bu platformalar ruhiy salomatlik, tanqidiy fikr va ta'qib xavfi bilan bog'liq bo'lishi mumkin. O'g'il bolalar esa asosan PUBG kabi o'yin platformalarini xavfli deb hisoblamaydilar, chunki ular ushbu muhitga ko'proq moslashgan bo'lishlari mumkin. Qiz bolalar ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'sirini o'g'il bolalarga nisbatan sezilarli darajada kuchliroq his qiladilar.

Muhokama. Biroq shuni unutmasligimiz lozimki, ijtimoiy tarmoqlar hamda axborot vositalaridan kerakli foydalanish haqida ma'lumotga ega bo'lmaganda, deyarli barcha tarmoqlar insonning kognitiv jarayonlari, emotsional holati va xulq-atvori hamda psixologik salomatligiga jiddiy xavf keltirishi mumkin. Qimor o'yinlari yoki nikotin, alkogol yoki giyohvand moddalarga qaramlik singari, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish ham ruhiy qaramlikka olib kelishi mumkin. Postga like yoki ma'qullovchi reaksiya olish miyangizda "mukofot" kimyoviy moddasi bo'lgan dopamin chiqarilishiga sabab bo'ladi. Qanchalik ko'p mukofot olsangiz, shuncha ko'p vaqt ijtimoiy tarmoqlarda o'tkazishni xohlaysiz, hatto bu hayotingizning boshqa jihatlarga zarar yetkazsa ham.

Ijtimoiy tarmoqlarning o'z-o'zini anglash va psixologik salomatlikka ta'sirini kamaytirish uchun o'quvchi yoshlar quydagi faoliyatlarni amalga oshirishlari ular uchun foydali hisoblanadi:

Onlayn vaqtni qisqartirish. Pensilvaniya universitetining 2018 yilgi tadqiqoti ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishni kuniga 30 daqiqagacha qisqartirish xavotir, depressiya, yolg'izlik, uyqu muammolari sindromini sezilarli darajada kamaytirganligini ko'rsatdi.

Diqqatni jalb qilish. Ko'pchilik ijtimoiy tarmoqlardan odat yoki zerikishdan foydalanadi. Lekin, bu harakatlarga motivatsiyani aniqlab, ijtimoiy tarmoqlarda o'tkazilgan vaqtni qisqartirish va tajribani yaxshilash mumkin.

Xulosa. Xulosa qilib aytadigon bo'lsak, Ijtimoiy tarmoqlar o'smirlarning o'z-o'zini anglash va psixologik salomatligiga ikki tomonlama ta'sir ko'rsatadi. Ular o'z-o'zini ifodalash va ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish imkoniyatini yaratish bilan birga, psixologik salomatlik buzilishlari va axborot tahdidlarini kuchaytirishi mumkin. Axborot xavfsizligi buzilishlari natijasida o'smirlar o'zlarini ijtimoiy tarmoqlarda xavfsiz his qilmasligi, bu esa ularda tashvish, depressiya va ijtimoiy izolyatsiya simptomlarini kuchaytirishi mumkin. Shu sababli, o'smirlar o'rtasida axborot xavfsizligi madaniyatini rivojlantirish, raqamli savodxonlikni oshirish va psixologik profilaktika chora-tadbirlarini amalga oshirish dolzarb vazifa hisoblanadi.

Tavsiya etiladigan profilaktik chora-tadbirlar:

1. O'smirlar uchun axborot xavfsizligi bo'yicha treninglar tashkil etish.
2. Onlayn faoliyatga xavfsizlik siyosatini tatbiq etish. Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish vaqtini cheklash uchun raqamli detoks dasturlarini joriy etish.
3. O'smirlarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirishga qaratilgan psixologik intervensiyalarni o'tkazish.

Adabiyotlar:

1. Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
2. Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement*. Simon and Schuster.
3. Boyd, D. (2014). *It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens*. Yale University Press.

4. Orben, A., & Przybylski, A. K. (2019). The Association Between Adolescent Well-being and Digital Technology Use. *Nature Human Behaviour*, 3(2), 173-182.
5. Chou, H. T. G., & Edge, N. (2012). "They Are Happier and Have Better Lives Than Me": The Impact of Using Facebook on Perceptions of Others' Lives. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 117-121.



Холйигитова Насиба Хабибуллаевна,
Тошкент Кимё халқаро университети доценти
n.kholiyigitova@kiut.uz

КАРЬЕРАНИ ТАНЛАШ, РЕЖАЛАШТИРИШ ВА УНИ АМАЛГА ОШИРИШ ШАРТЛАРИ

Аннотация. Карьера режалаштириши сизнинг иш ҳаётингиз учун йўл харитасини яратишига ўхшайди. Мақсадлар қўйиш ва ўзингизга яхши бўлган нарсаси, нимани ёқтириши ва сиз учун муҳим бўлган нарсаларга асосланиб қарор қабул қилишингиз, бу жараён сизга ҳар қандай иш топиши эмас, балки мартаба учун энг яхши йўлни аниқлашга ёрдам беради. Бу сизнинг кўникмаларингиз, қизиқишларингиз ва қадриятларингиз ҳақида ўйлашни, тадқиқот қилиш, ўз-ўзини баҳолаш ва мақсадларни белгилашни ўз ичига олади. Бу орқали сиз қониқарли ва муваффақиятли мартаба олиб борадиган танловларни амалга ошириб, назорат қиласиз. Мазкур мақолада карьеранинг босқичлари, шахс типологиялари концепцияси, карьерани танлаш, режалаштириши ва уни амалга ошириш шартлари ижтимоий-психологик хусусиятлари илмий-назарий жиҳатдан ўрганилган.

Калит сўзлар: малакали кадрлар, таълим, мулоқот, гуруҳ, карьера, шахс, эмоционал ҳаракат, ёш даври, диққат.

ВЫБОР КАРЬЕРЫ, ПЛАНИРОВАНИЕ И УСЛОВИЯ ЕГО РЕАЛИЗАЦИИ

Аннотация. Планирование карьеры - это как составление дорожной карты для вашей трудовой жизни. Постановка целей и принятие решений на основе того, что для вас хорошо, что вам нравится и что для вас важно, - этот процесс поможет вам определить наилучший путь к карьере, а не просто найти какую-либо работу. Это предполагает обдумывание ваших навыков, интересов и ценностей, проведение исследований, самооценку и постановку целей. Благодаря этому вы контролируете ситуацию и делаете выбор, который приведёт к удовлетворительной и успешной карьере. В данной статье в научно-теоретическом аспекте изучаются этапы карьеры, концепция типологий личности, выбор профессии, планирование и условия её реализации.

Ключевые слова: квалифицированный персонал, образование, общение, группа, карьера, личность, эмоциональное движение, возрастной период, внимание.

CAREER SELECTION, PLANNING AND CONDITIONS FOR ITS IMPLEMENTATION

Abstract. Career planning is like creating a roadmap for your working life. Setting goals and making decisions based on what is good for you, what you like and what is important to you, this process will help you determine the best path to a career, not just finding any job. It involves thinking about your skills, interests and values, doing research, self-assessment, and setting goals. Through it, you control making choices that lead to a satisfying and successful career. In this article, the stages of a career, the concept of personality typologies, the choice of a career, planning and the conditions for its implementation are scientifically-theoretically studied.

Keywords: qualified personnel, education, communication, group, career, personality, emotional movement, age period, attention.

Кириш. Жаҳон миқёсида олий таълим муассасаларида талабаларнинг хорижий тил компетенцияларини шахсга йўналтирилган ёндашув асосида ривожлантиришнинг умумевропа таълим стандартлари амалиётга самарали жорий этилмоқда. Таълим жараёнида умумевропа стандартлари талаблари асосида касбий компетентли малакали кадрларни танлаш жамият тарққиётига кенг кўламли ислохатларни амалга ошириш талабаларда касбий карьерани танлаш ва ривожлантириш асосида таълим ва тарбиянинг узвий боғлиқлигини таъминлаш бўйича лойиҳаларни амалиётга татбиқ этиш муҳим аҳамиятга эга.

Республикамизда бўлажак мутахассисларнинг касбий фаолиятга тайёрлашда рақобатбардош кадрларни тайёрлашда давлат ва нодавлат таълим муассасалари фаолиятида олиб борилаётган таълим-тарбия жараёни, илғор хорижий тажрибаларга асосланган малакали мутахассисларни

тайёрлаш, касбий компетенциясини ривожлантиришнинг меъёрий асослари яратилиб, олий таълим муассасаларининг моддий-техника базаси кенгайтирилмоқда.

“Юксак билимли ва интеллектуал ривожланган авлодни тарбиялаш, олий таълим муассасаларида компетентли илмий педагог кадрлар захирасини яратиш” устувор вазифа сифатида белгилаб берилди.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017-йил 7-февралдаги ПФ-4947-сон “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида”ги Фармонида [1], 2017-йил 20-апрелдаги ПҚ-2909-сон “Олий таълим тизимини янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги [2], 2018 йил 5 июндаги ПҚ-3775-сон “Олий таълим муассасаларида таълим сифатини ошириш ва уларнинг мамлакатда амалга оширилаётган кенг қамровли ислохотларда фаол иштирокини таъминлаш бўйича қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги [3], 2021-йил 19-майдаги ПҚ-5117-сон “Ўзбекистон Республикасида хорижий тилларни ўрганишни оммалаштириш фаолиятини сифат жиҳатидан янги босқичга олиб чиқиш чора-тадбирлари тўғрисида”ги Қарорларида [4] белгиланган вазифаларни амалга оширишда ушбу тадқиқот иши муайян даражада хизмат қилади.

Мавзунинг долзарблиги карьерани танлаш, режалаштириш ва уни амалга ошириш шартлари ижтимоий-психологик хусусиятлари етарли даражада ўрганилмаганлиги билан белгиланди.

Мавзу бўйича илмий изланишларнинг қисқача таҳлили.

Ушбу тадқиқот иши билан ва муаммолари бўйича Лоуренс Пол Роджер, Лорш Джей Уильям[5], Э.Климов, Джалалова С.М., Умарова Н.Ш, Базаров Т.Ю[6]. Шахслараро муносабатлар ва мулоқот психологияси бўйича Л.С.Виготский, А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец[7], Э.Ғозиев[8] тадқиқотларида ўрганилганлигини кўришимиз мумкин.

Тадқиқотнинг мақсади Карьерани танлаш, режалаштириш ва уни амалга ошириш шартлари ижтимоий-психологик хусусиятлари **ўрганиш** бўйича амалий таклиф ва тавсиялар ишлаб чиқишдан иборат.

Тадқиқотнинг объекти сифатида бўлажак (иқтисодчи ва педагог) кадрларнинг касбий танлаш фаолият жараёни танланган.

Тадқиқотда тизимлилик, қиёсий-мантикий таҳлил усуллари ва анкета сўровномалардан фойдаланилди.

Мақоланинг илмий янгилиги шундан иборатки, карьерани танлаш, режалаштириш ва уни амалга ошириш шартлари ижтимоий-психологик хусусиятлари ўрганиш талабаларни келажакдаги меҳнат фаолиятида касбий карьерани яратиш имкониятларни ўрганиш.

Асосий қисм. Кадрларни тайёрлашнинг мазмуни, мақсади ва вазифалари кўп қиррали масалаларни ҳисобга олишни тақозо қилади. Аниқ мақсадни қўйиш, ходимларни мотивлаштириш, улар феъл-атворини билиш ва бошқа жиҳатлар алоҳида аҳамият касб этади. Мўлжалдаги мақсадга эришишдан олинган қаноатланиш даражаси инсоннинг келгусида шунга ўхшаш вазиятлардаги феъл-атворига таъсир қилади. Умуман, одамлар эҳтиёжни қондиришдан олган қаноатланиш феъл-атворини такрорлашга ва эҳтиёжи етарли қондирилмаган шароитдаги феъл-атворни такрорламасликка интилади. Буни натижа қонуни, - дейдилар. Пол Лоуренс ва Жей Лорш қуйидагиларни таъкидлашган [9]: “Инсон ўз муаммоларини ҳал этишга интилган жараёнда феъл-атворнинг аниқ типлари бирон бир тарзда рағбатлантирилган бўлади. Бунда одамлар муайян муаммони қандай қилиб ҳал эта олганликларини эслаб қоладилар. Бинобарин, инсон келгуси сафар бирон муаммога дуч келганида, уни ўша синаб кўрилган усулда ҳал қилишга уринади. Вақт ўтиши билан феъл-атворнинг айрим моделлари доимо муваффақиятли бўлиб чиққани учун инсон айни ўша моделларга амал қилиш кераклигини англайди”. Масалан, агар олдингизга бирон вазифа қўйиб, ўз эҳтиёжингизни ишда қондира олсангиз, келгусида ҳам худди шундай эҳтиёжни қондиришга интиласиз. Модомики, одамлар эҳтиёжни қондиришга эҳтиёж сезар экан, менежерлар уларнинг ўз эҳтиёжларини ташкилот мақсадига эришишга олиб борадиган феъл-атвор усули воситасида қондира олишларини ҳис қиладиган вазиятни яратиб беришлари керак. Ж.Голланд концепцияси бўйича ҳамиша ягона тип устунлик қилсада, аслида, инсон бир вақтнинг ўзида икки ва ундан ортиқ типлар стратегиясидан фойдаланиши ёки уларга бўйсиниши мумкин. Устувор (пешқадам) йўналиш (фаолият доирасидаги секторлар) ва иккинчи (учинчи) даражали йўналиш қанчалик бир-бирига яқин бўлса, шахс типи ҳам шунчалик яқин бўлади. Агар устувор ва бошқа турдаги йўналганлик бир-биридан қанчалик узоқ бўлса, карьерани танлаш шунчалик қийин кечади. Карьерани танлаш мақсадида фойдаланиш мумкин бўлган бошқа турдаги типологияга Э.Климов типологиясини айтиш мумкин. Унда барча турдаги фаолиятлар меҳнат предметиға асосланиб бўлинган: [1] “Та” (“Р”) тип – “инсон – табиат”:

меҳнатнинг етакчи предмети – ўсимликлар, ҳайвонлар, микроорганизмлар; [2] “Те” тип – “инсон – техника”: меҳнатнинг етакчи предмети – техник тизимлар, буюмлар объектлар, материаллар, энергия турлари; [3] “Т” (“СН”) тип – “инсон – инсон”: меҳнатнинг етакчи предмети – инсонлар, гуруҳлар, жамоалар, кишилараро мулоқот; [4] “В” (“Z”) тип – “инсон – белги”: меҳнатнинг етакчи предмети – шартли белгилар, рақамлар, кодлар, табиий ёки сунъий тиллар; [5] “В” (“X”) тип – “инсон – бадий образ”: меҳнатнинг етакчи предмети – бадий образлар, шарт-шароитларнинг тузилиши. Таълим бизнесининг ўзига хослиги шундаки, у ёки бу хизматга бўлган талабни таълимнинг ўзи юзага келтиради – бу ҳоҳ чет тилини ўргатишнинг жадаллаштирилган услубиёти бўлсин, ҳоҳ топ менежерлар учун тренинглар бўлсин. Айнан шунинг учун таълимдаги бизнес кишидан ижодий фикрлаш ва катта масъулият уйғунлашувини талаб қилади. Хусусий таълим аста-секинлик билан ривожланмоқда, лекин ҳар доим ҳам пуллик хизмат сифатли таълим дегани эмас. “Таълим” карьерасини танлаш, бу бир бор ва бир умрлик танлов ҳам эмас. Аксинча, кўп ҳолларда мутахассиснинг касбий фаолиятида бир неча йўналишлар мавжуд бўлади. Агар мутахассис ўз тажрибасини умумлаштиришга интилса, ўқитувчилик карьераси осонгина тадқиқотчи карьерасига айланиши мумкин. Менежер карьераси эса кўпинча бизнесменнинг ишбилармонлик сифатларини юзага чиқаради. Кўпчилик муваффақиятли ўқитувчилар ва тадқиқотчилар маълум ёшга келиб йирик бошқарувчи карьерасига эришадилар.

Эмпирик ўрганиш натижалари. Ходимлар бўйича менежер (ходимлар бўлими бошлиғи, ходимлар бўйича бошқарма бошлиғи) янги хизматчи (ходим) билан учрашар экан, албатта, уни айти ташкилотда ўташи мумкин бўлган карьеранинг босқичлари билан таништириши лозим. Бу, ўз навбатида, касбий фаолият мақсади, ўсиш даражаси ва асосийси, ихтисосликнинг индивидуал мотивациясини аниқлаштиришга ёрдам беради. Карьеранинг босқичларини қуйидаги жадвал кўринишида қисқача тартибланиш мумкин. Шундан келиб чиққан ҳолда, карьерограмма – бу, мутахассисни муқим бир ишда ва жойда самарали натижага эришишида қанақа йўлни босиб ўтиши учун керакли зарурий билим ҳамда малакалар тўғрисидаги тасаввурлари жамланмаси (тузилиши) демакдир. Шундан келиб чиққан ҳолда, карьерограмма – бу, мутахассисни муқим бир ишда ва жойда самарали натижага эришишида қанақа йўлни босиб ўтиши учун керакли зарурий билим ҳамда малакалар тўғрисидаги тасаввурлари жамланмаси (тузилиши) демакдир [10]

1-жадвал.

Карьеранинг босқичлари [11]

№	Карьералар босқичи	Ёш даврлар	Қисқача тавсифнома	Мотивация хусусиятлари (А. Масло бўйича)
1	Дастлабки	25 ёшгача	Меҳнат фаолиятига тайёргарлик, фаолият ва йўналишни танлаш	Хавфсизлик, ижтимоий тан олиш
2	Тайинланиш	30 ёшгача	Ишни ўзлаштириш касбий малака ривожланиши	ижтимоий тан олиш, мустақилик
3	Силжиш	45 ёшгача	Касбий ривожланиш	ижтимоий тан олиш, ўзини айрибошлаш
4	Тугаш	60 ёшдан кейин	Нафақага кетишга тайёрланиши, шахсий алмашишга ўқиш ва изланиш	ижтимоий тан олиш ушлаб туриш
5	Нафақа	65 ёшдан сўнг	Фаолиятининг бошқа кўрниши билан шуғулланиш	Янги фаолият соҳасида ўзини рўёбга чиқаришга изланиш

Танлаган фаолият соҳасига доир шахс хусусиятларини баҳолаш ҳамда бошланғич касбий фаолият йўлида инсон шахси типини аниқлаш муҳим аҳамият касб этади. Юқоридаги фикр-мулоҳазаларни тасдиқлаш мақсадида, Ж. Голланднинг таклиф этган “Шахс типологиялари концепцияси”ни ўрганиш мақсадга мувофиқ ҳисобланади. Бизнесинг жадаллик билан одимлаётган давримизда муваффақиятга эришишнинг асосий тамойили (шарти) – бу обрўталаблик ва яхши маънодаги нафсониятга эга бўлишдир. Айнан шу сифатларни таълим муаммолари билан шуғулланиш орқали намоён қилиш мумкинми?

2-жадвал.

Ж.Голланд бўйича "Шахс типологиялари концепцияси"[12]

№	Шахс типлари	Фаолият мазмуни
1.	Реалистик	Асбоб-ускуналар ва механизмларни бошқаришга йўналганлик
2.	Изланувчи	Изланувчанликка йўналганлик
3.	Артист	Ўзини кўрсатиш ва ўз хис-туйғуларини намоён этишга йўналганлик
4.	Ижтимоий	Одамлар билан биргаликда ҳаракатланишга йўналганлик
5.	Тадбиркор	Одамларга таъсир қилишга йўналганлик
6.	Конверсионал	Ахборотлар ва кўрсаткичларни бошқаришга йўналганлик

Кўпчилик педагогика ва карьерани бир-бирига зид тушунчалар, деб билади. Бу жуда катта англашилмовчиликдир. Замонавий таълим муаммолари шунчалик мураккаб ва қизикарлики, муваффақиятли карьерага интилувчан шахс ўзини тан олиними, жумладан, юкори даражадаги мавқега ва ҳаттоки моддий рағбатланишлар учун қатор имкониятларни тақдим эта олади ҳамда бир вақтда сеvimли иши билан машғул ҳам бўлади. Фанда карьеранинг таълим тизимига хос бир неча кўринишларини ўрганиш мумкин.

1-даражали карьера – бошқарувчи (мактаб директоридан вазиргача);

2-даражали карьера – тадқиқотчи (муайян илм-фан намоёндасидан тортиб, фанлараро ёндашув эгасигача);

3-даражали карьера – ўқитувчи-услугиётчи (турли билимли ва характерли инсонларга таҳсил бера олувчи);

4-даражали карьера – бизнесмен (таълим хизмати бўйича талабларни яратувчи).

Куйидаги жадвалда келтирилган тестни бажариш орқали, сиз ўзингизга қизикарли бўлган таълим соҳасини ва қайси даражали карьера эгаси эканлигингизни аниқлашингиз мумкин. Таълим тизимига дахлдор карьера турини аниқлаш (Саволларга "ҳа" ёки "йўқ" деб жавоб беринг ва ҳар бир қатордаги "ҳа" жавоблар сонини санаб чиқинг. Ҳар бир "ҳа" жавоб учун 1 балл) Агар сиз бирор-бир қаторда 3 баллдан ортиқ тўплай олмаган бўлсангиз, демак таълим соҳаси сиз учун унчалик қизикарли эмас. Шунга қарамай, ўз касбида муваффақиятга эришишни истаган ҳар бир одам замонавий таълим тизими ривожланиши тенденцияларини билиши керак; шу сабабли мазкур мақолани таълим олувчи ва ўқишни давом эттиришни хоҳловчи киши нуқтаи назаридан келиб чиқиб охиригача ўқишга ҳаракат қилиб кўринг.

3-жадвал.

№	Менинг тажрибам бор (қўлимдан келади)	Менга ёқади	Мен ўрганишни хоҳлайман	Жами
Бошқарувчи	таълим билан боғлиқ Қонунларни ўрганиш; - лицей (мактаб)даги ўзини-ўзи бошқариш кунларида иштирок этиш (белгиланган тадбирларда	қарорлар қабул қилиш, ўзгаришлар киритиш, ислохотларда иштирок этиш; -касбий муаммолар юзасидан қарорлар қабул қилишда ҳамкасбларга ёрдам бериш	таълим жара- ёнини бошқариш ва унинг сифатини назорат қилиш; - янги таълим дастурларини ишлаб чиқиш	
Тадқиқотчи	таълим билан боғлиқ муаммоларни ўрганиш; - таълим назарияси билан боғлиқ китоб ва мақолаларни ўқиш	қийин вазиятлар мушоҳадаси учун мақбул усулни топиш; - турли хил нуқтаи назарларни ўрганиш	таълим таҳлилини кучайтириш учун турли соҳа ютуқларидан фойдаланиш; таълим муаммолари юзасидан тадқиқотлар олиб бориш	

Ўқитувчи-услугибегчи	- “тарбияси қийин” ўқувчи (талаба)лар билан ишлашда янги усулларни ўйлаб топиш; - кичик мактаб ёшидаги болаларга тахсил бериш	Ўқитувчи-услугибегчи - “тарбияси қийин” ўқувчи (талаба)лар билан ишлашда янги усулларни ўйлаб топиш; - кичик мактаб ёшидаги болаларга тахсил бериш - менинг иштирокисиз одамларни ақлли, мустақил, очикқўнгил, сабрли бўлишларини кузатиш; - ўқувчига индивидуал ёндашув усулларини излаш	турли хил одамларни турли шароитларда ўқитишнинг самарали усулларини излаб топиш; - таълим самарадорлигини ошириш учун замонавий технология (масофадан ўқитиш, онлайнда ўқитиш ва бошқа) лардан фойдаланиш	
Бизнесмен	-тарбиячи, репетитор сифатида фаолият юритиш; - бизнесда фойда келтирадиган сифатли усулларни ўйлаб топиш	нима учун одамларнинг таълимдаги у ёки бу хизматларга ҳақ тўлашларини аниқлаш; - қарорлар қабул қилишда мутлоқ мустақиллик ва уларни амалга оширишда масъулиятни ўз зиммасига олиш	таълим бозорига оид тадқиқотларни олиб бориш ва уларнинг натижаларини ўз фаолиятида қўллаш; - ўз бизнесини ташкил этиш орқали даромад эгаси бўлиш ва юқори сифатли таълим хизматларни тақлиф қилиш	

Агар сиз бир ёки бир неча карьера туридан 4,5 балл тўплаган бўлсангиз, демак таълим соҳаси сизни қизиқтиради. Балки сиз қайси карьера турини танлашингизни ҳали аниқлаб олмагандирсиз. Қуйидаги материални ўқиб, қизиқишларингизни аниқлашга ёрдам берувчи вазифаларни бажаришга ҳаракат қилиб кўринг. Агар сиз бирор-бир қаторда 6 балл тўплаган бўлсангиз, демак сиз таълим муаммолари билан фаол қизикасиз.

Хулосалар. Биз бўлажак мутахассислар карьерани танлашда, режалаштириш ва уни амалга ошириш шартлари ижтимоий-психологик ҳолатини ўрганиб таҳлил қилиш натижасида қуйидаги хулосаларни тавсия этамиз:

шахс ўзини идора қилиш, турли вазиятларда ўзини тутиш фазилатлари ўзлаштирилаётган даврда баъзи бир қоидаларга риоя қилса, ҳамкорлик фазилатида маълум ютуқларга эришади.

Ижтимоий ҳодисаларнинг ташқи воқеа бўлиши нафақат ички руҳий ҳолат ва унинг мазмунини акс эттирибгина қолмай, балки шахс ўз устида ишлаши ички имкониятларни ишга солиши ўз-ўзини тинмсиз ривожлантириш орқали касбий карьеранинг ривожланишга имкониятлар бўлади.

Шахс меҳнат фаолияти жараёнида ўзини эркин, озод, бемалол ҳис этиш ҳислатини ўзлаштириш учун жисмоний кескинлик, асабий таранглик, ақлий зўриқишлардан холи бўлиши орқали кўзланган мақсадига етиши мумкин.

Адабиётлар:

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 7 февралдаги ПФ-4947-сон “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида”ги Фармони. <https://lex.uz/docs/3107036>

2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 20 апрелдаги ПҚ-2909-сон “Олий таълим тизимини янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги Фармони. <https://lex.uz/docs/3171590>
3. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 5 июндаги ПҚ-3775-сон “Олий таълим муассасаларида таълим сифатини ошириш ва уларнинг мамлакатда амалга оширилаётган кенг қамровли ислохотларда фаол иштирокини таъминлаш бўйича қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги Қарори. <https://lex.uz/docs/3765586>
4. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2021 йил 19 майдаги ПҚ-5117-сон “Ўзбекистон Республикасида хорижий тилларни ўрганишни оммалаштириш фаолиятини сифат жиҳатидан янги босқичга олиб чиқиш чора-тадбирлари тўғрисида”ги Қарори. <https://lex.uz/docs/5426736>
5. <https://lib.sale/osnovyi-menedjmenta-besplatno/lourens-pol-rodjer-1922-lorsh-djey-uilyam-1932-63750.html>
6. Базаров Т.Ю. Управление персоналом: Учебник для вузов / Под ред. Т.Ю.Базарова, Б.Л.Еремина. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ЮНИТИ, 2012.– С. 274
7. Психология личности и деятельности дошкольника / под ред. А. В. Запорожца, Д.Б.Эльконина. М., 1965, Выготский Л.С. Учение об эмоциях. (1930), Леонтьев А.Н. Категория деятельности в современной психологии. (1979).
8. Ғозиев Э. Муомала психологияси. - Т.: 2001. 23-бет.
9. <https://lib.sale/osnovyi-menedjmenta-besplatno/lourens-pol-rodjer-1922-lorsh-djey-uilyam-1932-63750.html>
10. Djalalova S.M., Umarova N.Sh. Карьерaning turlari va ularni amalga oshirish bosqichlari // “Olima ayollarning fan-texnika taraqqiyotida tutgan o’rni” mavzuidagi Respublika ilmiy-amaliy konferentsiya ma’ruzalar to’plami (26 noyabr 2007 yil). – Т.: TDIU bosmaxonasi, 2012. – В. 139-141
11. Базаров Т.Ю. Управление персоналом: Учебник для вузов / Под ред. Т.Ю.Базарова, Б.Л.Еремина. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ЮНИТИ, 2012.– С. 274
12. Климов Е.А. Как выбирать профессию. – М.: Просвещение, 2012. – 159 с.

Xasanova Surayyo Shonazarovna,
Ma'mun universiteti Psixologiya va sport kafedrasida katta o'qituvchisi PhD
surayyoxasanova 92@gmail.com

O'QUVCHILARNING O'QUV FAOLIYATIDA O'ZINI-O'ZI NAMOYON QILISHDA QADRIYATLAR TIZIMI TAHLILI

Annotatsiya. Ushbu maqolada ilk o'spirin yoshidagi o'quvchilarning ta'lim jarayonida o'zini-o'zi namoyon qilish xususiyatining mohiyati haqida olimlarning nazariy fikrlari keltirilgan. Shuningdek, ixtisoslashtirilgan maktab ilk o'spirin yoshidagi o'quvchilarning o'zini-o'zi namoyon qilishga o'zini baholashi, intilish darajasini va qadriyatlar tizimi bilan aloqadorligi tahlili yoritilgan.

Kalit so'zlar: ilk o'spirin yoshi, o'zini-o'zi namoyon qilish, o'z-o'zini baholash, qadriyatlar, oliy nufuzga ega bo'lish, yuqori moddiy ta'minlanganlik, ijodkorlik, faol ijtimoiy munosabatlar, o'z ustida ishlash, yutuqlarga yo'nalganlik, ma'naviy qoniqish, o'zlikni saqlash.

АНАЛИЗ СИСТЕМЫ ЦЕННОСТЕЙ В САМОВЫРАЖЕНИИ УЧАЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. В статье представлены теоретические взгляды учёных на сущность самовыражения в образовательном процессе учащихся младшего подросткового возраста, а также проанализированы самооценка, уровень притязаний и связь с системой ценностей учащихся младшего подросткового возраста в специализированной школе.

Ключевые слова: ранний подростковый возраст, самовыражение, самооценка, ценности, завоевание высокого престижа, высокая финансовая обеспеченность, творчество, активные социальные отношения, работа над собой, ориентация на достижение, духовное удовлетворение, самосохранение.

ANALYSIS OF THE VALUE SYSTEM IN STUDENTS' SELF-EXPRESSION IN EDUCATIONAL ACTIVITIES

Abstract. This article presents the theoretical views of scientists on the nature of self-expression in the educational process of early adolescence students. It also analyzes the self-assessment, level of aspiration and connection with the value system of early adolescence students in a specialized school.

Keywords: early adolescence, self-expression, self-esteem, values, high prestige, high material well-being, creativity, active social relationships, self-improvement, achievement orientation, spiritual satisfaction, and preservation of identity.

Kirish. Mamlakatimizda so'nggi yillarda maktab ta'lim tizimida o'quvchilar ilm egallashi uchun amalga oshirilayotgan islohotlar ularda o'zining ijodkorlik sifatlarini shakllantirishga qaratilgan bo'lib, yaratilayotgan yangidan yangi sharoitlar o'quvchilarda o'zlarini namoyon etishga ta'sir qilmay qolmaydi. Bugungi kunda joriy qilinayotgan bir qancha farmon, qaror va dasturlar ta'lim sohasiga qaratilgani, ayniqsa maktab faoliyatiga ahamiyati katta hisoblanadi. Mazkur sohada yangi tasdiqlangan «Ta'lim to'g'risida»gi qonun ta'lim faoliyatida muhim o'rin tutadi [1]. Bizning fikrimizcha, aynan ushbu masalalarni vatanimiz istiqboli rivoji va ravnaqi, o'quvchilarning ilm egallash qobiliyatini ko'rsata bilishiga yo'nalishlar miqyosida tashkil qilingan maktablar xizmati kattadir. O'quvchi va o'qituvchilar orasida uzluksiz ta'sir ko'rsatishni prezident, ixtisoslashtirilgan maktablar ta'lim jarayonida samarali amalga oshirilishini kuzatish mumkin. Mazkur faoliyatni tashkil qilishda o'quvchilarning psixologik xususiyatlari, o'zini baholashi, qadriyatlarini o'rganish ahamiyatli hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Ilmiy adabiyotlarda keltirib o'tilganki, XXI asr boshlarida esa, o'spirinlarning xulq-atvorini o'rganishgan va mazkur davrda namoyon bo'ladigan psixologik xususiyatlar aniqlangan. Jumladan, taniqli olimlar B.S.Volkov, E.M.Volkova, Y.A.Kleybig o'spirinlarning deviant xatti-harakatlarini o'rganadi va ularni inson xulq-atvori obyekti orqali ko'rib chiqadi. Ushbu xatti-harakatlarning paydo bo'lishining sababiga ham katta e'tibor beriladi. Inson hayoti davomida o'zini namoyon qilishda turli ijobiy jihatlari yoki salbiy xarakterlarni turli xulq-atvor ko'rinishlarida kuzatiladi.

Tadqiqot mavzusi doirasida xorij olimlaridan E.V.Saxarova va M.V.Safronova tomonidan ayrim fanlari chuqurlashtirib o'qitiladigan ixtisoslashtirilgan maktab o'smir o'quvchilaridagi shaxsiy xususiyatlarni

o'rganishgan. Ta'lim jarayonining o'ziga xosligi o'quvchilarning shaxsiy xususiyatlari bilan aloqadorligi mavjud. «Ixtisoslashtirilgan sinflarda o'qiyotgan o'smirlar nevrotizm, qo'rqqulik va uyatchanlikning yuqori darajasini, binobarin, intellektual darajani baholashni ko'rsatishgan» [7]. Bizni tadqiqot doirasida aynan ushbu maktab ilk o'spirin yoshidagi o'quvchilarni o'zini namoyon qilishning psixologik xususiyatlarini tadqiq qilishda qadriyatlar ifodalanishi va uni korrelyatsion aloqadorligi aks etgan.

O'zini-o'zi namoyon qilish muammosi bo'yicha tadqiqotchilarning tahlili asosida: «o'zini-o'zi namoyon qilish psixologik jihatdan sog'lom odamlarning shaxsiy xususiyati; o'zini-o'zi namoyon qilish – bu insonning ichki o'zini o'zi rivojlantirishga tabiiy moyilligi deb xulosalar chiqarish mumkin» [8]. Bu «yetuk shaxsning asosiy xususiyati bo'lib, uning maqsadi o'z potentsialini to'liq ro'yobga chiqarish uchun kurash, shaxsiy avtonomiya, shaxsiy va kasbiy o'zini-o'zi belgilash qobiliyati va boshqalar kabi fazilatlarni rivojlantirishdir» [3]. Aynan tadqiqot obyekti hisoblanayotgan respondentlarimiz asosiy natijalarda kuzatishimiz mumkinki, o'z qo'li bilan yaratilgan mehnati ularning shaxsiy kelajaklarida muvaffaqiyatni ta'minlashi mumkin.

A.Maslou bo'yicha shaxs o'zini namoyon qilishi «O'z-o'zini faollashtirish, mustaqillik, ijodkorlik, mahsuldorlik, o'z-o'zini amalga oshirish, integratsiya, psixik salomatlik, individuallashtirish» deb ataydi, barcha ta'riflarda individning tom ma'noda shaxsga aylanishi ekanligini ta'kidlaydi» [2],[5]. Olim o'zining ehtiyojlar iyerarxiyasida ham eng yuqorisida o'zini-o'zi namoyon qilish ekanligini keltirib o'tgan. O'zini namoyon qilish shaxsning bevosita faoliyatni amalga oshirish natijalarida kuzatish mumkin.

Xulq-atvor muammolariga oid birinchi rus olimi T.L.Kryukova ta'kidlashicha, «individual psixologik xususiyatlar ta'sir qiladi: temperament, xarakterning yo'nalishi, qobiliyat, qadriyati darajasi, fikrlash turi, o'zini anglashni rivojlantirish va o'rnatish xususiyatlari» [4]. Aytishimiz mumkinki, aynan shaxs avvalo o'zini anglashi uning keyingi faoliyatiga samarali ta'sir qiladi. Shu jihatdan olib qaraydigan bo'lsak, xulq-atvor bevosida o'zini namoyon qilishda aks etadi va individual xususiyatlar zahirida ifodalanadi.

Fan sohasi doirasida sog'lom va bemor shaxsni emotsional xususiyatlari namoyon bo'lishi ko'pchilik olimlar tomonidan o'rganilgan Jumladan, D.A.Urazbayeva tomonidan turli yoshdagi bemorlarda salomatlik masalasi bo'yicha, kasallikning ko'rinishlari uni namoyon bo'lishi va emotsional sohaga ta'siri borasida tadqiqotlar olib borgan [6].

Metodlar. İlk o'spirinlik davrida o'zini namoyon qilish xususiyatini o'rganishda, qadriyatlar shakllanishini inobatga olish muammoning xarakterli jihatini aniqlash tashkil qiladi. Mazkur tadqiqotda Dembo-Rubinshteynning «O'z-o'zini baholash» metodikasi ko'rsatkichlari hamda I.Seninning «Qadriyatlar yo'nalishi» savolnomasidan foydalandik. Tadqiqot obyekti sifatida ixtisoslashtirilgan maktab ilk o'spirin o'quvchilardan 106 nafari jalb etilgan. Tadqiqotda olingan natijalarda ixtisoslashtirilgan maktab ilk o'spirin yoshidagi o'quvchilarni o'zini-o'zi namoyon qilishga ta'sir qiluvchi omillarning o'z-o'zini baholash va qadriyatlar tizimining korrelyatsion aloqadorligi bo'yicha o'rganishni lozim topdik. Natijalar quyidagi 1-jadvalda aks ettirildi.

Olingan natijalar bog'liqligiga ko'ra, qadriyatlar tizimida maqsadli qadriyatlardan oliy nufuzga ega bo'lish, yutuqlarga yo'налganlik, o'zlikni saqlash, hayotiy sohalar bo'yicha qadriyatida o'quv-tarbiya sohasi yuqori bo'lishi orqali mohir qo'llar shkalasi bilan o'zini baholashiga aloqadorligi aniqlandi ($r=0,215$; $p\leq 0,05$, $r=0,209$; $p\leq 0,05$, $r=0,213$; $p\leq 0,05$, $r=0,212$; $p\leq 0,05$). Nazarimizda, mohir qo'llar shkalalasini baholashi ilk o'spirin yoshidagi IM o'quvchilarda qayd etilgan mazkur qadriyatlarning yuqori bo'lishiga aloqador ekanligi ifodalandi. Bu qadriyatlar aks etgani o'smir yoshidagi o'quvchilarga qaraganda ilk o'spirin yoshidagi o'quvchilarni o'z ustida tinmay o'qib izlanishi, aniq yo'nalish maqsadlariga ega ekanligi sababli o'zini baholashda korrelyatsion aloqadorlikda ko'rsatgan bo'lishi mumkin.

1-jadval.

Ilk o'spirinlik davrida «O'z-o'zini baholash» va «Qadriyatlar yo'nalishi» metodikalari orasidagi korrelyatsion aloqadorligi (Spirmen mezon bo'yicha $n=106$)

Shkalalar	Aql-qobiliyat	Xarakter	Tengdoshlar orasida obro'	Mohir qo'llar	Tashqi qiyofa	O'z-o'ziga ishonch
O'z-o'zini baholash darajasi						
Oliy nufuzga ega bo'lish	0,088	0,153	0,064	0,215*	0,103	0,076
Yuqori moddiy ta'minlanganlik	0,063	0,172	0,05	0,148	0,152	-0,025
Ijodkorlik	0,028	0,172	0,104	0,146	0,191	0,096

Faol ijtimoiy munosabatlar	0,003	0,021	0,106	0,083	0,088	0,075
O‘z ustida ishlash	0,081	0,087	0,035	0,157	0,128	0,001
Yutuqlarga yo‘nalganlik	0,142	0,093	0,072	0,209*	0,143	0,092
Ma’naviy qoniqish	0,042	0,043	0,008	0,087	0,092	0,062
O‘zlikni saqlash	0,152	0,125	0,12	0,213*	0,239*	0,053
Kasb—hunar olami	0,117	0,176	0,169	0,07	0,219*	0,144
O‘quv — tarbiya sohasi	0,18	0,096	0,076	0,212*	0,260**	0,152
Oilaviy hayot	0,081	0,115	0,038	0,147	0,096	0,011
Ijtimoiy hayot	0,061	0,122	0,092	0,172	0,118	0,024
Qiziqishlar olami	0,058	0,118	0,096	0,143	0,118	0,019

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

Navbatdagi tashqi qiyofa shkalasini baholashda ilk o‘spirin yoshidagi o‘quvchilarda o‘zlikni saqlash maqsadli qadriyati bilan musbat bog‘liqligi kuzatildi ($r=0,239$; $p \leq 0,05$). Hayotiy sohalar bo‘yicha qadriyatlarda kasb-hunar va o‘quv-tarbiya sohasi qadriyati bilan tashqi qiyofani baholash aloqadorlikda ekanligi qayd etildi ($r=0,219$; $p \leq 0,05$, $r=0,260$; $p \leq 0,01$). Korrelyatsion musbat aloqadorlikni shuni izohlash mumkinki, tashqi qiyofani baholash o‘zlikni saqlash qadriyati oshishi sababli, ma’naviyatli, saviyali bo‘lish bu davrda kasb-hunar egasi bo‘lish bilan o‘quv faoliyatida muvaffaqiyatga erishishlarini ko‘rsatishi orqali tashqi ko‘rinishda baholaganligini aytish mumkin.

Navbatdagi 2-jadvalda da’vogarlik darajasiga ko‘ra, shkalalarning korrelyatsion aloqadorligini o‘rgandik va ixtisoslashtirilgan maktab ilk o‘spirin yoshidagi o‘quvchilar natijalariga ko‘ra aloqadorligi keltirildi. Jumladan, hayotiy sohalar bo‘yicha kasb-hunar olami natijasining aql-qobiliyat bilan ijobiy aloqadorlik kuzatildi. Shuningdek, ijodkorlik, ma’naviy qoniqish, o‘zlikni saqlash, kasb-hunar olami shkalalarining mohir qo‘llar, tashqi qiyofa, o‘z-o‘ziga ishonch darajasini baholash ko‘rsatkichlari bilan musbat korrelyatsion aloqadorlik aniqlandi. Ushbu aloqadorlik izohlanishi ham keltirib o‘tilgan.

Quyida aks etgan bog‘liqlikda aql-qobiliyat shkalasini kasb-hunar olami shkalasi bilan ijobiy aloqadorlik aniqlandi ($r=0,234$; $p \leq 0,05$). Mazkur korrelyatsion aloqadorliklarni izohlab chiqadigan bo‘lsak, ilk o‘spirin yosh davrida yetakchi faoliyat o‘quv kasbiy faoliyat bilan bevosita aloqadorlikni da’vogarlik darajasi bo‘yicha aks etganini ko‘rsatgan. Kasb-hunarga ega bo‘lishga intilishlari natijasida aql-qobiliyatni ijobiy bo‘lishiga erishishga xizmat qiladi.

2-jadval.

Ilk o‘spirinlik davrida «O‘z-o‘zini baholash» va «Qadriyatlar yo‘nalishi» metodikalari orasidagi korrelyatsion aloqadorligi (Spirmen mezoni bo‘yicha $n=106$)

Shkalalar	Aql-qobiliyat	Xarakter	Tengdoshlar orasida obro‘	Mohir qo‘llar	Tashqi qiyofa	O‘z-o‘ziga ishonch
Da’vogarlik darajasi						
Oliy nufuzga ega bo‘lish	0,075	-0,014	0,051	0,082	0,173	0,049
Yuqori moddiy ta’minlanganlik	0,011	-0,049	0,028	0,057	0,146	0,042
Ijodkorlik	0,053	0,049	0,081	0,218*	0,188	0,108
Faol ijtimoiy munosabatlar	0,049	0,026	0,01	0,163	0,138	0,062
O‘z utida ishlash	0,04	-0,049	0,012	0,137	0,119	0,114
Yutuqlarga yo‘nalganlik	0,063	-0,038	0,072	0,177	0,127	0,123
Ma’naviy qoniqish	0,162	0,025	0,118	0,265**	0,114	0,172
O‘zlikni saqlash	0,122	0,053	0,114	0,152	0,233*	0,182
Kasb—hunar olami	0,234*	0,141	0,154	0,167	0,292**	0,233*
O‘quv — tarbiya sohasi	0,095	-0,048	0,053	0,14	0,179	0,184
Oilaviy hayot	0,071	-0,047	0,047	0,13	0,111	0,026

Ijtimoiy hayot	0,066	-0,042	0,041	0,166	0,121	0,079
Qiziqishlar olami	-0,007	-0,101	-0,016	0,106	0,077	-0,004

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

Mohir qo'llar shkalasini baholashiga intilishi ijodkorlik va ma'naviy qoniqish bilan uzviy bog'liq ekanligi kuzatildi ($r=0,218$; $p \leq 0,05$, $r=0,265$; $p \leq 0,01$). Nazarimizda, mohir qo'llar baholash shkalasida intilishi ko'rsatkichida, ijodkorlikda yangilik, kreativ va ijodkorlik uchun o'zgarishlarga intilishi va ma'naviy, ya'ni o'z ichki ma'naviy ruhiy dunyosidan o'z mehnatidan qoniqish baxsh etishi yetarli ekanligi faoliyatni samarali bo'lishi muhim hisoblangani musbat bog'liqlik ko'rsatdi.

Tashqi qiyofa shkalasida aks etgani bo'yicha qaraydigan bo'lsak, o'zlikni saqlash va kasb-hunar olami qadriyati bilan musbat aloqani ifodalagan ($r=0,233$; $p \leq 0,05$, $r=0,292$; $p \leq 0,01$). O'z-o'ziga ishonch shkalasini baholashga intilishi, kasb-hunar-olami qadriyati bilan ijobiy aloqadorlikni ko'rsatgan ($r=0,233$; $p \leq 0,05$). Ilk o'spirin yosh davrida o'quvchilar tashqi qiyofani baholashiga uning boshqalardan mustaqil bo'lishiga, o'z dunyoqarashiga ega bo'lishga intilishi, o'zlikni saqlash bilan ijobiy aloqadorlik aks etgan. Kasbiy faoliyatga ko'proq o'z ishlariga vaqt ajratib e'tibor qaratilayotganligi tashqi qiyofa va o'z-o'ziga ishonchni yuqori bo'lishiga intilishi bog'liqligi aniqlandi.

Xulosa. Ta'lim natijasida o'quvchilarda dunyoqarash, intellektual salohiyat, qadriyatlar yo'nalishi shakllanganligi ularning o'zini-o'zi namoyon qilishga egaligi psixologik xususiyatlari bilan ajralib turadi. O'zini-o'zi namoyon qilish o'quvchilardagi qadriyatlar namoyon bo'lishi orqali ular xarakter xulq-atvoriga ta'sir ko'rsatadi. Jumladan, nazariy tadqiqotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, o'zini-o'zi namoyon qilish uchun har bir shaxsda o'ziga xos ijobiy munosabat shakllangan bo'lishi lozim. Shaxsning o'ziga bo'lgan bahosi, fikrlarini samimiy, ochiq va mazmunli ifodalay olishi qobiliyatning o'zaro ta'siri natijasida shakllanganligidan kelib chiqadi. Ixtisoslashtirilgan maktab o'quvchilarining o'zini-o'zi namoyon qilish xususiyatlari o'rganilishi davomida, natijalarning o'ziga xos tomonlarini tahlil qilish va korrelyatsion aloqadorligini turli tomonlari o'rganilib izohlangani ahamiyatli hisoblanadi.

Adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasining 2020-yil 23-sentabrda O'RQ-637-son o'zgartirish kiritilgan «Ta'lim to'g'risida»gi Qonunni.
2. Головин С. Ю. Словарь практического психолога. — М.: АСТ, Харвест, 1998. — С. 165.
3. Федотовских, Д.Я. Психологические особенности самоактуализации личности / Д.Я. Федотовских. — Текст: непосредственный // Исследования молодых ученых: материалы XVI Междунар. науч. конф. (г. Казань, январь 2021 г.). — Казань: Молодой ученый, 2021. — С. 66-68. — URL:
4. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения / Т.Л.Крюкова. — Кострома КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. — 296 с.
5. Маслоу Аю Путь к самоактуализации. Как раздвинуть границы своих возможностей./ inpublisher:»Альпина Паблишер» 2021
6. Уразбаева Д. А. Онкологик беморларда касалликнинг ички манзараси //ILIM hám JÁMIYET. — Нукус, 2020. -№2. — Б.39-42.
- 7.<https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostnye-osobennosti-shkolnikov-obuchayuschihsya-v-spetsializirovannyh-klassah-s-uglublennym-izucheniem-predmetov>
8. <https://moluch.ru/conf/stud/archive/386/16306/>

UO'K 156.423.24



Yusupov Tularboy Ibrohimovich,
Andijon davlat universiteti
Sport faoliyati nazariyasi va metodikasi kafedrasida dotsenti
Yusupovto'lanboy26@list.ru Tel: +99891-616-02-25

JAMOAVIY MUNOSABATLARDA EMOTSIONAL INTELLEKTNING PSIXOLOGIK JIHATLARI (FUTBOL JAMOALARI MISOLIDA)

Annotatsiya. Mazkur maqolada jamoaviy munosabatlarda emotsional intellektning psixologik jihatlari, xususan, futbol jamoalarining misolida tahlil qilinadi. Tadqiqotda futbolchilarning emotsional intellekt darajasi ularning jamoaviy o'yin samaradorligiga, kommunikativ ko'nikmalariga va stressni boshqarish qobiliyatiga qanday ta'sir ko'rsatishi o'rganilgan. Shuningdek, murabbiy va futbolchilar o'rtasidagi hissiy aloqalar, jamoa ichidagi hamkorlik va liderlik sifatlarining rivojlanishida emotsional intellektning roli muhokama qilinadi. Tadqiqot natijalari futbol jamoalarida samarali psixologik muhitni shakllantirish va sportchilar motivatsiyasini oshirish uchun amaliy tavsiyalar berishga yo'naltirilgan.

Kalit so'zlar: emotsional intellekt, jamoaviy munosabatlar, futbol jamoasi, psixologik jihatlari, kommunikatsiya, stress boshqarish, liderlik, sport psixologiyasi.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В КОМАНДНЫХ ОТНОШЕНИЯХ (НА ПРИМЕРЕ ФУТБОЛЬНЫХ КОМАНД)

Аннотация. В статье анализируются психологические аспекты эмоционального интеллекта в командных отношениях, в частности, на примере футбольных команд. В исследовании изучалось, как уровень эмоционального интеллекта футболистов влияет на их командную игру, коммуникативные навыки и способность справляться со стрессом. В статье также обсуждается роль эмоционального интеллекта в развитии эмоциональных связей между тренерами и игроками, командной работе и лидерских качествах. Результаты исследования направлены на предоставление практических рекомендаций по созданию эффективной психологической среды в футбольных командах и повышению мотивации спортсменов.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, командные отношения, футбольная команда, психологические аспекты, коммуникация, управление стрессом, лидерство, спортивная психология.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN TEAM RELATIONS (ON THE EXAMPLE OF FOOTBALL TEAMS)

Abstract. This article analyzes the psychological aspects of emotional intelligence in team relations, in particular, on the example of football teams. The study examines how the level of emotional intelligence of football players affects their team performance, communication skills and stress management skills. It also discusses the role of emotional intelligence in the development of emotional bonds between coaches and players, cooperation within the team and leadership qualities. The results of the study are aimed at providing practical recommendations for creating an effective psychological environment in football teams and increasing the motivation of athletes.

Keywords: emotional intelligence, team relations, football team, psychological aspects, communication, stress management, leadership, sports psychology.

Kirish. Bugungi kunda jahonda sport sohalarining barchasiga alohida e'tibor bilan yondashilmoqda ayniqsa, futbol sport turiga qiziqish yuqori ekanligi uning inson so'g'ligiga, jismoniy yetukligiga, shuningdek, uning psixologik salomatlikdagi ta'siri muhim ahamiyat kasb etadi. Jahonda sportning futbol turini rivojlantirish bo'yicha ko'plab tadqiqotlar olib borilgan, ularning jismoniy tayyorgarliklarini, sport mahoratini shakllantirish bilan birga ruhiy tayyorgarligi, sportchilarning psixologik holatni baholash, rivojlanishi va ularni yuzaga chiqarishda turli metodik ishlar amalga oshirilib amaliyotga tatbiq etilmoqda. Jahonning nufuzli futbol tashkilotlari FIFA (Xalqaro Futbol Assotsiatsiyasi Federatsiyasi), UEFA (Yevropa Futbol Assotsiatsiyalari ittifoqi), AFC (Osiyo Futbol Konfederatsiyasi), kabi futbol tashkilotlari futbol rivojiga katta e'tibor berib, uning inson salomatligidagi o'rnini alohida keltirib ko'rsatishmoqda. Jahon

sportida futbolchilarning va ularning jamoasining turli psixologik vaziyatlarni yengish bo'yicha va hissiy-emotsional holatlarini, ularni salbiy oqibatlarini yengishda psixologik tayyorgarlik, turli stresslar, frustratsiyalar, nevroitik holatlar va tushkunliklarni oldini olishga qaratilgan ijtimoiy-psixologik masalalar bo'yicha ilmiy izlanishlar ma'lum darajada olib borilmoqda. Bu borada emotsional intellektning ta'sirlari, futbolchilar ruhiy rivojlanishining eng muhim bosqich ekanligi, mazkur psixologik jarayon futbolchilarning jamoaviy shakllanishida, psixologik tayyorgarligida o'zgacha yondashuvni tanlash nuqtayi nazaridan ahamiyati beqiyos ekanligi, futbolchilarning o'zini o'zi anglashi, o'z o'zini faollashtirish, musobaqalarga refleksiv munosabatni shakllantirishga yo'naltirilgan masalalarga e'tibor qaratish muhimligi bois futbolchilarda emotsional intellektni jamoaviy munosabatlarga ta'sirining ijtimoiy-psixologik omillarini bilan bog'liqligini o'rganish zarurati kuzatilmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son «2022-2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida»[1], 2021-yil 13-iyuldagi PF-6260-son «Yoshlarni har tomonlama qo'llab-quvvatlash va ularning ijtimoiy faolligini yanada oshirishga oid qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida»[2] Farmonlari, 2017-yil 5-iyuldagi PF-5106-son «Yoshlarga oid davlat siyosati samaradorligini oshirish va O'zbekiston yoshlar ittifoqi faoliyatini qo'llab-quvvatlash to'g'risida»[3] Farmoni, 2018-yil 14-avgustdagi PQ-3907-son «Yoshlarni ma'naviy-axloqiy va jismoniy barkamol etib tarbiyalash, ularga ta'lim-tarbiya berish tizimini sifat jihatdan yangi bosqichga ko'tarish chora-tadbirlari to'g'risida»[4] Qarorlari va boshqa me'yoriy hujjatlarda belgilangan keng ko'lamli strategik chora-tadbirlarni amalga oshirishda mazkur dissertatsiya muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning maqsadi. Futbol jamoalarida emotsional intellektning psixologik jihatlarini aniqlash hamda futbolchilarga emotsional intellektdan foydalanishning ijtimoiy moslashuv ko'nikmalarini shakllantirishga doir amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat. Zamonaviy psixologiyada emotsional intellektning inson hayotiga ta'siri keng o'rganilmoqda. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yuqori emotsional intellektga ega shaxslar stress bilan yaxshiroq kurasha oladi, ijtimoiy muloqotda muvaffaqiyatli bo'ladi va yetakchilik qobiliyatlarini shakllantirishda muvaffaqiyat qozonadi. Shu sababli, emotsional intellektni rivojlantirish shaxsiy va kasbiy o'sish uchun muhim omillardan biri hisoblanadi. Buning uchun avvalo intellekt nima, uning qanday turlari mavjud, emotsional intellekt qanday ishlaydi va uni fonemeni nimani anglatadi kabi tushunchalarni yoritib olish zarur.

Intellekt- bu insonni bilim olish, fikrlash, tahlil qilish, muammoni hal qilish, muayyan maqsadga erishish uchun moslashish va mantiqiy qarorlar qabul qilishdir. Intellekt tushunchasi falsafa, psixologiya, nevrologiya va boshqa fanlarda keng o'rganiladi. Intellektning asosiy jihatlarini bilim olish qobiliyati, atrof-muhitdan ma'lumot yig'ish va uni tushunish, analitik fikrlash, mantiqiy xulosalar chiqarish va vaziyatni baholash, ijodkorlik, yangi g'oyalar ishlab chiqish va muammolarga ijodiy yechim topish, moslashuvchanlik, o'zgaruvchan muhitga moslashuvchanlik qobiliyati, ma'lumotlarni saqlash, kerakli paytda ishlatish[5] kabi ma'lumotlar bilan keng doirada ishlash nazarda tutiladi.

Psixologlar intellektni bir necha turlarga bo'lishadi:

- emotsional intellekt (EQ): O'z his-tuyg'ularini va boshqalarning hissiyotlarini tushunish va boshqarish qobiliyati;
- ijodiy intellekt: yaratish va yangilik kiritish imkoniyati;
- ijro etuvchi intellekt: maqsadga erishish uchun harakatlarni rejalashtirish va bajarish qobiliyati;
- ijtimoiy intellekt: insonlar bilan samarali munosabatlar o'rnatish va boshqalar bilan ishlash qobiliyati.

Intellekt darajasini o'lchash uchun IQ (Intelligence Quotient) testlari qo'llaniladi. Ushbu testlar insonning mantiqiy tafakkuri, muammolarni hal qilish qobiliyati hamda matematik layoqatini baholaydi. Biroq IQ faqat intellektning ma'lum jihatlarigagina e'tibor qaratib, uning boshqa muhim tomonlarini to'liq aks ettirmaydi. Shu sababli, inson aql-zakovati va idrok darajasini baholashda faqat ushbu yondashuv bilan cheklanib qolmaslik lozim.

Hozirgi vaqtda intellektni o'rganish va uni takomillashtirishga bo'lgan qiziqish sezilarli darajada oshgan. Intellektning rivojlanishi quyidagi omillarga bog'liq:

- oila va ta'lim- bolalikda olingan ta'lim-tarbiya va bilimlar asosiy omil hisoblanadi;
- atrof-muhit- ijtimoiy va madaniy omillar intellektual salohiyat shakllanishiga ta'sir ko'rsatadi.
- mashqlar va bilim- intellektual rivojlanish uchun muntazam kitob o'qish, mantiqiy fikrlashga asoslangan o'yinlar hamda muammolarni hal qilishga yo'naltirilgan faoliyat muhim ahamiyat kasb etadi.

Emotsional intellekt (EI) – bu insonning o'z hissiyotlarini hamda boshqalarning ruhiy holatini anglash, tahlil qilish va boshqarish qobiliyatini aks ettiruvchi psixologik kategoriya. Ushbu tushuncha insonning muvaffaqiyatga erishishida, samarali muloqot yuritishida hamda mustahkam ijtimoiy munosabatlarni

shakllantirishida asosiy rol o'ynaydi. Hissiy intellekt haqida ko'plab ilmiy maqolalar, monografiyalar va kitoblar chop etilgan bo'lib, u jamiyat e'tiboriga Time jurnali muqovasi hamda turli teleko'rsatuvlar orqali keng yoritilgan. Shu sababli, ilm ahli ushbu mavzuni chuqur o'rganishga ehtiyoj sezgan. 2004-yilda nashr etilgan *“Emotsional intellekt. Eng muhimi”* nomli bestseller 23 tilga tarjima qilinib, keng auditoriyaga taqdim etilgan.

Mamlakatimizda bugungi kunda sport sohalarida tub islohotlar amalga oshirilmoqda. Ana shunday islohotlar orqali mustaqil O'zbekistonning rivojlangan davlatlar safidan munosib o'rin topishi uchun muhim qadam qo'yilmoqda. Kelajakda esa bu islohotlar O'zbekistonning dunyo miqyosida mustahkam o'rin egallashida muhim ahamiyat kasb etadi. Har qanday davlatni yuksalishida, rivojlangan davlatlar qatoriga kirishida sportning o'rni beqiyosdir, ayniqsa millionlar o'yini bo'lgan futbol sport turi kabi mashxur qilolmaydi. Bu o'rinda kuchli rivojlangan mamlakatlar: Angilya, Fransiya, Germaniya, Amerika, Yaponiya kabi davlatlar sportga bo'lgan e'tiborni olishimiz mumkin. Mamlakatimizda ham sportning futbol turi juda shiddat bilan rivojlanmoqda, bu o'rinda yoshlar sporti bo'yicha o'tkazilayotgan musobaqa va turnirlar ularni ijtimoiylashuvida, tengdoshlar bilan munosabatida, bosh vaqtlarini unimli foydalanishda jiddiy qarorlar va vazifalarni bajarib kelmoqda. O'zbekiston sportchilarining jahon miqyosida o'tkazilayotgan yirik musobaqalar va olimpiada o'yinlarida qatnashib, nufuzli futbol kuliblarda to'p surayotgani mamlakatimizni obro'sini oshirmoqda. Yaqindagina Abduqodir Husanovni Angilyaning obro'li kulubidan biri bo'lgan “Manchestr sity” tarkibida o'ynayotgani barcha o'zbek xalqini g'ururlantirmoqda. Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev Miromonovich ham o'z nutqlarida bu haqida to'xtalib alohida tabriklab o'tdi va futbol sport turini yanada rivojlantrish to'g'risida ko'rsatmalar berdi. Albatta, nufuzli musobaqalarda ishtirok etish o'z-o'zidan bo'lmasligi hammaga ayon. Buning uchun sportchilarning jismoniy va ruhiy tayyorgarlik darajasini yanada oshirish hamda ularda vatanparvarlik hislarini yanada kamol toptirish lozim. O'zbekiston sportchilari, sport mutaxassislari va murabbiylari oldidagi asosiy vazifa vatanimiz sportini qisqa muddat ichida jahondagi yirik va yuksak taraqqiy etgan davlatlar sport darajasiga ko'tarishdir.

Sportchilarning musobaqaga tayyorligi va ularida musobaqa jarayonida paydo bo'ladigan hissiy-emotsional ta'sirlanish darajalari ham turlicha bo'ladi. Ba'zi bir sportchilarda stresslarga tushish bo'lsa boshqasida esa kuchli hissiy ta'sirlanish, xavotirlanish, vahimaga tushish bo'lsa, hissiyotlarining tez o'zgaruvchanligi sababli sport musobaqalarida yuqori ko'rsatkichlarga erishishi juda og'ir kechadi. Bunday sportchilar bilan ruhiy tayyorgarlik ishlari olib borilmasa, sport musobaqalari juda og'ir va besamar bo'lishi kuzatiladi. Ayniqsa ularning emotsional intellektini rivojlantirish muhimdir. Bu orqali futbol musobaqalarida o'zini yo'qotmaslik, psixologik tayorgarligini mustahkamlash, kurashga bo'lgan ishtiyoqini oshirish, sheriklarini hissiyotlarini tez ilg'ab olish ko'nikmalari shakllanadi. Jamoaviy munosabatlarda emotsional intellekt muhim omillardan biri bo'lib, insonlarning o'zaro muloqoti, tushunish qobiliyati va jamoa ichidagi hamkorlik samaradorligini oshirishda katta rol o'ynaydi.

O'zbekistonlik psixolog olimlar tomonidan emotsional intellektning turli sohalariga, jumladan, sportga ta'siri keng o'rganilgan. Mamlakatimiz olimlari ayniqsa sportchilarning ruhiy holatlari haqida ko'plab ilmiy tadqiqotlar olib borishgan. Jumladan, psixolog olimlarimiz E.G'.G'oziyev, G'.B.Shoumarov, V.Karimova, A.M.Jabborov, Sh.R.Barotov, Z.T.Nishonova, N.S.Safayev, R.S.Samarov, O.Xayitov, M.Mamatov, F.Gaziyeva va boshqa olimlar tomonidan sportchilardagi ruhiy holatlarni, xususan, sportchilarda yuzaga keladigan emotsional intellektni korreksiyalashni o'rganish sohasida bir qator nazariy va amaliy masalalarni hal qilishga yo'naltirilgan tadqiqot ishlari olib borilganligini e'tirof etishimiz mumkin.

Yurtimizda faoliyat ko'rsatayotgan yetakchi psixolog olimlarning emotsional intellekt, sportchi shaxsining psixokorreksiyasi, sportchilarni ruhiy holatlari, sportchilarning motivatsiyalari masalalariga doir ilmiy-nazariy qarashlari, yoshlarni sport faoliyati bilan shug'ullanishlarini, ularni hayotga to'g'ri yo'nalganligi va jismonan barkamolligini ta'minlashda, sportchi psixologiyasiga xos qadriyatlarni inobatga olishda, sport turi va soha bilan bog'liq milliylik va milliy mentalitetimizni saqlash hamda avaylab-asrashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Jumladan, G'.B.Shoumarov o'z tadqiqotlarida yosh sportchilarning jismoniy va psixologik taraqqiyoti o'zaro uyg'un kechishi lozimligini ta'kidlab, emotsional intellektning sport faoliyatidagi ahamiyatini chuqur o'rgangan. Olimning fikricha, sportchining ruhiy sog'lom bo'lishi va muvaffaqiyatga erishishi uning o'z emotsiyalarini boshqara olish qobiliyati bilan uzviy bog'liq. U sportchilarning emotsional intellektini rivojlantirish orqali stress va salbiy hissiyotlarni yengish hamda sportda psixologik to'siqlarni bartaraf etish mumkinligini ilmiy asoslagan. Shoumarov sportchilarni tayyorlash tizimida psixologik xizmatlar samaradorligini oshirish masalasini ham tahlil qilgan.

Biz tadqiqotimizda futbolchilarni emotsional intellektini shakllantirishga qaratilgan trening dasturini tuzib chiqdik. Treningdan ko'zlangan maqsad futbolchilarning o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish,

jamoaviy muloqot qilish, stressga bardosh berish va oʻz-oʻzini motivatsiya qilish qobiliyatlarini rivojlantirish boʻldi. Trening sakkiz hafta boʻlib haftasiga ikki martadan mashgʻulotlar borishga belgilab oldik. Soʻngra futbolchilar bilan diagnostik bosqichni amalga oshirib oldik. Bu bosqichda ishtirokchilarni emotsional intellektini aniqlab olish uchun kuzatuv, oʻz-oʻzini baholash anketalari va D.Golumanning emotsional intellektni aniqlash testidan foydalandik.

Diagnostik bosqichda kuzatuv metodidan foydalanib, bunda futbol jamoasi ichidagi oʻzaro munosabatlarni real vaqt rejimida tahlil qilish. Intervyu orqali sportchi va murabbiylar bilan chuqur suhbatlar orqali ijtimoiy-psixologik jihatlarni aniqlash, testlar orqali esa futbolchilarning emotsional intellektni aniqlab oldik. Biz D. Golumanning “emotsional intellekt testi”ni oʻtkazib quyidagi beshta komponentni baholashga muvassar boʻldik:

- Oʻz emotsiyalarini anglash;
- Oʻz-oʻzini boshqarish;
- Boshqalarning emotsiyalarini tushunish;
- Empatiya;

Ijtimoiy munosabatlarni boshqarish kabi komponentlarni baholab oldik va dastlabki diagnostik natijalarga erishdik. Quyida diagnostik tekshiruvlardan olingan natijalar keltirilgan.

Futbolchilarning emotsional intellektini oshirish maqsadida maxsus trening dasturimiz orqali ularni qayta diagnostik bosqichdan oʻtkazdik, tajriba va nazorat guruhlariga qoʻllandi. Quyidagi jadvalda tajriba guruhi (TG) va nazorat guruhi (NG) futbolchilarning emotsional intellekt koʻrsatkichlaridagi oʻzgarishlar taqdim etilgan.

1-jadval.

Futbolchilarning emotsional intellektini oshirish maqsadida maxsus trening dasturimiz orqali ularni qayta diagnostik bosqichlarini asoslash

Koʻrsatkichlar	Tajriba guruhi (TG) (n=40)	Nazorat guruhi (NG) (n=40)	Sigʻimlilik darajasi (p)
Oʻz emotsiyalarini anglash	62.4 ± 3.2	63.1 ± 3.5	>0.05
Oʻz-oʻzini boshqarish	58.2 ± 2.8	57.9 ± 3.0	>0.05
Boshqalarning emotsiyalarini tushunish	60.1 ± 3.1	61.0 ± 3.2	>0.05
Empatiya	59.4 ± 3.0	58.9 ± 3.4	>0.05
Ijtimoiy munosabatlarni boshqarish	55.7 ± 3.5	56.1 ± 3.2	>0.05

Natijalarga koʻra, futbolchilarning emotsional intellekt darajalari oʻrtacha yoki biroz pastroq boʻlib, tajriba va nazorat guruhlarida oʻrtasida dastlab sezilarli farq yoʻq.

Biz tomonimizdan olib borilgan treninglarimizga diagnostik bosqichda oʻz emotsiyalarini anglashi, oʻz-oʻzini boshqarishi, boshqalar emotsiyalarini tushunishi empatiyasi hamda ijtimoiy munosabatlarni boshqarish kabi komponentlari past koʻrsatkichlarda 80 nafar ishtirokchini tanlab olib ularni trening jarayoniga jalb qildik. Treninglarimiz psixokorreksion kompleks dasturi yordamida amalga oshirildi. Mashgʻulotlar bir-biriga bogʻliq boʻlgan toʻrt bosqichdan iborat boʻldi. Ular:

- 1) Tayyorgarlik (diagnostik) bosqich;
- 2) Korreksion bosqich;
- 3) Korreksion faoliyatni samaradorligini aniqlovchi bosqich;
- 4) Yakunlovchi (baholovchi) bosqichlar shakllantrildi.

Diagnostik bosqichning maqsadi: futbolchilarda kuzatiladigon emotsional intellektni boshqarishni nazorat qilish, samarasiz emotsional intellektini boshqarishni aniqlab ajratish.

Korreksion bosqichni maqsadi: futbolchilarda kuzatilgan emotsional intellektidagi salbiy holatlarni ijobiy holatga tezkor shakllantrishni optimallashtirish, oʻz emotsiyalarini boshqarish va shakllantirish koʻnikmalaridan iborat boʻldi.

Yakunlovchi (baholovchi) bosqichning asosiy maqsadi – sportchilarning psixofiziologik treningdan oldingi va keyingi holatlarini chuqur tahlil qilish, ularni obyektiv ravishda taqqoslash va aniq baholashdan iborat edi. Ushbu bosqichda sportchilarning emotsional holati, stressga bardoshlilik, diqqat va motivatsiya darajasi, shuningdek, jismoniy va ruhiy holatlaridagi oʻzgarishlar kompleks ravishda oʻrganildi. Olingan

natijalar tahlil qilinib, treningning samaradorligi haqida aniq xulosalar chiqarildi va kelgusidagi individual yondashuv hamda rivojlantirish strategiyalari ishlab chiqildi.

Korreksiya jarayonidan so'ng olingan natijalarni tahlil qilishga o'tamiz: asosiy respondentlar ichida korreksiya muhtoj deb topilgan ishtirokchilar saralab olindi. Ularning natijalari korreksiya gacha va undan keyingi holatiga ko'ra, turli metodikalar orqali o'rganilib, ishonchlilik darajasidagi farqlar asosida taqqoslandi.

Albatta, biz futbolchilar bilan olib borgan treninglarimizda oldindan vazifalar belgilab oldik. Ular quyidagicha ifodalandi.

Treningning vazifalari:

- o'z his-tuyg'ularini anglash va ifodalashni o'rgatish;
- jamoa a'zolari bilan samarali muloqot qilish ko'nikmalarini rivojlantirish;
- o'ziga ishonch va stressni boshqarish qobiliyatlarini oshirish;
- empatiya va boshqa odamlarning his-tuyg'ularini tushunish qobiliyatini shakllantirish;
- jamoada ijobiy muhit yaratish.

Treningning har bir bosqichi, sportchilarning emotsional intellektini rivojlantirishga qaratilgan bo'lib, buning uchun biz maxsus dastur tuzib chiqdik.

Murabbiy yoki psixolog ko'rsatmalariga binoan individual strategiyalar ishlab chiqish ham mumkin. Vizualizatsiya texnikasining foydalari shundan iboratki, avvalo, o'yinda ishonchni oshiradi, o'yin oldidan o'zini tayyor va ishonchli his qilishga yordam beradi. Shuningdek, stress va tashvishlarni kamaytirib o'yin davomida qo'rquv va asabiylikni bartaraf etadi. Shu bilan birga, diqqatni jamlashni yaxshilaydi va futbolchilar e'tiborini asosiy maqsadlarga qaratishga o'rgatadi va harakatlarni yaxshiroq bajarishga yordam beradi, oldindan tasavvur qilish orqali jismoniy harakatlarni osonlashtiradi.

2-jadval.

Futbolchilarning emotsional intellektini oshirish maqsadida maxsus trening dasturimiz orqali ularni takroriy diagnostik bosqichlari

Ko'rsatkichlar	Tajriba guruhi (TG) (n=40)	Nazorat guruhi (NG) (n=40)	P
O'z emotsiyalarini anglash	75.8 ± 2.9	64.2 ± 3.1	<0.01
O'z-o'zini boshqarish	72.5 ± 3.0	58.3 ± 3.4	<0.01
Boshqalar emotsiyalarini tushunish	74.1 ± 2.7	62.5 ± 3.3	<0.01
Empatiya	71.9 ± 3.1	59.2 ± 3.6	<0.01
Ijtimoiy munosabatlarni boshqarish	70.4 ± 3.5	57.9 ± 3.8	<0.01

Tahlil natijalariga ko'ra, futbolchilarda treninglardan keyin treninglar natijasida guruhda barcha ko'rsatkichlar sezilarli darajada oshgan ($p < 0.01$). Bundan ko'rinadiki, treninglar futbolchilarning emotsional intellektini sezilarli darajada oshirishga yordam beradi.

Takroriy diagnostika natijalariga ko'ra, tajriba guruhi (TG) va nazorat guruhi (NG) o'rtasidagi farqlarni tahlil qilishda quyidagi asosiy ko'rsatkichlar olingan: O'z emotsiyalarini anglash: tajriba guruhi: 75.8 ± 2.9 , Nazorat guruhi: 64.2 ± 3.1 , P qiymati: < 0.01 . Bu ko'rsatkich shuni anglatadiki, tajriba guruhida sportchilarning o'z emotsiyalarini anglash darajasi sezilarli darajada yuqori. O'z emotsiyalarini anglash – bu shaxsning o'z hissiyotlarini aniqlash va ular bilan ishlash qobiliyati. Trening jarayonida o'z hissiyotlarini anglash va ifodalash ko'nikmalarini rivojlantirish natijasida tajriba guruhidagi sportchilarda ushbu ko'rsatkich yaxshilangan. P qiymati < 0.01 bo'lishi, bu farqning statistik ahamiyatini ko'rsatadi, ya'ni bu farq tasodifiy emas, balki treningning samarali ta'sirini ko'rsatadi. O'z-o'zini boshqarish tajriba guruhida: 72.5 ± 3.0 , Nazorat guruhi: 58.3 ± 3.4 , P qiymati: < 0.01 . O'z-o'zini boshqarish, ya'ni stressni boshqarish, emotsional vaziyatlarga moslashish va salbiy his-tuyg'ulardan xalos bo'lish ko'nikmalari, tajriba guruhida sezilarli darajada yaxshilangan. Bu, sportchilarning o'z his-tuyg'ularini boshqarish va ijobiy xulq-atvorni namoyon etish qobiliyatining o'stirilgani va bu ko'nikmalarni amaliyotda qo'llashlarini ko'rsatadi. P qiymati < 0.01 yana bir bor treningning samaradorligini tasdiqlaydi. Boshqalar emotsiyalarini tushunish tajriba guruhi: 74.1 ± 2.7 , Nazorat guruhi: 62.5 ± 3.3 P qiymati: < 0.01 . Boshqalar emotsiyalarini tushunish qobiliyati sportchilarning jamoaviy faoliyatida muhim rol o'ynaydi. Trening jarayonida empatiya va boshqalar his-tuyg'ularini tushunish ko'nikmalariga alohida e'tibor qaratilganligi sababli, tajriba guruhi o'rtasida farq sezilarli. Ularning boshqalar bilan samarali muloqot qilish va jamoada ijobiy muhit yaratish qobiliyatlari yaxshilangan. Empatiya Tajriba guruhida: 71.9 ± 3.1 , Nazorat guruhi: 59.2 ± 3.6 , P qiymati:

<0.01 Empatiya, boshqalar his-tuyg'ularini tushunish va ularga moslashish qobiliyati ham tajriba guruhida yuqori darajaga ko'tarilgan. Bu, sportchilarning bir-birini tushunishga va jamoaviy ruhni mustahkamlashga qaratilgan treningning samarali bo'lganini ko'rsatadi. P qiymati <0.01 treningning ta'sirini ilmiy tasdiqlaydi. Ijtimoiy munosabatlarni boshqarish tajriba guruhida: 70.4 ± 3.5 , Nazorat guruhi: 57.9 ± 3.8 P qiymati: <0.01 . Jamoaviy munosabatlarni boshqarish ko'nikmalari ham tajriba guruhida yaxshilangan. Treningda o'quvchilar o'zaro muloqot qilish va jamoada ijobiy atmosferani saqlab qolish borasida ko'nikmalarni oshirdilar. Bu, sportchilarning jamoaviy ishlash va bir-birini qo'llab-quvvatlash qobiliyatlarini kuchaytirgan. Tajriba guruhi (TG) va nazorat guruhi (NG) o'rtasidagi farqlarni tahlil qilish natijasida, emotsional intellektning har bir komponenti bo'yicha tajriba guruhining natijalari sezilarli darajada yuqori ekanligi aniqlandi. Bunday farqlar treningning samarali ta'sirini ko'rsatadi, ya'ni futbolchilar o'z his-tuyg'ularini boshqarish, boshqalar bilan muloqot qilish va jamoada ijobiy muhit yaratish qobiliyatlarini rivojlantirdilar. P qiymatining <0.01 bo'lishi, bu farqlarning statistik jihatdan ahamiyatli ekanligini va treningning o'zgarishlarga olib kelganligini tasdiqlaydi. Treninglarda Futbolchilarning emotsional intellektini oshirish jamoaviy o'yin sifati va ijtimoiy muhitga ijobiy ta'sir qildi. O'z-o'zini anglash va boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish stressga bardoshlilikni oshirdi. Ushbu dastur sport psixologlari va murabbiylar tomonidan qo'llanilishi tavsiya etiladi.

Xulosa va tavsiyalar. Futbolchilarning emotsional intellektini shakllantirish va jamoaviy munosabatlarga ta'sirini oshirishga qaratilgan modul dasturi sportchilarning psixologik tayyorgarligini mustahkamlashda muhim omil sifatida namoyon bo'ldi. Tadqiqot davomida ishlab chiqilgan modul dasturi futbolchilarning o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish, jamoaviy muhitda moslashish qobiliyatlarini rivojlantirishga xizmat qildi. Shuningdek, futbolchilarning stressga chidamliligini oshirish, ijobiy kommunikatsiyani shakllantirish va jamoaviy birdamlikni mustahkamlash orqali natijadorlikni oshirishga sezilarli ta'sir ko'rsatdi.

Futbol jamoalarida emotsional intellektning o'yin natijalariga va jamoaviy birdamlikka ta'siri bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, yuqori emotsional intellektga ega bo'lgan sportchilar o'yin jarayonida yanada samarali qarorlar qabul qiladi va jamoa ichidagi hamkorlikni yaxshilaydi. Bu esa nafaqat individual o'yin ko'rsatkichlarini, balki umumiy jamoaviy natijalarni ham ijobiy tomonga o'zgartiradi. Tavsiyalar asosida ishlab chiqilgan strategiyalar orqali futbolchilar o'zaro tushunishni kuchaytirib, konfliktli vaziyatlarni samarali hal qilish imkoniyatiga ega bo'ldilar.

Futbolchilarning emotsional intellektini psixologik treninglar orqali aniq yo'nalishga yo'naltirish bo'yicha amalga oshirilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, tizimli ravishda olib borilgan psixologik mashg'ulotlar futbolchilarning motivatsiyasini oshirish, stress omillarini kamaytirish va ularda o'zini boshqarish qobiliyatlarini shakllantirishga ijobiy ta'sir ko'rsatdi. Xususan, o'yin davomida ijobiy emotsional holatni saqlash, muhim pallalarda ruhiy barqarorlikni saqlab qolish va jamoaviy birdamlikni mustahkamlash bo'yicha o'tkazilgan treninglar futbolchilarning natijalarida sezilarli o'zgarishlarga olib keldi.

Adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 28.01.2022-yildagi PF-60-son Farmoni. <https://lex.uz/uz/docs/-5841063>.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 13.07.2021-yildagi PF-6260-son Farmoni. [ex.uz/ru/docs/-5512119](https://lex.uz/ru/docs/-5512119).
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 05.07.2017-yildagi PF-5106-son Farmoni. <https://lex.uz/docs/-3255680>
4. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 14.08.2018-yildagi PQ-3907-son Qarori. <https://lex.uz/docs/-3864155>
5. E.G'.G'oziyev "Tafakkur psixologiyasi" T.: "O'qituvchi". - 1991, 122-223 b.

Saipova Maloxat,

*O‘zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti dotsenti,
psixologiya fanlari doktori (DSc)*

MEHNAT MIGRATSIYASI DAXL QILGAN OILALARDA VOYAGA YETAYOTGANLARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Maqolada muallif o‘smirlik davrining o‘ziga xos jihatlari, bu davrdagi jismoniy, psixologik o‘zgarishlarga to‘xtalib o‘tarkan, olimlarning izlanishlari misolida fikrini asoslaydi. Shuningdek, olib borgan tadqiqotining natijalarini keltiradi, ularni sharhlaydi. Tadqiqotlari natijasida o‘zining shaxsiy xulosalarini beradi.

Kalit so‘zlar: o‘smir, davr, kattalik, tuyg‘u, “Men-konsepsiyasi”, ota-ona, mehnat, migratsiya, psixologik, o‘zgarishlar, etilish, ijtimoiy, sharoit, mas‘uliyat, nazorat.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В СЕМЬЯХ, ЗАТРОНУТЫХ ТРУДОВОЙ МИГРАЦИЕЙ

Аннотация. В статье автор рассматривает особенности подросткового возраста, физические и психологические изменения, происходящие в этот период, и обосновывает своё мнение на примере научных исследований. Он также представляет и комментирует результаты своего исследования. Автор делает собственные выводы на основе своих исследований.

Ключевые слова: подросток, период, размер, чувство, «Я-концепция», родитель, труд, миграция, психологические, изменения, зрелость, социальные, обстоятельства, ответственность, контроль.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ADOLESCENTS IN FAMILIES AFFECTED BY LABOR MIGRATION

Abstract. In the article, the author examines the specific aspects of adolescence, focusing on the physical and psychological changes during this period, and substantiates their opinion using examples from scientific research. The author also presents and interprets the results of their own research. Based on these findings, the author offers personal conclusions.

Keywords: adolescent, period, adulthood, emotion, “self-concept”, parents, labor, migration, psychological, changes, maturation, social, conditions, responsibility, control.

Kirish. O‘smirlik davriga o‘tish sifat jihatidan yangi shakllanishlarning paydo bo‘lishi bilan tavsiflanadi va o‘z-o‘zini anglashning yangi darajasi, “Men-konsepsiya”sining shakllanishi sifatida tushuniladi. Bu davrning o‘ziga xos xususiyatlaridan biri – bu “kattalik” tuyg‘usidir. Birinchi marta o‘smirlik davrining psixologik xususiyatlarini o‘rgangan amerikalik psixolog Grenvil Stenli Xoll [5] o‘smirlikni jinsiy yetilishdan kattalikning boshlanishigacha romantizm davriga ekvivalent bo‘lgan davrni qamrab oladi, deb hisoblaydi. Bu insonda “individuallik tuyg‘usi” paydo bo‘ladigan “bo‘ron va siquv”, ichki hamda tashqi nizolar davridir. Bu davr o‘smirning ziddiyatli xulq-atvori (masalan, intensiv muloqot izolyasiya bilan almashtiriladi, o‘ziga ishonch noaniqlik va o‘ziga ishonchsizlikka aylanadi va h.k.) bilan e‘tiborni tortadi. Shu nuqtai nazardan Xoll psixologiyaga o‘smirlik davrini rivojlanishning inqiroz davri sifatida kiritdi.

Nemis faylasufi, psixolog va pedagog E.Shpranger [6] ning ta’kidlashicha, rivojlanishning 3 ta tipini farqlash zarur. O‘smirlikning *birinchi tipi* qachonki o‘smirlik qayta tug‘ilish sifatida boshdan kechirilganida o‘tkir, shiddatli, krizisli oqim bilan tavsiflanadi, buning natijasida yangi “Men” paydo bo‘ladi.

Ikkinchi tip – ravon, sekin-astalik bilan o‘shish, qachonki o‘smir kattalar hayotiga o‘z shaxsida chuqur va keskin siljishlarsiz qo‘shilib boradi.

Uchinchi tip – bu rivojlanishning shunday jarayonini aks ettiradiki, bunda o‘smir ichki tashvish va inqirozlarini iroda kuchi bilan yengib o‘tgancha faol va ongli ravishda o‘z-o‘zini shakllantiradi va tarbiyalaydi. Bu o‘z-o‘zini nazorat qilish va o‘zini intizomga bo‘ysundirishning yuqori darajasi bo‘lgan odamlar uchun xosdir. Natijada u o‘z “Men”ini, refleksiya, individuallik va muhabbat tuyg‘ularini kashf etadi.

E.Shprangerning fikriga ko‘ra, qizlarda 13-19, o‘g‘il bolalarda esa 14-22 yoshgacha cho‘ziladigan o‘smirlik yoshi hammadan avval garchi u psixofiziologik jarayonlar majmui bilan bog‘liq bo‘lsa-da, psixik rivojlanishning muayyan pallasidir.

Voyaga yetganlik hissi o‘smirlik davrining boshlanishini psixologik belgisidir. D.B.Elkonin [7] ning ta’rifiga ko‘ra, balog‘at tuyg‘usi ongning yangi shakllanishi bo‘lib, u orqali o‘smir o‘zini boshqalar (kattalar yoki o‘rtoqlar) bilan taqqoslaydi, assimilyasiya qilish uchun modellarni topadi, boshqa odamlar bilan munosabatlarini quradi va o‘z faoliyatini tiklaydi. O‘smirlik davrining o‘tish davri, albatta, biologik jihatni o‘z ichiga oladi. Bu balog‘atga yetish davri bo‘lib, uning intensivligi “gormonal bo‘ron” tushunchasi bilan ta’kidlangan. Jismoniy, fiziologik, psixologik o‘zgarishlar, jinsiy istakning paydo bo‘lishi bu davrni, shu jumladan, har jihatdan eng tez o‘sayotgan o‘smir uchun juda qiyin qiladi.

L.N.Kogan shaxsning har tomonlama rivojlanishi tushunchasiga quyidagilarni kiritadi [4]:

birinchidan, shaxsning ijtimoiy faoliyatning barcha asosiy turlarida faol ijodiy ishtirok etishi, bu faoliyat turlarining har birida individual qobiliyat va ehtiyojlarni eng yaxshi qondiradigan va individuallikning maksimal rivojlanishini ta’minlaydigan aniq mashg‘ulotlarni tanlash;

ikkinchidan, ijtimoiy faoliyatning har bir turini bajarishda ichki ehtiyoj (tabiiy zarurat) ni shakllantirish, uni o‘zining erkin faoliyatiga aylanishi;

uchinchidan, shaxsning o‘zini o‘zi universal jihatdan ro‘yobga chiqarishi, o‘z qobiliyatlari va ijodiy imkoniyatlarini maksimal darajada yuzaga chiqarishi.

Bundan kelib chiqadiki, insoniy rivojlanish jarayoni va natijalari uchta asosiy omil – irsiyat, muhit va tarbiyaning birgalikdagi ta’siri bilan belgilanadi, shaxs faoliyati bilan to‘ldiriladi.

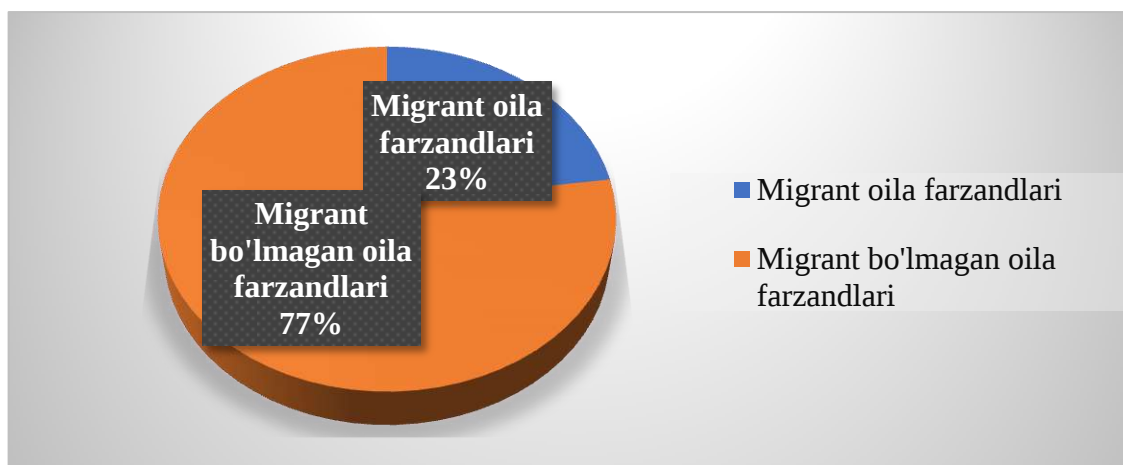
Klassik adabiyotlarda “o‘smirlik yoshi bolalik va ulayish o‘rtasidagi o‘tish davri, inson bolalar olamidani kattalar olamiga o‘tishi zarur bo‘lgan o‘ziga xos “ko‘prik” sifatida ko‘rib chiqilarkan” [2], bu paytda o‘smirning rivojlanishida oilaning o‘rni, shubhasiz, yuqori.

Tadqiqot asosi. Shaxs rivojlanishida oilaning o‘rni beqiyos ekani – inkor etib bo‘lmaydigan haqiqat. Shu nuqtayi nazardan biz bugungi kunda keng tarqalgan fenomen – mehnat migratsiyasiga chiqib ketgan oilalardagi o‘smirlar psixologik xususiyatlarini o‘rganishga qaror qildik. Tadqiqotimiz “Oila va gender” ilmiy-tadqiqot institutida o‘tkazilishi bois respublikaning qaysi hududlarida migratsiyaga chiqib ketganlar soni yuqori ekanini aniqlash uchun O‘zbekiston Respublikasi Bandlik va mehnat munosabatlari vazirligiga rasmiy xat bilan murojaat qildik. Vazirlikning 2022-yil iyunidagi ma’lumotiga ko‘ra, respublika bo‘yicha uzoq muddatga xorijga chiqib ketgan fuqarolarning oila a’zolari ro‘yxatdan o‘tkazilganda jami ko‘rsatkich 1 135 635 fuqaroni tashkil etib, shundan 289 489 nafari ayollar, 846 146 nafari esa erkaklardir. Mehnat migratsiyasiga chiqib ketganlar soni Navoiy viloyati bo‘yicha 12 064 nafar (3 820 – ayol; 8 244 – erkak) ni, Samarqand viloyati bo‘yicha 148 061 nafar (40 769 – ayol; 107 292 – erkak) ni, Farg‘ona viloyati bo‘yicha 113 267 nafar (22 603 – ayol; 90 664 – erkak) ni tashkil etganligi sababli [1] tadqiqotimizda aynan shu hududlarni qamrab olishni rejalashtirdik.

Tadqiqotimiz doirasidagi so‘rovnoma, metodikalarimizni Navoiy, Samarqand, Farg‘ona viloyatida umumiy o‘rta maktablarining yuqori sinf o‘quvchilari bilan o‘tkazdik. Bunda darsdan keyingi soatni band qilganimiz bois sinfdagi barcha bolalar so‘rovnoma, metodikalarga javob berishda ishtirok etishdi. Bu esa bizga yaqinlaridan birortasi mehnat migratsiyasiga chiqib ketgan oilalar va mehnat migratsiyasi dahl qilmagan oilalarda voyaga yetayotgan o‘smirlarning psixologik xususiyatlarini solishtirish va dissertatsiya gipotezasini tasdiqlash imkonini berdi.

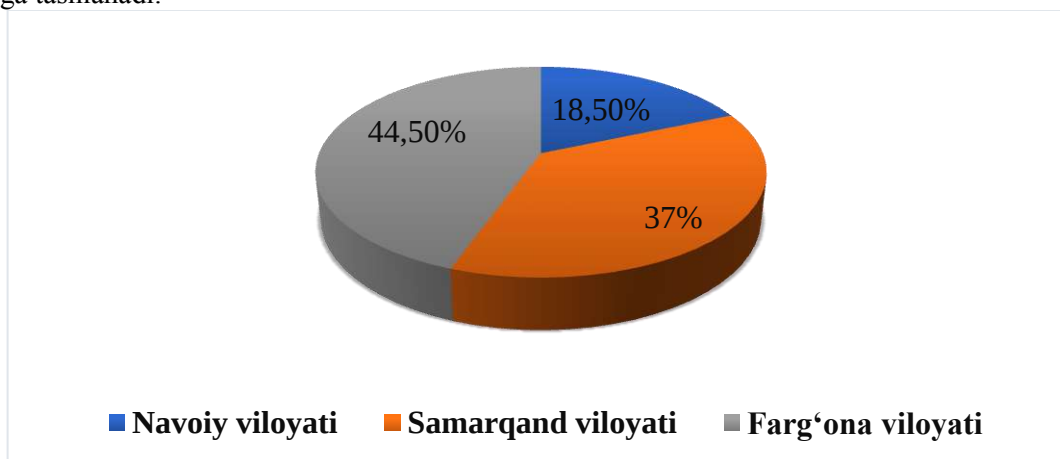
Tadqiqot metodikalari. Aytib o‘tish joizki, tadqiqot davomida E.Eydemiller, V.Yustitskislarning «Oilaviy xavotir tahlili», E.Shostromning o‘z-o‘zini dolzarblashtirishni ko‘p o‘lchovli qiymat sifatida o‘lchaydigan shaxsiy orientatsiyalar so‘rovnomasi (Personal Orientation Inventory – POI), A.Ellisning “Irratsional ustanovkalar diagnostikasi” metodikasi, shuningdek, o‘zimiz mavzu mohiyatiga asosan ishlab chiqqan so‘rovnomadan ham foydalandik.

Tadqiqot natijalari va tahlili.



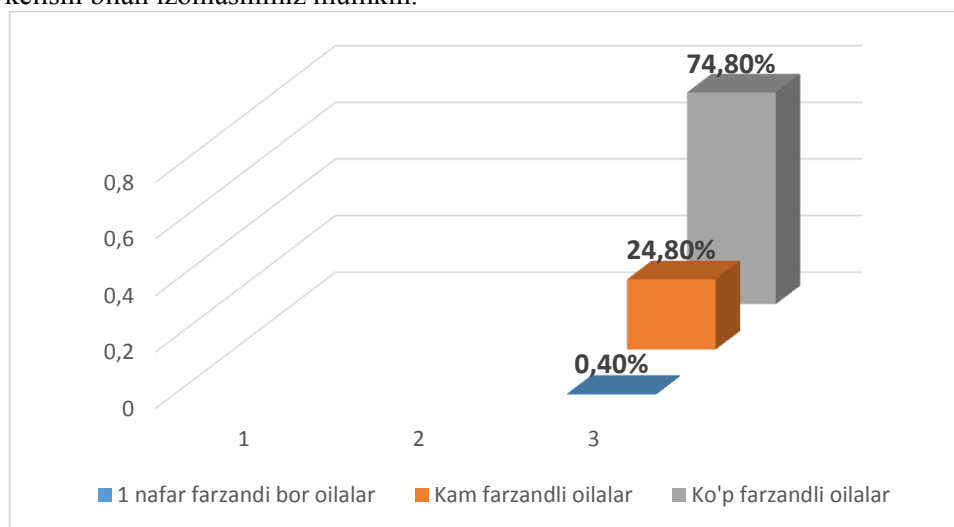
1-rasm. Tadqiqotda ishtirok etgan respondentlar miqdori

Tadqiqotimizda ishtirok etgan sinaluvchilarning 23 % (174 nafar) i mehnat migrant oilasidagi o'smirlar, 77 % (588 nafar) i esa mehnat migranti bo'lmagan oiladagi o'smirlar ekanligi 1-rasm orqali yaqqol ko'zga tashlanadi.



2-rasm. Sinaluvchilarning viloyatlar kesimi bo'yicha miqdori

Tadqiqot sinaluvchilarining viloyatga mansublik jihatidan farqlarini ko'rganimizda Navoiy viloyatidan 18,5 % (141 nafar), Samarqand viloyatidan 37 % (282 nafar) va Farg'ona viloyatidan 44,5% (339 nafar) sinaluvchilar jalb etilgani ma'lum bo'ladi. Tadqiqotda ishtirok etgan sinaluvchilarning eng ko'p qismi Farg'ona viloyatiga to'g'ri kelmoqda. Biz buni mehnat migrantlarining yuqori qismi aynan Farg'ona viloyati hissasiga to'g'ri kelishi bilan izohlashimiz mumkin.



3-rasm. Sinaluvchilarning oilalari tarkibi bo'yicha turlari

Tadqiqot sinaluvchilarining oila turlariga ko'ra farqlarini ko'rganimizda 1 nafar farzandi bo'lgan oila vakillari 0,40 % (3 nafar) ni, ko'p bolali oila farzandlari 74,80 % (570 nafar) ni hamda kam bolali oila farzandlari 24,80 % (189 nafar) ni tashkil etganining guvohi bo'ldik. Ushbu tahlillar bizga oiladagi farzandlar soni ham bolalarning psixologik rivojlanish xususiyatlariga ta'sir etishi mumkinligini yana bir bor isbotlaydi.

Ota-onalarning migratsiyasi bolalarni ijtimoiy himoya qilish, sifatli ta'lim olish, ota-onalarning ta'lim olishi va jamiyatda ishtirok etish huquqlarini amalga oshirishni ta'minlamaydi. Migratsiyaning ijtimoiy oqibatlarini e'tirof etish ota-onalar migratsiyasining ularning tarbiyachilari qaramog'ida qolgan bolalarga salbiy ta'sirini yumshatishga qaratilgan dalillarga asoslangan siyosat va dasturlarni qabul qilish yo'lidagi muhim qadamdir.

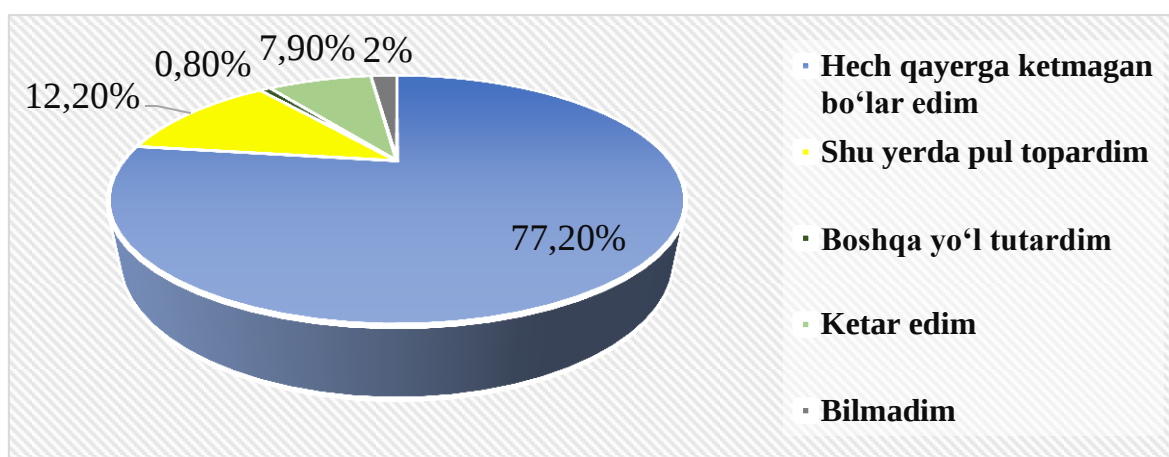
Aksariyat oilalar migratsiyaning ijobiy oqibatlari salbiy oqibatlaridan ancha ustun ekanligiga ishonishadi. Chet elda ishlayotgan oila a'zolari tomonidan yuborilgan pul o'tkazmalari migrant oilalarning iqtisodiy zaifligini kamaytirishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, pul o'tkazmalari yordamida oilalar yaxshi yashash sharoitlari, o'quv materiallari, tibbiy xizmatlar va boshqalarni sotib olishlari mumkin.

Biroq, pul o'tkazmalari oilalarning, ayniqsa, bolalarning psixologik farovonligi bilan bog'liq bo'lgan ehtiyojlarini to'liq qondirish uchun yetarli, degan savol hali ham ochiqlicha qolmoqda. Ota-onalarning migratsiyasi tufayli bolalar oilaning buzilishi oqibatlarini boshdan kechirishlari, yetarli darajada g'amxo'rlik ko'rsatmasliklari va turar-joy muassasalarida qolish xavfiga duch kelishlari mumkin. Bu, ayniqsa, ularning psixologik va hissiy salomatligiga ta'sir qilishi mumkin.

Ba'zi hollarda bolalar, odatda, kattalar tomonidan bajariladigan uy ishlari, masalan, aka-uka va opa-singillarga g'amxo'rlik qilish, uy yumushlari va dehqonchilik kabilar uchun mas'ul bo'lib qolishlari mumkin, bu esa bolalarning maktabda o'qishi va bo'sh vaqtiga xalaqit berishi mumkin.

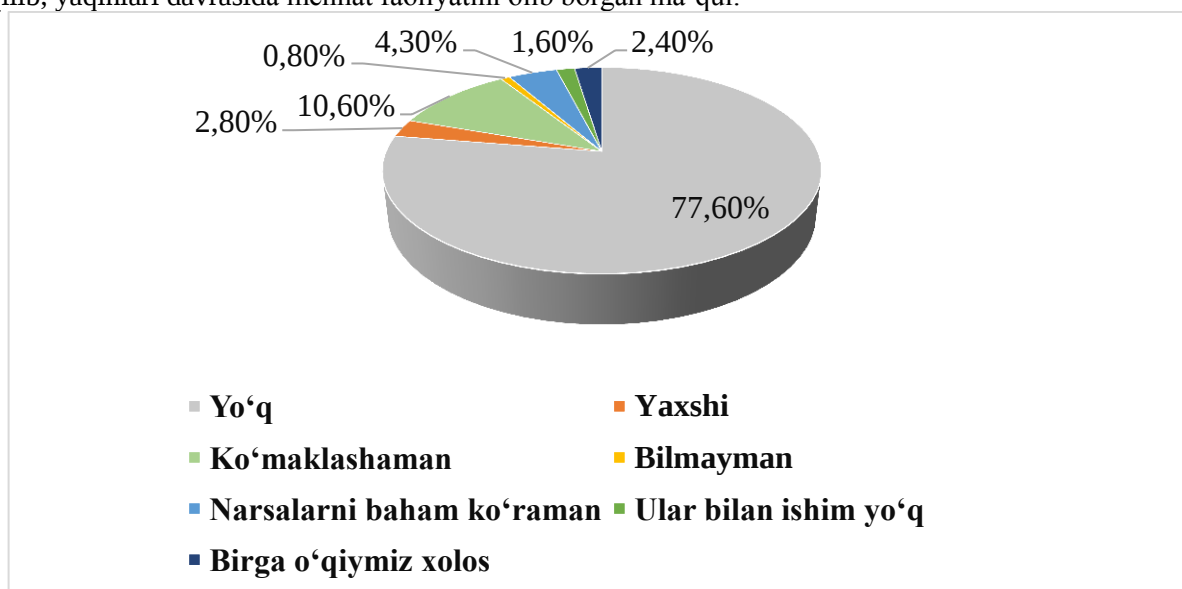
Zamonaviy oila nafaqat o'z a'zolarining kundalik hayoti, bolaning tug'ilishi va tarbiyasi, oiladagi shaxslararo munosabatlar bilan bog'liq ko'plab muammolarni hal qilishga, balki inson uchun o'ziga xos psixologik "boshpana" sifatida tan olinadi. Oila o'zida iqtisodiy, ijtimoiy, psixologik va jismoniy xavfsizlikni, shuningdek, o'z a'zolari uchun murakkab ijtimoiy-madaniy hodisani ifodalaydi. Oilaning o'ziga xosligi shundaki, u inson hayotining deyarli barcha jabhalarini qamrab oladi va ijtimoiy amaliyotning barcha darajalariga yetadi. Rivojlanishning hozirgi bosqichida ko'p bolali oila ijtimoiy-iqtisodiy va ijtimoiy sharoitlar, ijtimoiy institut sifatida oilaga nisbatan qadriyat yo'nalishlari va ustuvorliklarining o'zgarishi natijasida yuzaga kelgan inqiroz holatida degan qarashlar mavjud.

Ayni paytda jahonda oila instituti ma'lum o'zgarishlarni boshdan kechirmoqda, ushbu jihat so'nggi o'n yilliklarda mamlakatimizda kechayotgan ijtimoiy-siyosiy va ijtimoiy-iqtisodiy jarayonlar bilan ham bog'liq. Bu o'zgarishlar shaxs psixologiyasidagi o'zgarishlarga ta'sir ko'rsatmay qolmaydi. Jamiyat darajasida oilada sodir bo'layotgan o'zgarishlar oilaning qadr-qimmatini ma'lum darajada yo'qotishini ifodalovchi ajralishlarning ko'payishi, yetim bolalarning tarqalishi, ixtiyoriy nikohsizlik, to'liqsiz oilalarning vujudga kelishi kabi salbiy hodisalar dinamikasida namoyon bo'ladi. Oila darajasida mazkur o'zgarishlar oilaviy funksiyalarni bajarish tabiatida va oila ichidagi munosabatlarning xususiyatlarida namoyon bo'ladi. Shaxs darajasida, birinchi navbatda, shaxsning oilaga bo'lgan munosabati xususiyatlarida qayd etilishi mumkin. Oila bilan bog'liq bu o'zgarishlarning eng sezilarli salbiy ko'rinishlari orasida tug'ilishning pasayishi va oiladagi bolalar sonining cheklanishini aytish mumkin. Bunday sharoitda ko'p bolali oilalarni o'rganish, ayniqsa, dolzarb bo'lib, mamlakatdagi demografik vaziyatni o'zgartirish va tug'ilish darajasini oshirish foydasiga muayyan prognozlar qo'yiladi. Ko'p bolali oila zamonaviy jamiyat uchun kamdan-kam uchraydigan va atipik hodisa bo'lishiga qaramay, bunday oilalarning ma'lum foizi mavjud bo'lib qolmoqda. An'anaviy tug'ilish ko'rsatkichlari bilan bog'liq bo'lmagan ko'p bolali oilalarning paydo bo'lishi ham qayd etilgan. SHu munosabat bilan ko'p bolali oilalar har tomonlama ijtimoiy-psixologik o'rganishga muhtoj. Ko'p bolali ota-onalarning o'ziga xos xususiyati sifatida ko'p bolali bo'lishni haddan tashqari yuk, ba'zan esa qabul qilib bo'lmaydigan xato, deb hisoblaydigan zamonaviy jamiyat bosimi ostida o'zlarining ota-onalik maqomini intensiv ravishda saqlab qolishga majbur bo'lishni ongli his qilish kabilarini kiritish mumkin. Ko'p bolali oilaga ega bo'lgan shaxslar boshqalarga qaraganda ba'zi jihatlarida kuchliroq va mas'uliyatliroqdir.



4-rasm. Tadqiqot sinaluvchilarining migratsiyaga munosabati

Tadqiqot sinaluvchilaridan mehnat migratsiyasiga munosabat ko'lami o'rganilib, "ularning o'rnida bo'lganigizda nima qilgan bo'lar edingiz?" mazmunidagi savol berilganida quyidagicha javoblar berildi: hech qaerga ketmagan bo'lar edim – 77,20 % (588 nafar), ketar edim – 7,9 % (60 nafar), shu yerda qolib pul topar edim – 12,2 % (93 nafar), boshqa yo'l tutar edim – 0,8 % (6 nafar), javob berishim qiyin – 2,0 % (15 nafar). Ko'rib turganimizdek, sinaluvchilarimizning ko'pchiligi mehnat migratsiyasini olqishlamayapti. Ularning nazdida oilasidan, farzandlaridan yiroqqa ketib, boshqa joyda ishlagandan ko'ra, boriga qanoat hosil qilib, yaqinlari davrasida mehnat faoliyatini olib borgan ma'qul.



5-rasm. Migratsiya dahl qilmagan oilalar farzandlarining ota-onasi migratsiyada bo'lgan tengdoshlariga munosabatlari tahlili

"Atrofingizda ota-onasi mehnat migratsiyasiga ketgan bolalar bormi, agar javobingiz "ha" bo'lsa, ular bilan munosabatingiz qanday?" degan savolimizda 77,6 % (591 nafar) sinaluvchimiz "yo'q" javobini bergan. Bundan ko'rinadiki, ota-onasi mehnat faoliyati bilan migratsiyaga ketgan bolalar sinflarda unchalik ko'pchilikni tashkil qilmas ekan yoki aksincha. Begonalashuv fenomeni sabab ham bolalarda bir-birilarning ota-onasi, ijtimoiy holatidan boxabarlik kam miqdorda shakllangan. Ota-onasi migrant bo'lgan bolalar bilan qolgan sinf o'quvchilarining munosabatlari yaxshi ekanligi 2,8 % (21 nafar), mazkur tipdagi oila vakillariga boshqalarning yordam qo'lini cho'zish ehtimolining balandligi 10,6 % (81 nafar) ekanligidan migrant oila farzandlarining psixologik xususiyatlari qatorida ijtimoiylashish uchun motiv hamda boshqalardan ko'mak olishga intilish ehtiyoji yuqori bo'lishi mumkinligi ma'lum bo'ladi. Shuningdek, so'rovnoma bilmayman – 0,8 % (6 nafar), narsalarim bilan bo'lishaman – 4,3 % (33 nafar), ular bilan ishim yo'q – 1,6 % (12 nafar), birga o'qiymiz, xolos – 2,4 % (18 nafar) kabi javoblarni ham uchratishimiz mumkin.

Tadqiqot davomida bolalarning savollariga javob berish asnosida ularni kuzatdik, savollarga javob qaytarib bo'lganlar bilan muloqot qilish imkoni ham bo'ldi.

“Meni onam chet elga ishlagani ketgan, lekin men ular haqida gapirishni ham istamayman. Buvim borlar. Savollarga javob berdim”, – dedi kamtargina L. (Navoiy)

“Hamma narsam bor, hech kimdan kam emasman, lekin zerikaman”, – dedi Sh. (Samarqand)

“Men kunlar sanayman, otamni sog‘inib yashayapman”, – deydi farg‘onalik M.

Ba’zi bolalar “uydagi gapni ko‘chaga olib chiqma”, qabilida nimalardir deyishga shaylandilaru, biroq o‘zlarini tiydilar. Ochiq muloqotga kirishganlarning ham qarashlaridagi ma’yuslik go‘yo holatini yashirishni istagandek tezda jiddiy tus oldi.

BMTning UNISEF bolalar jamg‘armasi va Yevropa Ittifoqining O‘zbekistondagi vakolatonalari tomonidan olib borilgan tadqiqot [3] natijalarining ko‘rsatishicha, 33 % bolalar o‘zlarini baxtsizday sezarkanlar, 21 % i esa xavotirni his qilarkanlar. 74 % vasiylar bolalarning ota-onalari migratsiyaga chiqib ketganlaridan keyin odamovi bo‘lib qolishlarini ta’kidlaganlar. Mehnat migratsiyasining bu kabi oqibatlari mavzuni yanada chuqurroq o‘rganishni taqozo etadi.

Xulosa tarzida quyidagilarni aytish mumkinki:

1. Mehnat migratsiyasiga chiqib ketgan oilalardan bo‘lgan o‘smirlar mustaqil qaror qabul qilish, rejadan harakatga o‘tish va o‘zlarining faollik shakllari: muloqot qilish, xulq-atvor, faoliyat va kechinmalarini boshqarishga qodir bo‘lsalar, ularda o‘smirlik davri ravon kechadi, ijtimoiy-psixologik moslashuv muvaffaqiyatli o‘tadi.

2. Agar bu o‘smirlar o‘zlarini bor afzalliklari va kamchiliklari bilan qabul qilsalar, ular faol, tashabbuskor, turli o‘yinlar, tadbirlarni uyushtirishga moyildirlar, o‘zlarini jalb qiladigan faoliyatga kirishuvchanlar. Ayni vaqtda, agar bu bolalar o‘zlaridan qoniqmasalar, o‘zlarini boricha qabul qila olmasalar, ularda muloqot, aloqa o‘rnatishda qiyinchiliklar yuzaga keladi, yangi kompaniyalarda, jamoada o‘zlarini erkin tuta olmaydilar, vaqtni yolg‘izlikda o‘tkazishni afzal ko‘radilar, tanishlarini cheklaydilar, notanish vaziyatlarda yomon mo‘ljol oladilar, o‘z fikrlarida qat’iy turmaydilar, ranj-alamni og‘ir boshdan kechiradilar, jamoatchilik faoliyatida tashabbus ko‘rsatishlari o‘ta past, ko‘p ishlarda mustaqil qaror qabul qilishdan qochishni afzal ko‘radilar.

3. O‘z tuyg‘ulari va harakatlari uchun mas’uliyatni qabul qilish qobiliyati shakllanmagan o‘smirlar esa vaziyatda muvaffaqiyatli mo‘ljol olish, shuningdek, yuzaga keluvchi ziddiyatlarni tahlil qilish va hal etishda qiynaladilar.

4. Kattalar tomonidan nazoratning yo‘qligi yoki sustligi ularga hayotda maqsad qo‘yish, unga erishish rejasini tuzishda qiyinchilikka duch keladilar.

Adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Bandlik va mehnat munosabatlari vazirligi huzuridagi Tashqi mehnat migratsiyasi agentligi 2022 yil 14 iyundagi 02/00-04/22-559-sonli xati.

2. Бочавер А.А., Жилинская А.В., Хломов К.Д. Перспективы современных подростков в контексте жизненной траектории. // Электронный журнал «Современная зарубежная психология», 2016. Том 5. № 2. С. 31-38.

3. Как миграция родителей влияет на детей. // <https://www.gazeta.uz/ru/2021/12/18/migrants/>. Murojaat sanasi: 10.02.2025.

4. Коган Л.Н. Всестороннее развитие личности и культура. – М.: Знание, 1981. 63 с.

5. Холл Г.С. Подростковый возраст и подростковый разум. // <https://psychologywriting.com/g-stanley-hall-adolescence-and-the-teenage-mind/>. / Murojaat sanasi: 05.02.2025.

6. Шпрангер Э. Психология юношеского возраста. – Москва: Канон, 2014. 399 с.

7. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. – М.: Педагогика, 1989. 560 с.

Ibadullayeva Shaxnoza Ilxamovna,
Buxoro davlat pedagogika instituti dotsenti

TORRENS TESTI: IJODKORLIKNI DIAGNOSTIKA QILISHNING INNOVATSION USULI

Annotatsiya. Ushbu maqolada ijodiy qobiliyatlarni diagnostikalash usullari, xususan, Torrens testining ahamiyati va uning turli yoshdagi subyektlar uchun moslashuvi haqida ma'lumot beriladi. Torrens metodi ijodiy fikrlashni baholash uchun ishlatiladi hamda insonning ravonlik, originallik, ishlab chiqish, yopilishga qarshi turish va nomlarning mavhumligi kabi xususiyatlarini aniqlashga yordam beradi. Shuningdek, testni o'tkazish jarayoni va natijalarni baholash mezonlari tavsiflanadi.

Kalit so'zlar: ijodiy qobiliyatlar, Torrens testi, diagnostik usullar, ijodiy fikrlash, psixodiagnostika, tasviriy san'at, ijodkorlik, tasviriy faoliyat, iqtidor, psixologiya, badiiy ijod.

ТЕСТ ТОРРЕНСА: ИННОВАЦИОННЫЙ МЕТОД ДИАГНОСТИКИ ТВОРЧЕСТВА

Аннотация. В данной статье представлена информация о методах диагностики творческих способностей, в частности о значении теста Торренса и его адаптации для субъектов разного возраста. Метод Торренса применяется для оценки творческого мышления и помогает выявить такие характеристики человека, как беглость, оригинальность, разработанность, сопротивление замыканию и абстрактность названий. Также описывается процесс проведения теста и критерии оценки результатов.

Ключевые слова: творческие способности, тест Торренса, диагностические методы, творческое мышление, психодиagnostika, изобразительное искусство, творчество, изобразительная деятельность, одаренность, психология, художественное творчество.

TORRENS TEST: AN INNOVATIVE METHOD OF CREATIVITY DIAGNOSIS

Abstract. This article provides information on methods for diagnosing creative abilities, particularly the significance of the Torrance test and its adaptation for subjects of different ages. The Torrance method is used to assess creative thinking and helps identify human qualities such as fluency, originality, elaboration, resistance to premature closure, and abstractness of titles. The article also describes the testing process and the criteria for evaluating the results.

Keywords: creative abilities, Torrance test, diagnostic methods, creative thinking, psychodiagnostics, fine arts, creativity, visual activity, giftedness, psychology, artistic creation.

Kirish. Ijodkorlikni o'rganish oddiy hayotiy vaziyatda, subyekt topshiriqlar mavzusi bo'yicha qo'shimcha ma'lumotlardan erkin foydalanish imkoniyatiga ega bo'lgan taqdirda o'tkazilishi maqsadga muvofiqdir[1]. Ijodiy qobiliyatlarni diagnostika qilish usullari subyektlarning yosh xususiyatlarini hisobga olishi kerak.

Insonning ijodiy qobiliyatlarini psixodiagnostika qilishning juda ko'p turli xil usullari mavjud. Ulardan eng mashhuri Torrens testidir[6]. Torrens metodi yordamida ijodkorlik testi. Zamonaviy dunyoda ijodkorlik yuksak qadrlanadi – mehnat bozorida ijodiy kasb egalariga talab kundan kunga ortib bormoqda. Har qanday vaziyatni o'ziga xos tarzda hal qilish qobiliyati nafaqat ishda, balki kundalik hayotda ham foydali bo'lishi mumkin. Ota-onalar ham, tarbiyachilar ham bolaning ijodiy qobiliyatlari bormi, degan savolni bejiz qo'ymaydi. Mavjud salohiyatni imkon qadar tezroq rivojlantirishni boshlashga harakat qiladi. E.P. Torrens testidan foydalanib, bolaning qanchalik ijodiy qobiliyatga ega ekanligini bilib olishingiz mumkin. Test ustida ishlashda E.Torrens J.Gilfordning divergent (ijodiy) fikrlash nazariyasiga tayangan. J. Guilford divergent fikrlashning to'rtta klassik xususiyatini aniqladi:

1. "Ravonlik" – ko'p sonli g'oyalarni ishlab chiqarish qobiliyati;
2. "Moslashuvchanlik" - muammolarni hal qilishda turli strategiyalarni qo'llash qobiliyati;
3. "Originallik" - g'ayrioddiy ishlab chiqarish qobiliyati, nostandart g'oyalar;
4. "Ishlab chiqish" - batafsil ishlab chiqish qobiliyati paydo bo'lgan g'oyalar.

Adabiyotlar tahlili. J.Gilford ning ishi 50-yillarning boshlarida konvergent va divergent fikrlash toifalarini ishlab chiqqan va ijodkorlikning 16 kognitiv xususiyatlarini aniqlagan[2]. Konvergent fikrlash - bu vazifani bosqichma-bosqich bajarishga va berilgan algoritmlarga rioya qilishga qaratilgan chiziqli, mantiqiy

fikrlash. Divergent fikrlash - bu bitta vazifa yoki muammoning bir nechta original yechimlarini topishga qaratilgan muqobil fikrlash.

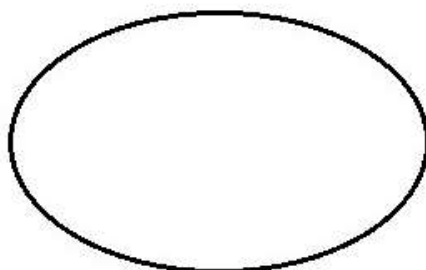
J.Gilford ro'yxatiga E.Torrens yana uchta xususiyatni qo'shadi: "Adekvatlik", "Yopilishga qarshilik" va "Nomning mavhumligi". Ushbu xususiyatlar quyida batafsilroq muhokama qilinadi. Ijodkorlikning sanab o'tilgan ko'rinishlarini baholash uchun E. Torrens o'zining metodini yaratdi. E.Torrens ijodiy fikrlash jarayoni haqidagi tushunchasini o'zi yaratgan rivojlanish dasturlarida to'liqroq amalga oshiradi.

E. Torrens [6]og'zaki, vizual va eshitish batareyasiga guruhlangan 12 ta testni ishlab chiqdi. Ushbu testning "Torrens ijodiy fikrlash testining tasviriy shakllari" deb nomlanuvchi noverbal qismi 1990 yilda Pedagogika fanlari akademiyasining Umumiy va pedagogik psixologiya ilmiy-tadqiqot institutida moslashtirilgan. Sinovning yana bir qismi, "To'liq raqamlar" 1993-1994 yillarda Rossiya Fanlar akademiyasining Psixologiya institutida qobiliyat va PVX diagnostikasi laboratoriyasida moslashtirilgan. Vazifani bajarish vaqti cheklanmagan, chunki ijodiy jarayon ijodiy faoliyatning vaqtinchalik tarkibiy qismini erkin tashkil etishni nazarda tutadi. Rasmlardagi chizish badiiy darajasi hisobga olinmaydi. Ushbu test uchta vazifadan iborat.

Natijalar. Torrens ijodkorlik testi, ijodiy qobiliyat diagnostikasi [6]:

Ko'rsatmalar - Torrens testining tavsifi:

Subtest 1. "Rasm chizing". Rasmning asosi sifatida rangli qog'ozdan kesilgan rangli ovaldan foydalanib, rasm chizing. Ovalning rangini o'zingiz tomondan tanlanadi. Oval oddiy tovuq tuxumining shakli va hajmiga ega. Shuningdek, chizilgan rasmingizga nom berishingiz kerak.



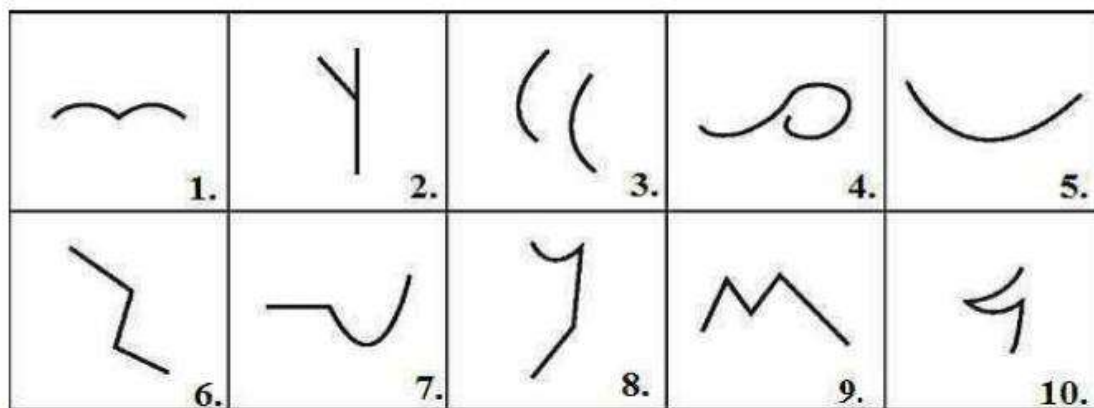
1

Sizning e'tiboringizga E. Torrens figurali testi kattalar, maktab o'quvchilari va 5 yoshdan oshgan bolalar uchun mo'ljallangan. Barcha topshiriqlarga javoblar chizmalar va sarlavhalar shaklida beriladi.

Subtest 2. "Shaklni to'ldirish. "Torrensning ijodkorlik testining tasviriy (majoziy) qismining qisqartirilgan versiyasi "Tasvirni chizib tugatish" vazifasidir. Test maktabgacha yoshdan boshlab (5–6 yosh) va maktabning yakuniy sinflariga qadar (17–18 yosh) bolalarning ijodiy qobiliyatlarini o'rganish uchun ishlatilishi mumkin.

Test topshiruvchilar ushbu test topshiriqlariga javoblarni rasmlar va sarlavhalar shaklida berishi kerak. Agar bolalar yoza olmasa, eksperimentator yoki uning yordamchilari ularga rasmlarni nomlashda yordam berishlari kerak. Bunday holda, bolaning g'oyasiga qat'iy rioya qilish kerak. Uning mohiyati juda oddiy: imtihon olinuvchiga shakllar to'plami taklif etiladi, u ularni har birini mazmunli rasm tarzida to'ldirib chizishi kerak.

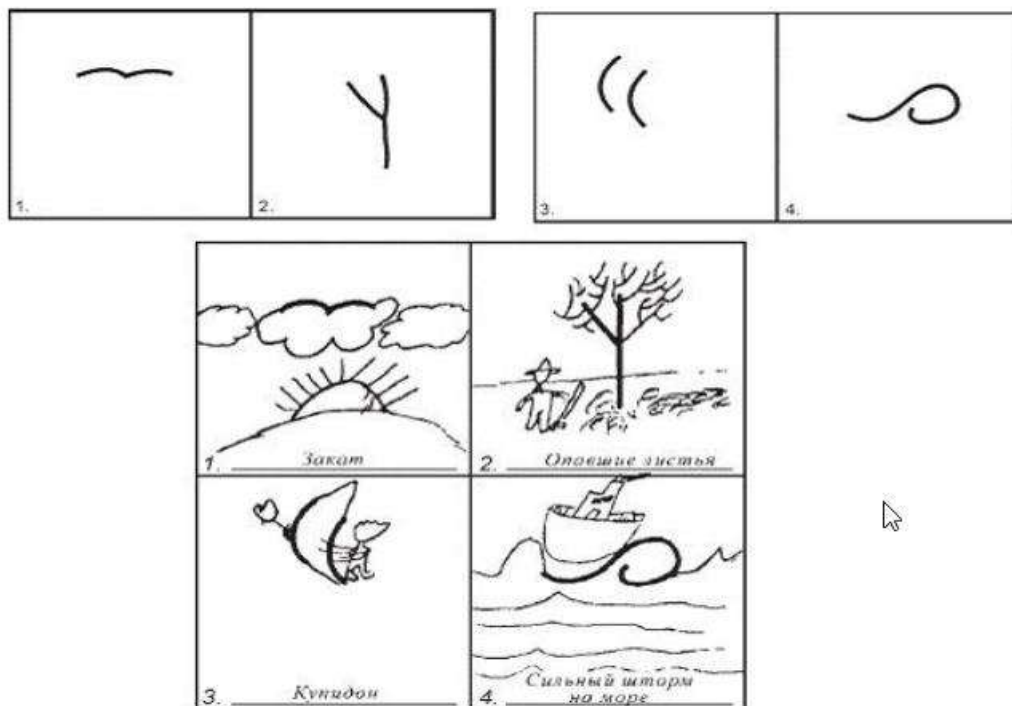
Eksperimentator natijani to'g'ri baholashi uchun test topshiruvchi har bir chizilgan javobga yozma izoh qoldirishi talab qilinadi.



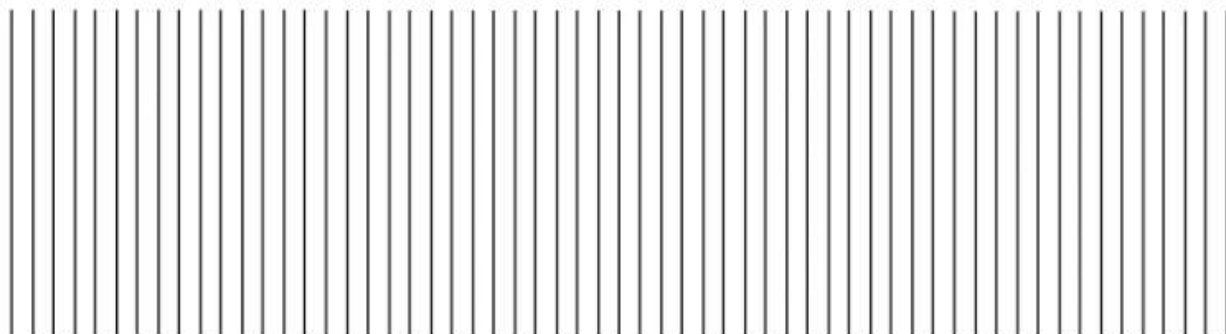
Ijodiy qobiliyatni diagnostika qilish tartibi. Testni kichik guruhlarda o'tkazish tavsiya etiladi - 5 dan 10 kishigacha. Bundan tashqari, ishtirokchilar qanchalik yosh bo'lsa, uyushmada ularning soni shunchalik kamroq bo'lishi kerak. Mavzu stolda yolg'iz yoki yordamchi eksperimentator bilan o'tirishi kerak. Agar bola buni mustaqil ravishda yaxshi va tez bajarmasa, eksperimentator topshiriqni tushuntiradi.

Sinov oxirida tashkilotchi har bir tasvir uchun tegishli izoh berilganligiga ishonch hosil qilishi kerak. Agar bola biron bir tasvirni belgilashni unutib qo'ysa, eksperimentator yoki uning yordamchilari darhol javoblarni bilib olishlari va ogohlantirishlarni o'zlari belgilashlari kerak. Aks holda, natijalarni sharhlash qiyin bo'lishi mumkin. Shuning uchun barcha test o'tkazilayotgan guruhini qamrab oladigan yordamchilar etarli bo'lishi kerak.

Torrens ijodkorlik testi ijodiy qobiliyatlarning rivojlanishini baholash uchun takroriy olinishi mumkin. Quyidagi tushuntirishlardan foydalanish tavsiya etiladi: “Biz sizning yangi narsalarni o'ylab topish va muammolarni hal qilish qobiliyatingiz qanday o'zgarganini tushunmoqchimiz. Odamlar qanchalik bo'yi o'sganligini va vaznini bilish uchun muntazam ravishda o'lchaydilar. Biz deyarli bir xil ishni qilamiz, lekin faqat sizning qobiliyatingizni o'rganish uchun. Qo'lingizdan kelganicha eng yaxshi bo'lishga harakat qiling.” Sinov natijalarini taqqoslash orqali siz butun maktabda o'qish davrida bolaning ijodkorligining rivojlanish dinamikasini kuzatishingiz mumkin. Bundan tashqari, natijalarni yanada aniq baholash va qiyosiy tahlil qilish uchun har bir ishtirokchining individual rivojlanish ko'rsatkichlari alohida qayd etilishi lozim. Bu esa o'z navbatida bolaning ijodiy qobiliyatlarini bosqichma-bosqich o'rganish va unga mos pedagogik yondashuvni ishlab chiqish imkonini beradi. Shuningdek, o'quv jarayonida foydalanilgan metodlarning samaradorligini baholash va kelgusidagi ta'lim usullarini yanada takomillashtirishga xizmat qiladi.



Subtest 3. “Takrorlangan chiziqlar”. Rag'batlantiruvchi material 30 juft parallel vertikal chiziqlardir. Har bir juft chiziq asosida qandaydir (takrorlanmaydigan) tasvir yaratish kerak.



Natijalarni ko'rib chiqish.

Butun test natijalarini qayta ishlash beshta ko'rsatkichni baholashni o'z ichiga oladi: "ravonlik", "originallik", "ishlab chiqish", "yopilishga qarshilik" va "nomlarning mavhumligi".

Torrens test kaliti. "Ravonlik" insonning ijodiy mahsuldorligini tavsiflaydi. Quyidagi qoidalarga muvofiq faqat 2 va 3 subtestlarda baholanadi:

1. Baholash uchun test topshiruvchiga berilgan javoblarning (rasmlarning) umumiy sonini sanash kerak.

2. Ko'rsatkichni hisoblashda faqat adekvat javoblar hisobga olinadi.

Agar tasvir o'zining nomuvofiqligi tufayli "ravonlik" ballini olmasa, u keyingi barcha hisob-kitoblardan chiqarib tashlanadi. Quyidagi tasvirlar yetarli emas deb hisoblanadi:

-yaratilishida taklif qilingan stimul (tugallanmagan tasvir yoki juft chiziq) tasvirning ajralmas qismi sifatida ishlatilmagan chizmalar.

ma'nosiz nomlar bilan ma'nosiz abstraktsiyalar bo'lgan chizmalar.

Ma'noli, lekin bir necha marta takrorlangan chizmalar bitta javob sifatida hisoblanadi.

3. Agar bitta rasmini yaratish uchun 2-kichik testdagi ikkita (yoki undan ortiq) tugallanmagan figuralar ishlatilsa, unda ishlatilgan shakllar soniga mos keladigan ballar soni beriladi, chunki bu noodatiy javobdir.

4. Agar 3-pastki testda ikkita (yoki undan ortiq) juft parallel chiziqlar bitta rasm yaratish uchun ishlatilsa, u holda bitta fikr ifodalanganligi sababli faqat bitta ball beriladi.

"Originallik" ijodkorlikning eng muhim ko'rsatkichidir. O'ziga xoslik darajasi sinovdan o'tuvchining ijodiy tafakkurining o'ziga xosligini ko'rsatadi. "Originallik" ko'rsatkichi barcha uchta subtest uchun qoidalarga muvofiq hisoblanadi:

1. Originallik balli javobning statistik nodirrigiga asoslanadi. Umumiy, tez-tez uchraydigan javoblar 0 ball, qolgan barcha javoblar 1 ball bilan baholanadi.

2. Sarlavha emas, tasvir baholanadi!

3. O'ziga xoslik bo'yicha umumiy ball barcha rasmlar uchun ballarni qo'shish orqali olinadi.

"O'ziga xoslik" uchun 0 ball bilan javoblar ro'yxati:

Izoh: Agar "inson yuzi" javobi nooriginal javoblar ro'yxatida berilgan bo'lsa va mos keladigan raqam yuzga aylantirilsa, bu chizma 0 ball oladi, lekin xuddi shu tugallanmagan figura mo'ylov yoki labga aylantirilsa, keyin yuzning bir qismiga aylanadi, keyin javobga 1 ball beriladi.

1 subtest - faqat syujet emas, balki rangli yopishtirilgan rasm asosida chizilgan ob'ekt baholanadi - baliq, bulut, bulut, gul, tuxum, hayvonlar (butunlay, tanasi, tumshug'i), ko'l, yuz yoki inson qiyofasi.

Subtest 2. - iltimos, barcha tugallanmagan shakllar chapdan o'ngga va yuqoridan pastga o'z raqamlanishiga ega ekanligini unutmang: 1, 2, 3, ..10.

1. - raqam (raqamlar), harf (harflar), ko'zoynak, inson yuzi, qush (har qanday), olma.

2. - harf(lar), daraxt yoki uning qismlari, yuz yoki inson qiyofasi, supurgi, slingshot, gul, raqam(lar).

3. - raqam (raqamlar), harf (harflar), tovush to'lqinlari (radio to'lqinlar), g'ildirak (g'ildiraklar), oy (oy), odam yuzi, yelkanli kema, qayiq, meva, rezavorlar.

4. - harf(lar), to'lqinlar, ilon, savol belgisi, odam yuzi yoki qiyofasi, qush, salyangoz (qurt, tirtil), hayvon dumi, fil tanasi, son(lar).

5. - raqam (raqamlar), harf (harflar), lablar, soyabon, kema, qayiq, inson yuzi, to'p (to'p), idishlar.

6. - guldon, chaqmoq, momaqaldiraq, qadam, narvon, harf(lar), raqam(lar).

7. - raqam (raqamlar), harf (harflar), mashina, kalit, bolg'a, ko'zoynak, o'roq, qoshiq (chelak).

8. - raqam(lar), harf(lar), qiz, ayol, yuz yoki inson qiyofasi, libos, raketa, gul.

9. - son (raqamlar), harf (harflar), to'lqinlar, tog'lar, tepaliklar, lablar, hayvonlarning quloqlari.

10. - son (raqamlar), harf (harflar), archa, daraxt, shox, qush tumshug'i, tulki, odam yuzi, hayvonlarning tumshug'i.

3- subtest: kitob, daftar, maishiy texnika, qo'ziqorin, daraxt, eshik, uy, panjara, qalam, quti, odam yuzi yoki qiyofasi, deraza, mebel, idish-tovoq, raketa, raqamlar.

"Nomning mavhumligi" - asosiy narsani ajratib ko'rsatish qobiliyatini, sintez va umumlashtirishning aqliy jarayonlari bilan bog'liq bo'lgan muammoning mohiyatini tushunish qobiliyatini ifodalaydi. Ushbu ko'rsatkich 1 va 2 subtestlarda hisoblanadi. Baholash 0 dan 3 gacha bo'lgan shkala bo'yicha amalga oshiriladi.

0 ball: aniq nomlar, chizilgan obyekt qaysi sinfga tegishli ekanligini ko'rsatadigan oddiy sarlavhalar (nomlar). Bu nomlar bir so'zdan iborat, masalan: "Bog'", "Tog'lar", "Pishiriq" va boshqalar.

1 ball: chizilgan ob'ektlarning o'ziga xos xususiyatlarini tavsiflovchi oddiy tavsiflovchi nomlar, ular faqat biz chizmada ko'rgan narsalarni ifodalaydi yoki rasmda odam, hayvon yoki narsa nima qilayotganini

yoki qaysi sinf nomini tasvirlaydi. ob'ektga tegishli bo'lgan narsalarni osongina aniqlash mumkin - "Murka" (mushuk), "Uchar chayqa", "Yangi yil archasi", "Sayanlar" (tog'lar), "Bola kasal" va boshqalar.

2 ball: "Sirli suv parisi", "SOS" obrazli tavsiflovchi ismlar, his-tuyg'ularni tavsiflovchi ismlar, "O'ynaymiz" fikrlari ...

3 ball: mavhum, falsafiy nomlar. Bu nomlar chizmaning mohiyatini, uning chuqur ma'nosini ifodalaydi: "Mening aks-sado", "Nega kechqurun qaytib keladigan joydan ketish kerak".

Ushbu testning ta'lim jarayoniga va o'quvchilarga ta'siri quyidagicha ifodalanishi mumkin:

1. Ijodkorlikni rivojlantirishga yordam beradi. Ya'ni Torrens testi faqatgina ijodiy qobiliyatni baholash vositasi emas, balki o'quvchilarda yangi va original fikrlar yaratish ko'nikmalarini shakllantirishga ham xizmat qiladi. Test topshiriqlari orqali bolalar tasavvur qilish, muammolarga kreativ yondashish va noodatiy yechimlarni topish qobiliyatlarini rivojlantiradi.

2. Muammolarni hal qilish ko'nikmalarini yaxshilaydi. Testning verbal va noverbal qismlari o'quvchilarga turli xil muammolarni hal qilishda ijodiy yondashish imkonini beradi. Bu esa ularning tanqidiy fikrlash qobiliyatlarini mustahkamlashga yordam beradi.

3. Ta'lim jarayoniga innovatsion yondashuvni joriy etadi. Torrens testi o'quvchilarning individual o'sish dinamikasini kuzatish imkonini beradi. Ta'lim muassasalari ushbu test natijalari asosida ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirishga yo'naltirilgan maxsus metodikalar va dars uslublarini ishlab chiqishlari mumkin.

4. O'quvchilarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Ijodkorlik testlari orqali bolalar o'z qobiliyatlarini anglaydi va o'ziga bo'lgan ishonchi ortadi. Bu esa ularning shaxsiy va akademik rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

5. Ijodiy qobiliyatlarning uzoq muddatli rivojlanishini kuzatish imkonini beradi. Torrens testini vaqt o'tishi bilan takroran o'tkazish orqali o'quvchilarning ijodiy fikrlash darajasidagi o'zgarishlarni kuzatish mumkin. Bu esa ularning intellektual va ijodiy taraqqiyotini tahlil qilish va unga mos o'quv dasturlarini ishlab chiqishda foydali bo'ladi.

Xulosa. Ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirish erta yoshdan boshlanishi kerak. Buning uchun eng qulay yosh - boshlang'ich maktab yoshi hisoblanadi. O'qituvchilar va ota-onalar oldida yosh o'quvchining ijodiy qobiliyatlariga zarar bermaslik vazifasi, hamda ijodiy qobiliyatlarni "ko'mmaslik" emas, balki bolada tabiatga xos bo'lgan ijodiy salohiyatni rivojlantirish vazifasi turibdi. Ijodiy qobiliyatlarni aniqlash va rivojlantirish jamiyat taraqqiyoti uchun muhim ahamiyatga ega. Torrens testlari ijodiy fikrlashni baholashda samarali metodlardan biri hisoblanib, ular shaxsning kreativ potensialini aniqlash imkonini beradi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ijodiy qobiliyatlarning shakllanishiga ta'lim tizimi, muhit va shaxsiy xususiyatlar katta ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirishda zamonaviy diagnostik va ta'lim metodlarini joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar:

1. Adizov B.R. Boshlang'ich ta'limni ijodiy tashkil etishning nazariy asoslari.: Ped. fan. dok. ... diss. – T.: 2003. – 280 b.
2. Выготский Л.С. Психология искусства. – Минск: Современное слово, 1998. – 474 с.;
3. Левин И.Л. Формирование творческой личности школьника на основе развития художественных интересов в классах с углубленным изучением изобразительного искусства. Автореф. дис. канд. пед. наук, Нижний Новгород -2003 г., 24 стр.
4. Yusupov. B. Bolalarda ijodiy qobiliyatlarni shakllantirish metodikasi. Toshkent: Fan. 2010y.
5. Usmonova. D. Ijodkorlikni rivojlantirishda innovatsion metodlar. Toshkent: Ilm-fan. 2017y.
6. Torrance, E. P. (1974). The Torrance Tests of Creative Thinking: Norms-Technical Manual. Princeton, NJ: Personnel Press.

Мундарижа/Содержание/Contents

№		bet
		стр
		page
1	Barotov Shuxrat Sharipovich	3
	Bojxona xodimlarida shaxslararo munosabatni rivojlantirishning yo'nalishlari va ilmiy asoslari	
	Направления и научные основы развития межличностных отношений у таможенных служащих	
	Directions and scientific basis for the development of interpersonal relations among customs officers	
2	Salixov Shoxrux Mansurovich	6
	Bo'lajak jismoniy madaniyat fani o'qituvchilari shaxsiy sifatlarini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik aspektlari	
	Социально-психологические аспекты формирования личностных качеств будущих учителей физической культуры	
	Social-psychological aspects of forming the personal qualities of future physical culture teachers	
3	Sharafutdinova Xadichaxon Gulyamutdinovna	10
	Kognitiv psixoterapiya psixologiya metodi sifatida	
	Когнитивная психотерапия как психологический метод	
	Cognitive psychotherapy as a psychological method	
4	Shermatov Javohir Sherzotovich	14
	Zamonaviy psixologiyada zo'ravonlik hissini o'rganishning psixologik mazmun-mohiyati	
	Психологическое содержание и сущность изучения насилия в современной психологии	
	Psychological content and essence of the study of the feelings of violence in modern psychology	
5	Xasanov Otabek Xamidjonovich	18
	Yosh futbolchilarni nufuzli musobaqalarga tayyorlashda ularning psixofiziologik holatini o'rganish	
	Изучение психофизиологического состояния молодых футболистов при подготовке к престижным соревнованиям	
	Studying the psychophysiological state of young football players when preparing them for prestigious competitions	
6	Xayrullayev Qodir Zarfulla o'g'li	25
	Frustratsiyaga tolerantlikni rivojlantirish muammosini nazariy manbalarda talqin etilishi	
	Интерпретация проблемы развития толерантности к фрустрации в теоретических источниках	
	Interpretation of the problem of developing frustration tolerance in theoretical sources	

7	<i>Xudoyqulova Nazokat Rajab qizi</i>	32
	Noqonuniy oilaviy munosabatlarning kelib chiqishini tadqiq etishning ijtimoiy-psixologik masalalari	
	Социально-психологическое исследование происхождения незаконных семейных отношений	
	Socio-psychological study of the origin of illegal family relations	
8	<i>Yangiboyeva Dildoraxon Rahmon qizi</i>	36
	Ko'p bolali oilalardagi oilaviy hayotdan qoniqish darajasining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	
	Социально-психологические особенности уровня удовлетворённости семейной жизнью в многодетных семьях	
	Social-psychological characteristics of the level of satisfaction with family life in families with many children	
9	<i>Yusupjonova Iroda Abdirayimjonovna</i>	44
	Talabalarda kasbiy motiv va motivatsiya muammosining ilmiy-nazariy tahlili	
	Научно-теоретический анализ проблемы профессионального мотива и мотивации студентов	
	Scientific-theoretical analysis of the problem of professional motive and motivation in students	
10	<i>Yusupova Iroda Narimonovna</i>	48
	Oilada farzand tarbiyasi ijtimoiy psixologik masala sifatida	
	Воспитание ребёнка в семье как социально-психологическая проблема	
	Child upbringing in the family as a socio-psychological issue	
11	<i>Yusupova Yodgarxon Muxammadjanovna</i>	52
	Tajovuzkorlik va zo'ravonlikning psixologik fenomenologiyasi	
	Психологическая феноменология агрессии и насилия	
	Psychological phenomenology of aggression and violence	
12	<i>Жалалова Мухаббат Тургунбаевна</i>	57
	Харбийлаштирилган таълим муассасаларида ўқувчиларни харбий соҳага қизиқишларини оширишда харбий ватанпарварлик туйғусини ривожлантиришнинг педагогик-психологик жихатлари	
	Психолого-педагогические аспекты развития военного патриотизма в повышении интереса у учащихся к военной сфере в военизированных учебных заведениях	
	Pedagogical and psychological aspects of developing a sense of military patriotism in increasing students interest in the military field in militarized educational institutions	
13	<i>Муҳаммадиева Шахло Ганиевна</i>	63
	Ноғиронлиги бор (кўришда муаммоси бор) шахслар таълимни ижтимоийлашувининг психологик хусусиятлари	
	Психологические особенности социализации в образовании лиц с инвалидностью (с нарушениями зрения)	
	Psychological features of educational socialization of persons with disabilities (visual impairment)	

14	Нарзикулова Фируза Ботировна, Рахиммирзаев Санжар Ботурович	69
	Основные подходы к исследованию благополучия сотрудников компаний	
	Kompaniya xodimlarining farovonligini o'rganishda asosiy yondashuvlar	
	Basic approaches in studying the well-being of company employees	
15	Ориббоева Дилафруз Дадамирзаевна	75
	Влияние кибербуллинга на социализацию подростков	
	The impact of cyberbullying on adolescents' sociality	
	Kiberbullingning o'smirlarning ijtimoiylashuviga ta'siri	
16	Тураева Дилафруз Рустамбоевна	82
	Ўқитувчилар бошқарув услублари ва шахсий хусусиятларининг педагогик фаолиятда намоён бўлиши	
	Проявление стилей управления и личностных особенностей учителей в педагогической деятельности	
	Manifestation of teachers' management styles and personality traits in teaching activities	
17	Турсунов Лутфулла Сайфуллаевич	88
	Комил инсон муаммосига Э. Ғ. Ғозиевнинг ёндашувлари	
	Подходы Газиева Э. Г. к проблеме идеального человека	
	E.G. Gaziev's approaches to the problem of a perfect man	
18	Усманова Шахло Шавкатовна	91
	Стрессоустойчивость и ситуативная тревожность: значение влияния на характер проявления предстартовых состояний	
	Stressga chidamlilik va vaziyatli tashvish: startdan oldin holatlarning namoyon bo'lish xususiyatiga ta'sirning ahamiyati	
	Stress tolerance and situational anxiety: the importance of influencing the nature of the manifestation of pre-start conditions	
19	Kim Fotima Xabibullaevna	95
	Ta'lim sharoitida ko'zi ojiz va zaif ko'ruvchi talabalarning moslashish imkoniyatlarining o'ziga xos xususiyatlari	
	Особенности адаптации слепых и слабовидящих студентов в образовательных условиях	
	Specific characteristics of adaptability of blind and visually impaired students in educational conditions	
20	Boygobilova Nilufar Uzaqovna	102
	Mechanisms for integrative development of students' organizational ability through a synergic approach	
	Talabalarning tashkilotchilik qobiliyatini sinergetik yondashuv orqali integrativ rivojlantirish mexanizmlari	
	Механизмы интегративного развития организаторских способностей студентов на основе синергетического подхода	
21	Mahmudova Zilola Yoqub qizi	108
	Shaxsiy qobiliyatlarni shakllantirishning pedagogik asoslari	
	Педагогические основы формирования личностных навыков	

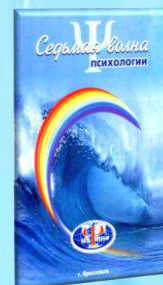
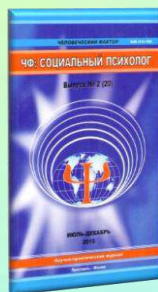
	Pedagogical foundations of forming personal abilities	
	<i>Mamasadikova Nodira Olimovna</i>	114
22	O'spirinlar deviatsiyasida aybdorlik muhim omil sifatida	
	Вина – важный фактор подростковой девиации	
	Guilt is an important factor in adolescent deviation	
	<i>Polvanova Dilrabo Tagaymuratovna</i>	119
23	Kiberbullying tahdidlarining tarqalish omillari tahlili	
	Анализ факторов распространённости угроз кибербуллинга	
	Analysis of factors of prevalence of threats of cyberbullying	
	<i>Rayimova Difuza Abdinabiyevna</i>	127
24	Methods of activating and developing students' learning competences	
	Методы активизации и развития учебных компетенций студентов	
	Talabalarining bilim salohiyatini faollashtirish va rivojlantirish usullari	
	<i>Rustamova Lola Inom qizi</i>	132
25	Talabalarda ta'lim motivini rivojlantirishda oilaviy qadriyatlar ta'sirining psixologik omillari	
	Психологические факторы влияния семейных ценностей в развитии учебной мотивации у студентов	
	Psychological factors of the influence of family values on the development of educational motivation in students	
	<i>Собиров Абдулазиз Абдурозикович</i>	136
26	Методика диагностики психологического здоровья	
	Psixologik salomatlik diagnostikasi metodologiyasi	
	Methodology of psychological health diagnostics	
	<i>Юнусалиева Наргиза Ортиқбой қизи</i>	141
27	Олий таълим муассасаси педагогик жамоаси ижтимоий-психологик феномен сифатида	
	Педагогический коллектив высшего учебного заведения в качестве социально-психологического феномена	
	Pedagogical team of higher educational institution as a socio-psychological phenomenon	
	<i>Abdullayeva Mohigul Muqumjon qizi</i>	145
28	Axborot texnologiyalarining yoshlar dunyoqarashi va qadriyatlariga ta'siri	
	Влияние информационных технологий на мировоззрение и ценности молодёжи	
	The impact of information technology on youth's worldview and values	
	<i>Mustafayeva Shirinoy Farxadjonovna</i>	151
29	Psixologik barqarorlik va o'z-o'zini safarbar qilish harbiy psixologiya muammosi sifatida: zamonaviy metodologik yondashuv	
	Психологическая стабильность и самомобилизация как проблема военной психологии: современный методологический подход	
	Psychological stability and self-mobilization as a problem of military	

	psychology: a modern methodological approach	
	Sodiqova Gulbarno Odiljon qizi	156
30	Oilaviy munosabatlar va erta turmushga chiqish muammosi hamda uni psixologik manbalarda o'rganilishi	
	Проблема семейных отношений и ранних браков и её исследование в психологических источниках	
	The problem of family relations and early marriage and its study in psychological sources	
	Abdullayeva Mohigul Muqumjon qizi	160
31	Ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlarda o'z-o'zini anglashi va psixologik salomatligiga ta'siri	
	Влияние социальных сетей на самосознание и психологическое здоровье подростков	
	The impact of social networks on self-awareness and psychological well-being in adolescents	
	Xolizigitova Nasiaba Xabibullaевна	165
32	Карьерани танлаш, режалаштириш ва уни амалга ошириш шартлари	
	Выбор карьеры, планирование и условия его реализации	
	Career selection, planning and conditions for its implementation	
	Xasanova Surayyo Shonazarovna	171
33	O'quvchilarning o'quv faoliyatida o'zini-o'zi namoyon qilishda qadriyatlar tizimi tahlili	
	Анализ системы ценностей в самовыражении учащихся в образовательной деятельности	
	Analysis of the value system in students' self-expression in educational activities	
	Yusupov Tulanboy Ibrohimovich	175
34	Jamoaviy munosabatlarda emotsional intellektning psixologik jihatlari (futbol jamoalari misolida)	
	Психологические аспекты эмоционального интеллекта в командных отношениях (на примере футбольных команд)	
	Psychological aspects of emotional intelligence in team relations (on the example of football teams)	
	Saipova Maloxat	181
35	Mehnat migratsiyasi daxl qilgan oilalarda voyaga yetayotganlarning psixologik xususiyatlari	
	Психологические особенности несовершеннолетних в семьях, затронутых трудовой миграцией	
	Psychological characteristics of adolescents in families affected by labor migration	
	Ibadullayeva Shaxnoza Ilxamovna	187
36	Torrens testi: ijodkorlikni diagnostika qilishning innovatsion usuli	
	Тест Торренса: инновационный метод диагностики творчества	
	Torrens test: an innovative method of creativity diagnosis	



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. 196 b. PSIXOLOGIYA научный журнал. Выпуск 1. (61) Бухара – 2025. – 196 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. Sharli 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

